

Per Telefon Depressionen behandeln

ZÜRICH. Jeder fünfte Schweizer erkrankt im Verlauf seines Lebens an einer Depression. Doch nicht alle Betroffenen wenden sich an einen Arzt – oder erhalten sofort eine angemessene Behandlung. Um das zu ändern, testet die Praxisstelle Psychotherapie der Uni Zürich zurzeit ein neues Therapie-Angebot: eine kostenlose Unterstützung übers Telefon während mehreren Monaten. Ob die telefonische Behandlung bei den Patienten ankommt und wie gut sie wirkt, untersuchen die Forscher in einer Studie. Dafür suchen sie noch Teilnehmer mit depressiven Symptomen. SRU
Depression.20min.ch

So ernähren sich auch Fleischesser umweltschonend

LONDON/WÄDENSWIL. Fleisch essen ist schlecht fürs Klima. Doch um dieses zu schützen, muss man nicht unbedingt Vegetarier werden.

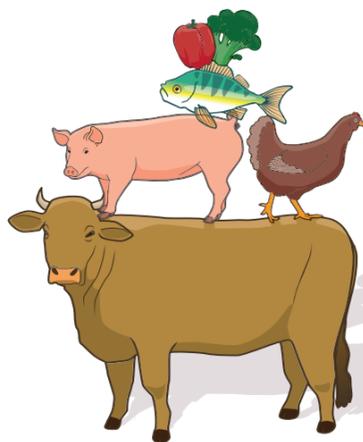
Was wäre, wenn niemand mehr Fleisch essen würde? Das haben englische Forscher nun berechnet. Dazu haben sie 63 verschiedene Studien zu diesem Thema analysiert. Demnach würde eine rein vegetarische Gesellschaft rund 30 Prozent weniger Klimagase ausstossen, 50 Prozent weniger Land beanspruchen und 40 Prozent weniger Wasser verbrauchen. Der zusätzliche Verzicht auf Milchprodukte und Eier brächte sogar noch mehr Einsparungen. Doch auch Fleischesser können überraschend viel für die Umwelt tun, wie die Studie zeigt.

So hat bereits der blosser Verzicht auf Rindfleisch zwei Drittel des Effekts, den Vegetarier für die Umwelt erreichen. Denn: «Rinder sind keine effizienten Verwerter», sagt Matthias Stucki von der Zürcher Hochschule für Angewandte Wissenschaften. Das bedeutet, die Tiere fressen selbst viel mehr Kalorien, als sie später in Form von Fleisch liefern, so der Umweltforscher. Ausserdem entsteht in den Mägen der Rinder bei der Verdauung Methan. Und das ist 28 Mal schädlicher fürs Klima als Kohlendioxid, das etwa Autos ausstossen.

Bedeutend umweltfreundlicher ist es also, seinen Fleisch-



Hühnchen oder Rind? Welches Fleisch man kauft, beeinflusst den ökologischen Fussabdruck. ISTOCK



Welche Ernährungsweise belastet die Umwelt am wenigsten

	Ausstoss Klimagase	Verbrauch Landfläche
Vegan:	55 %	45 %
Vegetarisch:	67 %	49 %
Fisch statt Fleisch:	73 %	61 %
Schwein und Poulet statt Rind:	79 %	63 %
Ohne Einschränkung: <small>inkl. Rindfleisch</small>	100 %	100 %

GRAFIK: DISSOID.COM

bedarf nur noch mit Poulet und Schweinefleisch zu decken. Allerdings müssten dann deutlich mehr Tiere geschlachtet werden, gibt Stucki zu bedenken. «Deshalb ist es wichtig, die Nutztiere gleichzeitig bes-

ser zu verwerten», sagt er. Das ist beispielsweise der Fall, wenn man auch ihre Innereien isst. Oder wenn ein Tier mehrfach genutzt wird. Das geschieht teilweise schon heute mit Tieren, die zuvor Eier oder

Milch produzierten. Ihr Fleisch ist häufig in Hackfleisch und Würsten enthalten. Wer also die Umwelt schonen will, gönnt sich öfter Hacktätschli und Cervelat statt Filet. MARTINA POLEK

Agenda

Alltägliche Erfindungen

BASEL. Haarspray, Kontaktlinsen, aber auch Schmerzmittel sind aus unserem Alltag kaum mehr wegzudenken. Doch wie wurden solche und andere chemische Produkte entwickelt? Diese Frage beantwortet eine Führung durch die Ausstellung «Wirk.Stoffe». sci
So, 11.12., 11 Uhr, Museum für Geschichte, Barfüsserplatz, Basel.

Vulkan bringt Hunger

ZÜRICH. 1815 bricht in Indonesien der Vulkan Tambora aus, und ein Jahr später sterben in der Schweiz zehn Prozent der Bevölkerung an Hunger. Hängen diese beiden Ereignisse zusammen? Die Vortragsreihe «Vulkan und Klimaforschung» erklärt, wie ein Vulkanausbruch das Klima am anderen Ende der Welt beeinflussen kann. sci
Do, 15.12., 18 Uhr, ETH Zürich, Gebäude NO, Sonneggstrasse 5.

Tierische Begegnungen

BERN. Vom Gletscherfloh übers Murmeltier zum Bären: Über 30 000 Tierarten leben in den Alpen. Im Vortrag «Viechereien» erzählen unter anderem ein Imker, eine Jägerin und ein Schneehasen-spezialist über ihre Erfahrungen mit den Tieren in den Bergen. sci
So, 11.12., 15 Uhr, Alpines Museum der Schweiz, Helvetiaplatz 4, Bern.

Leben retten in Aleppo: Ärzte helfen Menschen übers Web

GENF. In Krisengebieten mangelt es oft an medizinischer Versorgung. Hilfe erhalten dortige Ärzte über das Internet oder Apps.

Nur noch 32 Ärzte arbeiten laut Schätzungen in der vom Bürgerkrieg geplagten syrischen Millionenstadt Aleppo. Die meisten sind ums Leben gekommen oder geflüchtet. So gibt es in der Stadt immer weniger Fachwissen, um Kranke und Verletzte richtig zu behandeln.

Unterstützung erhalten die Mediziner im Kriegsgebiet deshalb von einem speziellen Dienst der Organisation «Ärzte ohne Grenzen»: Eine verschlüsselte Website, die Koordinatoren weltweit 24 Stunden am Tag betreuen, darunter auch der Genfer Kinderarzt Daniel Martinez. Das Team erhält täglich Anfragen von Ärzten aus Krisengebieten und Entwicklungsländern, die bei einem Fall nicht weiterwissen. Martinez und seine Kollegen leiten die Anfrage an einen von 280 Spezialisten in ihrem Netzwerk weiter. Darunter sind etwa Mediziner, die Erfahrung mit Unternahrung haben, aber auch Spezialisten wie Augenärzte oder Chirurgen. Ihr Wissen stellen sie unentgeltlich zur Verfügung. Normalerweise erhält Martinez so innert viereinhalb Stunden einen Behandlungsvorschlag, den er an den Arzt im Krisengebiet übermitteln kann. «Wir sind oft



Ein zerstörtes Krankenhaus in Aleppo: schwierige Bedingungen für die verbliebenen Ärzte. gettyimages THAYER MOHAMMED

sogar schneller, als wenn jemand hier in der Schweiz zum Arzt ginge», sagt er.

In vielen Gebieten der Welt gibt es jedoch schlicht zu wenig oder gar keine Ärzte. Deshalb sind in den letzten Jahren immer mehr Apps entwickelt worden, die eine Diagnose ohne Arzt erlauben. Beispielsweise eine, die allein über das

Smartphone-Mikrofon erkennt, ob ein Baby an einer gefährlichen Sauerstoff-Unterversorgung leidet. Allein in Südafrika laufen zurzeit gesamthaft über 300 ähnliche Pilotprojekte mit dem Ziel, Ärzte zu unterstützen – oder der Bevölkerung zu ermöglichen, Krankheiten selbst besser zu beurteilen. MICHAEL BAUMANN

Diese Spinne hört mit ihren Beinen



ITHACA (USA). Die Spinne der Art Phidippus audax sieht mit ihren vier Augen äusserst scharf. Wie es aber um das Gehör des nur ein Zentimeter grossen Tieres steht, war bislang unbekannt. Jetzt haben US-Forscher herausgefunden, dass die nordamerikanische Spinne durchaus Geräusche wahr-

nimmt – nämlich über ihre Beinhaare. Eine menschliche Stimme spürt sie bis auf drei Meter Entfernung an ihren feinen Härchen. Darauf erstarrt die Spinne schockartig, wohl um potenziellen Fressfeinden möglichst nicht aufzufallen. sci
FOTO: T. SHAHAN, GETTY

Gier trieb die Wikinger nach Grönland

DUBLIN. Vor rund 1000 Jahren segelten die Wikinger nach Grönland, um sich dort als einfache Bauern niederzulassen. Das schlossen Wissenschaftler aus zahlreichen Knochenfunden von Nutztieren wie Kühen oder Schafen. Neuere Ausgrabungen auf der Insel brachten jetzt aber Gegenstände zu Tage, die überhaupt nicht in dieses Bild passen: Knöpfe aus Elfenbein sowie Knochen von Walrössern. Gar 60 bis 80 Prozent aller Knochenfunde aus den ehemaligen Siedlungen stammen von der grossen Robbenart. Daraus schliessen die Archäologen, dass die Wikinger nicht wegen des Farmlandes, sondern wegen der Jagdbeute nach Grönland kamen. Dabei stand das Fleisch der Tiere aber bloss an zweiter Stelle. Weit wichtiger war das Elfen-

bein der Stosszähne, denn das wertvolle Material liess sich in Skandinavien nach Grönland, um sich dort als einfache Bauern niederzulassen. Die Geschäfte lohnten sich: Eine Ladung von 800 Kilogramm Elfenbein konnte damals gegen 780 Kühe getauscht werden. TSC

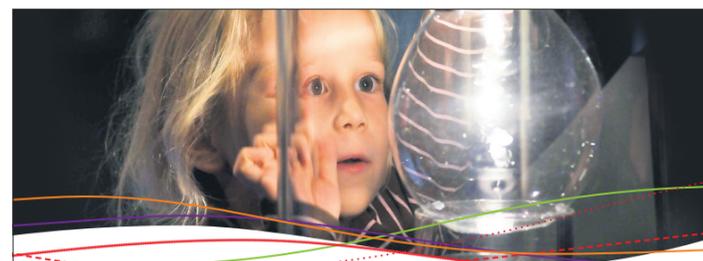


Nachbau eines Wikingerboots. PANTHER MEDIA

Produced by

Scitec-Media GmbH
Leitung: Beat Glogger
Verantwortliche Redaktorin: Santina Russo
info@scitec-media.ch, www.scitec-media.ch
Inseratverkauf: print-ad kretz gmbh

ANZEIGE



Vorfreude ist die schönste Freude

Auf ins Technorama – bei über 500 Experimentierstationen leuchten nicht nur Kinderaugen.

www.technorama.ch



Das Cockpit der ersten Mondreise erkunden

WASHINGTON. Am 21. Juli 1969 betrat der Amerikaner Neil Armstrong als erster Mensch den Mond. Zuvor flog er drei Tage in sogenannten Kommandomodul durchs All. In der Kapsel von drei Metern Höhe und vier Metern Breite war Armstrong zusammen mit zwei Kollegen und einer Vielzahl von Gerätschaften eingequetscht. Nun kann ihr Fluggefährt erstmals als dreidimensionales Modell online erkundet werden. Dafür haben US-Forscher das Original genau gescannt. Auf diese Weise haben sie selbst die Wandkritzeleien der Astronauten ins Modell übertragen. sci
3D-Apollo.20min.ch



Apollo 11 brachte Menschen zum Mond. MASA