

Der zweigleisige Kampf gegen die Grippe

GRIPPE Heute ist nationaler Grippeimpftag. Zu diesem Anlass bieten verschiedene Hausarztpraxen im Unterland spontane Grippeimpfungen an. Auch die Homöopathie sagt der Grippe den Kampf an – doch nicht alles, was sich so nennt, ist gesund.

Plötzliches Fieber und Schüttelfrost, Gliederschmerzen, Kopfweh und der dringende Wunsch, die Woche im Bett zu verbringen: Vor einer Grippe ist kaum ein Mensch gefeit. Besonders in der kälteren Jahreszeit mehren sich die Grippefälle, denn die Viren zirkulieren vor allem im Winter. Gemäss Zahlen des Bundesamts für Gesundheit (BAG) steigen die Verdachtsfälle auf Influenzazerkrankungen im Kanton Zürich und Umgebung von fast null auf mehr als 400 pro 100 000 Einwohner, wenn erst einmal die Feiertage vorüber sind.

Um sich möglichst gut zu schützen, empfiehlt das BAG, sich zwischen Mitte Oktober und Mitte November impfen zu lassen. Anlässlich des Grippeimpftages heute kann man sich ohne Voranmel-

dung in der Praxis von teilnehmenden Hausärztinnen und -ärzten impfen lassen (mehr dazu im Kasten). Diese Empfehlung gilt insbesondere für Menschen mit einem erhöhten Komplikationsrisiko, also ältere Menschen, chronisch Kranke und Schwangere. Für sie kann eine Grippe lebensgefährlich sein: In der Schweiz sterben jährlich bis zu 1500 Menschen daran, darunter vor allem ältere Personen.

Verhärtete Fronten

Dreht sich ein Gespräch um Impfungen, zeigen sich die Fronten zumeist verhärtet – man schwört auf die Schulmedizin und hält Homöopathie für wirkungslos oder verteidigt Letztere und unterstellt den Medizinerinnen Lobbyismus. Dabei gibt es ebenso

Positionen in der Mitte. Ein Beispiel dafür ist Adrian Schneider, der in Bülach die Praxis für klassische Homöopathie führt. Die Praxis feiert heuer ihr zehnjähriges Bestehen. «Ich bin durchaus offen gegenüber der Schulmedizin. Schliesslich wollen Ärzte dasselbe wie ich: Menschen heilen», sagt der 39-Jährige. Er sieht in der Zusammenarbeit von Homöopathie und Schulmedizin grosses Potenzial.

Derzeit sieht er in der Grippeimpfung allerdings noch verschiedene Probleme. «Die Praxiserfahrung zeigt mir, dass vor allem ältere Menschen häufig erst nach einer Impfung an der Grippe erkranken.» Eine Erkrankung hänge oftmals auch mit der psychischen Verfassung eines Menschen zusammen, die von der Schulmedizin aber nicht beachtet würde. Vor allem gebe sie nur eine Antwort auf eine Krankheit, die sehr vielfältig ist. «Es macht einen Unterschied, ob ein Kind



Ein kleiner Pieks schützt vor dem Grippevirus – doch es gäbe auch die Variante Globuli.

Archiv ZU

HEUTE IMPFEN OHNE ANMELDUNG – DIE PRAXEN IM UNTERLAND

Wer sich am heutigen Grippeimpftag impfen lassen will, kann dies ohne Anmeldung und für 30 Franken in einer der folgenden Praxen tun (nach Bezirk und alphabetisch geordnet). Die Liste stammt vom Kollegium für Hausarztmedizin und findet sich auch im Internet unter www.kollegium.ch. ssa

Bezirk Bülach

Bachenbülach: Dr. med. Walter Strupler, Dorfstrasse 26
Bassersdorf: Praxis am Chreisel, Klotenerstrasse 8
Bülach: Dr. med. Rolf Bösch, Bahnhofstrasse 8
Flughafen: Dr. Peter Krebs,

Airport Medical Center
Freienstein: Dr. med. Stefan Jeggli, Dorfstrasse 51
Glattbrugg: Ärztinnen-Praxis, Bettackerstrasse 7
Kloten: Dr. med. Martin Egloff, Schürbungertweg 15
Kloten: Santémed Gesundheitszentrum Kloten, Bachstrasse 9b
Kloten: Swiss International Air Lines Ltd. / Medical Services, Obstgartenstrasse 29
Nürensdorf: Dr. med. Walter Hugentobler, Lindauerstrasse 2
Nürensdorf: Dr. med. Niklaus Buchegger, Leberstrasse 11
Rafz: Dr. med. Alfons Sutter, Sonnefeld 22
Wallisellen: Dr. med. Hans Peter

Bochsler, Kiesackerstrasse 3
Winkel: Dr. med. Daniela Friedrich, Embracherstrasse 10

Bezirk Dielsdorf

Adlikon: Dr. med. Daniel Gerber, Breitackerstrasse 27
Dänikon: Pract. med. Zoltan Bokor, Hauptstrasse 29
Dielsdorf: Dr. med. Peter Wespi, Schulstrasse 12
Niederhasli: Dr. med. Giovanni Fantacci, Langackerweg 25
Oberglatt: Dr. med. Hans Hugenmatt, Allmendstrasse 20
Regensdorf: Dr. med. T. Rauf, Dällikerstrasse 37
Rümlang: Dr. med. Gabriel Jaschko, Obermattenstrasse 7

während einer Grippe weinerlich oder aggressiv ist. In der Homöopathie sucht man individuelle Lösungen und stärkt das Immunsystem so, dass der Körper sich selbst heilen kann.»

Vorsicht vor Marketing-Gags

In einem Punkt sind sich Schulmedizin und Homöopathie allerdings einig: Eine «homöopathische Impfung» gegen Grippe, wie sie teilweise angeboten wird, gibt

es nicht. Das Heilmittelinstitut Swissmedic warnte schon vor ein paar Jahren vor dieser Art der Behandlung. Sie «sind irreführend und können Patienten massiv gefährden», schreibt das Institut in einem Artikel, der in der «Ärztezeitung» erschienen ist. Dort wird weiter festgehalten, dass insbesondere Risikopatienten sich nach der Anwendung homöopathischer Präparate in falscher Sicherheit wiegen könnten.

Auch Schneider spricht sich gegen das vermeintliche Patentrezept aus, allerdings aus einem anderen Grund: «Homöopathie, die nicht auf das Individuum massgeschneidert ist, ist ein reiner Marketing-Gag.» Die homöopathischen Mittel würden immer individuell bestimmt und nicht nach Symptomen abgegeben. «So sehr Swissmedic und ich Hund und Katze sind: Hier unterschreibe ich ihr Votum.» Sharon Saameli

Das Bier aus der Waschküche

RÜMLANG Im Hirn des Rümmlangers Hugo Gutknecht hat sich schon manch eine (Bier-) Idee zusammengebraut. Und ist sie erst ausgegoren, will er sie präsentieren – zum Beispiel an seinen vierten Unterländer Biertagen am Wochenende in Oberglatt.

Wenn es um Bier geht, dann geht es für Hobbybraumeister Hugo Gutknecht definitiv nicht einfach um Bier. Dann geht es um Kunst und Handwerk, Gefühl und Sinne, Leben und Zeit. Nicht aber um Geld. Darum investiert er leidenschaftlich von all dem in das Gebraue der edlen Art. Auch Geld, jedoch: Exquisites bis extravagantes Bier soll aus seiner Hobbyarbeit zurückfliessen, nicht Geld. «Wegen des Geldes tut man sich das nicht an.»

Craft-Bier nennt sich das Produkt, das in dieser Art der Braukunst geschaffen wird, oft in sogenannten Mikrobrauereien, von einzelnen Angefressenen oder

kleinen Teams in kleinen Mengen. Doch ist das letztlich keine Bedingung. «Es gibt keine offizielle Definition», sagt Gutknecht. Das Gegenteil von Craft-Bier ist das, womit Grossbrauereien in Unmengen lieblos den Markt fluten und was Gutknecht «Industriepfützen» nennt.

«Bier hat Charakter und soll mit viel Liebe und Hingabe gebraut werden», schreibt der Braukünstler im Ausstellerguide zu den Biertagen. Craft bedeutet in Englisch Handwerk, aber auch Geschicklichkeit, Kunstfertigkeit. Der Kunstbrauer sei für Interessenten da, man könne ihm zuschauen, ihn fragen, was, wie, woher, warum. «Und dann komme ich ins Erzählen. Ja, das ist für mich eine Definition. Der Craft-Bier-Brauer soll erzählen.» Es sei wie mit dem Arzt und Apotheker: «Lerne den Brauer deines Vertrauens kennen.»

Und wie er erzählen mag, der beruflich als Erwachsenenbildner und Personalcoach tätige Rüm-

langer «Ureinwohner» und als Hobbybrauer bei internationalen Wettbewerben mit verschiedenen Goldmedaillen ausgezeichnete Hersteller von Gutknecht's Hammerbier. Er stellte es am vergangenen Montagabend aufs Lebhafteste unter Beweis: Noch hat er kaum alle Fragen für das Zeitungsinterview beantwortet, stehen drei Betriebswirtschaftsstudenten der Zürcher Hochschule für angewandte Wissenschaften in seinem Bierkeller – eine kleine Bar neben seiner Hausbrauerei in der Waschküche, wo neben seinen beiden langjährigen 100-Liter-Braupfannen seit diesem Jahr eine dritte steht.

Businessplan ohne Business

Die Studenten sollen für das Fach «Innovation und Entrepreneurship» einen Businessplan für ein reales oder fiktives Unternehmen entwerfen. Reto Hinnen ist Rümmlanger und kennt Gutknecht seit langem, von Dorffesten, über Eltern und Bruder und Facebook. So kam der Kontakt zustande, und der Braumeister, der mit Brauen «Spass haben, aber sicher nicht reich werden will» und also eher keinen Businessplan braucht, findet es cool. Und beantwortet den Studenten mit diesem «Glänzen in den Augen» die gleichen Fragen, die er eben gerade schon einmal beantwortet hat.

Und erzählt: von seinen Anfängen, wie er das Brauerverstehen hat, von seiner ersten Kleinstation und deren Ausbau im immer noch kleinen Rahmen. Von seinen Bierkreationen mit Honig und Marroni, Kakao und Chili, der jüngsten mit frischen Apriko-

sen. Von chinesischem und ganz neuem australischem Hopfen. Dazu schenkt er aus – «Wie findet ihr es?» – und erzählt, wie sein Bier zum Hammer kam, von den bevorstehenden Biertagen, der grössten Brauerausstellung in Nürnberg, zu der er gleich am Montag nach den Biertagen fahren wird.

Zu viel, um hier alles wiederzugeben. Aber man darf ihn fragen, er erzählt alles gerne wieder und wieder – an den Biertagen, am Samstag darauf am Martinimarkt in Rümlang, bei sich im Bierkeller, dies ganz nach dem Motto: Fragen Sie Ihren Arzt und Apotheker – oder den Brauer Ihres Vertrauens. Markus Fürst

UNTERLÄNDER BIERTAGE

Die vierten Biertage, die Hugo Gutknecht organisiert, finden am Wochenende, 7./8. November, in der Chliethalle Oberglatt statt. 20 Klein- und Kleinbrauer aus Bülach, Höri, Niederglatt, Dübendorf, Wallisellen, aber auch aus der Innerschweiz und dem Tessin und aus Rümlang präsentieren über 100 Bierunikate. Dies bei freiem Eintritt und kostenloser Verlosung einer 1000-fränkigen Uhr. Es werden aber auch Nichtalkoholika angeboten sowie Weisswürste, Bretzeln und eine vom Rümmlanger Dorfmetzger speziell kreierte Grillwurst mit Gutknechts Lyoner Goldmedaillen. Öffnungszeiten: Samstag, 7. November, 14 bis 24 Uhr, Sonntag, 8. November, 11 bis 18 Uhr. *füm*

Mehr Vereine am Martinimarkt

RÜMLANG Am Samstag, 14. November, findet wieder der Martinimarkt statt. Die Besucher haben rund 80 unterschiedliche Stände zur Auswahl und können auf dem Gemeindehausplatz bis spät in die Nacht festern.

Caroline Nesshold, Vizepräsidentin des Gewerbevereins Rümlang, der den Martinimarkt organisiert, ist erfreut: «Wir haben dieses Jahr so viele neue Aussteller und dadurch ein überaus abwechslungsreiches Angebot.» Bis am Mittwoch konnte sie 79 angemeldete Stände verzeichnen; sie vermutet allerdings, dass es noch mehr werden dürften: «Einige Aussteller stehen jeweils am Samstagmorgen dort und wollen noch einen Platz», erklärt Nesshold.

Zu den Neugemeldeten gehören dieses Jahr auch Rümmlanger Vereine: Die Fussballer der Gruppe Sportivo Italiano betreiben ein Pastazelt, die Männer vom 8153 Gentlemen's Club haben eine Vinothek, und bei Vögi's Chäller ist ebenfalls Wein im Angebot. Es gibt auch Raclette oder Fondue, asiatisches Essen oder Grillwaren. Sämtliche Bars und Foodstände befinden sich vor dem Gemeindehaus: «Die Stände auf der Strasse müssen zwischen 21 und 22 Uhr aufräumen. Jene auf dem Gemeindehausplatz dürfen länger offen sein», erklärt Nesshold.

Am Samstag läuft es besser

Sie stellt allgemein fest, dass der Markt, seitdem er vor einigen

Jahren vom 11. November auf den darauffolgenden Samstag verschoben wurde, viel besser läuft. Auch die freiwilligen Helfer des Gewerbevereins legen sich dieses Jahr ins Zeug: «Der Helferplan ist schon voll. Wir haben keine einzige freie Schicht mehr», schwärmt die Organisatorin.

Für die musikalische Unterhaltung ist die Guggenmusik Einhorngusler Rümlang zuständig. Sie spielt ab 16 Uhr an verschiedenen Plätzen und am Abend im Studententakt im Festzelt. Es waren auch die Einhorngusler, die den Rümmlanger Martinimarkt einst ins Leben gerufen haben. «Der Ursprung liegt in der Fasnacht, die am 11. November beginnt. Die ersten Jahre haben die Einhorngusler den Event alleine organisiert. Danach haben wir übernommen und mit dem Markt begonnen», erzählt Nesshold. Seither zieht der Markt jährlich zahlreiche Besucher aus Rümlang und der Umgebung an. Katja Büchi

Der Martinimarkt in Rümlang findet am Samstag, 14. November, von 11 bis 21 Uhr statt. Die Bars der Vereine auf dem Gemeindehausplatz haben bis 24 Uhr geöffnet und das Festzelt des Gewerbevereins ist bis circa 1 Uhr offen. Der Markt erstreckt sich vom Alterszentrum Lindenhof über die Linden-/Oberdorfstrasse bis zur Schulstrasse und von der Oberdorfstrasse bis zum Kreisel an der Glatthalstrasse.



Hugo Gutknecht (v. l.) mit Reto Hinnen, Gabriel Iff und Lukas Herzog. *füm*