

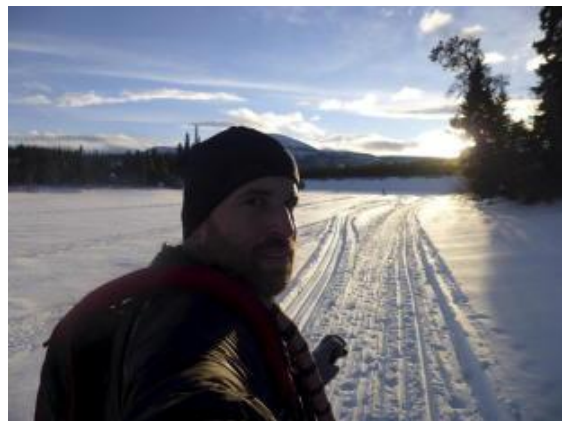


10.01.2015 03:00 | Robin Göckes

Extremsport für die Forschung

Sachsenhausen

Noch einen knappen Monat hat Jörn Theissig Zeit, sich auf die Extrembedingungen einzustellen, die ihn bei seinem Ultralauf im hohen Norden Kanadas erwarten. Was Kälte, Isolation und Anstrengung mit seinem Körper machen, wird von einem Berliner Wissenschaftler dokumentiert.



Schon einmal hat Jörn Theissig das Abenteuer in Kanada gesucht. In diesem Jahr sollen die Daten, die sein Körper liefert, aufgezeichnet werden.

Eisige Nächte bei bis zu minus 50 Grad Celsius, Schlafmangel, ein Laufpensum von 70 Kilometern am Tag und 700 Kilometern insgesamt sowie eine menschenleere Schnee-Einöde, aus der auch im Notfall nicht ganz ohne Weiteres entkommen kann – auf Jörn Theissig wartet der Yukon Arctic Ultra, einer der härtesten Ultra-Marathons der Welt. Anfang Februar bricht der Sachsenhäuser Kriminaloberrat ins kanadische Whitehorse auf, um seine psychischen und physischen Grenzen auszuloten. Die vergangenen Monate hat er sich akribisch auf sein Abenteuer in Schnee und Eis vorbereitet (wir berichteten).

Einzigartige Kombination

Am Startpunkt seines selbst auferlegten Martyriums wird Dr. Mathias Steinach vom Zentrum für Weltraummedizin der Charité Berlin auf ihn warten. Was für Theissig eine große Herausforderung darstellt, ist für den Wissenschaftler eine gute Gelegenheit, seine Forschungen voranzubringen und wertvolle Daten zu sammeln. „Diese Kombination aus Reizarmut, dem Schlafmangel, der körperlichen Anstrengung und den psychologischen Auswirkungen findet man nur beim Yukon Arctic Ultra. Im Labor lässt sich das nicht nachvollziehen“, sagt Steinach.

Der Wissenschaftler weiß, wovon er spricht. 2013 war er schon einmal bei dem Lauf dabei, um Daten zu sammeln, die ihm dabei helfen sollen zu verstehen, wie sich die extreme Umgebung auswirkt. „Das ist eine extreme Belastung für den Körper, schon durch den Energieumsatz, der durch die 70 Kilometer lange Laufstrecke täglich zustande kommt“, sagt Steinach.

Die Untersuchung der Auswirkungen von extremer Kälte auf den Organismus sowie dessen Strategien zur Anpassung an lebensfeindliche Umgebungen ist eines der Forschungsfelder, auf die das Zentrum für Weltraummedizin der Charité Berlin Licht werfen möchte. Steinach wird den Ultraläufer Jörn Theissig vor dessen Start mit Messinstrumenten ausstatten, die kontinuierlich dessen Vitalfunktionen aufzeichnen. „Die Körperzusammensetzung, die Muskulatur, die fettfreie Masse des Körpers und natürlich auch das Körpergewicht spielen dabei eine Rolle“, erklärt der Wissenschaftler. Neben der kontinuierlichen Aufzeichnung der Daten wird Steinach an mehreren Zwischenstationen auf Theissig warten, um dort einzelne Untersuchungen vorzunehmen.

„In ihrer eigenen Welt“

So ist er auch schon 2013 vorgegangen, weshalb er weiß, in welchem Zustand die Extremsportler bei ihm eintreffen. „Ein bisschen sind die in ihrer eigenen Welt. Sie sind durchgefroren und psychisch angreifbar. Die sind ganz einfach fertig“, bringt es der Forscher auf den Punkt.

Das weiß auch Jörn Theissig, weshalb er sich nicht nur mit körperlichem Training vorbereitet, sondern auch seine Psyche in Topform bringt. Während er wenige Wochen vor dem Lauf die körperlichen Trainingseinheiten langsam zurückfahren wird, soll an der mentalen Stärke weiter gearbeitet werden. Neben der Motivation, die er von sich aus aufbringt, gibt es noch einen anderen Grund für Theissig durchzuhalten. Er hat aus seiner Teilnahme am Yukon Arctic Ultra einen Spendenlauf für den Verein „Projekt Schmetterling“ gemacht, der sich um die Verbesserung der psycho-onkologischen Betreuung von Krebspatienten bemüht. Mit Meilenpatenschaften sammelt er während seines 13-tägigen Laufs Geld für den guten Zweck.

(göc)