

Angst vor Seekrankheit?

Wenn man einen Segeltörn plant, hört man von vielen Seiten die nett gemeinte Frage, ob man denn nicht seekrank werde. Dummerweise weiss man ohne erste Erfahrungen auf einem Boot nicht, ob man von dieser üblen Krankheit befallen werde oder nicht.

Die landläufig bekannten Symptome der Seekrankheit sind Übelkeit, Schwindel, Müdigkeit, Kopfschmerzen und Erbrechen. Dabei unterscheiden sich die Erscheinungen, die in Zusammenhang mit dem Leben auf dem Wasser auftreten, nicht von denjenigen der «normalen» Reisekrankheit. So ist denn die Seekrankheit auch im medizinischen Bereich angesehen als ein Teil der Reisekrankheiten.

Unter Reisekrankheit kann man sich nicht gerade etwas vorstellen, wenn man nicht selbst einmal darunter gelitten hat. Es sind aber zahlreiche Menschen, die darunter leiden, wenn sie von den modernen Fortbewegungsmitteln Gebrauch machen. So wird vielen Menschen übel, wenn sie in einem der mit der besten Technik ausgestatteten Hochgeschwindigkeitszüge reisen. Es herrscht keine Einigkeit darüber, weshalb die Reisekrankheit auftritt.

Gemeinsam ist aber allen Arten, dass sie dadurch entstehen, dass durch ein schnelles Fortbewegungsmittel Übelkeit zum regelrechten Problem wird. So gibt es beispielsweise Menschen, die Probleme bekommen, wenn sie in einem Zug in rückwärtsgewandter Richtung mitfahren müssen. Bei Platzreservierungen müssen diese Leute immer darauf achten, auch wirklich einen Platz zu bekommen, der in Fahrtrichtung geht.

Linderung verschafft meistens der Blick aus dem Fenster. Wenn statt den statischen Buchstaben in einem Buch plötzlich Wiesen, Wälder und Wanderwege vorbeiflitzen, gehen auch im Auge die gleichen Prozesse vor wie im Gleichgewichtsorgan des Ohrs. Die Sinne arbeiten in diesem Fall zusammen.

Wenn auch dies nichts nützen sollte oder keine Fenster oder Luken zum Herausschauen bleiben, kann man auf vorbeugende Medikamente setzen. Bei der Wahl eines solchen Präparates sollte man sich auf die Beratung eines Arztes oder Apothekers verlassen. Bei Seglern gilt als heimliches Wundermittel die Einnahme von Ingwer vor dem Auslaufen. Medizinisch ist aber die Wirksamkeit von Ingwer nicht vorbehaltlos abgeklärt. Gegenüber von Placebos zeigen sie eine Wirkung, sie ist allerdings nicht schlüssig erklärbar.

Quellen und weiterführende Infos: Reisekrankheit bei der Wikipedia
Seekrankheit - ein Geo Artikel