

Internationaler Wettkampf „Cybathlon“ geht diesmal online über die Bühne:

Steirer fährt mit Gedanken

Was Menschen mit motorischen Behinderungen mit Hilfe modernster Prothesen bewältigen können, zeigt der Wettbewerb „Cybathlon“. Für Österreich ist das Team „Mirage91“ von der TU Graz dabei. Der querschnittsgelähmte Pascal Prietl steuert mit seinen Hirnströmen einen Avatar über einen virtuellen Parcours.

In dem in Zürich ins Leben gerufenen Wettkampf zeigen Menschen mit Beeinträchtigungen, was Roboter- und Neurotechnologie zu leisten imstande sind und wie Assistenztechnologie im Alltag entlasten kann.

Das Team der TU Graz rund um Gernot Müller-Putz (Leiter des Instituts für Neurotechnologie) startet beim virtuellen Rennen mit Gedankensteuerung. Im Mittelpunkt dabei: Gehirn-Computer-Schnittstellen (BCI). Sie nutzen Hirnsignale, die etwa mittels einer Kappe mit Elektroden gemessen werden, und übersetzen sie in technische Steuer-

signale. Neben der Technik steht vor allem der BCI-Pilot im Zentrum, der sich konzentriert bestimmte Aufgaben vorstellen muss, die gut erkennbare Hirnsignale erzeugen (wie Rechnen etwa oder Bewegungen).

Das Grazer Team „Mirage91“ wird mit seinem Piloten Pascal Prietl gegen zwölf weitere Race-Teams antreten. Der gelernte Elektroinstallateur (33) hatte vor 13 Jahren einen Verkehrsunfall und ist seither querschnittsgelähmt. Seit März 2019 trainiert er regelmäßig an der TU Graz oder bei sich daheim südlich von Graz. „Der für unseren Kandida-



Foto: Cybathlon

Pascal Prietl wurde im Vorjahr mit dem TU-Graz-Team Zweiter

ten zu fahrende Parcours wird zufällig generiert. Er wird ihn am Donnerstag fahren. Unser Team richtet bereits alles für die Auf-

zeichnung her“, sagt Müller-Putz. Für Interessierte werden die Rennen ab heute auf www.cybathlon.com übertragen. Michael Jakl

Um heutzutage von A nach B zu gelangen, haben wir so viele Möglichkeiten des Vorwärtkommens und des Transportes, die uns viele Destinationen erreichbar machen, ohne dass wir viel Kraft aufwenden müssten. Das bringt auch einige Nachteile mit sich. Durch den Ausstoß von CO₂ etwa wird die Umwelt belastet, sobald wir einen Motor starten, der das Gefährt in Gang setzt. Und wir selbst bewegen uns kaum mehr. Der Körper ist beim Menschen aber so angelegt, dass er selbst die Distanzen bewältigt.

Mit dem Gänsefingerkraut (Potentilla anserina) sei also unser Augenmerk heute auf die Gliedmaßen gelegt, die mit Muskeln und Sehnen in direkter Verbindung stehen. Ohne sie wäre ein aufrechter Stand,



ein Gehen, Steigen, Laufen und Klettern schier unmöglich. Andererseits wissen wir genauso gut, dass auch diese an ihre Grenzen der Belastbarkeit stoßen. Spätestens dann, wenn es in den Armen, Beinen oder Füßen schmerzt, müssen wir vermehrt auf die betroffenen Zonen achten.

Hing'schaut und g'sund g'lebt



KRÄUTERPFAFFER BENEDIKT

[facebook.com/kraeuterpfafter](https://www.facebook.com/kraeuterpfafter) [kraeuterpfafter.at](https://www.kraeuterpfafter.at)

Kräuterpfafter-Zentrum, 3822 Karlstein/Thaya, Tel. 02844/7070-11

Für Muskeln und Sehnen

Gänsefingerkraut hilft entspannen

Im Gänsefingerkraut, das auch Anserine genannt wird und zur großen botanischen Familie der Rosengewächse zählt, finden sich Inhaltsstoffe wie etwa Phenolcarbonsäuren, Bitter- und Gerbstoffe sowie auch eine Reihe von

Flavonoiden. Seit jeher billigt man diesem Heilkraut aufgrund positiver Erfahrungen unter anderem eine krampflindernde Eigenschaft zu, die man auch dementsprechend genutzt hat.

So ist es also darauf rückschließend heute aktuell, das Gänsefingerkraut in Überlegungen mit einzubeziehen, die sich rund um die Pflege bzw. pflanzliche Begleitung von Muskeln und Sehnen richten. Und eines noch dazu: regelmäßiges vernünftiges Bewegen in Form von Spaziergängen und maßvoll praktiziertem Sport tragen sicherlich auch dazu bei, dass wir mit unserem ganzen Körper fit und vital bleiben.

Tee aufgießen

Bei Muskel- und Sehnenbeschwerden kann man Folgendes begleitend praktizieren: 2 Teelöffel voll getrocknetes und zerkleinertes blühendes Gänsefingerkraut mit ¼ Liter kochendem

Wasser übergießen und dann 15 Minuten zugedeckt ziehen lassen. Danach abseihen. Jeweils früh und abends 1 Tasse davon trinken. Gänsefingerkraut eignet sich auch für individuell zusammengestellte Teemischungen.