

Mit der Kraft des Waldes zur Gesundheit

Workshops und Ortstermin: Verwirklichung des Kur- und Heilwaldes Lahnstein kommt voran

Von unserer Redakteurin Karin Kring

■ **Lahnstein.** Warum führt die Suche nach Gesundheit Menschen so häufig in den Wald? Eine Frage, die vielleicht gar nicht so einfach und sachlich zu beantworten ist. Wald, das spüren Menschen immer wieder, tut einfach gut. Ein Spaziergang im Wald schafft Entspannung, macht das Loslassen möglich. Wald, „... das ist die bergende Heimat für die Verlassenheit der Seele“, schrieb der Forstwissenschaftler Gerhard Mitscherlich einmal. Wald, das haben Mediziner und Wissenschaftler längst erkannt, hilft heilen. In Lahnstein will man dieses Potenzial der Natur nutzen: In einem ganz besonderen Teil des Stadtwaldes soll ein Kur- und Heilwald entstehen.

Europas erster und bislang einziger zertifizierter Heil- und Kurwald befindet sich in Mecklenburg-Vorpommern in Heringsdorf auf der Insel Usedom. Die Stadt Lahnstein, eine der waldreichsten Kommunen in Rheinland-Pfalz, ist ebenfalls nun schon einige Jahre darum bemüht, einen solchen Kur- und Heilwald auszuweisen. Die Idee ist also nicht neu, inzwischen aber ist das Projekt einen großen Schritt vorangekommen. Denn das medizinische Konzept steht und wurde jetzt nach mehreren Arbeitsgesprächen in der Stadtverwaltung sowie in der Klinik Lahnstein vorgestellt. Daran beteiligt waren unter anderem Oberbürgermeister Peter Labonte, Dr. Jörg

Henning, Ärztlicher Direktor der Klinik Lahnstein, Mitarbeiter der Klinik, Forstamtsleiter Andreas Nick sowie sein Vorgänger Hans Leo Cremer, der die Idee einst mitentwickelt hatte, und Gäste aus Usedom. Denn man will das fachliche Wissen und die Erfahrungen des ersten deutschen Heilwaldes nutzen. Es wurde eine Kooperationsvereinbarung mit den Heringsdorfern geschlossen, die ihre Erfahrungen aus dem Pilotprojekt gerne und bereitwillig mit Lahnstein teilen. Karin Lehmann, die den Heil- und Kurwald in Heringsdorf betreut, und Prof. Dr. med. Karin Kraft (Stiftungsprofessur Naturheilkunde der Universitätsmedizin Rostock) waren in Lahnstein zu Gast, um

„Wir wollen keine Esoterik, sondern medizinisch-wissenschaftlich fundierte Therapien anbieten.“

Dr. Jörg Henning zum Konzept des Kur- und Heilwaldes Lahnstein

das laufende Verfahren zu unterstützen. Prof. Kraft hat von der Stadt Lahnstein den offiziellen Auftrag, ein medizinisches Gutachten über das potenzielle Heil- und Kurwaldgebiet abzufassen, das entscheidend für die Ausweisung eines solchen ist.

Nicht jedes x-beliebige Waldstück eignet sich allerdings zum Heil- und Kurwald. „Es geht hier um den Wald als wissenschaftlich fundiertes Therapeutikum für verschiedene medizinische Indikationen. Anwendungen können dann ärztlich verordnet werden“, erklärt Labonte. Der Teil des Lahnsteiner Stadtwaldes, der dafür infrage kommt, wurde gut ausgewählt, umfasst 20 Hektar und liegt etwas oberhalb des Spieß Born im Naturpark Nassau. „Hier haben wir einen Mischbestand mit uralten



Der Wald hilft heilen. Im Lahnsteiner Stadtforst soll ein Kur- und Heilwald entstehen.

Foto: dpa

Buchen, der seit mehr als 30 Jahren naturnah bewirtschaftet wird“, erklärte Andreas Nick. Das heißt, hier wurde natürliche Verjüngung betrieben, das Gebiet besteht zu 92 Prozent aus Laubholz. Es gibt Plateaulagen und leichte Hanglagen, Wiesenflächen wechseln mit Waldflächen ab, und es gibt auch ein hohes Artenvorkommen, unter anderem finden sich hier Schwarzspecht, Mittelspecht und Haselhuhn. „Wir sind sicher, dass hier der ideale Ort ist, um das Kur- und Heilwald-Konzept zu verwirklichen“, erklärte der Forstamtsleiter beim Ortstermin.

Wie der Kur- und Heilwald Lahnstein aussehen, wie er genutzt werden könnte, dazu gibt es bereits sehr konkrete Vorstellungen,

die Dr. Jörg Henning gemeinsam mit dem Team der Stadt Lahnstein erarbeitet hat und erläuterte. „Wir wollen keine Esoterik, sondern medizinisch-wissenschaftlich fundierte Therapien anbieten, die effektiv und doch zugleich schonend sind“, so der Ansatz. Der Wald werde für die verschiedensten medizinischen Bereiche nutzbar und heilend sein: In der Orthopädie, der Schmerztherapie, in der Psychosomatik, in der Ernährungsmedizin (auch bei Adipositas), bei Herz- und Kreislaufkrankungen und bei Lungenerkrankungen. Bei psychischen Erkrankungen wie Angststörungen oder Depressionen könne der Wald die Selbstwahrnehmung der Patienten über körpereigene Sinne fördern, zum Beispiel ein bewusstes

Wahrnehmen des Ichs, so Dr. Henning, inzwischen Heilwaldbeauftragter. „Allein dadurch, dass ein Therapieangebot in den Wald verlegt wird, riechen die Patienten etwas anderes, hören etwas anderes, erleben die Natur. Das sind eine ganze Menge Zusatzaspekte, die wir in einer zivilisierten Umgebung nicht mehr haben. Die Informationen an die Sinne verändern sich im Wald, man nimmt Dinge wahr, die wir in Klinikräumen nicht mehr wahrnehmen. Das sind eine ganze Menge Zusatzeffekte, die wir therapeutisch nutzen möchten.“ Es wird Therapiegeräte, Bänke und vieles mehr im künftigen Heilwald geben, „aber der Wald selbst ist auch Therapie. Vieles kann man draußen im Wald viel effektiver

machen“. Wichtig ist Henning auch, dass das Projekt Heilwald auf der Insel Usedom nicht kopiert wird. „Wir entwickeln unser eigenes, auf Lahnstein und die Umgebung zugeschnittenes Konzept.“

Dass dies alles verwirklicht werden kann, dafür stehen die Signale günstig. Das wurde beim Ortstermin deutlich, aber auch beim Vortrag von Prof. Dr. Kraft, die das ausgewählte Waldstück als „prädestiniert“ für das Projekt beurteilte. Eine Hürde gibt es allerdings noch: Das rheinland-pfälzische Landeswaldgesetz sieht bislang keine Grundlage für ein solches Vorhaben. Eine entsprechende Änderung sei jedoch aktuell in Arbeit.

Lesen Sie mehr auf Seite 23