

180 000 gingen auf dem Gratwanderweg

STOOS Vor zehn Jahren wurde der Gratweg Klingenstock-Fronalpstock etappenweise ausgebaut und teilweise verlegt – mit riesigem Erfolg.

ERNST IMMOOS

Zum 50-Jahr-Jubiläum machte der Verein Schwyzer Wanderwege zusammen mit zahlreichen Sponsoren und Frondienstlern dem Stoos ein bleibendes Geschenk. Der Gratwanderweg Fronalpstock-Huserstock konnte unter der Leitung von Thomas Bürgler ausgebaut und verlegt werden. Für die erste Etappe waren 3500 Frondienststunden nötig. Inzwischen ist der Gratweg unter der Leitung von Sepp Betschart bis zum Klingenstock hervorragend saniert und an gefährlichen Stellen mit Seilen gesichert worden. Dennoch bleibt aber so etwas wie die «Unvollendete», da der Weg immer wieder verbessert und zum Wohle der Wanderer attraktiver gemacht wird – unter anderem mit Bank-Tischgruppen und einer «Schutzgrube» für Wildiheimer, Wanderer und Werkgruppe. Gestern luden Morschach-Stoos-Tourismus und die Stoosbahnen AG alle am Gratweg Beteiligten zu einer Jubiläumsfeier auf den Fronalpstock ein. Die Tourismusanbieter ehrten als Überraschung alle «Wegbereiter» mit einem neuen Gipfelkreuz (Sponsor UAK).

Der Vereinspräsident Gratwanderweg Stoos, Sepp Betschart, richtete einen besonderen Dank an all jene, die den Gratweg ermöglichten und



Vereinspräsident und Wegchef Sepp Betschart (links). Thomas Bürgler (rechts) zeichnete für die erste Etappe verantwortlich. Im Hintergrund z'Husmattä Familiämsig aus Illgau.

Bilder Ernst Immoos

besserungen am aussichtsreichen Gratweg, welcher schweizweit zu den beliebtesten zählt, kommen immer mehr zum Tragen: Bisher erwanderten 180 000 Personen den Gratweg. An Spitzentagen sind bis 1500 Wanderer zwischen dem Klingen- und Fronalpstock unterwegs. Bruno Lifart, Stoosbahnen AG, Ivan Steiner, Morschach-Stoos-Tourismus, äusserten sich ebenfalls dankend und begeistert über den einzigartigen Gratweg, der wie Steiner ausführte, bei Zeitschriften nicht nur auf nationales Interesse stösst.

WC-Anlagen von Dringlichkeit

Wenn sich an Spitzentagen bis 1500 Personen auf der gegen drei Stunden dauernden Wanderung befinden, muss auch der eine oder andere «austreten»: «Es wäre sehr schade, wenn hier das Wort Latrinenweg zur Belastung würde», sagt Betschart. Der Verein Gratwanderweg Stoos denkt da an eine WC-Anlage in einem soliden Mehrzweckbau und Schutzraum für Wanderer. Es wäre denkbar, ein Wildiheimerhüttli auf halber Wegstrecke auszubauen. Als Vision nennt Betschart auch noch einen Wanderpark, der die drei Stoos-Gipfel Fronalpstock, Huserstock und Klingenstock mit einem Rundwanderweg erschliessen könnte.

ausführten. Besonders hob Betschart die Haupt-Initianten Karl Odermatt und Xaver Schuler hervor. Schuler war zugleich Vorplaner, erfolgreicher Sponsorenwerber und eigentlicher geistiger Vater des Projektes. Lob gab es ebenfalls für die ständigen Frondienstler Gottlieb Arnold, Willy Ehrlert und Chlaus Diener. Die ständigen Wegver-



Auf dem höchsten Froni-Gipfelpunkt wurde das neue Kreuz fertig montiert.



Dieses alte Wildiheimerhüttli gedenkt der Verein, in eine Mehrzweckhütte mit WCs umzubauen.

Wie bringt man Alterswarzen zum Verschwinden?

RATGEBER

Heute zum Thema: **Gesundheit**

- Stil
- Recht
- Beziehungen
- Geld
- Daheim
- Erziehung

Die «Flecken der fortgeschrittenen Jugend», so lautet meine etwas sympathischer klingende Bezeichnung für seborrhische Warzen, seborrhische Keratosen, Verrucae seborrhicae seniles oder eben auch Alterswarzen. Das sind alles synonym verwendete Begriffe für diese meist kosmetisch störenden, braunen Flecken auf der Haut.

Unterschiedlichste Formen

Die hellbraun bis schwarz pigmentierten, sehr flachen oder auch deutlich erhabenen und meist rau tastbaren Warzen treten in den unterschiedlichsten Körperstellen auf. Es sind aber völlig harmlose Neubildungen der Haut. Diese können mikroskopisch klein und daher zum Beispiel am Hals oder unter der weiblichen Brust nur minimal tastbar sein. Sie können aber auch bis zu mehreren Zentimetern Grösse bevorzugt am Rücken heranwachsen.

HAUT Wodurch entstehen die hässlichen flachen, teils aber auch erhöhten Alterswarzen auf der Haut? Können sie auch bösartig werden? Wie wird man sie wieder los? W. R. in M.

Seborrhische Warzen entstehen bei Frauen und Männern gleichermassen häufig, manchmal familiär gehäuft, und bevorzugt im höheren Lebensalter. Ein genauer Auslöser ist nicht bekannt. Es handelt sich aber definitiv nicht um eine Virusinfektion wie bei den sogenannten Verrucae vulgares (vulgären Warzen) an Füssen und Händen. Eine Ansteckung von Mensch zu Mensch ist bei seborrhischen Warzen nicht möglich.

Mechanische Irritationen dieser gutartigen Hautveränderungen, zum Beispiel durch Hemdkragen, Halskette, BH-Träger oder Gürtel, können zu kleinen Verletzungen und damit Entzündungen, Infektionen und Blutungen führen. In diesen Fällen empfehlen wir

eine Entfernung aus medizinischen Gründen.

Dermatologisch abklären

Aufgrund des sehr unterschiedlichen Erscheinungsbildes und der teilweise schwarz-braunen Pigmentierung dieser Warzen empfehlen wir in jedem Fall die abklärende Diagnostik beim Hautarzt. Mit Hilfe der digitalen Auflichtmikroskopie können rasch und exakt andere Pigment bildende Hautveränderungen wie etwa melanozytäre Nävuszellnävi (Muttermale) oder auch bösartige Tumoren wie das maligne Melanom (Schwarzer Hautkrebs) ausgeschlossen werden. Wir empfehlen in klinisch unklaren Fällen unbedingt die Einsendung des abgetragenen Gewebes ins dermatohistopathologische Labor, um einen Hauttumor auszuschliessen.

Obwohl sich gelegentlich oberflächliche Schichten der Warzen von selbst lösen können, verschwinden diese Hautveränderungen nicht gänzlich, sondern werden in aller Regel sehr langsam grösser, rauer und erhabener – in keinem Fall jedoch schöner.

Keine «Eigenoperation»

Die Abtragung der Warzen ist keine grosse Sache. Winzige Stellen können ohne örtliche Betäubung mittels einer Ringkürette abgelöst werden. Bei etwas grösseren Flächen ist eine Lokalanäs-

thesie zu empfehlen, um den Eingriff völlig schmerzlos zu gestalten. Die Einhaltung von Sterilität ist selbstverständlich, um Infektionen zu vermeiden. Daher sollte auch von einer «Eigenoperation» Abstand genommen werden. Bei rein ästhetischer Indikation kann eine Abtragung mit Laser erfolgen, jedoch ohne Möglichkeit der anschliessenden Gewebsuntersuchung.

Beim Eingriff entstehen sehr oberflächliche Schürfwunden mit kleinsten punktförmigen Blutungen. Diese werden je nach Grösse für ein bis zwei Tage mit einer Blut stillenden Watte und einem hautfarbigen Pflaster oder Steristrips versorgt. Anschliessend können nach dem Duschen die kleinen Wunden mit einer antibiotikahaltigen Creme nachbehandelt werden, bis die Haut vollständig zugeheilt ist. In den sechs bis acht Wochen danach ist auf konsequenten Sonnenschutz zu achten, um nicht postoperative Braunverfärbungen, sogenannte Hyperpigmentierungen, zu riskieren.

Die «Flecken der fortgeschrittenen Jugend» können bei entsprechender Veranlagung leider wiederkommen. Eine wirksame Prophylaxe im Sinne von Ernährungstipps oder anderen Verhaltensmassnahmen gibt es leider bisher nicht.

DR. MED. BIRGIT WÖRLE
Fachärztin am Ambulatorium für Dermatologie und Lasermedizin,
Hirslanden-Klinik Meggen,
Telefon 041 379 01 80
ratgeber@luzernerzeitung.ch



Auch auf Facebook. Üsi Ziitig.



Werden Sie «Bote»-Fan auf www.facebook.com/botederurschweiz

