

Verantwortungsvolles Waidwerk setzt körperliche Fitness voraus: Das gilt für diesen aktiven Jäger genauso wie für den klassischen Ansitzjäger.



## DAMIT SIE GUT IN SCHUSS BLEIBEN

*Dr. med. Stephan Gerbulet ist Internist und Waidmann. Für HALALI stellte der Mediziner eine kleine Checkliste zur Überprüfung der individuellen jagdlichen Fitness zusammen. Denn nur ein gesunder Jäger ist auch ein guter Jäger.*

Es heißt ja immer so schön: „Wir jagen mit allen Sinnen“. Von unseren fünf Sinnen sind für die Jagd zumindest das Gehör und die Sehkraft unverzichtbar. Benötigen wir sie doch dringend zur Wahrnehmung des anwechselnden Wildes, zum exakten Ansprechen und natürlich für den sicheren Schuss. Unser Geruchssinn spielt nur eine untergeordnete Rolle. Denn das Haarwild mit seiner feinen Nase ist dem Waidmann ohnehin stets einen großen Schritt voraus.

Für die verantwortungsvolle Ausübung unserer Passion müssen wir also gute Ohren und scharfe Augen haben. Aber auch unsere gesamte körperliche Konstitution sollte den hohen Anforderungen bei der Jagd in freier Natur genügen.

Die Aufstellung von Reviereinrichtungen, die Pirsch mit Rucksack, Fernglas und Gewehr oder gar das Bergen von

Schalenwild können sehr anstrengende körperliche Tätigkeiten sein. Ein Stück Rotwild zu zweit aus dem Bestand zu ziehen verlangt der Pumpleistung unseres Herzens einiges ab: Eine vergleichbare Belastung ergibt sich, wenn wir beim Strampeln auf dem Ergometer 250 Watt einstellen.

Deswegen ist es empfehlenswert, schon im Vorhinein zu überprüfen, ob wir uns für die Jagd in ausreichend guter Form befinden. Die Checkliste im Anschluss an diesen Artikel möchte zur größtmöglichen Sicherheit des Jägers und seiner Umgebung beitragen. Schließlich verlangt der Umgang mit der Jagdwaffe ein hohes Maß an Verantwortung.

Sollten Sie Zweifel an Ihrer gesundheitlichen Jagdtauglichkeit haben, suchen Sie bitte einen Arzt auf. Bedenken, dass bei kleineren gesundheitlichen Beeinträchtigungen der Jagdschein nicht mehr gelöst werden darf oder sogar eingezogen werden könnte, sind unbegründet!

Selbstverständlich unterliegt Ihr Mediziner stets der ärztlichen Schweigepflicht. Auch lassen sich die meisten „Wehwehchen“ rasch und gut behandeln. Dass die Erteilung des Jagdscheins aus gesundheitlichen Gründen durch das Ordnungsamt verwehrt wird, ist eine absolute Rarität. Dies könnte zudem auch nur der Amtsarzt veranlassen. ■

### Empfehlungen zur Gesundheitsprüfung ab dem mittleren Lebensalter

<b>Augen</b>	Regelmäßig <ul style="list-style-type: none"> <li>• Überprüfung der Sehkraft (Visus) für Nähe und Ferne</li> <li>• Überprüfung des Farbsehens (Rot-Grün-Schwäche)</li> <li>• Überprüfung des räumlichen Sehens</li> <li>• Messung des Augeninnendrucks</li> <li>• für Flintenschützen: Führungsauge bestimmen (Augendominanz)</li> </ul>
<b>Ohren</b>	Gelegentlich <ul style="list-style-type: none"> <li>• Bestimmung des Hörvermögens (Audiometrie)</li> <li>• Bereits Lärmschaden vorhanden? Tinnitus?</li> <li>• gegebenenfalls Anpassung eines aktiven innen liegenden Gehörschutzes</li> </ul>
<b>Herz-Kreislauf-System</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Belastungs-EKG, Bestimmung der körperlichen Leistungsfähigkeit (optional als Spiroergometrie mit Aussage zur Fitness)</li> <li>• Erkennen möglicher Einschränkungen</li> <li>• Blutdruckkontrolle</li> <li>• Langzeit-EKG</li> </ul>
<b>Blut</b>	Gelegentlich <ul style="list-style-type: none"> <li>• Kontrolle des Borellien-Titers (Zeckenbiss)</li> <li>• Kontrolluntersuchung hinsichtlich Diabetes mellitus (Typ 1 oder Typ 2)</li> </ul>
<b>Lunge</b>	Lungenfunktionstest (Asthma, Heuschnupfen, Allergie)
<b>Impfungen</b>	Tetanusschutz ausreichend? FSME-Impfung (Zeckenbiss), abhängig von der Region, sinnvoll?
<b>Bei Einnahme von Medikamenten</b>	Beipackzettel aufmerksam lesen bezüglich Hinweisen zur Einschränkung des Reaktionsvermögens/des Bedienens von Maschinen

Foto: Reiner Bernhardt