



Lukas Nagl vom Bootshaus in Traunkirchen kochte sich auf Rang 1. Foto: privat

## Ein junger Wilder am A-la-Carte-Firmament

Weitere Vier-Sterne-Inhaber sind Verdi in Linz, Mühlthof in Neufelden und Kapeller in Steyr

Von Karin Haas

LINZ. Er gilt als „junger Wilder“ mit kreativen Kochideen und Liebe zur Regionalität. Nun hat sich Lukas Nagl (27) vom Restaurant Bootshaus im Hotel „Das Traunsee“ in Traunkirchen in den Olymp gekocht. Zumindest im (ab heute) erhältlichen Gourmetführer A la Carte 2015 ist er auf Rang 1 aller Haubenlokale Oberösterreichs vorgerückt.

Nagl rangiert ex aequo mit Erich Lukas vom Verdi in Linz mit 91 von 100 möglichen Punkten. Verdi war im Vorjahr alleine die Nummer 1 im Lande gewesen. Nagl legte um fünf Punkte zu, Lukas zwei. Beide hatten und haben vier Sterne.

„Man darf sich darauf nichts einbilden und muss jeden Tag die Leistung halten“, sagt Nagl, der die „frohe Botschaft“ an seinem vorgestrigen 27. Geburtstag erfuhr. „Das Traunsee“-Chef Wolfgang Gröller schwebt auf Kulinarik-Wolken. Sein Lieblingsgericht ist Traunseekrebs-Suppe.

Nagls Favorit ist Rutzenmoser Biolamm vom Gnigler-Hof mit wildem Brokkoli, Feigen und Butterteig. Vor den Augen des Gastes wird Feigenblattöl in die Sauce ge-

gossen. Zwei Köche im Lande schwangen sich in die Vier-Sterne-Liga auf. Helmut Rachinger vom Mühlthof ist (mit Sohn Philipp) der Aufsteiger des Jahres in Oberösterreich. Er legte von 71 auf 90 Punkte zu und holte sich zwei Sterne zusätzlich vom Koch-Firmament.

Lukas Kapeller in Steyr, ebenfalls ein „junger Wilder“, legte um zehn auf 86 Punkte zu und pflückte sich einen Stern auf vier dazu. Neu in der Wertung ist Natur Gourmet Gorfer in Garsten mit zwei Sternen.

### Absteiger Almtalhof

Wo es Aufsteiger gibt, gibt es auch Absteiger. Am meisten büßte der Almtalhof in Grünau ein. Er rutschte um 14 Punkte nach unten auf 60 und musste zwei der drei Sterne lassen.

Das Maximum sind fünf Sterne, die ab 96 Punkten vergeben werden. Drei Restaurants erreichten 99 Punkte: Heinz Reitbauer (Steirereck in Wien), Andreas Döllner (Golling) und Simon Taxacher (Kirchberg/Tirol).

Weitere Wertungen finden Sie im Internet unter: [www.nachrichten.at](http://www.nachrichten.at)

# Waldzellerin verlor 64 Kilo „Ich hab’ mich halbiert!“

48-Jährige ließ sich nach starker Gewichtsabnahme Bauch straffen

„Manche Leute kennen mich gar nicht mehr, wenn sie mich auf der Straße sehen“, sagt Rosemarie Boden aus Waldzell im Innviertel. Sie ist rank, schlank, sportlich, trägt enge Jeans in Größe 38 und geht gerne zum Yoga. Noch vor zwei Jahren trug die heute 48-Jährige Größe 54 und brachte 128 Kilogramm auf die Waage. „Ich hab’ mein Leben lang mit dem Gewicht gekämpft. Schon in der Pubertät hatte ich einmal 100 Kilogramm, stellte meine Ernährung um und war dann viele Jahre sportlich und schlank, bis die Kinder kamen“, erzählt sie.

Nach drei Geburten, massiven Gewichtszunahmen, Bandscheibenvorfällen, Operationen und unzähligen Diäten beschloss Rosemarie Boden, einen radikalen Schnitt zu machen und ein neues Leben zu beginnen.

### Ein Quadratmeter Wundfläche

„Ich hab’ zwei Brüder in jungen Jahren verloren. Das löst einen Umdenkenprozess aus.“ Die Mutter von drei Söhnen (16, 18 und 21 Jahre) ließ sich einen Magenbypass setzen und nahm die Hälfte ihres Körpergewichts ab, was allerdings dazu führte, dass sich die überschüssige Haut an Bauch und Gesäß nicht zurückbildete. Vor zwei Wochen wurde bei der Innviertlerin von Primar Thomas Hintringer bei den Barmherzigen Schwestern eine Bauchdecken-



Primar Thomas Hintringer mit der erschlankt-gestrafften Rosemarie Boden.

straffung durchgeführt. Der Eingriff hat viereinhalb Stunden gedauert. Im Bauchbereich wurden 32 Zentimeter Haut entfernt, am Rücken 24 Zentimeter. Die Wundfläche betrug ungefähr einen Quadratmeter. „Bis vor wenigen Jahren war die Komplikationsrate noch relativ groß, heute liegt sie unter zehn Prozent“, sagt Hintringer. Die Kosten für den Eingriff wurden von der Gebietskrankenkasse übernommen.

Bei den Barmherzigen Schwestern in Linz wird eine derartige Operation ungefähr einmal pro Woche durchgeführt, Tendenz steigend, da die Zahl der Menschen mit Übergewicht im Steigen ist. „Nach radikalen Gewichtsabnahmen kommt es eben sehr oft zu Problemen mit überschüssiger

Haut – ob sich die Haut zurückbildet, hängt sowohl von genetischen Faktoren ab als auch von der Höhe der Gewichtsabnahme. „Eine Bauchdeckenstraffung kann die Lebensqualität von Patienten nachhaltig steigern. Das Selbstwertgefühl steigt und dies wiederum wirkt sich positiv auf die seelische Gesundheit aus.“

Die Operation könne nur dann durchgeführt werden, wenn keine größeren Gewichtsveränderungen mehr zu erwarten seien, so wie bei Rosemarie Boden aus Waldzell. Die Erschlankte strahlt über das ganze Gesicht – nicht nur, weil Abnahme und OP geglückt sind. „Ich hab’ einen neuen Lebenspartner. Der hätt’ mir sogar von der Operation abgeraten, weil er Angst um mich hatte.“ (bar)

## Diskussion über faire Bekleidung

Schreckliche Meldungen aus der Bekleidungsindustrie häufen sich. Auch Näherinnen in Kambodscha arbeiten unter unwürdigen Bedingungen: Hitze, Unterernährung, schlechte Belüftung führen dazu, dass viele krank werden. Bei einem Streik für bessere Löhne wurden vier Menschen erschossen.

Über den Kampf der Textilarbeiter in seinem Land berichtet deshalb am Montag, 13. Oktober, 18 Uhr, der kambodschanische Gewerkschafter Ath Thorn. Er diskutiert im AK-Kongressaal Linz gemeinsam mit Michaela Königshofer, Leiterin von „Clean Clothes“ und anderen Experten. Anmeldungen unter 0732/665391-6014.

## Männer achten viel zu wenig auf ihre Gesundheit

Die Aktion „Movember“ macht Männergesundheit zum Thema – viele Ärzte unterstützen das

Ein wesentlicher Grund für die kürzere Lebenserwartung von Männern: Das starke Geschlecht hält wenig von Vorsorgeuntersuchungen und sorgt sich auch sonst nicht genug um seine Gesundheit, sagt Wolfgang Loidl, Leiter der Abteilung Urologie des Linzer Prostatazentrums im neuen Vinzenz-Magazin. Die Früherkennung erfordert allerdings, dass Männer ab dem 40. Lebensjahr alle vier bzw. bei entsprechenden Ergebnissen des PSA-Test oder Erkrankungen in der Familie jedes Jahr zur Voruntersuchung kommen. „Viele tun das nicht, auch deshalb, weil sie große und oft sogar absurde Ängste vor dem Besuch beim Urologen haben“, sagt Loidl: „Manche fürchten schon, durch eine Untersuchung der Prostata ihre Potenz zu verlieren.“

Um seine Geschlechtsgenossen zum Nachdenken anzuregen, will sich der Primar im November einen Bart wachsen lassen. „Movember“ heißt diese mittlerweile weltweite Aktion, die mehr Aufmerksamkeit für das Thema Männergesundheit erzielen will.

Dabei geht es nicht allein um Prostatavorsorge: Dass Männer im Durchschnitt um 5,3 Jahre früher als Frauen sterben hat auch andere Ursachen: Übergewicht, körperliche Inaktivität oder doppelt so

„Viele Männer haben große und oft sogar absurde Angst vor Vorsorgeuntersuchungen.“

Wolfgang Loidl, auch der Urologie-Primar lässt sich im Rahmen der „Movember“-Aktion einen Bart wachsen



Foto: Spital

häufiger Alkoholkonsum wie Frauen gehören unter anderem dazu.

Dieser schlechte Lebensstil ist für viele weitere Krankheiten verantwortlich, die aus Nachlässigkeit oft zu spät erkannt werden. „Männer brauchen Beschwerden, dann erst gehen sie zum Arzt“, sagt Oberarzt Björn Jagdt, Leiter des Darmgesundheitszentrums im Spital der Barmherzigen Schwestern in Ried.

Movember ist eine weltweite Aktion. Dabei lassen sich jährlich im November Männer Oberlippenbärte wachsen, um Spenden zugunsten der Erforschung und Vorbeugung von Prostatakrebs und anderen Gesundheitsproblemen von Männern zu sammeln. Mehr Infos: [www.movember.com](http://www.movember.com)

## Riesen-Freude über „Hoamatland“-Gutschein

Shopping-Laune ist jetzt bei Familie Plakolm angesagt. Margit und Günther Plakolm aus Traun haben beim „Hoamatland“-Gewinnspiel der OÖNachrichten das große Los gezogen. Sie dürfen sich nun über einen Einkaufsgutschein von Trachtenmoden Egger freuen und können damit Trachten im Wert von 2500 Euro shoppen.

### Feierliche Übergabe

Elisabeth Schöffner (Bild: 2. von links) von Moden Egger und OÖN-Marketingleiter Peter Affenzeller (Bild: links) gratulierten dem Paar herzlich bei der Übergabe in der Lederfabrik in Linz-Urfahr.



WERBUNG

Foto: Köpf