

Die Grapefruit blockiert wichtige Enzyme und kann daher die Wirkung von Medikamenten beeinflussen. Foto: Andrea Warnecke/dpa-mag

Keine gute Kombination: Grapefruit und Medikamente

Wirken Medikamente auf einmal zu stark oder zu schwach, ist die Erklärung dafür womöglich in Obstkorb oder Saftkarton zu finden. Denn Grapefruits können die Wirkung von Arzneimitteln beeinträchtigen, wie die Verbraucherzentrale Rheinland-Pfalz warnt.

Betroffen sind unter anderem Medikamente, die Blutdruck und Cholesterin senken, aber auch Immunsuppressiva, die bei Autoimmunerkrankungen wie Rheuma oder Multipler Sklerose verordnet werden. Auch Wechselwirkungen mit einigen Krebsmitteln sind bekannt, schreibt der Krebsinformationsdienst, etwa mit dem Arzneistoff Imatinib**.**

Gewissheit, ob sich ein Medikament mit Grapefruit verträgt, bringt ein Blick in die Packungsbeilage oder eine kurze Abklärung in der Apotheke.

Die Zitrusfrucht enthält Inhaltsstoffe, die ein Enzym namens CYP3A4 in seiner Arbeit ausbremsen. Das ist ein Eiweiß, das für den Abbau und Umbau von Wirkstoffen aus Arzneimitteln wichtig ist. Ob man die Frucht frisch oder in Form von Saft konsumiert, ist dabei egal. Und: Schon nach geringen Mengen wie einem Glas Saft können sich Effekte zeigen.

Nun mag man auf die Idee kommen, ein paar Stunden zwischen Grapefruit-Genuss und Medikamenteneinnahme verstreichen zu lassen. Auch damit lassen sich Wechselwirkungen nicht umgehen - der Einfluss der Grapefruit auf den Stoffwechsel kann laut der Verbraucherzentrale Rheinland-Pfalz über mehrere Tage anhalten.

Die bittere Nachricht für alle Grapefruit-Fans lautet also: Wer ein Medikament einnimmt, das sich nicht gut mit der Frucht verträgt, sollte auf diese verzichten.

Übrigens: Auch bei anderen Zitrusfrüchten drohen Wechselwirkungen mit Medikamenten. Der Krebsinformationsdienst nennt als Beispiel Pomelo, eine Kreuzung aus Grapefruit und Pampelmuse.

Auch bei Limetten und Sevilla-Orangen, die auch als Bitterorangen bekannt sind, ist Vorsicht geboten. Orangen und Mandarinen hingegen gelten der Verbraucherzentrale zufolge als unbedenklich. Auch für Zitronen sind keine Wechselwirkungen mit Medikamenten bekannt. (dpa)

Vor dem Sturm: So schützen Sie Ihr Haus vor Schäden

In Teilen Deutschlands ziehen jetzt die ersten Herbststürme auf: Am Freitag soll es etwa im Westen und Südwesten Sturmböen geben, im höheren Bergland sind laut Deutschem Wetterdienst (DWD) auch schwere Sturm- und vereinzelte Orkanböen möglich.

Höchste Zeit also, das Haus und Grundstück möglichst sturmfest zu machten, etwa indem man leichte Gartenmöbel ins Haus bringt und Markisen einfährt. Lose Gegenstände auf dem Grundstück sollte man jetzt einsammeln und ins Haus, in die Garage oder in den Schuppen holen.



Herbststurm im Anmarsch: Schon Windstärken um die 40 km/h reichen aus, um leichte Gartenmöbel herumfliegen zu lassen. Foto: Jan Woitas/dpa/dpa-mag

MACHEN SIE DEN TEST: MIT DEM REGENSCHIRM

Und das ist auch dann eine gute Idee, wenn in Ihrer Region nur mit starkem Wind statt mit Sturm zu rechnen ist. Denn schon Windstärken um die 40 km/h reichen laut Prof. Norbert Gebbeken, Präsident der Bayerischen Ingenieurekammer-Bau, aus, um leichte Gartenmöbel oder Sonnensegel herumfliegen zu lassen. Sie können ja mal den Regenschirm-Test machen: Lässt der Wind ihn umspringen, muss man damit rechnen, dass lose Gegenstände am Haus und im Garten nicht mehr sicher sind.

Bei fest installierten Terrassenüberdachungen sollte man laut dem Verband Fenster + Fassade (VFF) außerdem prüfen, ob bewegliche Elemente wie Schiebeverglasungen, Seitenwände oder Sonnenschutzsysteme vollständig geschlossen sind. Das heißt, sie müssen eingefahren und verriegelt werden. Und sind die Halterungen des Balkonkraftwerks noch fest?

AUF ODER ZU? DAS GILT BEI ROLLLÄDEN

Machen Sie alle Türen zu, und zwar auch die im Keller, damit kein Winddruck im Gebäude entsteht. Auch die Fenster schließen. Sind sie gekippt und der Wind schlägt sie zu, kann das Glas brechen.

Doch was ist eigentlich mit den Rollläden? Sollten Sie besser oben bleiben oder geschlossen werden? Die Antwort: Beides geht, man muss sich aber entscheiden. Das heißt: Die Rollläden müssen entweder vollständig heruntergefahren werden oder aber ganz oben bleiben. Teilweise geschlossene Läden sind der Bayerischen Ingenieurekammer-Bau zufolge hingegen gefährlich. Der Wind kann dann in die Lücke zwischen dem Rollladen und dem Fenster eindringen - und so den Rollladen aus der Führung drücken.

FOLIE FÜRS DACH: FALLS DA WAS ABHANDEN KOMMT

Wichtig: Werfen Sie am besten schon einen Blick aufs Dach, bevor die Sturmsaison überhaupt beginnt: Denn sind Dachziegel gebrochen, kann ein starker Sturm Teile des Daches abdecken. Erkennt man Lücken im Ziegeldach rechtzeitig, kann man noch neue Ziegel anbringen und zusätzlich Dachklammern einbauen lassen. Das erhöht die Widerstandsfähigkeit gegen Wind.

In jedem Fall ist aber nach dem Sturm ein Blick aufs Dach sinnvoll: Für eventuelle Not-Reparaturen empfiehlt Gebbeken, stärkere Folie und Zeitungspapier bereitzuhalten. Hat der Wind ein Loch ins Dach gerissen, kann man nach dem Unwetter dann die Folie darüber legen und einige Ziegelsteine dick mit Zeitungspapier umwickeln oder ein Zeitungspaket schnüren und die Folie damit beschweren. Riskante Arbeiten, etwa an einem Steildach, sollten Sie aber unbedingt Fachleute überlassen, die wissen, wie man sich sichert. Klettern Sie auf keinen Fall selbst drauflos. (dpa)

Glatteis-Unfall: Haftet der Betreiber einer Sprinkleranlage?

Autofahrer müssen ihr Tempo an Witterung und Straßenverhältnisse anpassen. Sonst wird es schwer bis unmöglich, nach einem Unfall eine Verletzung der Verkehrssicherungspflicht durch Dritte geltend zu machen. Etwa dann, wenn von deren Grundstück Sprinklerwasser auf die Straße gelangt ist. Denn dafür muss der Verursacher nicht automatisch haften, wenn die Glättegefahr erkennbar war. Das geht aus einer Entscheidung des Oberlandesgerichts (OLG) Frankfurt am Main hervor (Az.: 14 U 88/24), auf die die Arbeitsgemeinschaft Verkehrsrecht des Deutschen Anwaltvereins (DAV) hinweist.

In dem Fall war ein Mann nach eigenen Angaben mit seinem Auto mit einem Tempo von bis zu 99 km/h unterwegs. Bei Temperaturen von bis zu minus zwei Grad kam er dann auf eisglatter Fahrbahn ins Schleudern und rutschte von der Landstraße. Im Bereich dieser Landstraße befand sich auch ein Holznasslagerplatz mit Sprinkleranlage.

Der Autofahrer behauptete, dass er auf einer von der Sprinkleranlage verursachten Glättestelle von der Straße abgekommen sei. Bei seiner anschließenden Klage gegen das Land Hessen als Betreiberin des Lagerplatzes ging es um ein gefordertes Schmerzensgeld von mindestens 450.000 Euro. Diese Klage wegen einer behaupteten Verletzung der Verkehrssicherungspflicht wies das Landgericht ab. Dagegen legten die Erbinnen des zwischenzeitlich verstorbenen Mannes Berufung ein.



Extreme Vorsicht, bitte: Autofahrer müssen ihr Tempo immer an die Witterungsverhältnisse anpassen. Foto: Karl-Josef Hildenbrand/dpa/dpa-mag

Aber auch das OLG Frankfurt am Main konnte keine für den Unfall ursächliche Verletzung von Verkehrssicherungspflichten feststellen. Dem Gericht zufolge müssten Verkehrsteilnehmer grundsätzlich Verkehrsflächen so hinnehmen und sich ihnen anpassen, wie sie sich ihnen erkennbar darböten: Mit typischen Gefahrenquellen sei zu rechnen. Auf Landstraßen außerorts müsse nur an besonders gefährlichen Stellen gestreut oder gewarnt werden, hieß es zur Begründung.

Kennzeichnend für solche Stellen sei eine objektive Gefährlichkeit sowie ein Überraschungsmoment. Dem Gericht zufolge sprach aber kein sogenannter Anscheinsbeweis dafür, dass die Sprinkleranlage des Platzes für so eine besonders gefährliche Stelle gesorgt hätte - und damit ursächlich für den Unfall gewesen wäre. Der Kläger konnte den erforderlichen Zusammenhang also nicht vollständig nachweisen.

Es konnte zudem auch nicht mehr zweifelsfrei geklärt werden, ob tatsächlich Wasser der Anlage auf die Straße gelangt war. Selbst wenn die Glätte durch die Anlage entstanden wäre: Diese wäre nicht überraschend gewesen, da diese Anlage für einen „durchschnittlich aufmerksamen Verkehrsteilnehmer ohne weiteres erkennbar" gewesen sei, so das Gericht. Der Fahrer selbst kannte zudem die Anlage, da er bis dahin seit sieben Jahren die Strecke täglich fuhr.

Selbst bei einer Pflichtverletzung des Landes wäre dessen Haftung deshalb hinter dem überwiegenden Mitverschulden des Fahrers zurückgetreten. Auch konnte eine stark erhöhte Unfallzahl am Holzlagerplatz nicht festgestellt werden. In rund 20 Jahren hatte sich dort nur ein einziger weiterer Unfall ereignet - zu einem Zeitpunkt, als die Sprinkleranlage außer Betrieb war.

Als weitere mögliche Ursachen für die Glätte kamen der hügelige und bewaldete Verlauf der Landesstraße sowie die feuchtkalte Witterung infrage. Auch ein Fahrfehler des Autofahrers, der bei diesen Bedingungen mit bis zu 99 km/h unterwegs war, blieb damit als mögliche Unfallursache bestehen. Die Berufung blieb also erfolglos. (dpa)

So steuern Sie Ihr Auto sicher bei Sturm

Herbstzeit - sonnig und mit dem Tanz güldner Blätter? Oder einfach nur grau - und extrem windig. Der Herbst hat viele Gesichter. Sturm zum Beispiel. Wer dann Auto fahren muss, kommt mit diesen Tipps des ADAC besser an:

- Besser auf laute Musik oder intensive Gespräche verzichten - und zwar egal, ob über Freisprechanlage oder mit den Mitfahrern.
- Mit beiden Händen am Lenkrad bleiben, so kann man schnell reagieren.
- Fuß vom Gas. Je langsamer man nun fährt, desto besser lässt sich mit dem Lenken noch etwas ausrichten. Erfasst eine Böe das Auto, kann nur gefühlvolles Gegenlenken helfen. Wer hektisch am Lenkrad dreht, kann hingegen ins Schleudern geraten.
- Bei Sturm besser den Abstand zu Vorausfahrenden noch einmal erhöhen und genug Abstand zur Seite einhalten. Das schafft mehr Raum, falls auf der Gegen- oder Nebenfahrbahn Autos oder Lastwagen durch den Wind ins Schlingern geraten. Den übrigen Verkehr beobachtet man am besten noch intensiver.

Den Kleinwagen trifft es auch, aber weniger. Vans, Kleinlaster, Busse oder Laster hingegen bieten dem Wind viel Angriffsfläche. Ebenso Gespanne mit hoch aufbauenden Anhängern oder Wohnmobile. Aber auch Dachboxen oder auf dem Dach montierte Fahrräder erhöhen die Angriffsfläche.

Wer mit Anhänger unterwegs ist und bemerkt, dass dieser unruhig wird, nimmt sofort Tempo heraus und bremst, um das Gespann zu stabilisieren. Das aber immer erst tun, nachdem man einen Blick in den Rückspiegel geworfen hat, um eine Gefährdung anderer auszuschließen. Nicht der Pendelbewegung hektisch entgegen lenken.Auch solche großen Fahrzeuge wie Busse und Lkw zu überholen, kann schnell brenzlig werden, wenn das eigene Auto aus deren Windschatten fährt und der Wind es plötzlich voll erfasst. Im Zweifel besser auf das Manöver verzichten und dahinter bleiben.

Besonders an Stellen wie Waldschneisen, Talbrücken sowie an Tunneleinfahrten und -ausfahrten ist mit starkem Wind zu rechnen. Und plötzliche Böen oder Verwirbelungen sind gerade dort tückisch.

Baumreiche Strecken meidet man besser, wenn Stürme vorhergesagt wurden. Der ADAC rät, bereits ab Windstärke 5 (29 bis 38 km/h Windgeschwindigkeit) vorsichtig zu sein. Wird vor schwerem Sturm (ab Windstärke 10) oder Orkan gewarnt, empfiehlt der Autoclub: besser gar nicht mehr losfahren und besseres Wetter abwarten. Warum? Herabgewehte Äste oder umstürzende Bäume sind ein reales Risiko und treffen Autofahrer oft unvermittelt.

Motorradfahrer sollten bei starkem Wind möglichst mittig auf der Fahrbahn fahren, damit bei Böen nach beiden Seiten Platz für Korrekturen bleibt. Eng anliegende Kleidung, am besten eine gut sitzende Lederkombi, verringert das Flattern und macht das Motorrad ruhiger. Gepäck wie Tankrucksack oder Topcase erhöht die Windanfälligkeit, deshalb mit Gepäck besonders vorsichtig fahren Tempo drosseln. (dpa)

Jetzt zwei Wochen gratis testen:
AZ Digital mit neuer E-Paper-App.
Rätsel wie im Web: Mit Tipps, Hinweisen und Zurücksetzen
KI-modifiziert
AZ E-Paper
E-Paper-App mit neuen Funktionen
Mehr Informationen auf abo.WAZ-online.de/zweiwochen
Oder telefonisch unter 0800 12 34-902
Aller-Zeitung AZ
Partner im RedaktionsNetzwerk Deutschland
29792101_002426