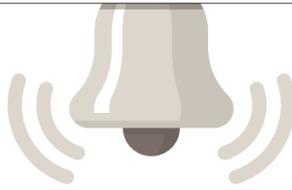


CLOSING BELL



Getestet

von Thorsten Riedl

Withings Sleep Analyzer

Jeder dritte Schweizer, so besagen Umfragen, hat Mühe mit Ein- und Durchschlafen. Um mehr Erkenntnisse über das Schlafverhalten zu sammeln, gibt es seit zwei Jahren die Schlafmatte Sleep von Withings. Die französische Firma, die einst zu Nokia gehörte, hat das Produkt rundherum erneuert: Der Sleep Analyzer erfasst nicht nur den Schlaf, sondern auch möglichen Atemstillstand in der Nacht. Und das nach eigenen Angaben auf klinischem Niveau.

Wie beim Vorgänger geht die Installation kinderleicht von der Hand: Die Schlafmatte wird auf Brusthöhe unter die Matratze gelegt, per USB-Kabel an den Strom angeschlossen und dann noch über Bluetooth-Funk mit der Withings-App auf dem Smartphone verbunden. Das war's schon. Nun beginnt die Aufzeichnung des Schlafs automatisch, sobald man sich ins Bett legt. Ein Drucksensor zeichnet Bewegungen, Herz- und Atemfrequenz auf. Ein Algorithmus wertet die Daten aus. Für die, die sensibel auf Elektromog reagieren, scheidet eine solche Lösung natürlich aus. Alle anderen können am nächsten Morgen in der App ihre Schlafdauer einsehen, die Schlaftiefe, mögliche Unterbrechungen, Schnarcher, die Herzfrequenz in der Nacht – und neu Zeiten mit Atemaussetzern. Der Sleep Analyzer wurde dafür mit Schlafmedizinern des Krankenhauses Béchère in Paris entwickelt und anhand von Daten aus der dortigen



gen Polysomnographieanalyse getestet. So zeigt die Withings-App nun den medizinischen Apnoe-Hypopnoe-Index (AHI) via Ampelsystem an. Zudem sind zwei Test-Fragebögen in die App integriert, um das Ergebnis weiter zu verbessern. Wer will, kann sich einen Gesundheitsbericht für seinen Arzt zusammenstellen lassen.

Das alles macht einen ordentlichen Eindruck. Die Daten stimmen recht gut mit denen eines Fitnesstrackers überein, der zur Kontrolle am Handgelenk getragen wurde. Allerdings bleibt die Auswertung doch oberflächlich. Auch wer an Apnoe leidet, bekommt nur erste Anhaltspunkte. Der Spruch «Schlafborergergebnisse zu Hause», mit dem Withings wirbt, wird so nicht erfüllt. Für alle anderen reichen Apple Watch, Fitbit & Co. nachts auch. Besitzer der alten Matte sollen via Softwareupdate einen Teil der neuen Funktionen bekommen. 125 Fr. sind für das Nischenprodukt zu viel Geld.



Kaffee mit ...

... Bertrand Piccard, Solarpionier

Eigentlich wollte ich mich mit Bertrand Piccard in einem Lausanner Café treffen, um mit ihm über seine Vision und seine Aktivitäten zu ihrer Realisierung zu reden. Doch die Anti-Coronavirus-Massnahmen haben das verunmöglicht. Deshalb spreche ich mit Piccard am Telefon. Er sitzt zu Hause im Home Office, wie die Mitarbeiter seiner Stiftung Solar Impulse auch. Piccard ist kein grosser Kaffeetrinker, wie er erklärt. Er nimmt zwei, drei Espressi pro Tag, immer mit koffeinfreiem Kaffee und immer schwarz. Koffeinhaltiger Kaffee mache ihn abhängig, sagt Piccard. Beim koffeinfreien Kaffee sei das nicht so, aber er schmecke noch gut nach Kaffee.

Piccard will mit seinen Aktivitäten Ökologie und Ökonomie versöhnen. Die Weltumrundung 2015/16 zusammen mit seinem Co-Piloten André Borschberg in einem einzig von Sonnenenergie angetriebenen Flugzeug sei «der symbolische Teil» seiner Arbeit gewesen, erklärt er. Er habe zeigen wollen, dass sich mit Technologien der erneuerbaren Energien auch scheinbar Unmögliches erreichen lasse. Jetzt sei er «am konkreten Teil» seiner Aktivitäten. Dabei gehe es darum zu demonstrieren, dass es effiziente, saubere und profitable Technologien gebe, mit denen Umwelt und Klima geschützt und die Lebensqualität der Menschen verbessert werden kann.

Piccard hat sich zum Ziel gesetzt, im Rahmen seiner Stiftung Solar Impulse 1000 solche Lösungen zu versammeln. Dabei hat er ein Label geschaffen, das von unabhängigen Experten vergeben wird und garantieren soll, dass die Lösungen rentabel sind und gleichzeitig Umweltverschmutzung und Klimaerwärmung reduzieren. Bis jetzt sind gemäss Piccard 482 Lösungen mit diesem Label ausgezeichnet worden. Sie betreffen Bereiche wie sauberes Wasser und Abwasser, erschwingliche und saubere Energie, Industrie, Innovation und Infrastruktur, nachhaltige Städte und Gemeinden oder verantwortungsvolle Konsumation und Produktion.

Das Ziel von 1000 Lösungen will Piccard bis Mitte des nächsten Jahres erreicht haben. «Es muss schnell gehen. Es besteht Dringlichkeit: Umwelt und Klima können nicht warten.» Was macht Piccard, wenn das Ziel erreicht ist? «Dann geht es darum, mit Regierungen und Unternehmen zu reden, um sie zu überzeugen, die Lösungen tatsächlich anzuwenden.»

Die Coronaviruspandemie betrachtet Piccard nicht nur als Gefahr für seine Pläne, sondern vor allem auch als Chance. «All die vielen Milliarden, die jetzt zur Stützung der Wirtschaft eingesetzt werden, sollten gebraucht werden, um eine neue, sauberere Welt zu schaffen», fordert er. Eine Rückkehr zur alten, nicht nachhaltigen Welt sei nicht wünschbar. «Alte, ineffiziente Produkte und Technologien, die Umwelt und Klima belasten, sind jetzt durch neue, effiziente und saubere zu ersetzen.»

Mit seiner Stiftung will Piccard zeigen, dass das heute schon möglich ist. Die Stiftung beschäftigt 45 Mitarbeiter und verfügt über ein Budget von 3 Mio. Fr. pro Jahr. Das Geld kommt von vielen zumeist grossen und namhaften Unternehmen sowie einer kleinen Anzahl pri-



vater Mäzene. Piccard selbst arbeitet ehrenamtlich in der Stiftung mit. «Ich beziehe keinen Lohn», sagt er.

Zusammen mit Brian Jones hat Piccard noch eine zweite Stiftung, mit dem Namen Winds of Hope, gegründet. Mit dem Briten als Co-Piloten gelang ihm 1999 die erste Non-Stop-Weltumrundung in einem Ballon. Mit der Stiftung will er vergessene Krankheiten bei Kindern bekämpfen helfen. Im Vordergrund steht die vor allem in Subsahara-Afrika verbreitete Noma-Krankheit, die bei betroffenen Kindern das Gesicht entstellt. Die Hilfe sei aber sehr schwierig, da viele der Länder in diesem Teil Afrikas von Bürgerkriegen und Terrorismus geplagt würden.

Piccard ist in eine Familie von Forschern und Pionieren hineingeboren worden. Sein Vater Jacques (1922 bis 2008) tauchte 1960 mit einem Bathyscaphe im Marianengraben 10916 Meter unter den Meeresspiegel und brach dabei den Tiefseetauchrekord. Sein Grossvater Auguste (1884 bis 1962) stieg 1931 mit einem Ballon bis auf 16940 Meter Höhe in die Stratosphäre. Piccard selbst zählte in jungen Jahren zu den europäischen Wegbereitern im Deltafliegen und im Fliegen von Ultraleichtflugzeugen, erzielte dabei mehrere Rekorde und erreichte mehrere Weltpremiere. Später absolvierte er ein Medizinstudium und liess sich zum Psychiater und Psychotherapeuten ausbilden. Piccard ist verheiratet und hat mit seiner Frau drei Töchter. Er lebt in der Nähe von Lausanne.

Piccard hat den Beinamen «Inspioneer» erhalten. In der Tat: Seine Art und seine Taten wirken inspirierend. Mit seinen Aktivitäten, zu denen auch das Schreiben von Artikeln für Zeitungen und Zeitschriften, das Auftreten in Radio- und Fernsehsendungen, das Halten von Vorträgen und das Beraten von Politikern und Unternehmern gehören, versucht er auch tatsächlich zu inspirieren. Und als Weltumrunder mit einem Ballon und einem Solarflugzeug hat er Pioniertaten vollbracht.

Piccard ist jetzt 62 Jahre alt. Zum Schluss unseres Telefongesprächs frage ich ihn, ob er gedenke, mit 65 in den Ruhestand zu treten. «Ich kenne das Wort Ruhestand nicht», antwortet er scherzend. «Ich höre noch lange nicht auf. Es gibt noch so viel zu tun in Politik und Wirtschaft zugunsten von Umwelt und Klima.»

Martin Gollmer

Kritik ist unerwünscht

Masken tragen. Abstand halten. Zuhause bleiben. Die Covid-19-Pandemie hat auch in Russland das Leben der Menschen von Grund auf verändert. Die meisten Geschäfte in Moskau sind zu, und wer seine Wohnung verlassen will, braucht seit Anfang April einen elektronischen Passierschein. Wird man am falschen Ort erwischt, wird dafür eine Busse fällig. 4000 Rubel, umgerechnet etwas mehr als 50 Fr., kostet die Strafe. Das Coronavirus hat das Land fest im Griff. Die Anzahl bestätigter Fälle ist auf über 308'000 gestiegen, den zweithöchsten Wert weltweit nach den Vereinigten Staaten.

Von offizieller Seite her wird trotzdem Zuversicht verbreitet. In einer Videobotschaft hat Präsident Wladimir Putin die «arbeitsfreie Zeit», die während mehr als sechs Wochen im gesamten Riesenreich gegolten hat, aufgehoben. Wie viele dem Aufruf tatsächlich folgen können ist aber unklar. Kaffees und Restaurants sind nach wie vor geschlossen, und Grossveranstaltungen bleiben untersagt. Für eine Öff-

nung sei es in diesen Bereichen noch zu früh, meinte unlängst Moskauer Bürgermeister Sergej Sobjanin.

Bei der Bekämpfung der Pandemie sieht sich Russland auf dem richtigen Weg. Die Zahlen scheinen den Behörden recht zu geben. Weniger als 3000 Personen sind laut Statistik an dem Virus gestorben. Die Erklärungen genügen allerdings keiner objektiven wissenschaftlichen Überprüfung. Die Rede ist von einer grundsätzlich höheren Immunität, die die Menschen in Russland gegenüber Europäern und Amerikanern hätten, bis hin zu einem «russischen Wunder».

Dieses angebliche Wunder gibt unabhängigen Experten und Journalisten zu denken. Recherchen ergaben, dass viele Spitäler Anweisungen erhalten hätten, Todesursachen so zu registrieren, damit die lokalen Behörden nicht in einem negativen Licht erscheinen. Und so bleibt die Anzahl der Coronatoten tief, während plötzlich die Zahl der Lungenentzündungen zugenommen hat. Als aus-



ländische Medien darüber berichteten, wies Moskau die Kritik von sich. Der Kreml sprach von «Fake News», und die Staatsmedien schrieben, dass es für das Weisse Haus mitten im Wahlkampf schwierig zu erklären sei, warum im angeblich rückständigen Russland die Sterberate bei Covid-19 zehnmal tiefer liege als in den USA.

In den Spitälern zeigt sich jedoch ein anderes Bild. Wie in vielen anderen Ländern hat die Pandemie auch in Russland die Schwächen des Gesundheitssystems schonungslos offen gelegt. Zwar wurde in Moskau und St. Petersburg in den vergangenen Jahren moderne medizinische Ausrüstung beschafft und ineffiziente Kliniken wurden geschlossen. Die Regionen gingen bei der Reform aber oft vergessen. Ein Viertel aller im Land vorhandene Beatmungsgeräte befand sich bei Ausbruch der Covid-19-Pandemie in Moskau.

Ärzten fehlt es bei ihrer Arbeit an Masken und Schutzkleidung. Sie müssten zu Taucherbrillen greifen um sich vor einer Ansteckung zu schützen, sagte ein

Arzt aus der 280 Kilometer nordöstlich von Moskau gelegenen Stadt Jaroslavl im TV. In einem autoritär regierten Staat wie Russland wird solche Kritik nicht gern gesehen. In der Teilrepublik Tschetschenien hat Machthaber Ramsan Kadyrow die Entlassung von Ärzten befohlen, die sich öffentlich über fehlende Schutzkleidung beklagt hatten. In anderen Regionen sind Fälle von drei Ärzten bekannt geworden, die unter ungeklärten Umständen aus dem Fenster gestürzt sind. Alle hatten zuvor Kritik an den Zuständen geübt.

Es gibt aber auch Anlass zur Hoffnung. Russland hat seine Testkapazitäten für Covid-19 massiv erhöht. Und auch wenn die Statistiken ein geschöntes Bild widergeben, nehmen zumindest in Moskau die Behörden eine steigende Anzahl Covid-19 Todesfälle zur Kenntnis. Die Herausforderungen sind schliesslich auch neben der Pandemie hoch. Die wirtschaftlichen Folgen des Lockdown dürften für die Bevölkerung fatal sein. Um 30% ist die Arbeitslosigkeit zuletzt gestiegen. Beatrice Bösiger