

Nur das Shoppingcenter hat sie verbunden

In Dietikon präsentierten die Autoren Helene Arnet, Bruno Meier und Urs Trepmp ihr Buch «Das Limmattal – Hinschauen statt durchfahren».

Florian Schmitz

Ihre gemeinsame Verbindung zum Limmattal hatten die in Schlieren aufgewachsene Dietikerin Helene Arnet, der in Wettingen aufgewachsene Badener Bruno Meier und der Badener Urs Trepmp auf der Bühne im Gleis 21 in Dietikon schnell ausgemacht. Sie alle besuchten das Shoppingcenter in Spreitenbach in ihrer Kindheit und Jugend. Das sei lange ihr einziger Bezug überhaupt zum Aargauer Limmattal gewesen, sagte Arnet. Im neuen Buch «Das Limmattal – Hinschauen statt durchfahren» beleuchtet das Autorenteam die Vielfalt des 36 Kilometer langen Tals zwischen Zürich und dem Wasserschloss bei Brugg.

An der Vernissage am Dienstagabend nahmen Arnet, Meier und Trepmp das zahlreich erschienene Publikum mit auf eine informative, unterhaltsame und mit vielen Bildern gespickte Reise durch die Geschichte und die Gegenwart des Limmattals. Die aktuellen Bilder aus dem Buch, von denen diverse auf der Bühne gezeigt wurden, stammen vom Dietiker Fotograf Erich Berchtold, der nicht an der Vernissage dabei sein konnte.

Das Limmattal als Müllhalde von Zürich

Abwechselnd gaben die beiden Autoren und die Autorin einen Einblick in verschiedene Themen aus dem in die sechs Teile Historie, Natur, Wirtschaft, Verkehr, Siedlung und Kultur gegliederten Buch. Dabei lasen sie nicht einfach die Texte vor. Die Präsentation erinnerte eher an ein lockeres Gespräch unter



Vom Lisebethli bis zur Limmattalbahn: Bruno Meier, Helene Arnet und Urs Trepmp sprachen an der Vernissage auch über den öffentlichen Verkehr in der Region. Bild: Florian Schmitz

Freunden. Alle drei brachten das Publikum immer wieder mit spitzfindigen Bemerkungen und lustigen Pointen zum Lachen.

Als Trepmp Auswärtige davor warnte, die Badenfahrt – das grösste Volksfest der Schweiz – ja nicht als Badenerfahrt zu bezeichnen, setzte Arnet nach: Gleiches gelte auch für Dietiker statt Dietiker. Und das sei sogar zwei Mal im Buch gelandet. «Das war nicht ich», sagte sie und erntete viele Lacher.

Als Gelächter ausbrach, weil Meier das Limmattal historisch gesehen als die Müllhalde von Zürich bezeichnete, erklärte er sogleich, dass das gar nicht polemisch gemeint sei. Zürich habe in seiner Geschichte alles, was gestunken habe, talabwärts ver-

soben. Beispielhaft erzählte er von der Episode, als Zürich heimlich über einen Strohhalm in Schlieren Land erwarb, um es für Rieselfelder, sprich zur Reinigung von Klärschlamm, zu nutzen. Doch nachdem die Schlieremer davon Wind bekamen, hätten sie das Vorhaben an einer legendären Gemeindeversammlung abgeblockt.

Ausflugstipps für Zürcher Limmattaler

Urs Trepmp stellte mit dem Teufelskeller in Baden, einem geschützten Wald wie aus einem Märchen, und der Emma-Kunz-Grotte im Römersteinbruch in Würenlos, um die ein Kraft- und Wallfahrtsort entstanden ist, zwei aussergewöhnliche Orte

vor, die auch für Zürcher Limmattaler einen Ausflug wert seien. «Beides ist von Dietikon aus nicht weit weg», sagte er.

Allgemein lohnt es sich, im Limmattal draussen unterwegs zu sein. So zeigte Bruno Meier einige Eindrücke vom Kulturweg Limmat, der von Neuenhof über Wettingen nach Baden führt und 29 Kunstprojekte umfasst. Im Limmattal gebe es im Aussenraum erstaunlich viel Kunst zu entdecken, sagte er. Dazu zählt auch der Bruno-Weber-Park: Über Dietikon baute Weber sich mit seinen farbenfrohen und verspielten Skulpturen sein eigenes Limmattal, wie Helene Arnet es ausdrückte.

Sie erinnerte auch daran, dass die linksufrigen Altläufe in

«Aus Badener Sicht könnte man sagen, es ist überfällig, dass Zürich mal richtige Reparaturen zahlen muss.»

Bruno Meier
Badener Historiker
und Verleger

Dietikon bereits 1930 zum ersten Naturschutzgebiet des Kantons deklariert wurden. Das habe in den 1960er-Jahren zur ersten Umweltdebatte im Kantonsrat geführt, als im Gebiet Silbern direkt an das Naturschutzgebiet eine Kläranlage und eine Kehrichtverbrennungsanlage gebaut wurden. «Fast nirgendwo sind Siedlung und Naturschutz so nah zusammengekommen wie dort», sagte sie.

Immer wieder griffen die Zürcher die Bäderstadt an

Neben Exkursen über die prägenden Limmattaler Firmen von der BBC bis zur Wagi oder der harzigen Geschichte des als Lisebethli bekannten Tramblicks das Autorenteam auch

auf die zweite Schlacht um Zürich im September 1799 zurück. «Von der Anzahl beteiligter Soldaten war das die grösste Schlacht, die je in der Schweiz stattgefunden hat», präzisierte Meier. Arnet berichtete von einem Besuch im Kloster Fahr, wo im Estrich noch Kanonenkugeln vom von Dietikon aus lancierten Angriff der Franzosen auf die Russen aufbewahrt wurden.

Auch die Geschichte zwischen Zürich und Baden verlief nicht immer zimperlich, wie Meier ausführte. Acht oder neun Mal hätten die Zürcher die Bäderstadt insgesamt angegriffen. Dazu sagte er: «Aus Badener Sicht könnte man sagen, es ist überfällig, das Zürich mal richtige Reparaturen zahlen muss.»

Besonders spannend am Buchprojekt sei für sie gewesen, das Limmattal als Ganzes zu erfassen, resümierte Arnet. «Ich hoffe, dass sie heute viel Bekanntes und viel Neues mitbekommen haben», sagte Meier. Denn die Idee des Buchs sei nicht nur, die Vielfältigkeit der Region aufzuzeigen, sondern auch sich über die Kantonsgrenze hinaus besser kennenzulernen. Um das einem breiteren Publikum näherzubringen, soll das Buch an weiteren Orten präsentiert werden. Neben den bereits bestätigten Veranstaltungen in Schlieren und Wettingen sind weitere in Planung.

Weitere Buchvorstellungen

Am 2. November um 19.30 wird das Buch in der Gemeindebibliothek Wettingen präsentiert. Am 12. Dezember folgt die Veranstaltung in der Bibliothek Schlieren.

ANZEIGE

Ratgeber Gesundheit

Rektumkarzinom: Wie kann man vorbeugen, wie ist die Therapie?

Gesundheit Weil mein Vater (70) kürzlich an Mastdarmkrebs erkrankt ist, Sorge ich (m, 42) mich auch um mich. Ist die familiäre Belastung ein Risiko? Welches sind weitere Risikofaktoren? Wie kann man am besten vorbeugen? Was ist, wenn einen dieser Krebs trotzdem trifft?

Ihre Sorge ist verständlich, denn zu den Risikofaktoren des Rektumkarzinoms gehört effektiv die familiäre Vorbelastung. Ob sie wirklich besteht, lässt sich mit einer genetischen Analyse feststellen. Aber ob mit oder ohne Vorbelastung ist in jedem Fall als beste Vorsorgemassnahme die Darmspiegelung (Koloskopie) empfehlenswert. Sie sollte im Normalfall erstmals mit 50 Jahren und bei Vorbelastung schon im jüngeren Erwachsenenalter gemacht werden.

Grund: Wie Dickdarmkrebs entwickelt sich auch Mastdarmkrebs meist aus Polypen. Das sind gutartige Wucherungen der Darmschleimhaut, die aber entarten können. Während einer Darmspiegelung werden gegebenenfalls diese Polypen gleich entfernt. Dadurch lässt sich das Risiko, an diesem Krebs zu erkranken, fast gänzlich vermeiden.

Zwar sind mit einer Darmspiegelung oft unangenehme

Gefühle und Ängste verbunden. Doch vom 15- bis 30-minütigen Eingriff verspüren die Patienten kaum etwas. Auch die einst gefürchtete Vorbereitung am Vortag ist heute gut verträglich. Das Abführmittel wird nicht mehr als eklig empfunden.

Kurzantwort

Das Rektum (Mastdarm) ist der letzte Dickdarmabschnitt. Er umfasst die letzten 16 cm des insgesamt 1 bis 1,5 m langen Darmes. In der Schweiz erkranken jährlich rund 4500 Menschen an Dickdarm- oder Mastdarmkrebs. Diese Zahl ist recht stabil. Rückläufig sind erfreulicherweise die Sterbefälle – dank laufend verbesserter Therapieoptionen. Am häufigsten vom Rektumkarzinom betroffen sind über 50-Jährige, Männer etwas mehr als Frauen. Das Durchschnittsalter bei der Diagnose liegt bei etwas über 70 Jahren.

Die Koloskopie ist auch deshalb wichtig, weil dieser Krebs lange Zeit keine Beschwerden verursacht. Wenn sich Symptome wie veränderte Stuhlgewohnheiten (Wechsel von Verstopfung und Durchfall, allenfalls mit kleinen Blutbeimengungen), ungewollte Gewichtsabnahme oder Rücken- und Bauchschmerzen bemerkbar machen, ist er oft schon fortgeschritten. In diesem Stadium ist eine Heilung nicht in jedem Fall ausgeschlossen, aber oft nur bedingt möglich.

Eine ganze Reihe von Risikofaktoren

Zu den Risikofaktoren für Mastdarmkrebs gehören neben einer familiären Vorbelastung auch Übergewicht, körperliche Inaktivität, häufiger Verzehr von rotem und verarbeitetem Fleisch (z. B. Würste, Speck), Nikotin, Alkohol, eine überdurchschnittliche Körpergrösse oder entzündliche Darm-erkrankungen. Weil es oft

missverstanden wird, noch ein Wort zum roten Fleisch: Mit «rot» ist nicht die Garstufe gemeint. «Rot» bezeichnet alle Fleischarten ausser jenes von Geflügel und Wild.

Hirslanden Klinik Aarau mit neuem Bauchzentrum

Kommt eine Patientin oder ein Patient mit den oben genannten Beschwerden in das im Juli 2022 eröffnete Bauchzentrum der Hirslanden Klinik Aarau, wird Folgendes gemacht: Eine Aufnahme der Krankengeschichte (Anamnese), eine klinische Untersuchung samt Labor, ein Ultraschall (Sonografie) des Bauchraums sowie eine Darmspiegelung. Im Bauchzentrum arbeiten Spezialisten aus der Inneren Medizin, der Gastroenterologie und der Viszeralchirurgie eng zusammen.

Falls tatsächlich ein Rektumkarzinom vorliegt, erfolgt eine Umfelddiagnostik, um eventuelle Absiedelungen des

Krebses festzustellen oder eben auszuschliessen. Je nach Befund wird dann gemeinsam mit Spezialisten aus der Radio- logie, der Onkologie, der Strahlentherapie und der Pathologie eine patientenspezifische Therapie geplant. Sie richtet sich nach dem Stadium und der Art des Tumors.

Operation mit gut einschätzbaren Risiken

Häufig nötig ist eine Operation. Dabei wird der tumorbehaftete Darmabschnitt mit umliegendem Fettgewebe, Lymphknoten und Gefässversorgung entfernt. Ein höher liegender Darmabschnitt wird nach unten verlagert und mit dem Enddarm wieder zusammengenäht. Ein künstlicher Ausgang ist nur in Einzelfällen und oft nur vorübergehend nötig.

Die OP ist ein standardisiertes Verfahren mit gut einschätzbaren Risiken. Wichtig ist, dass das Team der Klinik

wie bei uns über viel Erfahrung verfügt. Ob auch eine Chemo- oder eine Strahlentherapie nötig ist, hängt vom Tumorstadium ab. Patienten bleiben meist 10 bis 14 Tage in der Klinik, gefolgt von 3 bis 4 Wochen Reha. Sie ist ebenso von Bedeutung wie die Nachsorge, zumal trotz guter Erfolgsrate ein Wiederauftreten der Krankheit nicht ganz ausgeschlossen werden kann.

Zum Schluss möchte ich Sie zur regelmässigen Vorsorge ermuntern. Zögern Sie nicht, uns zu kontaktieren!



Prof. Dr. med. Peter Sterk
Facharzt für Chirurgie, spez. Viszeralchirurgie, Bauchzentrum Mittelland, Hirslanden Klinik Aarau, hirslanden.ch/aarau-bauch