

## Der verborgene Berg



Der Kilimandscharo spielte mit mir Verstecken. Nach der langen Reise von Köln via Frankfurt und Addis Abeba nach Tansania hatte ich mich schon darauf gefreut, vom Flugzeug aus einen Blick auf den höchsten Berg Afrikas werfen zu können.

Blöderweise saß ich im Mittelgang. Als der Pilot verkündete, der Kilimandscharo läge nun links von uns, scheuchte ich meine Nachbarin auf und hastete zu einem Fenster am Notausgang, um einen Schnappschuss zu machen. Doch ich kam zu spät.

Wer Glück hatte, konnte wenigstens einen kurzen

Mehr war heute vom Kilimandscharo nicht zu sehen

Blick auf den Kili erhaschen. Ich sah nur noch Wolken.

## Nervtötendes Schneckentempo

Nach der Landung auf dem Kilimanjaro Airport war an den Berg erst einmal nicht zu denken. Denn ich erhielt eine kleine Einführung in die Tücken tansanischer Bürokratie. Das vorbereitete Visumformular konnte ich gleich in die Tonne werfen, da mittlerweile ein neues existierte. Die Schlangen vor den wenigen Schaltern waren lang. Sehr lang. Die Beamten verhielten sich sehr freundlich, ließen sich aber nicht aus der Ruhe bringen und arbeiteten in einem so konstant niedrigen Tempo, dass Schnecken im Vergleich dazu wie Formel-1-Rennautos gewirkt hätten. Nach mehr als anderthalb (!) Stunden hatte ich endlich den ersehnten Stempel im Pass.



Kilimandscharo-Plakat

## Medizin-Kisten beschlagnahmt



Noch schlimmer erging es den Medizinern der [Philipps Universität Marburg](#), die während unserer Expedition eine [Studie zur Höhenkrankheit](#) machen werden. Die Zollbeamten zogen kurzerhand drei Kisten mit Material für Blutproben sowie eine Kiste mit Spritzen aus dem

Verkehr. Selbst den Notfallrucksack wollten sie zunächst einkassieren. Erst als Notfallmediziner Christian Kreisel damit drohte, den zuständigen Beamten dafür verantwortlich zu machen, wenn bei der Expedition irgendetwas passiere, rückte er wenigstens den Rucksack heraus. Die vier Kisten sollen jetzt nach Erledigung weiterer Formalitäten am Montag freigegeben und anschließend mit dem Jeep auf den Berg gebracht werden.

### Vorgekostet

Dieser Berg versteckte sich auch auf unserer Fahrt vom Flughafen zum Hotel hinter Wolken. Wieder kein Kilimandscharo! Immerhin konnte ich ihn auf einem Plakat an einer Tankstelle dann doch noch bewundern. Und am späten Nachmittag zeigte er sogar eine kleine, schneebedeckte Ecke. Das feierte ich im Hotel mit einem „Kilimanjaro Beer“. So habe ich den Berg wenigstens schon mal vorgekostet, wenn es morgen früh losgeht. Dann werden wir vom Marangu-Gate auf 1800 Metern zur Mandara-Hütte auf 2700 Metern aufsteigen.



Prost!

### Kili-Aufstieg mit medizinischer Begleitung



Kilimandscharo

So habe ich noch nie einen Aufstieg auf einen hohen Berg begonnen. Gleich am Marangu Gate, dem Eingang zum Kilimandscharo-Nationalpark, nehmen uns Professor Harald Renz, Dr. Christian Kreisel und Dr. Tim Jäcker Blut ab. Zuvor haben wir bereits mehrere Fragebögen ausgefüllt, zu unserer körperlichen und mentalen Verfassung. Die 24 Expeditionsmitglieder haben sich bereiterklärt, als „Versuchskaninchen“ für eine Studie zur Höhenkrankheit zur Verfügung zu stehen. „Wir hoffen, mehr über die Zusammenhänge der Krankheit herauszufinden“, sagt Harald Renz, welche Faktoren dafür sorgen, dass sie ausbricht. Ob es auch genetische Faktoren gibt, die eine Rolle spielen. Und welchen Einfluss die Psyche hat.“

## Hohe Quote an Höhenkranken

Der Kilimandscharo bietet sich für eine solche Studie an. Zum einen, weil innerhalb weniger Tage rund 4000 Höhenmeter überwunden werden und damit eine ausreichende Akklimatisierung häufig nicht gegeben ist. Zum anderen, weil viele der rund 30.000 Bergsteiger, die alljährlich zum höchsten Berg Afrikas kommen, kaum Erfahrungen mit großer Höhe haben. Der Kili gilt auf den Normalrouten als ein „Wanderberg“. Doch mit 5895 Metern ist er eben auch ein hoher Berg, der gerne unterschätzt wird. Bis zu zwei Drittel aller Gipfelaspiranten berichten anschließend über Symptome der Höhenkrankheit. Etwa die Hälfte erreicht den Gipfel nicht. Und es gibt auch alljährlich Todesfälle.



Blutentnahme am Marangu-Gate

## Krankenwagen mit Blaulicht



Aufstieg durch den Regenwald

Wie viele es sind, wird offiziell nicht kommuniziert. Unter der Hand wird von rund 50 Toten pro Jahr gesprochen. „Die Regierung hat kein Interesse daran, die Zahlen zu veröffentlichen“, erzählt mir David während des Aufstiegs. „Das schadet dem Tourismus, der derzeit wegen der unklaren politischen Lage im Land ohnehin nicht so gut floriert.“ David arbeitet als Arzt in einem kleinen Krankenhaus zu Füßen des Kilimandscharo und träumt davon, eines Tages auch über eine Unterdruckkammer zu verfügen, um schwer

höhenkranke Patienten behandeln zu können. Während unserer Mittagspause an einem Picknickplatz der Marangu-Route rast ein Krankenwagen mit Blaulicht an uns vorbei und wirbelt jede Menge Staub auf. David schüttelt den Kopf.

## Keine Hubschrauberrettung

„Ein funktionierendes Rettungssystem gibt es bisher am Kilimandscharo nicht“, berichtet er. Schwer höhenkranke Bergsteiger oder Träger müssten auf Tragen den Berg heruntergebracht werden, um dann mit dem Krankenwagen weiter befördert zu werden. „Eine Hubschrauberrettung

fehlt, weil die dafür nötigen Spezialhelikopter und das für eine Höhenrettung ausgebildete Flugpersonal nicht zur Verfügung stehen.“

## Erstbesteigung im Zeitalter des Imperialismus

Durch den Regenwald steigen wir gemütlich auf und bestaunen neben der üppigen Vegetation auch einige Affen, die auf den Bäumen herumturnen. Am späten Mittag erreichen wir den ersten Rastplatz, die „Mandara Hut“ auf 2700 Meter Höhe. Wir übernachten in einfachen Holzhütten mit je vier einfachen Schlafplätzen. Früher einmal hieß diese Stelle „Bismarckhütte“. Nach der Erstbesteigung durch den Deutschen Hans Meyer, den Österreicher Ludwig Purtscheller und den einheimischen Bergführer Yohani Kinyala Lauwo im Jahr 1889 –



„Schwarzweißaffe“

also zur Zeit des Imperialismus – war der Kilimandscharo zum „deutschen Berg“ erklärt worden. Er blieb es offiziell bis zum Ende des Ersten Weltkriegs 1918. Noch bis 1964 hieß die höchste Erhebung „Kaiser-Wilhelm-Spitze“, bis die tansanische Regierung im Zuge der Unabhängigkeitsbewegung den Punkt in „Uhuru Peak“, Freiheitsgipfel, umbenannte.

Am morgigen Montag werden wir zur Horombo Hut (einst „Petershütte“) auf 3700 Metern aufsteigen. Vorher werden wir nach unserer ersten Nacht in größerer Höhe einen weiteren Fragebogen ausfüllen. Die nächste Blutzapfstelle wird dann die Horombo Hut sein.

## Mountainbiken am Limit



Thomas am Ziel

„Er ist der Härtlinger.“ Monika bringt es auf den Punkt. Thomas hat bereits heute am Kilimandscharo seinen ersten Gipfel erreicht. Der 58-Jährige aus Münsingen lief am Morgen von der Mandara Hut auf 2700 Metern wieder hinunter, holte im Hotel sein Mountainbike ab, fuhr anschließend 14 Kilometer zum Kilema Gate und bewegte sein Rad dann die Jeep-Piste zur Horombo Hut hinauf. „Alles in allem waren es 2700 Höhenmeter auf dem Rad, ich bin durch“, sagt Thomas, als er am Ziel eintrifft. Der Schweiß tropft ihm von der Nase. „Ich habe das

Mountainbike 70 Prozent der Strecke geschoben, das war einfach nicht fahrbar“, berichtet der Biker. „Auf 2500 Metern habe ich Krämpfe gehabt. Es war hart, ich war am Limit.“ Nach einer kalten Dusche und in trockenen Klamotten erzählt er weiter: „Der letzte Mountainbiker auf der Kilema Route vor mir war unten am Gate am 12. Januar notiert. Während der sechs Stunden hinauf zur Horombo Hut habe ich nur einen Jeep, einen Kleinlaster mit Bauarbeitern und einen Krankenwagen getroffen, sonst niemanden. Es war wirklich grenzwertig, dort alleine unterwegs zu sein.“

### **Eine Wanderin mit ersten Zeichen der Höhenkrankheit**

Der Krankenwagen brachte einen höhenkranken Bergsteiger talwärts. Zuvor war er auf einer abenteuerlich anmutenden Rolltrage den Berg hinunter transportiert worden. „Es ging ihm wirklich schlecht“, sagte mir einer der einheimischen Helfer. Bis auf den Mountainbiker Thomas war unsere komplette Gruppe heute von der Mandara Hut über 1000 Höhenmeter zur Horombo Hut auf 3700 Metern gewandert. Alle kamen gut an, fast alle sind wohlauf. Lediglich eine Wanderin klagte über Schwindel und Übelkeit. „Das sind eindeutig erste Zeichen der akuten Höhenkrankheit, aber nichts, worüber man sich große Sorgen machen müsste“, berichtete Tim Jäcker. „Alles unter Kontrolle.“ Der Arzt verabreichte ihr ein Medikament, am Abend ging es ihr bereits besser.



Rolltrage

### **Morgen über die 4000-Meter-Grenze**



Ein Teil der Gruppe, zu dem auch ich gehörte, stieg noch bis 3850 Meter auf, getreu dem alten Motto „Climb high, sleep low“. Für den morgigen Dienstag ist ein weiterer Schritt zur Akklimatisierung geplant. Wir werden Richtung Mawenzi Ridge aufsteigen, voraussichtlich bis auf eine Höhe von 4300 Metern. Anschließend geht es zurück zur Horombo Hut, wo die Ärzte der Philipps Universität Marburg die nächsten Blutproben für ihre Studie zur Höhenkrankheit nehmen werden.

Noch ein bisschen höher

## Rolltragen und Sternschnuppen



Kilimandscharo

„Der Kilimandscharo ist kein Berg für einen Wettkampf“, sagt Joachim. „Also lass' dir Zeit!“ Ich musste gerade mal hinter einem Stein verschwinden und hänge deswegen rund 100 Meter hinter der Gruppe zurück. Joachim ist einer unserer Guides und hat auf mich gewartet. Seit 1997 arbeitet er als Bergführer. Er hat sich hochgearbeitet. „Ich habe als Träger begonnen, dann als Küchenhelfer gearbeitet, ehe ich Bergführer geworden bin“, erzählt der Mittvierziger. „Heute bilde ich selbst Bergführer aus.“ Viele unterschätzten den Berg, sagt der Tansanier.

## Acht von 16

Davon können wir uns auch heute wieder überzeugen. Während unseres Aufstiegs zur weiteren Akklimatisierung eilen gleich zwei Helferteams mit Rolltragen an uns vorbei, auf denen Höhenkranke liegen. Später, zurück in der Horombo Hut, erfahren wir, dass von einer 16-köpfigen Gruppe, die am Gipfel war, acht Bergsteiger auf diese Weise herunterbefördert worden sind. Aus unserer Gruppe ist Barbara, die gestern erste Symptome der Höhenkrankheit zeigte und Fieber hatte, heute mit dem Jeep sicher ins Tal gebracht worden, wo sie sich erholen kann.



Mit dem Krankenwagen talwärts

## Kräfte sparen



Wir steigen gemütlich bis zu einem Sattel auf 4300 Metern auf. Lediglich Gerd, mit 76 Jahren unser ältestes Expeditionsmitglied, schont sich heute. Die gesamte Gruppe wird es ihm morgen gleichtun. Nur eine kleine Wanderung ist geplant. Wir sollen Kräfte sparen. Am Donnerstag geht es hinauf zur Kibo Hut auf 4720 Metern. Dort war Thomas, unser

Aufstieg bis auf 4300 Meter

Mountainbiker, bereits heute mit seinem Rad. „Die tolle Abfahrt hat mich für die gestrigen Strapazen entschädigt“, sagt er mit glänzenden Augen.

## Umkehrzeit festgelegt

Unser Expeditionsleiter Rainer Braehler hat bereits am Montag die Marschroute für den Gipfeltag ausgegeben. „Wir brechen am Samstag um 0 Uhr von der Kibo Hut auf. Wer um 8 Uhr noch nicht am Gilman's Point auf 5684 Metern angekommen ist, darf nicht weiter zum Gipfel auf 5895 Metern aufsteigen, sondern muss unbedingt umkehren“, sagt Rainer mit strenger Stimme. „Sonst schafft ihr es nicht mehr sicher vor Einbruch der Dunkelheit zurück zur Horombo Hut. Die Besteigung ist erst dann erfolgreich, wenn ihr wieder sicher zurück seid.“



Abendstimmung

Heute abend verkündet Helmut mit einem breiten Grinsen im Gesicht: „Ich habe eben zwei Sternschnuppen gesehen. Falls es euch interessiert, ich komme oben an.“

## Auf du und du mit dem zellulären Stress



Empfehlung in der Horombo Hut

„Wahrscheinlich hat es hier noch nie eine Expeditionsgruppe gegeben, die so viel medizinisches Fachpersonal und entsprechende Ausrüstung hatte“, sagt Harald Renz. Der Professor von der Philipps Universität Marburg erklärt den Bergsteigern verständlich, was im Körper geschieht, wenn jemand höhenkrank wird. „Der in dieser Höhe fehlende Sauerstoff sorgt für zellulären Stress. Die spannende Frage ist, wie der Körper mit diesem Stress umgeht. Welche rund 200 der zur Verfügung stehende 20.000 Gene die Zellen in Gang setzen.“

Aus diesem Grund hat das Ärzteteam uns mehrmals Blut abgezapft und in spezielle Röhrchen gefüllt. „So haben wir von jedem je einen Stoffwechsel-Fingerabdruck auf jeder Höhe,“, erklärt der Mediziner. Wenn wir morgen zur Kibo Hut auf 4700 Metern aufgestiegen sind, werden wir eine

weitere Blutprobe abgeben, die letzte dann nach dem Gipfelgang am Samstag. Die ersten Ergebnisse der Analyse werden in etwa einem halben Jahr vorliegen. „Wir erhoffen uns Erkenntnisse über die genetischen Prozesse, die zur Höhenkrankheit führen“, sagt Harald Renz.

### Empfehlung vor dem Gipfelgang

Christian Kreisel wird mit auf die Kibo Hut aufsteigen und dort gewissermaßen der medizinische Vorposten sein. Tim Jäcker bleibt in der Horombo Hut. Wenn einer der Bergsteiger höhenkrank werden sollte, kann er also auf 4700 Metern notbehandelt und anschließend auf 3700 Meter hinuntergebracht werden. „Sollte der Zustand ernst sein, werde ich dafür sorgen, dass ihr mit dem Krankenwagen sofort ins Tal gebracht werdet und werde gegebenenfalls auch mitfahren“, sagt der Arzt. Christian Kreisel wird kurz vor dem Gipfelgang auf der Kibo Hut in der Nacht von Freitag auf Samstag einen letzten medizinischen Check machen und jedem einzelnen empfehlen, ob er aufsteigen kann oder doch lieber absteigen sollte. „Wer aufsteigt, obwohl ich ihm abgeraten habe, muss es mir schriftlich geben, dass er auf eigene Verantwortung den Gipfel in Angriff nimmt“, stellt Kreisel klar.



Harald Renz erklärt die Höhenkrankheit

### Eigenverantwortung ist gefragt



Unsere Gruppe an den Zebra Rocks

„Es ist zum einen wichtig, dass das Schnaufen funktioniert“, erklärt Harald Renz. „Zum anderen muss euer Gehirn weiterhin in der Lage sein, vernünftige Entscheidungen zu fällen. Also horcht in euch hinein! Der Gipfel ist nicht alles.“ Man spürt, dass die Spannung unter den Gipfelaspiranten steigt. Es gibt Nachfragen, ob etwa die Sauerstoffsättigung, die man mit dem Pulsoxymeter misst, ein verlässlicher Wert ist, um das Risiko einzuschätzen, höhenkrank zu werden. „Der Wert kann einen Hinweis geben, mehr nicht“, sagt Renz.

„Jemand kann einen Wert von 91 Prozent Sauerstoffsättigung haben und trotzdem Gefahr laufen, höhenkrank zu werden.“ Manfred, selbst Arzt und einer der Bergsteiger, versucht, das Ärzteteam



aus Marburg aus der Verantwortung zu nehmen: „Letztlich muss doch jeder von uns selbst entscheiden, wie weit er geht. Wir allein tragen die Verantwortung für unser Handeln, nicht die Ärzte.“

### Länger akklimatisiert als die meisten anderen

Heute sind wir noch einmal bis auf eine Höhe von 4100 Metern aufgestiegen, um uns weiter zu akklimatisieren. Ziel der gemütlichen Wanderung waren die „Zebra Rocks“, eine beeindruckende schwarz-weiß gestreifte Felsformation. „Wir haben uns einen Tag länger auf 3700 Meter aufgehalten, als die Gruppen es normalerweise machen. Ich glaube, das hat sich ausgezahlt,“ sagt Harald Renz. „Viele, die gestern noch über Kopfschmerzen und Schlafstörungen klagten, fühlen sich heute gut.“



Dilettant in der Wand

### In der Ruhe liegt die Kraft



Frank im Ruhezustand

Frank wirkt fast ein wenig erschrocken über sich selbst. Während einer Trinkrast auf 4300 Metern hat er sich zwischen den Felsen ausgestreckt und ist eingesnickt. „Ich habe tatsächlich geschlafen“, sagt der 47-Jährige. „Und als ich aufwachte, war mir richtig kalt.“ Heute stiegen wir von der Horombo Hut auf 3700 Metern bis zur Kibo Hut auf 4720 Metern auf, Ausgangspunkt des Gipfelversuchs. Auf dem breiten, meist sanft ansteigenden Weg – von den Einheimischen „Coca-Cola-Route“ genannt, erlebten wir ein weiteres Beispiel gefährlicher Unvernunft.

### Unvernünftig, unverantwortlich

Bereits auf 4000 Metern torkelt ein etwa 14-jähriger Brite nur noch hin und her, und das obwohl er nicht mal mehr seinen eigenen Rucksack trägt. Als wir uns nach seinem Befinden erkundigen, antwortet er: „Ich bin nur müde.“ Christian Kreisel, der Arzt aus dem Forschungsteam der Uni Marburg, der uns zur



© Stefan Nestler

Kibo Hut begleitet, macht den britischen Expeditionsleiter darauf aufmerksam, dass der Junge höhenkrank sei und dringend absteigen müsse. „Ich bin selbst Arzt, er kann weiterlaufen“, antwortet der Expeditionsleiter. Während der nächsten Rast sitzt der 14-Jährige nur noch apathisch am Tisch, den Kopf zwischen den Armen vergraben. 100 Höhenmeter weiter ist auch dem Letzten klar, dass es für den Jungen nur eine Richtung geben kann: abwärts! Seine Mutter, die ebenfalls zur Gruppe gehört, steigt weiter auf.

## Schrittgeber Bayo



Frank an der Kibo Hut

„Pole, pole!“ . Langsam, langsam! Bayo wird nicht müde, dies zu wiederholen. Der 34 Jahre alte Guide gibt an der Spitze unserer Gruppe das Tempo vor. „Vor allem auf den letzten 300 Höhenmetern bis zur Kibo Hut dürft ihr nicht zu schnell gehen.“ Und so schleicht unsere Karawane langsam hinter Bayo her dem Tagesziel entgegen. Nach rund sechs Stunden erreichen alle 22 Expeditionsmitglieder, inklusive Christian Kreisel, verteilt auf mehrere Gruppen das Tagesziel. Von Linus, mit 19 Jahren der Jüngste im Team, bis zu Gerd, mit 76 Jahren der Senior. Der Jubel ist groß. Für viele ist schon die erreichte Höhe von 4720 Metern persönlicher Höhenrekord.

Für den morgigen Freitag ist nur ein kurzer Aufstieg an die 5000-Meter-Grenze geplant. In der Nacht zum Samstag starten wir dann Richtung Gipfel. Pole, pole!

## Tag der Entscheidung



Sonnenaufgang mit Blick auf den Mawenzi

Jetzt gilt es. Heute Abend um 23 Uhr werden wir aufbrechen. So wie es jetzt, wenige Stunden zuvor, aussieht, werden bis auf Gerd, unseren Ältesten mit 76 Jahren, wohl alle noch verbliebenen 20 Expeditionsteilnehmer einen Gipfelversuch machen. Zuvor nimmt Christian Kreisel aus dem Marburger Ärzteteam bei allen weitere Blutproben. Christian wird als möglicher Nothelfer in der Kibo Hut zurückbleiben.

## Es wird kalt

„Wir peilen an, im Idealfall um 6 Uhr Gilman's Point auf 5681 Metern zu erreichen und um 8 Uhr am höchsten Punkt auf 5895 Meter, dem Uhuru Peak, zu stehen“, sagt Elias Lyimo, der uns als einer von mehreren Bergführern begleiten wird. Das Thermometer wird in der Nacht deutlich unter den Gefrierpunkt fallen, wir werden uns also warm anziehen müssen. Für jeden Gipfelaspiranten steht je ein Träger bereit, mit dem zusammen wir jederzeit absteigen können, sollte es uns schlecht gehen.



Letzte Instruktionen von Elias Lyimo (Mitte) und Expeditionsleiter Rainer Brähler (l.)

## Zwei Koreaner in Rolltragen



Wie nötig dies sein kann, beobachtete ich heute Mittag auf der Kibo Hut. Ein Südkoreaner, der um Mitternacht Richtung Gipfel aufgebrochen war, musste heruntergetragen werden – unfähig, auch nur einen weiteren Schritt selbstständig zu gehen. Er und eine weitere Bergsteigerin der koreanischen Expedition wurden später per Rolltragen talwärts transportiert.

Höhenkranker Koreaner

## Langsam, aber stetig

Wir hatten heute einen weiteren Tag zur Akklimatisierung auf 4720 Metern. 17 Teilnehmer stiegen den staubigen Vulkanabhang bis auf eine Höhe von 5030 Metern hinauf. „Ich habe es geschafft“, freute sich Monika, als sie am Umkehrpunkt eintraf. Die 64-Jährige, die schon als Kind davon träumte, den Kilimandscharo zu besteigen, geht konsequent ihr eigenes, etwas langsames Tempo und erreichte damit bisher stets



5000 Meter geknackt

das Tagesziel. „Die Guides sagen, dass ich gute Chancen habe, auch den Gipfel zu schaffen. Mal sehen!“

## Ehrlich bleiben!

Seit gestern zeigten sich bei einigen Expeditionsteilnehmern Symptome der Höhenkrankheit wie Übelkeit, Erbrechen, Kopfschmerzen oder Schlaflosigkeit. Alle erholten sich relativ schnell. Dennoch stellt Bergführer Elias klar: „Wenn wir euch fragen, wie es euch geht, dann bleibt bei der Wahrheit! Und wenn wir euch empfehlen abzusteigen, fangt nicht an zu diskutieren, sondern dreht um!“ Also, Daumen drücken!

P.S.: Ich werde mich morgen voraussichtlich erst wieder nach dem Abstieg zur Horombo Hut auf 3700 Metern melden. Alles weitere wäre Zugabe!

## Gipfelerfolg am Kilimandscharo



Gipfelfoto: Rolf, Bayo und ich (v.l.)

Es war 5.41 Uhr lokaler Zeit, als Bayo unsere Gruppe auf den 5895 Meter hohen Uhuru Peak führte. Frank, Manfred, Thomas, Rolf, Rainer und ich erreichten rund sechsdreiviertel Stunden nach dem Aufbruch von der Kibo Hut den Gipfel des höchsten Bergs Afrikas. Thomas fuhr – wo immer es möglich war – hinterher mit dem Mountaimbike ab. Rund eine halbe Stunde nach uns stand auch eine große zweite Gruppe aus unserer Expedition auf dem Uhuru Peak: Ingrid, Max, Franzi, Ralf, Helmut, Ursula, Linus, Sigrid, Silvia, Sabine, Monika, Birgit, Rainer B. und Birgit B. (Ich hoffe, ich habe niemanden vergessen.) Irene schaffte es bis auf den Gilman Point. Weitere Einzelheiten gibt es nach der Rückkehr aller zur Horombo Hut.

## Abschied vom Kilimandscharo



Wanderberg? Das würde ich nicht unbedingt unterschreiben. Ich räume ein, dass ich den 5895 Meter hohen Kilimandscharo, den höchsten Berg Afrikas, unterschätzt habe. Auf etwa 5500 Metern erwischte er mich auf dem falschen Fuß. War es der nervtötende Aufstieg über den Schotterhang, bei dem ich den Eindruck hatte, dass ich, wenn ich zwei

Sonnenaufgang auf dem Kilimandscharo

Schritte vorwärts machte, einen zurückrutschte? Oder war es der eiskalte Wind, der bis in die Finger- und Fußspitzen vordrang? Was auch immer dafür verantwortlich war, plötzlich hatte ich das Gefühl, dass mich meine Kräfte im Eiltempo verließen. Unser Guide Bayo bemerkte, dass ich Probleme hatte. Wir machten eine kleine Ess- und Trinkpause, und Bayo bestand darauf, meinen Rucksack zu übernehmen. Danach bekam ich wieder die Kurve. Mindestens 20 Prozent meines Gipfelerfolgs gehören also meinem tansanischen Bergführer, ohne den ich womöglich nicht den höchsten Punkt erreicht hätte.

## Individuelle Bilanzen

Von Bayo verabschiedete ich mich heute nachmittag mit ein wenig Wehmut am Eingang zum Kilimandscharo-Nationalpark. Unser gesamtes afrikanisches Team – die Guides, die Träger, die Köche und deren Helfer – sangen für uns den „Jambo, Jambo“-Song und tanzten dazu. Zuvor waren wir rund 2000 Meter weit abgestiegen, hinein in den Regenwald, wo uns noch einmal eine Affenfamilie ihre Aufwartung machte. Ein beeindruckendes Erlebnis zum Abschluss einer Reise, die bei uns allen noch eine Weile nachklingen



Begegnung mit Affe

wird. Jeder nimmt seine ganz persönlichen Erinnerungen mit. Wie die 68 Jahre alte Irene, die sich trotz gesundheitlicher Probleme bis zum Gilman's Point auf 5,684 Metern hinauf kämpfte und dafür zu Recht ein (leicht modifiziertes) Gipfelzertifikat für den Kili erhielt. Oder die 64 Jahre alte Monika, die sich mit dem Erreichen des höchsten Punktes einen Kindheitstraum erfüllte. Oder der 19 Jahre alte Linus und die 20 Jahre alte Franzi, bei denen es sich bald entscheiden wird, in welche Richtung sich ihr Leben entwickeln wird und denen der Gipfelerfolg am Kilimandscharo sicher noch einmal einen besonderen Schub geben wird.

## Auch Erlebnisse, die nachdenklich machen



Wir alle kehren mit tollen Erfahrungen vom höchsten Berg Afrikas zurück. Von gastfreundlichen Menschen, von einer beeindruckenden Landschaft. Doch wir konnten auch mit eigenen Augen sehen, wie unvernünftig, teilweise sogar fahrlässig viele Gipfelaspiranten aus anderen Expeditionen den Kili in Angriff nahmen und dabei sogar ihr eigenes Leben riskierten. Einige bezahlten ihre fehlende

Demut schwer höhenkrank mit dem Abtransport auf der Rolltrage. Gespannt warten wir auf die Ergebnisse der Studie, die das Ärzteteam der Universität Marburg während unserer Expedition durchführte. Hoffentlich hat unser Aufstieg dazu beigetragen, die Höhenkrankheit besser verstehen zu lernen.

## Hakuna Matata

Bevor ich an diesem Montag wieder nach Deutschland zurückfliege, möchte ich mich bedanken. Bei unserem Expeditionsleiter Rainer Braehler und dem tansanischen Organisator vor Ort, Elias Lyimo. Bei allen afrikanischen Helfern. Bei den Ärzten aus Marburg, die echte Teammitglieder waren. Bei allen Expeditionsteilnehmern, die mich offen angenommen und als einen der ihren akzeptiert haben. Bei unseren Familien, die uns zum Kilimandscharo haben fahren lassen. Ich hoffe, wir können ihnen mit der Schilderung unserer Erlebnisse ein wenig zurückgeben. Nicht zuletzt möchte ich allen danken, die unser Abenteuer am höchsten Berg Afrikas verfolgt haben. „Kilimanjaro, Hakuna Matata“ – Kilimandscharo, alles in Ordnung!



Elias Lyimo (l.) und Rainer Braehler (r.)

## Vermisst am Kili: Demut und Respekt

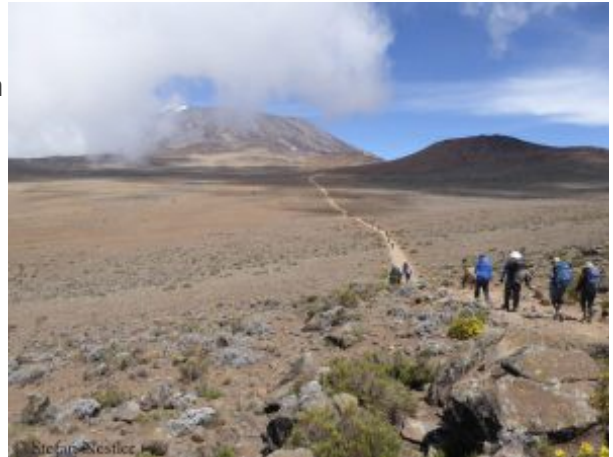


Kili im Morgenlicht

Das Gipfelzertifikat liegt zu Hause, ich könnte also eigentlich einen Haken hinter den Kilimandscharo machen. Doch der höchste Berg Afrikas beschäftigt mich auch noch eine halbe Woche nach der [Heimkehr](#). Zu zwiespältig waren meine Gefühle während der acht Tage am Kili. Auf der einen Seite durfte ich gastfreundliche und hilfsbereite Tansanier, ein harmonisches Expeditionsteam und eine wirklich beeindruckende Natur erleben. Der Aufstieg durch die verschiedenen Vegetationsstufen bescherte mir viele unvergessliche Momente. Auf der anderen Seite offenbarten sich mir aber auch einmal mehr die Kehrseiten des Massen-Bergtourismus.

## Exkremente am Wegesrand

Obwohl Jahr für Jahr rund 30.000 Menschen versuchen, den Kilimandscharo zu besteigen, fehlen sowohl ein schlüssiges Hygiene-, als auch ein Müllkonzept. So gibt es zwar etwa an der Kibo Hut auf 4700 Metern einige einfache Toiletten, doch es fehlt Wasser, um sich die Hände zu waschen. Die wenigen Toilettenverschläge entlang der Marangu-Route sind nicht viel mehr als Makulatur. Hinter fast jedem Felsbrocken neben dem Weg liegen menschliche Exkremente und Klopapier. Viele Gipfelaspiranten werfen zudem ihren Müll einfach achtlos in die Gegend.



Karawane zur Kibo Hut

## Bessere Chancen für Dicke?!



Am Ende am Boden

Noch niemals zuvor habe ich an einem Berg so viele unvernünftige, sich selbst überschätzende Gipfelanwärter gesehen wie an dem Fast-Sechstausender südlich des Äquators. Zum Beispiel jenen britischen Teenager, der bereits auf 4000 Metern mit glasigem Blick herumtorkelte und meinte, er sei nur müde. Sein Expeditionsleiter ignorierte zunächst unseren Hinweis, der Junge sei höhenkrank. Derselbe Expeditionsleiter hatte mir am Vortag erklärt, dass nach seiner Erfahrung dicke Menschen besonders gute Chance hätten, den

Gipfel zu erreichen. Seine Begründung: Dicke bewegten sich auch im normalen Alltag langsam, und das sei schließlich genau die richtige Taktik am Kilimandscharo.

## Rolltragen im Dauereinsatz

Ich sah Koreaner, die schon nach dem Aufstieg zur Kibo Hut so ausgezehrt und erschöpft aussahen wie Hermann Buhl 1953 nach seinem legendären Solo-Gipfelgang am Nanga Parbat. Wenige Stunden später brachen sie Richtung Uhuru Peak auf, gefüttert mit [Diamox](#), wie die leeren Blister auf der Toilette bewisen. Einige mussten hinterher den Berg heruntergetragen und anschließend mit Rolltragen abwärts transportiert werden. Kein Tag verging ohne solche Rettungsaktionen. Wobei es eine Bergrettung im engeren Sinn am Kili noch gar nicht gibt.

Überdrucksäcke zur Erstversorgung an der Kibo Hut? Fehlanzeige. Als unser Arzt von der Uni-Marburg bei einem Höhenkranken vorübergehend Flaschensauerstoff einsetzte, wurde er vom plötzlich sehr nervösen Offizier vor Ort gefragt, ob der Patient denn auch wirklich in Lebensgefahr schwebte.

Landeplätze, aber keine Hubschrauber



Hubschrauber-Landeplatz

Auf der Marangu-Route existieren zwar einige Hubschrauber-Landeplätze, die bisher aber nur von Vögeln angefliegen werden. Nach dem Abtransport mit der Rolltrage werden die Höhenkranken an der Horombo Hut auf 3700 Metern in einen Jeep umgeladen und über eine staubige Piste ins Flachland gefahren. Schwere Fälle können nur im Universitätskrankenhaus der Stadt Moshi behandelt werden. Der Transport kostet viel Zeit, die im extremen Notfall über Leben oder Tod entscheiden kann.

**Todesfälle werden totgeschwiegen**



Gletscher im ersten Tageslicht



Über die Bergsteiger, die am Kilimandscharo an der Höhenkrankheit sterben, redet man nur hinter vorgehaltener Hand. In der Woche vor unserer Ankunft auf der Horombo Hut seien dort zwei Bergsteiger nach ihrem Gipfelgang gestorben, wurde uns erzählt. Die beiden hätten sich schlafen gelegt und seien nicht mehr aufgewacht. Hatten sie sich selbst über- und den angeblichen „Wanderberg“ unterschätzt, wie so viele am Kilimandscharo? Ich traf „Gipfelstürmer“, die den höchsten Punkt in nur drei (!) Tagen erreicht hatten. Die meisten nahmen sich fünf Tage Zeit, um die rund 4000 Meter zum Gipfel zu überwinden – auch das eigentlich zu kurz, um sich vernünftig zu akklimatisieren.

### **Hauptsache Gipfelzertifikat**



Letzter Blick auf den Kili

Ich vermisste am Kilimandscharo vor allem zweierlei: Demut und Respekt. Demut vor dem wenn auch technisch leichten, so doch hohen Berg. Respekt vor den Grenzen der eigenen Leistungsfähigkeit und der Möglichkeit, höhenkrank zu werden. Demut vor der Natur, die wir als Geschenk betrachten sollten. Respekt gegenüber den einheimischen Guides, die so viel mehr Kili-Erfahrung haben als die Gäste aus dem Ausland. Stattdessen: Mit Tunnelblick auf den Gipfel. Hauptsache, das Gipfelzertifikat hängt demnächst an der Wand.