

Das Jetlag

Gerhard Weil

Kennen Sie das Wort **Jetlag**?

Sicher haben Sie das schon gehört, obwohl es weder im **Duden** noch im **Wahrig**, dem "Deutschen Wörterbuch" zu finden ist, und wissen auch seine Bedeutung, die ich recht schnell im **Langenscheidts Großes Schulwörterbuch Englisch-Deutsch** gefunden habe: „(physische) Probleme durch die Zeitumstellung (nach langen Flugreisen)".

Ein immer bekannteres Phänomen im Zeitalter der Fernreisen, die immer mehr aus dem besagten Zweidrittel der gleichnamigen Gesellschaft als beinahe selbstverständlich bisweilen unternehmen; der Duden wird das Wort schon unter Hinzufügung eines passend erscheinenden Artikels als deutsches Wort übernehmen, zumal es wohl unübersetzbar in der Kürze erscheint. Erstmals Bekanntschaft mit dem Jetlag machte ich im Anschluss einer Dienstreise als Persönlicher Referent nach New York - wollte ich eigentlich nicht erzählen, weil sowas nur Neidgefühle weckt - , da kam ich mit dem Senator morgens vom Flughafen im Dienst an, arbeitete bis spätnachmittags, kam voller Geschichten nach Hause und ging zum Geburtstag, um danach um 2 Uhr wie tot ins Bett zu sinken - bis zum nächsten Nachmittag. Das war er also -der Jetlag, halb so schlimm eigentlich!

Doch bei der nächsten Urlaubsrückkehr aus der Karibik waren noch Ferien und man konnte schlafen wie man wollte, d.h. am Tage, denn abends und nachts blieb man putzmunter. So hielt sich der gleiche Jetlag eine ganze Woche- der Körper wollte und musste seinen Rhythmus nicht umstellen.

Ein Jahr später besuchten meine Frau Sonja mit mir unseren Freund in Vancouver, British Columbia. Nach dem Hinflug hörte der Tag nicht auf und wir fielen nach dem Dunkelwerden todmüde ins Bett, aber das war's dann schon. Anders nach dem Rückflug über Grönland und gegen die Sonne, der uns eine nur zweistündige Nacht bescherte: Zwei Wochen musste ich mit dem Jetlag kämpfen, denn als alte Nachteule kam mir die lange Phase der Munterkeit schon entgegen und dank einer Jalousie kann ich auch am Tage prima schlafen. Endlich hatte sich mein Körper doch noch umgestellt!

Bis zum nächsten Mal. Wir flogen über Ostern nach Florida. Herrlich! Nach dem Rückflug kam, wie erwartet, der Jetlag ... und ging nicht wieder weg! Nachts munter, am Tage müde und schläfrig. Nun bin ich beruflich als höherer Verwaltungsbeamter in einer Senatsverwaltung tätig und da fällt ein gepflegter Büroschlaf so schnell nicht auf. Und nach Leistung wird bei uns sowieso niemand bezahlt, das erwarten nicht mal unsere „Kunden".

Wenn bloß nicht mein Gewissen gewesen wäre! Das schaltete sich von Tag zu Tag heftiger ein und mahnte mich zur schlaflosen Leistung bei guter Bezahlung durch den Steuerzahler. Aber wie war das möglich, wenn ich die ganze Nacht trotz aller Versuche keinen Schlaf finden konnte? Die Schlaftabletten, die mir mein Hausarzt, verschrieb wirkten schon leider erst am nächsten Morgen ... und so fiel ich erstmals schlafend im Bürostuhl meinem Vorgesetzten auf, weil ich die Büroschlafwarnvorrichtung mit der in der Schreibtischschublade eingeklemmtem Krawatte nicht mehr spürte. Aber man war milieubedingt nachsichtig. Ich dagegen wurde nervös, mit diesem verfluchten Jetlag - bei meiner Frau als Lehrerin in der Schule war er längst verschwunden - musste etwas geschehen!

Also ging ich ins Kino. „Träume" von Akiro Kurosawa. Der alte Meisterregisseur arbeitete filmisch seine Kindheit und Jugend in Japan auf - ich war nach zehn Minuten fest eingeschlafen, und das nicht mal in der Spätvorstellung. Köstlich! Am nächsten Tag saß ich wieder im Kino, ein Krimi mit Michael Douglas, der in San Fransisco spielte ... ich blieb auch nach dem Film bis morgens hellwach, kein therapeutischer Erfolg. Dagegen erlöste mich der chinesische Kung - Fu - Film zwanzig Minuten nach Beginn im Kabelfernsehen von meiner beängstigenden Schlaflosigkeit. Also konnte ich bei und nach fernöstlichen Filmen sofort schlafen, während mein Jetlag durch amerikanische Streifen so richtig auf Touren kam.

Nun schauen Sie mal bitte ins Fernsehprogramm. Wie viele Sendungen, Serien oder Spielfilme kommen aus den Staaten, wie wenige aus Russland oder Fernost? Mein Körper vollzog offensichtlich den Filmtransport mit oder gegen den Sonnenlauf wie den Transport meiner Person im Flugzeug selbst - zumindest in der auf unerklärliche Weise verlängerten Jetlagphase. Also kaufte ich mir einen Videorecorder und eine kleinen Zweitfernseher fürs Schlafzimmer, das ich nun versuchsweise am Abend wieder betrat, und wurde Mitglied von etwa zehn Videoclubs. So viele mussten es schon sein, um wirklich alle Kung – Fu - Filme videomäßig zu erfassen und nicht dauernd im Büro schlafend angetroffen zu werden.

Leider trat nur eine jeweils kurzfristige Linderung statt der erhofften Heilung von meinem Jetlagdesaster ein. Großzügigerweise bewilligte mir meine Behörde sogar Sonderurlaub als Kurersatz zur Teilnahme an den „Japanischen Filmwochen" in Oberhausen, ein herrlicher Schlaf war mir im Hotel beschieden, doch nach dem Rückflug von Düsseldorf Richtung Berlin war der ersehnte Effekt schnell verpufft, es blieb bei meiner Anomalie.

In meiner Verzweiflung konsultierte ich den Hausarzt erneut, den, der mir die wirkungsvollen Schlaftabletten verschrieben hatte. Zwar konnte er nicht direkt helfen, verwies mich aber nach telefonischer Recherche - ich bin zum Glück Privatpatient - an Prof. Dr. Dr. Branco Dobroschinski an der Universitätsklinik Bonn, wo ich zwei Tage später, arbeitsunfähig geschrieben, nach kurzem Schlaf im Lufthansajet, erschien. Der aus Kroatien stammende Professor galt nach der Veröffentlichung seines mittlerweile als Standardwerk geltenden Buches mit dem populärwissenschaftlich klingenden Titel: „Das Jetlag als Deregulationskausalität im vegetativen Nervensystem" als weltweit unumstrittener Spezialist.

„Sie sind also der Jetlagaugenmensch, den ich theoretisch schon so lange erwartet hatte. Sie malen und zeichnen gern, lieben alle Werke von Picasso, besonders dessen etwas anrühige Spätwerk, und blättern ab und zu mal gern im Playboy, stimmt's?" Während meine Gesichtsfarbe wechselte, nickte ich verlegen. „Früher habe ich auf einen richtigen Künstler gewartet, aber die sind entweder bettelarm und können sich deshalb keine Fernreisen leisten, oder es gibt bei den wenigen Arrivierten Trouble mit den weiblichen bzw. männlichen Modellen, dass weite Flüge gegen die Sonnenrichtung auch bei denen unterbleiben."

„Wieso sagen Sie das Jetlag, das Wort existiert nicht in den deutschen Regelwerken, hat also keinen festgelegten Artikel - und der Jetlag klingt eigentlich besser?"

"Das englische Wort stammt doch aus der Luftfahrt, die ist jünger als die Seefahrt und hat daraus viele Begriffe übernommen: **Flugkapitän, Bordverpflegung, Schwimmwesten, Rettungsflöße** und die **Notwasserung** zum Beispiel. Bei Schiffsunglücken gibt es häufig ein **Leck, das Schiffsleck**, da passt in der Fliegerei doch der neutrale Artikel für **das Jetlag** hervorragend, finden Sie nicht?"

"Das ist doch unmöglich, **Leck und lag** klingen doch nur ähnlich, werden völlig anders geschrieben und haben eine ganz andere Bedeutung, ihre Artikelwahl ist völlig unlogisch!"

"Eben, lassen Sie sich das von einem Ausländer sagen, der sich selbstverständlich viel intensiver mit der deutschen Sprache beschäftigt als Ihr Deutschen: Gerade weil das hier völlig unlogisch und verrückt erscheint, passt es so hervorragend ins System der deutschen Sprache."

Ich war überzeugt. Der Professor erklärte mir nun seine bisherigen Behandlungserfolge, die einem einfachen Prinzip folgten. Das Jetlag entsteht ja durch eine Täuschung des Körpers, hervorgerufen durch eine "unnatürlich" schnelle Bewegung gegen die Sonne, denn bei einer Schiffs-Eisenbahn- oder Autopartie von West nach Ost trat der Effekt niemals auf. Erst die hohe Fluggeschwindigkeit gaukelt dem Passagierkörper andere Tagesrhythmen vor, er kann sich schwer und bei besonders empfindlichen Oft-Fliegern gar nicht mehr richtig umstellen. Zur Heilung kann es nur durch eine doppelte Täuschung oder das Verbergen der durch die Fluggeschwindigkeit entstandenen Täuschung kommen. So einfach sei das.

Allerdings muss nun der Patient auf seinen **Wahrnehmungskoeffizienten** untersucht werden, d.h. mit welchen Sinnen er je nach Charakter oder Vererbung besonders intensiv die Umwelt wahrnehmen kann. Begonnen habe der Professor mit einem besonders prominenten Fall, einem Mitglied des britischen Königshauses, genauer gesagt, dem Thronfolger, dem Prince of Wales. Dieser hatte pflichtgemäß viel durch das Commonwealth zu jetten und war tatsächlich mit der bekannten langen Nase ein intensiver Riecher, ein Riechmensch. Eines Tages verschwand das Jetlag nicht mehr und Ihre Hoheit erschien inkognito bei dem Professor zur Behandlung. Nach der Feststellung der

Wahrnehmungskoeffizienten, die die aufgestellten Hypothesen hinsichtlich des Riechorgans schnell bestätigten, wurde ein Therapieplan entwickelt:

"Meine bildschöne Assistentin - freuen Sie sich nicht, Ihnen als Augenmenschen muss sie leider verborgen bleiben - besuchte mit dem damals neu entwickelten Geruchsspektralanalysegerät in Ost-West-Richtung nacheinander sämtliche dem Prinzen bekannten Golf- und vor allem Poloplätze inklusive der angrenzenden Pferdeställe und nahm überall Geruchsproben. Ein britisch-französisches Duftwasserkonsortium mixte entsprechend den ermittelten Werten einen einmalig treffenden Duftcocktail mit rasender Ost-West-Drehung, der unserem Charly halbstündlich auf seinen Flügen unter die Nase gehalten wurde -ansonsten trug er im Flugzeug eine Nasenklammer- und er war vom Permanentjetlag geheilt. Schade nur, dass es nun mit seiner Ehe so schlecht läuft - wahrscheinlich kann er Lady Di einfach nicht mehr riechen!"

Auch der zweite Fall betraf nach den Schilderungen einen Prominenten und der Professor verhehlte seine Enttäuschung nicht, dass ich als Augenmensch so gänzlich unbekannt sei. „Dobro, " sagte Prof. Dobroschinski," das ist nicht so gut für die aus der Wirtschaft einkommenden Forschungsmittel, aber ich freue mich, dass ich endlich einen **Augenfall** wie offensichtlich den Ihren behandeln kann. Der **Hörfall** geriet schon nicht einfach. Hans-Dietrich Genscher war schon immer ein Ohrenmensch, bereits als Innenminister hörte er in seiner Partei das Gras wachsen. Tja, und als Außenminister mit der ständigen Jetterei konnte ich auf den Dauerjetlag nach meinen Berechnungen geradezu warten. Genau nach zwei Monaten im Außenamt kam es zum Unvermeidlichen. Ich war vorbereitet: Da mein Institut aus Mitteln der LufthansaStiftung gefördert wird, gelangte ich an alle Flugpläne, mit denen ich unseren Computer fütterte. Jahrelang flog Hans-Dietrich von Deutschland in die USA, aber nicht direkt zurück, nach Computersimulationen schickte ich ihn in Zusammenarbeit mit seinem Stab von den Staaten auf Tournee nach Tokio, Peking und entweder auf der Südroute über Dubai und die anderen Golfstaaten oder weiter nördlich über Moskau und Warschau zurück zu uns. Das tat der Entspannungspolitik und der Energieversorgung außerordentlich gut, zumal wir seinen Körper im Pazifik noch über die Datumsgrenze jagten, das perfekte Täuschungsmanöver. Es klappte aber nur, wenn Herr Genscher im Flugzeug Ohropax benutzte. Leider wehrten sich die empfindlichen Organe gegen diese **Abschaltung und wurden immer** größer - vergleichen Sie mal Fotos und Karikaturen von ihm durch die letzten zehn Jahre. Schließlich drohten die Lauscher extrem zu wachsen und Herr Genscher entschloss sich - für viele, nicht aber für mich - gänzlich unerwartet zum Rücktritt. Jetzt fährt er mit dem Abgeordnetenmercedes nur noch zwischen Bonn und Halle hin und her, das Ohrenwachstum kommt zum Stillstand." Nachdem der Professor mir noch etwas über die kommerzielle Nutzung seiner Forschungsergebnisse erzählt hatte - die Lufthansa experimentiert auf Atlantikrückflügen mit Duftessenzen a la Prince of Wales und anderen Noten über die Klimaanlage und hat statt Ohropax die handlichen Kopfhörer mit Ohrstöpseln auf allen Routen im Einsatz - begann er mit einer Testreihe bei mir: Ich wurde an eine Mischung aus EKG und Lügendetektor angeschlossen und bekam einiges zu sehen - zunächst einen asiatischen Pornofilm, leider kann ich mich an nichts erinnern, weil ich sofort einschief und mit einer McDonalds-Reklame geweckt wurde. Dann musste ich eine Stunde CNN sehen und später kam nur noch unbewegte Werbung. Der Professor stellte fest, dass selbst ein kurzer Blick auf den Marlboroman mich Stunden vom Schlaf abhalten konnte. Ein operativer Eingriff erschien unvermeidlich. Er hatte schon in weiser Voraussicht einen minimalisierten Videorecorder entwickelt und meinte, dass die von mir eingeschlagene Eigentherapie schon den richtigen Lösungsweg darstelle. Er beschickte das Gerät mit Bildern eines in Hongkong startenden Lufthansajumbos, danach folgte ein wenig dramatischer Kung-Fu-Filmausschnitt, einige Fetzen eines indischen Liebesfilms und schon startete der Flieger wieder in der Endlosschleife.

Am unauffälligsten war das Gerät in meinem Bauch zu implantieren, an den hatten sich eh schon alle gewöhnt, nur die Hochführung des hauchdünnen Glasfaserkabels zum Sehnerv war etwas kompliziert, doch der Eingriff gelang und mit einer winzigen Krokodilklemme konnte der Recorder mit dem Nerv verbunden werden, ich sah die Bilder nur im Unterbewusstsein, so dass Schlafstörungen nicht mehr auftraten. Denn entdeckte mein Auge etwas Westliche im Kino, Fernsehen oder auf der Reklamewand, etwa in Form von **Camel oder gar West**, sprang die Asienschleife sofort an. Nur die Stromversorgung erschien zunächst problematisch: Bei Satelliten benutzten Amis und Sowjets früher kleine Atomreaktoren

"Wollen Sie etwa in La Hague oder in der Barentsee bei den russischen Atom-U-Booten beerdigt werden?" fragte der Professor spöttisch. Er hatte mit der Firma Junghans einen Vertrag abgeschlossen,

weil diese sowohl Solar - als auch Funkarmbanduhren herstellt. So speist seit kurzer Zeit eine Funkso-
laruhr meinen Minirecorder!

Nach dem Hurrikan in Florida und den Berichten im Kolumbusjahr läuft das Gerät auf Hochtouren.
Hoffentlich muss ich nicht bald ein Sonnenpaddel im Haar tragen.

Jedenfalls fliege ich im nächsten Sommer in die Südsee, direkt in die Nähe der Datumsgrenze. Die
werde ich mit Sonja an einer stillen Lagune solange überschreiten, bis mein Organismus ausgetrickst
und der Recorder nutzlos ist, rät mir der Professor!