

Begegnungen

# «Ich fotografiere nicht für die Festplatte»

**Da sagt doch ein Sprichwort:** Lieber den Spatz in der Hand als die Taube auf dem Dach. Beim Schwyzer Landschafts- und Tierfotografen Ruedi W. Immoos ist diese Aussage fehl am Platz, oder, besser gesagt, er würde sich damit wohl nicht zufriedengeben. Der in Küsnacht wohnhafte Schwyzer ist ein Meister seines Faches und lichtet Vögel und Landschaften in perfektem Licht ab. Ein Traum, seine Bilder zu konsumieren.

**Konsumieren darf man sie tatsächlich.** Der Küsnachter hat ein klares Prinzip. «Ich fotografiere nicht für die Festplatte, ich möchte alle Interessierten an meinen Bildern teilhaben lassen.» Fotos betrachte er als das Tor zur Welt. «Viele Leute und Kommentare in den Social-Media-Kanälen bestätigen mir, dass «normale Leute» Natur und Vögel nicht in dieser Intensität beobachten können, wie ich sie zeige», sagt Fotograf Ruedi W. Immoos. Man müsse einfach das Auge dafür haben und natürlich auch wissen, wo man seine Motive finde, sagt er weiter. Während gut zehn Jahren war er mit seiner Frau Birgit, einer ambitionierten Künstlerin, die dank ihm zur Fotografie gefunden hat, in der Natur unterwegs.

**«Zeit und Geduld muss man haben, wenn man in der Natur- und Landschaftsfotografie erfolgreich unterwegs sein will.** Es steckt eine grosse Recherchearbeit dahinter, das gute Licht, den guten Spot ausfindig zu machen. Alles ist total geplant. Einen Spot, einen Ort muss man intensiv studieren», sagt er weiter. Was denn den Erfolg ausmacht? Die Frage beantwortet Ruedi W. Immoos gezielt und ganz einfach. «Wenn ich einen solchen Ort gefunden habe und viele auch dorthin gehen wollen, um



Landschaftsfotograf Ruedi W. Immoos in Aktion – und zwei seiner faszinierenden Bilder, «Blick vom Meinradsrank» und «Zwei Neuntöter». Bilder: Ruedi W. und Birgit Immoos



mein Bild nachzumachen, dann ist das ein Qualitätsmerkmal.»

**Es sei aber auch das grosse Wissen, das sich der Küsnachter im Laufe der Jahre angeeignet habe.** Er wisse, wo er seine Motive finde, beispielsweise den sehr seltenen Bienenfresser, den Neuntöter, den Feldsperling oder ein Schwarzkehlchenpaar. Die Motive sind vielseitig – von den Landschaftsbildern aus der Region, der Schweiz oder dem nahen Ausland. «Für mich ist die Fotografie eine kunstvolle, digitale Lichtmalerei, welche das Motiv, das meine Augen erkennen, durch das Licht, durch den Bildausschnitt, die Perspektive, den Blickwinkel und die vielen technischen Gestaltungsmöglichkeiten der

Kamera, des Objektivs, der Filter und der RAW-Entwicklung eindrucksvoll, künstlerisch und nach meinen hohen qualitativen Ansprüchen ablichtet, entwickelt und präsentiert.» So umschreibt er sein intensives Hobby, welches er über Jahre mit seiner Frau Birgit ausübte. 2020 ist sie verstorben, aber sie motiviere ihn immer noch weiterzumachen. Nun ist er mehrheitlich mit seinem Fotofreund, dem Feldornithologen Urs Neher, unterwegs.

**«Ich gebe gerne Tipps, sage auch, wo man die Motive finden kann, aber nur jemandem, der das Brutgeschäft der Vögel nicht stört und nicht planlos in der Natur herumirrt.»** Wen dies störe, der habe bei ihm Pech gehabt. «Ich

würde beispielsweise niemandem verraten, wo Eisvögel in der Natur brüten. Ihr Geschäft darf man nicht stören. Es gibt Grenzen.» So sieht man bei ihm kaum Nestfotos. Es sind Bilder, wo die Vögel auf der Jagd sind, wo das Männchen um sein Weibchen buhlt. «Es gibt klare Grenzen, das Tierwohl kommt vor der Fotografie», so Ruedi W. Immoos. Wo ein spannender Hotspot in der Natur sei, dürfe man ihn fragen, den verrate er gerne, «aber halt auch nur dann, wenn die Natur geachtet und den Bauern kein Schaden zugefügt wird».

**Ruedi W. Immoos hat viel Technik um sich herum.** Kameras, Objektive, Computer, alles ist top und aufeinander abgestimmt. «Will man gute

Bilder erzielen, muss man sich auf die Technik verlassen können, und man muss die Technik der Kamera beherrschen.» Der heute 74-jährige Küsnachter war früher Lehrer und später Schulinsektor. «Nein, Berufsfotograf wollte ich nie werden. Es ist ein schwieriges Metier. Mit der Fotografie ein Einkommen zu generieren, wird immer schwieriger. Ich habe diese Entwicklung kommen sehen. Ich war gerne Lehrer, und ich übe mein intensives Hobby mit viel Liebe aus», sagt Ruedi W. Immoos. Ob das stimmt? Ein Blick auf seine Seite [www.immoos.net](http://www.immoos.net) belegt es, oder man sucht seine Bilder auf Instagram oder Facebook.

Erhard Gick

Ratgeber

## Was bringt das neue Medikament gegen Fettleibigkeit?

**Gesundheit** Obwohl ich schon einige Diäten versucht habe, bin ich (m, 42) stark übergewichtig. Nun habe ich von einem Medikament gelesen, mit dem man offenbar einfach abnehmen kann. Sollte ich dieses mal ausprobieren?

Starkes Übergewicht (Adipositas) ist eine Erkrankung, welche die Lebensqualität einschränken kann und zudem gefährlich ist. Eine wirksame Therapie ist deshalb medizinisch dringend notwendig.

Adipositas ist meist die Folge einer vererbten Störung von Botenstoffen (Hormonen), welche Hunger, Sättigungsgefühl und die Lust auf kalorienreiche Kost steuern. Der Körper unternimmt alles, um das Abnehmen («Verhungern») zu verhindern. Bei adipösen Personen ist dieses Gefühl ein Dauerzustand. Trifft diese Veranlagung auf die Umgebung einer Gesellschaft im Überfluss, wird Adipositas sichtbar. Ab zirka einem Body-Mass-Index (BMI) von 33 hilft der gute Wille nicht mehr allein (BMI-Rechner finden sich mit Googeln im Internet).

Oft tritt Resignation oder ein Gefühl des Versagens ein. Eine gesunde Ernährung und

Bewegung sowie der Wille sind trotzdem wichtig. Dadurch kann der Gesundheitszustand deutlich verbessert werden, auch ohne das in aller Regel unrealistische Ziel, massiv Gewicht zu verlieren.

Medikamente oder eine Operation beeinflussen die Störung der Hormone wesentlich. In der Schweiz ist nun ein rezeptpflichtiges Medikament zugelassen, das nur von ausge-

**Kurzantwort**

Das Medikament erzeugt ein Gefühl von weniger Hunger und besserer Sättigung. Es ist eine wertvolle Therapiemöglichkeit bei Adipositas und bringt eine durchschnittliche Gewichtsreduktion von 7 bis 9 Prozent des Ausgangsgewichts. Bei schwerster Adipositas reicht dieser Effekt aber nicht aus. (hag)

suchten Spezialisten verordnet werden kann. Es ist ein Hormon, welches täglich mit einer sehr feinen Nadel unter die Haut gespritzt wird.

**Medikament bewirkt verändertes Essverhalten**

Es wirkt mehrfach im Körper und erzeugt im Hypothalamus (Teil des Gehirns, in dem Hunger und Sättigung gesteuert werden) das Gefühl von weniger Hunger und besserer Sättigung. Dieser Zustand wird häufig als Befreiung empfunden. Jetzt ist auch der Körper zufriedener, abnehmen zu können, und er empfindet die Reduktion der Nahrung nicht als «Verhungern». Magen und Darm bewegen sich langsamer, die Verdauung wird gebremst, in der Bauchspeicheldrüse kommt es zu einer verbesserten Ausschüttung und Wirkung von Insulin.

Mit dem Medikament gelingt eine durchschnittliche

Gewichtsreduktion von 7 bis 9 Prozent des Ausgangsgewichts. Oft ist das ein riesiger Erfolg und ausreichend, um manche Begleiterkrankungen verbessern zu können.

Nebenwirkungen wie etwa Übelkeit sind gering und verschwinden im Lauf der Therapie. Man muss das Medikament jedoch sinnvoll einsetzen. Es ist kein «Wundermittel». Der Einsatz ist besonders geeignet bei leichter Adipositas. Das Medikament ist aber eine sehr wertvolle Therapiemöglichkeit in der differenzier-ten Adipositas-Behandlung.

Bei schwerer Adipositas ist der Effekt allerdings zu gering. Man erreicht «nur» etwa eine Gewichtsreduktion von 130 auf 120 Kilos. Um eine nachweisliche Lebensverlängerung oder eine Heilung des Diabetes mellitus Typ 2 bei schwerer Adipositas zu erreichen, bedarf es einer Gewichtsreduktion von mindestens zirka 20 Pro-

zent. Dieses Ziel ist weiterhin nur durch eine Operation, die eine Gewichtsreduktion von 25 bis 35 Prozent bringen kann, zu erreichen. Sprechen Sie mit Ihrer Ärztin oder Ihrem Arzt, ob Sie die Voraussetzungen für die Behandlung erfüllen und welche Therapie für Sie am besten geeignet wäre.



**Dr. med. Roxana Bacauanu**  
Oberärztin, Adipositas-Zentrum  
Luzerner Kantonsspital, luks.ch

**Suchen Sie Rat?**

Schreiben Sie an: Ratgeber LZ,  
Mailhofstrasse 76, 6002 Luzern.  
E-Mail: [ratgeber@luzernerzeitung.ch](mailto:ratgeber@luzernerzeitung.ch)  
Bitte geben Sie Ihre Abopass-Nr an.  
Lesen Sie alle unsere Beiträge auf [www.luzernerzeitung.ch/ratgeber](http://www.luzernerzeitung.ch/ratgeber).

ANZEIGE



**Senk dein Risiko, denk daran:**

- Bleib zwischen 11 und 15 Uhr im Schatten
- Trag Hut, Kleider und Sonnenbrille
- Benutz Sonnencreme, mindestens LSF 30
- Geh nicht ins Solarium

Mehr Informationen unter [krebsliga.info](http://krebsliga.info) oder 041 210 25 50