

Auf Bergwandertour IN DEN PYRENÄEN



SCHNAPPSCHLUSS Auf dem
«Jägerpfad» im Parque Nacional de
Ordesa y Monte Perdido



In den Pyrenäen zu reisen, heißt Menschen zu treffen, Typen kennen zu lernen, einzutauchen und ganz schnell dazuzugehören. Die Nationalparks Aigüestortes i Estany de Sant Maurici und Ordesa y Monte Perdido bilden das Herz dieser Gebirgskette, die zwischen Frankreich und Spanien, Atlantik und Mittelmeer liegt.

Christoph Thoma (Bilder und Text)



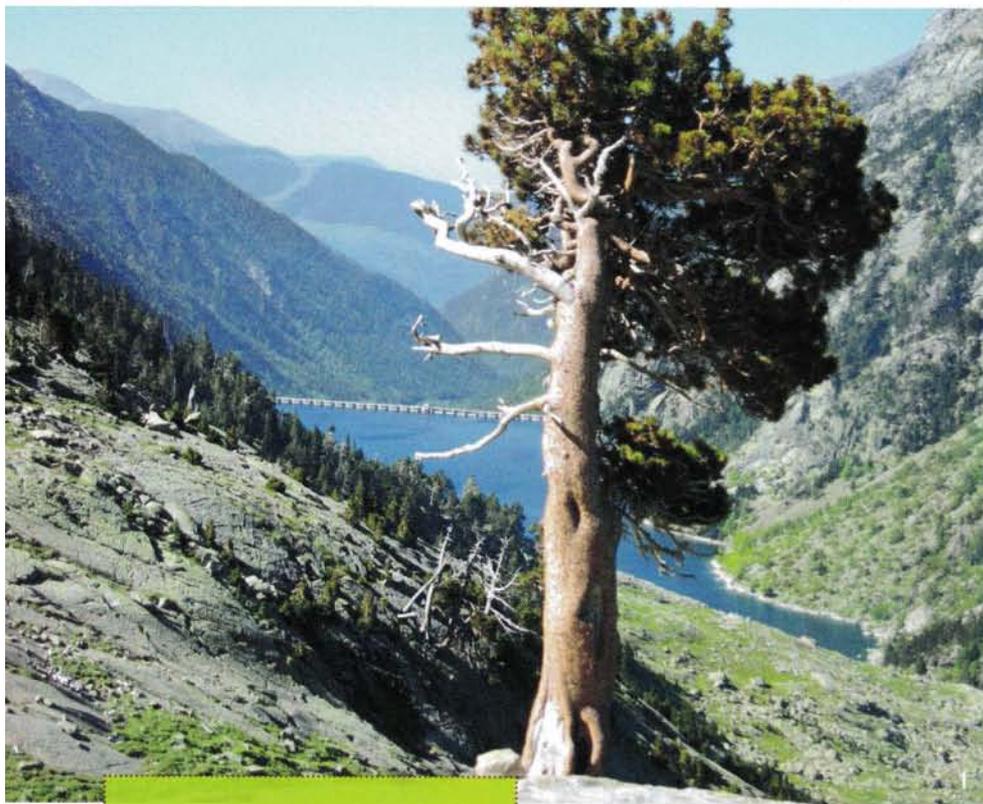
■ Erill la Vall – ein Bergnest in den Pyrenäen auf 1252 Metern. Vogelgesang weckt mich aus meinem Schlummer, und nicht der Stundenschlag von Santa Eulàlia. Der 23 Meter hohe Turm ist aber mein authentischer Wegweiser zum UNESCO-Weltkulturerbe im Vall de Boí. Nicht nur, weil er unmittelbar vor der Haustür beginnt, ist der Wald- und Wiesenweg über Taüll, Boí und Durro nach Barruera perfekt als Eingehetour: Kontaktnahme mit vielfältigster Natur und Kultur im Vall de Boí bzw. dem

Nationalpark Aigüestortes. Ich bin mit der Kultur- und Bergwanderführerin Anna Maria Dahm aus Köln und ihrem katalanischen Lebensgefährten, dem Bergführer Natxo Carreras, auf stillen, unbekanntenen Pfaden unterwegs. Vom ersten Schritt an auffällig sind die »Balkon-Effekte«, die sich bei der Überschreitung des Joches Richtung Durro und später beim Abstieg über Almgrund immer wieder ergeben. Hummeln rangieren – süßen Nektar suchend – vor und zurück zwischen rosaroten und

weißen Brennnesseln, smaragd schimmernde Eidechsen huschen über heiße Steine, Tautropfen funkeln in filigranen Spinnennetzen. Natur und Weltkultur in spannendem Dialog. Die Zwischenziele lassen Kunstkenner mit der Zunge schnalzen: Santa Maria de Taüll, 1123 geweiht, mit »Anbetung der Könige«, Sant Joan de Boí mit der »Steinigung des Heiligen Stephanus« und die Geburtskirche La Nativitat in Durro mit »Kreuzabnahme Christi«. Die kleine Einsiedelei von Sant Quirc liegt auf einem Felsvorsprung in der Nähe von Durro. Sie hat ein kleines Schiff mit Apsis sowie einen Eingang in südlicher Richtung. Eine niedrige Glockenstube steht an ihrem westlichen Ende. Der Dachstuhl, von außen zugänglich, wurde vermutlich als Kornspeicher genutzt.

Wo Flora und Fauna den Gegebenheiten trotzen

»Mystik der Pyrenäen« heißt ein von Anna Maria Dahm entwickeltes Wanderprogramm. Weil weißer Nebel oft für besondere Stimmungen sorgt. Weil die Gegend so einsam ist. Und weil man sich an den Hirtenfeuern so gerne Geschichten erzählt, von Feen und Hexen. Gebirge haben Geschichten immer gefördert. Mehr als 1000 Seen gibt es in den Pyrenäen, davon 200 im zwischen 1600 und 3000 Meter hoch gelegenen Nationalpark Aigüestortes i Estany de Sant Maurici. Spannende Unterhaltung im »Parkhaus«, dem Infozentrum der Nationalparkverwaltung. Führer Josep Maria Rispa erzählt heftig gestikulierend mit spanischer Beredsamkeit von der Schwarzkiefer, die sich noch in einer Höhe von 2400 Metern in die Felsen krallt und über Jahrhunderte Kälte, Wind und Schneelast trotzt. Er ist stolz auf die Population von »Pyrenäen-Kondoren«, wie er »seine« Bartgeier nennt, die hier eine Rettungsinsel gefunden haben. Abends dann, beim »Estrella«-Bier vom Fass, scheint mir die Sonne auf den Rücken. Es war ein langer, erlebnisreicher Tag.



BESONDERHEITEN In den Pyrenäen gibt es mehr als 1000 Seen, und die Schwarzkiefer krallt sich noch in einer Höhe von 2400 m in die Felsen [1]. Gelber Riesen-Türkenbund [2]



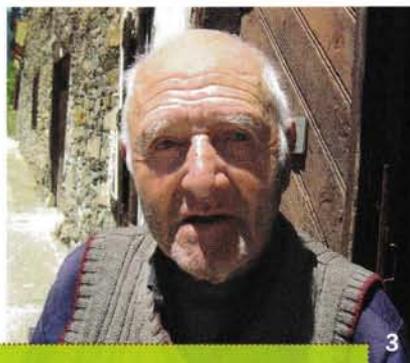
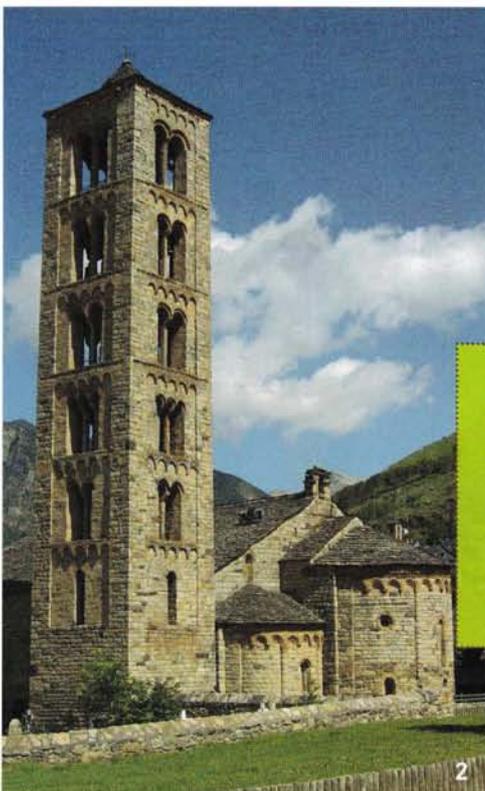


Silbern schimmern die Legschieferdächer in der frühen Sonne. Anna Maria bringt Natxo und mich zur Stauwand von Cavallers, 1785 m, Ausgangspunkt unserer Bergwanderung aus dem Vall de Boí ins Val d'Aran. Wieder diese Balkon-Effekte. Nach jeder kleinen Höhenstufe ein neuer See. Wir kommen an einem Bach entlang, der sich in Kaskaden zu Tal stürzt. Über Matten mit Edelweiß und Buschwindröschen wandern wir flach zum »Refugio Ventosa i Calvell«, 2215 m, wo wir uns heißen Tee gönnen. Dann geht's in Serpentina weiter zum nächsten See: Estany de les Mangades, 2400 m. Ein warnender Murmeltier-Pfiff. Und wieder ein See.

Nach gut vier Stunden gibt's Brotzeit aus dem Rucksack am Pass Coll de Crestada, 2475 m, der einer Zahnflucht gleich in der Wandflucht unvermutet Durchlass bietet. Noch liegt ein gutes Stück Weg vor uns. Die herrliche Aussicht auf den Hauptkamm der Pyrenäen ist eine Art Hinweis darauf, dass auch der Abstieg technisch fordernd ist: nichts für Turnschuhtouristen! Gut 850 Höhenmeter auf ruppigen, teilweise ausgesetzten Pfaden, die bewusstes Gehen und Schwindelfreiheit bedingen. Natxo bewegt sich scheinbar mühelos auf dieser riesigen Treppe und hat Zeit, immer wieder durchs Fernglas zu schauen und Gämsen, Steinböcke und einen hoch oben kreisenden Bartgeier zu entdecken.

Urige Unterkunft und Hirten-Nostalgie im Aran-Tal

Meine Wohnung an diesem Abend stammt aus dem 17. Jahrhundert. Anna Maria hat den Schlüssel für das Landhaus »Luna de Montaña« in Benós. Eintreten und sich wohlfühlen. Liebevoll die Einrichtung mit antiken Möbeln und historischen Bildern. Lichtschalter aus Porzellan. Geölte Holzböden. Fast ein Museum. Aber die Matratzen sind nagelneu und der Komfort mit Geschirrspüler und Grillplatz wird wirklich allen Ansprüchen gerecht.



GESCHICHTENERZÄHLER

Wandmalereien (1) in der Apsis der romanischen Kirche Santa Maria de Taüll (2); das originale Gemälde ist im Museu Nacional d'Art de Catalunya (MNAC) in Barcelona zu sehen. Hirte Francisco Pujol Castet (3)

Vilamòs, 1255 m, ist ein verträumtes Dorf mit puppenstubenartigem Heimatmuseum, das ich von meinem Landhaus aus in einer Stunde über einen fast zugewachsenen Wiesenweg erreiche. Der 25 Meter lange Brunnen hortet kristallklares Wasser und dient als Viehtränke und als Waschplatz für die Frauen – zumindest früher.

Zurück in Benós; hier haust in schmaler Gasse in winziger Stube der 86 Jahre alte Hirte Francisco Pujol Castet. Er trägt ein blaues, langärmeliges Hemd und eine graue Strickweste. Einen winzigen Fernseher gibt es im schlichten Wohnzimmer. Und eine Standuhr, die schon lange nicht mehr tickt. Schon als Zwölfjähriger hütete Francisco das Vieh. Und vom 20. bis zum 76. Lebensjahr war er immer »da draußen«, wie er mit einer ausholenden Handbewegung beschreibt. Nur von Hunden und einem Helferbuben begleitet, der gelegentlich Vorräte aus dem Tal holen musste. Gekocht wurden Eintöpfe mit Kichererbsen und Speck. Selten gab es Eier in der gusseisernen Pfanne. Señor Pujol, der nie verheiratet war, schiebt die Baskenmütze auf dem runden Schädel hin und her: »Ich hatte das Vieh für drei Gemeinden zu hüten, 100 Schafe, 270 Kühe und 50 Pferde«.

Anna Maria kennt den Hirten seit Jahren und ist ihm früher beim Wandern begegnet. Auf den Hochweiden an der Quelle der Garona oder in Bagergue, 1419 m, Startpunkt für die Wanderung durch den maleirischen Bergkessel von Colomerès. Was er sich für seinen Lebensabend wünscht, frage ich den Schäfer zum Schluss, der raucht wie ein alter Drache. Die Antwort kommt schnell, mit einem spitzbübischen Schimmer in den Augen: »Dass mir im Winter das Feuer nicht ausgeht! Und der Käse«.

Hinauf in die höchstgelegene Käserei der Pyrenäen

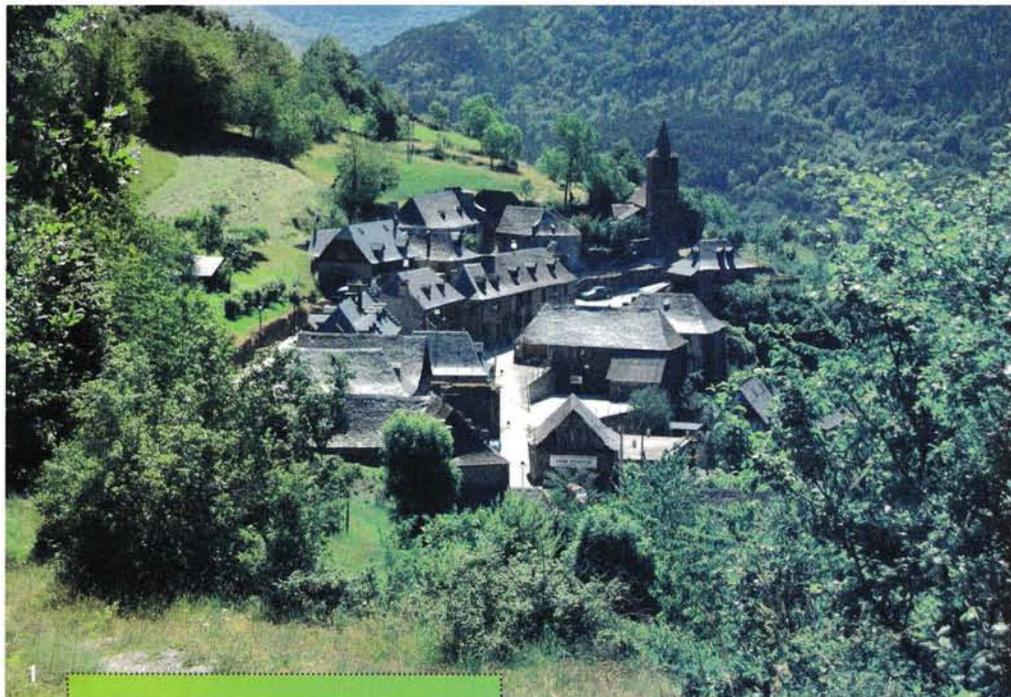
Wohlschmeckender, würziger Pyrenäen-Bergkäse. Das ist das richtige Stichwort: »Hormatges Tarrau« – Quesos del Valle de Arán. Im 1419 Meter hoch gelegenen

Bergdorf Bagergue im Haut Aran – also im oberen Teil des Aran-Tals – betreibt José Antonio im Schatten der Kirche seit August 2009 mit seinem Partner Oscar Tarrau die »höchstgelegene Käserei der Pyrenäen«. Die Gasse ist abschüssig. Zur Verkostung gibt's eine Sonnen-Terrasse. Verarbeitet wird in Küche und Keller in liebevoller Handarbeit regionale Bergbauernmilch von Kuh und Schaf (keine Ziegen!) zu Brie- und Hartkäse. Zur besseren Haltbarkeit werden die reifen Laibe mit einer Emulsion von Olivenöl, Essig und Armagnac behandelt, der in Karaffen aus Bordeaux kommt. Verkauft wird die Produktion an die Gastronomie im Aran-Tal und an regionale Käsereien und Bioläden.

Aus Katalonien nach Aragon

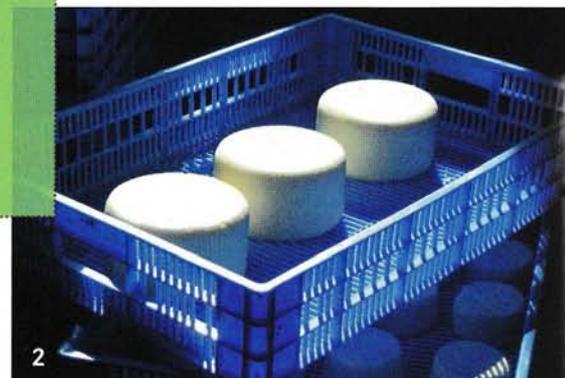
Wir haben Torla und das »Bujaruelo« durch den Tunnel von Vielha angesteuert und über das pittoreske Festungsstädtchen Ainsa, das einst wehrhafte Bastion gegen die Mauren war, das Tor zum Ordesa-Nationalpark erreicht – und damit die andere Seite des Pyrenäen-Hauptkammes. Der »Verlorene Berg«, Monte Perdido, 3355 m, gehört zur Kulisse, dritthöchster Gipfel der gesamten Pyrenäen und selbst UNESCO-Weltnaturerbe.

Der »Jägerpfad« in der Sierra de las Cutas ist die schönste Tageswanderung im Ordesa-Nationalpark. Alberto Ramon Muro, 25, ist Kuhhirte und Taxifahrer. Je nach Saison. Der VW-Bus mit Nationalpark-Emblem,



1

GLANZLEISTUNG Im Dorf Begós im Val d'Aran schimmern die Legetschieferdächer silbern vom Sonnenlicht (1). In liebevoller Handarbeit produzierte Rundlaibe aus der Käserei »Hormatges Tarrau« im Bergdorf Bagergue (2).



2



AUFGETISCHT Das historische Landhaus »Luna de Montaña« in Benós empfiehlt sich als private Unterkunft und Startpunkt für Wanderungen im Val d'Aran (1). Bringen verlorene Kräfte zurück: Salami, Schinken, Käse und Oliven (2). Der Schluck aus der Purro-Karaffe will gekonnt sein, Anna Maria Dahm probiert's aus (3).



mit dem er uns pünktlich um 8.45 Uhr früh im Hotel abholt, gehört ihm selbst. Zusammen mit seinen Eltern betreibt er die Landwirtschaft mit 170 Kühen und 40 Ziegen. Schon der Opa war Schäfer, er liebte die widerspenstigen Tiere, deren Haltung heute auch in den Pyrenäen zurückgegangen ist. Die Zeit der Transhumanz ist wohl endgültig vorbei. Die Wanderviehwirtschaft prägte über Jahrhunderte Landschaft und Kultur der Iberischen Halbinsel. Wenn im Frühsommer die Vegetation im Landesinneren austrocknete, zogen die Herden in die bergigen, feuchteren Regionen im Norden Spaniens. Für die weite Wanderung nutzten die Hirten alte Viehtriebwege, die

so genannten »Cañadas«. Bis heute sind diese traditionellen Wege – auch wenn sie kaum mehr benutzt werden – ökologisch von großer Bedeutung: Der Biotopverbund dient zahlreichen Tier- und Pflanzenarten als Überlebensraum.

Lunch auf einer pittoresken Märchenwiese

Die Fahrt mit Albertos Taxi dauert keine 20 Minuten. Wir erreichen das steinerne Herz des Ordesa-Nationalparks. Parkplatz Pradera, 1325 m, Besucherzentrum. Wir schnüren die Schuhe und schultern die Rucksäcke. Um 9.15 Uhr beginnt der Steilaufstieg zum Mirador Calcilarruego,

1980 m. Über knapp 700 Höhenmeter Serpentina kreiseln wir hinauf zu einer Schiffski-Kanzel, hoch über dem an Colorado erinnernden Tal des Rio Arazas. Bergführer Natxo Carreras geht uns voran auf seinem Lieblings-Panoramaweg. Der Pfad führt über das Band Faja de Pelay über Stunden flach zum Talgrund. Vier Stunden Gehzeit bis zum Wendepunkt Cola de Caballo. Dort, im Schutz wohnhausgroßer Felsblöcke, Lunch auf einer Märchenwiese. Ganz hinten. Kuhglockengeläut wie im Allgäu, das Rauschen des Wasserfalls – und alte Geschichten, z.B. von Karl dem Großen und seinem Streiter Roland. Die berühmte »Rolandsbresche«, die sich auf 2800 Metern Höhe wie ein Farnal fast drohend vom Horizont abhebt, soll dieser sterbend mit seinem magischen Schwert geschlagen haben. Auch »El Dedo«, der Daumen Rolands, und sein Helm sind – mit etwas Fantasie – auf dem markanten Grenzkamm zwischen Spanien und Frankreich erkennbar. Zusammen mit Berggipfeln wie Pico de Marbore, 3248 m, El Casco, 3006 m, oder Taillon o Punta Negra, 3144 m. Almrausch im Vordergrund, Gletschereis im Hintergrund. Wir haben noch drei Stunden zu gehen, am Fluss entlang, dann in schattigem Buchenwald. Um 16.15 Uhr ist der Parkplatz erreicht. Das Büro der Nationalparkverwaltung und ein kleiner Gastgarten, in dem man Bier vom Fass haben kann. Brot und frische Oliven werden selbstverständlich gratis dazugeliefert. Spanische Gastfreundschaft. ■



Seenvielfalt, Vall de Boí



Natxo Carreras beim Passübergang, Val d'Aran

ALLGEMEINES

Die Pyrenäen sind ein 430 km langes Kettengebirge. Sie trennen die Iberische Halbinsel im Süden vom übrigen Europa im Norden und erheben sich zwischen dem Atlantik im Westen und dem Mittelmeer. Vall de Boí und Val d'Aran sind benachbarte Bergtäler im Herzen der Pyrenäen bzw. im Norden Kataloniens. Der Parque Nacional d'Aigüestortes i Estany de Sant Maurici bietet Kulturwanderungen zu den romanischen UNESCO-Weltkulturerbe-Kirchen und Bergtouren in der Dreitausender-Region. Der Parque Nacional de Ordesa y Monte Perdido auf der anderen Seite des Tunnels von Vielha umfasst die spanische Seite des Monte-Perdido-Massivs und die Täler Anisclo, Escuin, Ordesa und Pineta.

ANREISE

Es empfiehlt sich entweder Barcelona (Iberia/Vueling) oder Toulouse (Lufthansa) anzufliegen. Weiterfahrt mit Bus oder Leihwagen; Barcelona: 310 km, Toulouse: 165 km

SEHENSWÜRDIGKEITEN

Das Boí-Tal ist für seine frühromanischen Kirchen bekannt, die es – abgesehen von alten Großstädten wie Rom oder Köln – zur Gegend mit der größten Dichte an romanischen Kirchen Europas macht. 9 der Kirchen wurden ins UNESCO-Weltkulturerbe aufgenommen.

NATIONALPARKS

Es gibt 3 Nationalparks in den Pyrenäen: auf spanischer Seite den Parque Nacional de Ordesa y Monte Perdido (156 qkm), südlich von Cirque de Gavarnie gelegen, und den Parc Nacional d'Aigüestortes i Estany de Sant Maurici (105 qkm). Auf französischer Seite wurde 1967

der Bereich von den Bergen südlich von Lescun im Vallee d'Aspe im Westen bis zum Néouvielle-Massiv im Osten zum Parc National des Pyrénées (457 qkm) erklärt.

REISEZEIT UND KLIMA

Mai bis Oktober, wenn man nicht zum Skifahren kommt. Besonders reizvoll ist der Juli, wenn in den Zentralpyrenäen der Bergsommer einzieht.

UNTERKÜNFTE

Überall gibt es kleine Gasthöfe, die preisgünstig Halbpension oder Zimmer/Frühstück anbieten.

Luna de Montaña. c/Sant Ròc 4, Benós, Val d'Aran, Tel. 0034/973/640145, www.lunademontana.com. Historisches Landhaus; empfiehlt sich als private Unterkunft und Ausgangspunkt für die Wanderungen

BERGFÜHRER

Luna Trails. c/del Túnel, 134, 25530 Vielha, Tel. 0034/647/804969, www.lunatrails.com. Anna Maria Dahm und Natxo Carreras führen zusammen die Agentur und vermitteln Wanderrern Quartiere, organisieren alles bis hin zu Kulturtagen in Barcelona und führen – auf Wunsch – die Touren auch selbst.

SOUVENIRS

Schmackhafte Mitbringsel (Honig und Käse) aus den Pyrenäen kann man in sehr guter Qualität u.a. beim Imker Jose Cazorla Hijano (c/Sant Quirc 13, 25527 Durro, Vall de Boí (Lleida), www.mielcazorla.com) und bei José Antonio und Oscar Tarrau in der Käseerei »Hormatges Tarrau« (Dera Qont, 1, 25598 Bagargue, Val d'Aran, www.quesosdelvalle.com) erwerben.

LITERATUR

Die Stimmen des Flusses. Roman aus dem Aran-Tal. Von Jaume Cabré und Kirsten Brandt, Suhrkamp Verlag, 666 S., 9,99 EUR

KARTEN

Vall de Boí. Editorial Alpina, 1:25000, Parque Nacional d'Aigüestortes i Estany de Sant Maurici
Val d'Aran. Editorial Alpina, 1:40000, Maubèrme-Montardo-Molières-Plan de Beret-Montgarri-Val de Toran
Ordesa y Monte Perdido. Editorial Alpina, 1:40000, Parque Nacional de Ordesa y Monte Perdido

AUSKÜNFTE

Torisme Val d'Aran. Tel. 0034/973/640688, www.visitvaldaran.com
Centre del Romànic de la Vall de Boí. Tel. 0034/973/696715, E-Mail: centreromanic@vallboi.com
Parc Nacional d'Aigüestortes i Estany de Sant Maurici. Ca de Simamet, C/de les Graieres, 2, 25528 Boí, Tel. 0034/973/696189, E-Mail: pnaiguestortes@gencat.cat
Parque Nacional de Ordesa y Monte Perdido. Paseo de las Autonomías, Pasaje Baleares 3, 22071 Huesca, Tel. 0034/974/243361, E-Mail: ordesa@mma.es

mg, 40 mg/zu mg Retardtabletten. Wirkstoffe: Oxycodonydrochlorid, Naloxonydrochlorid. Verschreibungspflichtig. **Zusammensetzung:** Arzneilich wirksame Bestandteile: 1 Retardtablette TARGIN® 5 mg/2,5 mg enthält 5 mg Oxycodonydrochlorid entspr. 4,5 mg Oxycodon und 2,73 mg Naloxonydrochlorid-Dihydrat entspr. 2,5 mg Naloxonydrochlorid, entspr. 2,25 mg Naloxon. 1 Retardtablette TARGIN® 10 mg/5 mg enthält 10 mg Oxycodonydrochlorid entspr. 9,0 mg Oxycodon und 5,45 mg Naloxonydrochlorid-Dihydrat, entspr. 5,0 mg Naloxonydrochlorid, entspr. 4,5 mg Naloxon. 1 Retardtablette TARGIN® 20 mg/10 mg enthält 20 mg Oxycodonydrochlorid entspr. 18,0 mg Oxycodon und 10,9 mg Naloxonydrochlorid-Dihydrat entspr. 10,0 mg Naloxonydrochlorid, entspr. 9,0 mg Naloxon. 1 Retardtablette TARGIN® 40 mg/20 mg enthält 40 mg Oxycodonydrochlorid entspr. 36,0 mg Oxycodon und 21,8 mg Naloxonydrochlorid Dihydrat entspr. 20,0 mg Naloxonydrochlorid, entspr. 18,0 mg Naloxon. Sonstige Bestandteile: Ethylcellulose, Stearylalkohol, Lactose-Monohydrat, Talkum, Magnesiumstearat, Polyvinylalkohol, Macropol 3350, Titandioxid (E171). Zusätzlich für TARGIN® 5 mg/2,5 mg: Hypolose, Brilliantblau FCF, Aluminiumsulfat (E133). Zusätzlich für TARGIN® 10 mg/5 mg: Povidon K30, Zusätzlich für TARGIN® 20 mg/10 mg: Povidon K30, Eisen(III)-oxid (E172). Zusätzlich für TARGIN® 40 mg/20 mg: Povidon K30, Eisen(III)-hydroxid-oxid x H₂O (E172). **Anwendungsgebiete:** Starke Schmerzen, die nur mit Opioid-Analgetika ausreichend behandelt werden können. Der Opioidantagonist Naloxon wirkt einer Opioid-induzierten Obstipation entgegen, indem er die Wirkung des Oxycodons an den Opioidrezeptoren lokal im Darm blockiert. **Gegenanzeigen:** Überempfindlichkeit gegen die Wirkstoffe oder einen der sonstigen Bestandteile und jegliche Situationen, in denen Opiode kontraindiziert sind, schwere Atemdepression mit Hypoxie und/oder Hyperkapnie, schwere chronisch obstruktive Lungenerkrankung, Cor pulmonale, schweres Bronchialasthma, nicht Opioid-bedingter paralytischer Ileus, mittlere bis schwere Leberfunktionsstörung. **Nur unter besonderer Vorsicht anwenden bei** älteren oder geschwächten Patienten, Patienten mit Opioid-bedingtem paralytischem Ileus, Patienten mit leichter Leberfunktionsstörung oder mit Nierenfunktionsstörungen, schwerer Beeinträchtigung der Lungenfunktion, Myxödem, Hypothyreose, Addison'scher Krankheit (Nebennierenrinden-Insuffizienz), Intoxikations-Psychose, Cholelithiasis, Prostatahypertrophie, Alkoholismus, Delirium tremens, Pankreatitis, Hypotonie, Hypertonie, vorbestehenden Herzkreislauferkrankungen, Kopfverletzungen (Risiko von Zuständen mit erhöhtem Hirndruck), Epilepsie oder Prädisposition zu Krampfanfällen, Patienten, die MAO-Hemmer einnehmen. Eine Anwendung bei Krebspatienten mit Peritonealkarzinose oder beginnender Darmobstruktion wird aufgrund fehlender klinischer Erfahrungen nicht empfohlen. Eine Anwendung bei Kindern und Jugendlichen unter 18 Jahren wird nicht empfohlen. Patienten mit der seltenen hereditären Galactose-Intoleranz, Lactase-Mangel oder Glucose-Galactose-Malabsorption sollten TARGIN® Retardtabletten nicht einnehmen. **Nebenwirkungen:** Erkrankungen des Immunsystems: **Gefährlich:** Überempfindlichkeitsreaktionen. **Stoffwechsel- und Ernährungsstörungen:** **Häufig:** Appetitabnahme bis zum Appetitverlust. **Psychiatrische Erkrankungen:** **Häufig:** Unruhe. **Gefährlich:** Denkstörung, Angst, Verwirrheitszustände, Depressionen, euphorische Stimmung, Halluzinationen, Schlaflosigkeit, Nervosität. **Selten:** Alpträume. **Erkrankungen des Nervensystems:** **Häufig:** Schwindelgefühl, Kopfschmerz. **Gefährlich:** Aufmerksamkeitsstörungen, Parästhesien, Somnolenz, Sprachstörungen, Tremor. **Selten:** Konvulsionen (insbes. b. Pers. m. Epilepsie od. Prädisposition z. Krampfanfällen), Sedierung, Synkope. **Augenerkrankungen:** **Gefährlich:** Sehstörungen. **Erkrankungen des Ohrs und des Labyrinths:** **Häufig:** Vertigo. **Herzkrankungen:** **Gefährlich:** Angina pectoris, insbes. bei Pat. mit vorbestehender koronarer Herzkrankheit, Palpitationen. **Selten:** Tachykardie. **Gefäßkrankungen:** **Häufig:** Blutdruckabfall. **Gefährlich:** Blutdruckanstieg. **Erkrankungen der Atemwege, des Brustraums und Mediastinums:** **Gefährlich:** Dyspnoe, Rhinorrhoe, Husten. **Selten:** Gähnen. **Sehr selten:** Atemdepression. **Erkrankungen des Gastrointestinaltrakts:** **Häufig:** Abdominalschmerz, Obstipation, Diarrhoe, Mundtrockenheit, Dyspepsie, Erbrechen, Übelkeit, Flatulenz. **Gefährlich:** aufgetriebener Bauch, Aufstoßen. **Selten:** Zahnerkrankungen. **Leber- und Gallenerkrankungen:** **Häufig:** Erhöhung leberspezifischer Enzyme. **Gefährlich:** Gallenkolik. **Erkrankungen der Geschlechtsorgane und der Brustdrüse:** **Gefährlich:** Erektionsstörungen. **Erkrankungen der Haut und des Unterhautzellgewebes:** **Häufig:** Pruritus, Hautreaktionen (Hautausschlag, Hyperhidrose). **Skelettmuskulatur, Bindegewebs- und Knochenkrankungen:** **Gefährlich:** Muskelkrämpfe, Muskelzucken, Myalgie. **Erkrankungen der Nieren und Harnwege:** **Gefährlich:** Harndrang. **Selten:** Harnretention. **Allgemeine Erkrankungen und Beschwerden am Verabreichungsort:** **Häufig:** Arzneimittelzugsyndrom, Hitze- und Kältegefühl, Schüttelfrost, Schwächezustände (Asthenie). **Gefährlich:** Brustkorbschmerz, Unwohlsein, Schmerzen, periphere Ödeme, Gewichtsabnahme. **Selten:** Gewichtszunahme. **Verletzung, Vergiftung und durch Eingriffe bedingte Komplikationen:** **Gefährlich:** Verletzungen durch Unfälle. **Für den Wirkstoff Oxycodon sind die folgenden zusätzlichen Nebenwirkungen bekannt:** Auf Grund seiner pharmakologischen Eigenschaften kann Oxycodon Atemdepression, Miosis, Bronchospasmus und Spasmen der glatten Muskulatur hervorrufen sowie den Hustenreflex dämpfen. **Infektionen und parasitäre Erkrankungen:** **Selten:** Herpes simplex. **Erkrankungen des Immunsystems:** **Sehr selten:** Anaphylaktische Reaktionen. **Stoffwechsel- und Ernährungsstörungen:** **Selten:** Dehydratation, Appetitsteigerung. **Psychiatrische Erkrankungen:** **Häufig:** Stimmungs- und Persönlichkeitsveränderungen, verminderte Aktivität, psychomotorische Hyperaktivität, Agilität. **Gefährlich:** Wahrnehmungsstörungen (z.B. De-realisation), verminderte Libido. **Nicht bekannt:** psychische Arzneimittelabhängigkeit. **Erkrankungen des Nervensystems:** **Gefährlich:** Konzentrationsstörungen, Migräne, Geschmacksstörungen, erhöhter Muskeltonus, unwillkürliche Muskelkontraktionen, Hypästhesie, Koordinationsstörungen. **Erkrankungen des Ohrs und des Labyrinths:** **Gefährlich:** Hörstörungen. **Gefäßkrankungen:** **Gefährlich:** Vasodilatation. **Erkrankungen der Atemwege, des Brustraums und Mediastinums:** **Gefährlich:** Dysphonie. **Erkrankungen des Gastrointestinaltrakts:** **Häufig:** Schluckauf. **Gefährlich:** Mundulzerationen, Stomatitis. **Selten:** Melana, Zahnfleischbluten, Dysphagie. **Sehr selten:** Ileus. **Erkrankungen der Haut und des Unterhautzellgewebes:** **Selten:** Trockene Haut. **Sehr selten:** Urtikaria. **Erkrankungen der Nieren und Harnwege:** **Häufig:** Dysurie. **Erkrankungen der Geschlechtsorgane und der Brustdrüse:** **Selten:** Amenorrhoe. **Allgemeine Erkrankungen und Beschwerden am Verabreichungsort:** **Gefährlich:** Ödeme. **Selten:** Durst. **Nicht bekannt:** Toleranz. Hinweis: Reaktionsvermögen kann beeinträchtigt werden (Straßenverkehr!). Abhängigkeit kann sich entwickeln. Gleichzeitige Einnahme mit Alkohol vermeiden. Mundipharma GmbH, 65549 Limburg (Lahn). Stand der Information: August 2011

Quellen: *Schutter U. et al. (2010): innovative pain therapy with a fixed combination of prolonged-release oxycodone/naloxone: a large observational study under conditions of daily practice. *Curr Med Res Opin* 26 (6): 1377-1387 *Schutter U. & Meyer C. (2009): Efficacy and tolerability of prolonged release oxycodone/naloxone. *Eur J Pain* 13 (11): S208 *Clemens K. E. & Mikus G. (2010): Combined oral prolonged-release oxycodone and naloxone in opioid-induced bowel dysfunction: review of efficacy and safety data in the treatment of patients experiencing chronic pain. *Expert Opin Pharmacother* 11 (2): 297-310 *Tarau L. (2011): Efficacy and tolerability of oxycodone/naloxone PR in patients pre-treated with fentanyl patches. *Eur J Pain* (Suppl 5): 179 *Hesselbarth S. (2011): Efficacy of pain therapy in patients treated with oxycodone/naloxone PR or other strong opioids. *Eur J Pain* (Suppl 5): 179 *Löwenstein O. (2011): Mehr Lebensqualität durch starke Wirksamkeit und überlegene Verträglichkeit für Patienten bei Behandlung mit Oxycodone/Naloxon im Vergleich zu anderen starken Opioiden. Deutscher Schmerzkongress: P 10.11 *Mundipharma data on file.