

## Deutsche Gesellschaft für Luft- und Raumfahrtmedizin e. V.



### Geschätzte Kolleginnen und Kollegen,

vom 19.–21. Oktober 2023 fand die 61. Jahrestagung der Deutschen Gesellschaft für Luft- und Raumfahrtmedizin am Deutschen Zentrum für Luft- und Raumfahrt e. V. am Standort Köln-Porz statt.

Die Jahrestagung unter Leitung des Tagungspräsidenten Prof. Dr. Jens Jordan (► **Abb. 1**) (► **Tagungsbericht**) brachte hochinteressante Fortbildungsvorträge sowie ein Feuerwerk von neuen wissenschaftlichen Ergebnissen über den Mensch in extremen Umwelten, über Schlaf und

zirkadiane Rhythmen in der Luft- und Raumfahrtmedizin, über Gegenmaßnahmen in der Raumfahrtmedizin und über die militärische Flugmedizin. Zusätzlich zu den Vorträgen fanden im :envihab (► **Abb. 2**) eine eindrucksvolle Posterpräsentation von 50 Postern und eine Sitzung mit dem Luftfahrtbundesamt (LBA) (► **Abb. 3**) statt.

Die Tagung sowie der Gesellschaftsabend auf dem Flughafen Köln-Bonn brachten Raum zur Begegnung und zum Austausch, zum Blick über den eigenen Horizont.

Ein besonderes Highlight waren die Eröffnungsvorträge von Dr. Karel Marsalek zum Experiment MARE auf der Artemis-I-Mission und von John McFall, ESA-Astronaut Class 2022, der als erster Mensch mit körperlicher Einschränkung zum Astronautenkandidaten ausgewählt wurde. Der Festvortrag von Jan Wörner (► **Abb. 4**), ehemaliger ESA-Generaldirektor, bewegte und inspirierte viele Tagungsteilnehmer.



► **Abb. 1** Tagungspräsident Prof. Dr. Jens Jordan.

Quelle: DGLRM © Regina Sablotny



► **Abb. 3** Yvonne Dams (r.) und Dr. Manuela Hoffmann (l.) (LBA).

Quelle: DGLRM © Regina Sablotny



► **Abb. 4** Festvortrag von Prof. Dr. Johann-Dietrich Wörner, ehem. Generaldirektor der ESA, auf dem DGLRM-Gesellschaftsabend, Flughafen Köln-Bonn.

Quelle: DGLRM © Regina Sablotny



► **Abb. 2** Posterpräsentation im :envihab.

Quelle: DGLRM © Regina Sablotny

#### Verantwortlich für die DGLRM-Gesellschaftsseiten in der FTR:

Prof. mult. Dr. Dr. Oliver Ullrich, Zürich (V.i.S.d.P.)

#### Geschäftsstelle:

Deutsche Gesellschaft für Luft- und Raumfahrtmedizin e. V.  
Niels Adams  
Postfach 41 02 04  
50862 Köln  
Tel.: 015225 73 18 27  
Geschäftsstelle@dglrm.de  
www.dglrm.de  
<https://www.linkedin.com/company/dglrm>  
[www.instagram.com/DGLRM](https://www.instagram.com/DGLRM)



► **Abb. 5** Vorstand der DGLRM (v.l.n.r.): Dr. Jan Schmitz, OTArzt Dr. Torsten Pippig, Dr. Cora Thiel, Prof. mult. Dr. Dr. Oliver Ullrich, Prof. Dr. Jens Jordan, PD Dr. Eva-Maria Elmenhorst, Prof. Dr. Jochen Hinkelbein, OFA Dr. Andreas Werner.

Quelle: DGLRM © Regina Sablotny

Traditionell treffen sich am Tag vor der offiziellen Eröffnung der Jahrestagung der Vorstand (► **Abb. 5**) und anschließend der Vorstandsrat mit dem Vorstand in einer gemeinsamen Sitzung. Die jährliche Mitgliederversammlung fand am 20. Oktober im Rahmen der Jahrestagung statt. Präsident und Vorstand berichteten in der Mitgliederversammlung:

- über die Entwicklung und Tätigkeiten der DGLRM im Jahr 2023 (Präsident Prof. Dr. Dr. Oliver Ullrich),
- über die Mitgliederentwicklung (Sekretär OFA Dr. Andreas Werner),
- über die YOUNG DGLRM und die Finanzen (Schatzmeister Dr. Jan Schmitz) und
- über die Arbeitsgruppen (PD Dr. Eva-Maria Elmenhorst und Dr. Cora Thiel) unter aktiver Teilnahme der AG-Leiter.

Der Geschäftsführer der DGLRM-eigenen Deutschen Akademie für Flug- und Reisemedizin (DAF), Prof. Dr. Dirk Rose, stellte die Tätigkeiten und die Finanzen der DAF vor sowie den Plan für die wirtschaftliche Weiterentwicklung der DAF für die Jahre 2023 und folgende.

Die strategischen Ziele der Vorstandarbeit 2023 wurden erreicht: Die DGLRM verzeichnete einen deutlichen Mitgliederzuwachs aus der Generation des ärztlichen und wissenschaftlichen Nachwuchses, der durch die YOUNG DGLRM in die Aktivitäten der DGLRM integriert wird. Die DAF ist auf einem wirtschaftlich positiven Weg und

wird auf zukünftigen Vorstands- und Vorstandsratssitzungen sowie den Mitgliederversammlungen regelmäßig einbezogen.

Die Arbeitsgruppen der DGLRM wurden reorganisiert und neu aufgestellt. Im Jahr 2024 gilt es, den Nachwuchs in der DGLRM und die Arbeitsgruppen zu konsolidieren, DAF und DGLRM mehr zu vernetzen und eine starke Brücke und Allianz mit dem Deutschen Fliegerarztverband aufzubauen. Dazu sprach auf der Mitgliederversammlung Dr. Stephan Bernhardt, Präsident des Fliegerarztverbands, zu den Mitgliedern der DGLRM. Die 62. Jahrestagung der DGLRM wird als Vierländertagung (Deutschland, Schweiz, Österreich, Liechtenstein) vom 17.–19. Oktober 2024 auf dem Militärflugplatz Dübendorf stattfinden.

Auf dem Gesellschaftsabend wurden die Ehrungen der DGLRM an hochverdiente Mitglieder verliehen. Der Präsident verlieh den Coin der DGLRM an Dr. Claudia Stern (Pastpräsidentin der DGLRM) (► **Abb. 6**), an Prof. Dr. Jochen Hinkelbein (Pastpräsident der DGLRM, amtierender Vizepräsident) und OTArzt Dr. Torsten Pippig (Pastpräsident der DGLRM, amtierender Vizepräsident). Die Goldene Ehrennadel, die höchste Auszeichnung der DGLRM, verlieh die DGLRM an OFA a. D. PD Dr. Carla Ledderhos, Pastpräsidentin der DGLRM und langjähriges Vorstandsmitglied, für ihre über mehrere Jahrzehnte erbrachten herausragenden Verdienste um die DGLRM (► **Abb. 7**). Die Laudatio wurde vom Träger



► **Abb. 6** Verleihung des Coins der DGLRM an Dr. Claudia Stern durch den Präsidenten der DGLRM, Prof. Dr. Dr. Oliver Ullrich.

Quelle: DGLRM © Regina Sablotny



► **Abb. 7** Verleihung der Goldenen Ehrennadel 2023 der DGLRM an OFA a. D. PD Dr. Carla Ledderhos (r.) durch den Präsidenten der DGLRM, Prof. mult. Dr. Dr. Oliver Ulrich (m.) und den Laudator Prof. Dr. Helmut Landgraf (l., Träger der Goldenen Ehrennadel 2022).

Quelle: DGLRM © Regina Sablotny



► **Abb. 8** Posterpreise der 61. Jahrestagung der DGLRM.

Quelle: DGLRM © Regina Sablotny

der Goldenen Ehrennadel 2022, Prof. Dr. Helmut Landgraf, gehalten.

Zur würdigen Abschlussfeier der Jahrestagung verlieh Tagungspräsident Prof. Dr. Jens Jordan die Posterpreise der 61. Jahrestagung an Dr. Timo Frett (1. Preis), an Dr. Andreas Werner und an Dr. Petra Rettberg (2. Preis) und an Carolin Krämer (3. Preis) (► **Abb. 8**).

Abschließend verlieh der Präsident den wiedereingeführten Rainer-Kowoll-Nachwuchspreis der DGLRM an Dr. Dorothee Fischer (► **Verleihung**) und dankte allen Helferinnen und Helfern (► **Abb. 9**) der 61. Jahrestagung persönlich mit der Überreichung einer Flasche des exklusiven originalen Space Gin von der SubOrbital-Express-3-Mission 2022 (► **Abb. 10**).

Die DGLRM dankt dem Tagungspräsidenten Jens Jordan und dem DLR-Team sowie unserem Geschäftsstellenleiter Niels Adams und seinem Team für die gesamte Organisation. Wir danken Herrn Ministerpräsidenten Hendrik Wüst für die Schirmherrschaft, Frau Dr. Anna Christmann, Koordinatorin der Bundesregierung für die Luft- und Raumfahrt (► **Abb. 11**), Frau Henriette Reker, Oberbürgermeisterin der Stadt Köln, Herrn Klaus Hamacher, stellvertretender Vorsitzender des DLR-Vorstands, und Herrn Oberstarzt Dr. med. Dipl. oec.



► **Abb. 9** Sabine Jackman, Organisations-team des Instituts für Luft- und Raumfahrtmedizin des DLR.

Quelle: DGLRM © Regina Sablotny

Jörg Ruff, stellvertretender Generalarzt und Chef des Stabes des Zentrums für Luft- und Raumfahrtmedizin der Luftwaffe, für die inspirierenden persönlichen Grußworte.

Wir danken allen Kolleginnen und Kollegen, die mit ihrer Unterstützung, ihren Vorträgen und Postern, ihren Gedanken und Anregungen und ihrem kreativen und kritischen Geiste zu dieser erfolgreichen Tagung beigetragen haben.

Ihr

Prof. mult. Dr. Dr. Oliver Ullrich  
Präsident der DGLRM e.V.



► **Abb. 10** Alle Helferinnen und Helfer erhielten einen originalen Space Gin, dessen Botanicals mit der Suborbital-Express-3-Mission ins All geflogen waren.

Quelle: DGLRM © Regina Sablotny



► **Abb. 11** Dr. Anna Christmann, MdB und Koordinatorin der Bundesregierung für die Luft- und Raumfahrt.

Quelle: DGLRM © Regina Sablotny

## AUSZEICHNUNGEN

Die DGLRM hat auf der 61. Jahrestagung der DGLRM folgende Persönlichkeiten ausgezeichnet.

### Goldene Ehrennadel 2023

OFA a. D. PD Dr. Carla Ledderhos

### Coin der DGLRM

- Prof. Dr. Jochen Hinkelbein
- OTArzt Dr. Torsten Pippig
- Dr. Claudia Stern

### Rainer-Kowoll-Nachwuchspreis der DGLRM

Dr. Dorothee Fischer

### Posterpreise der 61. Jahrestagung der DGLRM

1. Preis: Dr. Timo Frett
2. Preis: Dr. Andreas Werner und Dr. Petra Rettberg
3. Preis: Carolin Krämer

### Fortbildungszertifikate

Die DGLRM hat das Zertifikat für Luft- und Raumfahrtmedizinische Forschung verliehen an:

- Dr. Jan Schmitz
- Oberstlt. Dr. Denis Bron

## TERMINE

### AsMA 2024

05.–09.05.2024, Aerospace Medical Association's 94<sup>th</sup> Annual Scientific Meeting, Chicago, USA

### ICAM 2024

03.–05.10.2024, International Congress of Aerospace Medicine, Lissabon, Portugal

### 62. Jahrestagung der DGLRM

17.–19.10.2024, Vierländertagung, Flugplatz Dübendorf, Schweiz

## TAGUNGSBERICHT

### 61. DGLRM-Jahrestagung: Von Herausforderungen und Möglichkeiten

Die 61. DGLRM-Jahrestagung fand vom 19.–21. Oktober 2023 unter Schirmherrschaft von Ministerpräsident Hendrik Wüst auf dem DLR-Campus in Köln statt. Neben wissenschaftlichen Sitzungen zu Themen wie dem Einfluss extremer Umweltbedingungen auf den Menschen, Schlaf in der Luft- und Raumfahrtmedizin sowie Gegenmaßnahmen für die Raumfahrtmedizin fanden zahlreiche Fortbildungsvorträge zu u. a. Neuigkeiten aus der Augenheilkunde, Reiseimpfungen oder militärischer Flugmedizin statt. Den Auftakt bildete am 19.10. bereits die Postersitzung im :envihab des DLR, bei der junge Wissenschaftlerinnen und Wissenschaftler den Tagungsteilnehmenden und der Posterjury auf 51 Postern ihre Arbeitsgebiete vorstellten.

Die offizielle Eröffnung am Freitagmorgen erfolgte durch den Kongresspräsidenten Professor Dr. Jens Jordan, Direktor des DLR-Instituts für Luft- und Raumfahrtmedizin. Er verwies auf die Bedeutung dieser hochkarätig und vielseitig besetzten Tagung für die Luft- und Raumfahrtmedizin. Kölns Oberbürgermeisterin Henriette Reker freute sich besonders, dass die Luft- und Raumfahrt sowie die Medizin wichtige Bereiche des exzellenten Forschungsstandorts Köln darstellten. Sie begrüßte neben den Tagungsgästen auch die Weltraumstrahlungsmesspuppe Helga, ein Phantom zur Strahlungsmessung, das mit seiner „Kollegin“ auf der Artemis-I-Mission um den Mond geflogen ist.

Ebenso freute sich der stellvertretende Vorsitzende des DLR-Vorstands Klaus Hamacher über die Wahl des DLR-Campus für die Durchführung der Tagung: „Hier ist in den letzten Jahren ein europaweit einzigartiges Kompetenzzentrum für Luft- und Raumfahrtmedizin entstanden.

Dieses Zentrum besteht aus dem DLR-Institut für Luft- und Raumfahrtmedizin mit seiner Forschungsanlage :envihab, dem Zentrum für Luft- und Raumfahrtmedizin der Bundeswehr sowie dem European Astronaut Center und bietet deshalb einen besonders geeigneten Rahmen für diese Veranstaltung.“

Die Koordinatorin der Bundesregierung für die Deutsche Luft- und Raumfahrt, Dr. Anna Christmann, MdB, hob in ihrer Videobotschaft hervor, dass die Arbeit an der Schnittstelle von Spitzentechnologien und dem Menschen nicht nur neue Horizonte im Bereich der Raumfahrt eröffne, sondern auch erstaunliche Lösungsansätze für gesellschaftliche Herausforderungen: „Die Luft- und Raumfahrtmedizin leistet wertvolle Beiträge zur Förderung eines gesunden Alterns und eröffnet Chancen für die Wirtschaft durch innovative Technologien und Forschungsansätze.“

Der Stellvertreter Generalarzt und Chef des Stabes des Zentrums für Luft- und Raumfahrtmedizin der Luftwaffe, Oberstarzt Dr. Jörg Ruff, verwies in seiner Begrüßung auf die Bedeutung der Kooperation des Zentrums für Luft- und Raumfahrtmedizin der Luftwaffe mit dem des DLR: „Der Campus zeichnet sich durch die hier ansässigen international führenden Kompetenzen und die einzigartige Infrastruktur für zivile und militärische Luft- und Raumfahrtmedizin als ein europaweit herausragendes Kompetenzzentrum für Luft- und Raumfahrtmedizin aus.“

Professor Dr. Dr. Oliver Ullrich, Präsident der DGLRM, bedankte sich für die großartige Zusammenarbeit und das spannende Tagungsprogramm. Auch er betonte, dass die zivile und militärische Luft- und Raumfahrtmedizin neuen

Herausforderungen und Möglichkeiten gegenüberstünde: „Die Raumfahrtmedizin wird noch in dieser Dekade zu einer neuen Epoche aufbrechen, die auf der einen Seite durch die extremen Herausforderungen von Explorationsmissionen, zum anderen durch die private Raumfahrt im unteren Erdbereich geprägt sein wird. Die großen Herausforderungen und die hohe Spezialisierung werden von klaren, gemeinsamen Interessen und Zielen getragen: Unsere Mobilität, Innovation und Fortschritt, unsere Sicherheit. Gemeinsame Ziele ermöglichen die Zusammenarbeit über Fächer, Institutionen und Länder hinweg. [...] Eine wissenschaftliche Tagung ist vor allem ein Raum zur Begegnung. Denn nichts kann den persönlichen, kollegialen Austausch ersetzen, den Blick über den eigenen Horizont.“

Nach 3 Tagen mit hochkarätigen wissenschaftlichen Vorträgen und einem exzellenten Fortbildungsprogramm bedankte sich der Tagungspräsident Professor Dr. Jens Jordan noch einmal bei allen, die dazu beigetragen haben: Alle anwesenden Expertinnen und Experten aus Klinik und Wissenschaft trugen wesentlich zur Gesundheit und Sicherheit in der zivilen und militärischen Luft- und Raumfahrt bei: „Mit dieser 61. Jahrestagung haben wir neue Perspektiven und Möglichkeiten für die Wissenschaft und die Gesellschaft eröffnet. Lassen Sie uns die neuen Erkenntnisse für ein gesundes und nachhaltiges Leben im Weltraum und auf der Erde nutzen und auch in Zukunft eng zusammenarbeiten.“

Professor Dr. Jens Jordan  
Tagungspräsident der 61. Jahrestagung der DGLRM  
Direktor DLR-Institut für Luft- und Raumfahrtmedizin

## MITGLIEDER

### Jubiläen

Wir sind stolz auf unsere langjährigen Mitglieder, die im November und Dezember 2023 ihr Mitgliedschaftsjubiläum haben:

- Rolf Dammrau, 30 Jahre
- Dr. Burkhard Milde, 30 Jahre

### Geburtstage

Wir gratulieren den folgenden Mitgliedern zum runden Geburtstag im November/Dezember 2023:

- Dr. Wolfgang-Michael Stute, 80 Jahre
- Dr. Carlos Weil von der Ahe, 80 Jahre
- Dr. Eckhard Müller-Sacks, 70 Jahre
- Dr. Arnold Lichtschläger, 65 Jahre
- Dr. Sami Mohtadi, 60 Jahre
- Dr. Leopold Lecheler, 40 Jahre
- Dr. Susanne Karin Barthelmann, 40 Jahre
- Dipl.-Volksw. Georg Ratke, 40 Jahre

### Neue Mitglieder

Wir begrüßen ganz herzlich folgende Mitglieder, die ehrenvoll in die DGLRM aufgenommen worden sind:

- Mustafa Arziman
- Andreas Benn
- Maria-Teresa Bernal
- Simone Grünzig
- Vincent Grundhoff
- Sadig Huseynov
- Viktoria Klingerstorff
- Irina Singer
- Dr. Brigitte Prem
- Lakxmi Sivapatham
- Dr. Jaap Swanenburg

## VERLEIHUNG

### Rainer-Kowoll-Nachwuchspreis der DGLRM 2023



Auf der 61. Jahrestagung verlieh die DGLRM den Rainer-Kowoll-Nachwuchspreis an Dr. Dorothee Fischer.

Quelle: DGLRM © Regina Sablotny

Der Preis wurde erstmals auf der 50. Jahrestagung der DGLRM in Bonn als „Rainer-Kowoll-Preis“ vergeben und wurde nun in modifizierter Form wieder eingeführt. Er wird für außerordentliche wissenschaftliche Leistungen verliehen. Die Verleihung findet einmal jährlich anlässlich der Jahrestagung der DGLRM statt.

Frau Fischer wurde am 13. Mai 1987 in Tübingen geboren, hat an der Ludwig-Maximilians-Universität München Psychologie studiert und mit summa cum laude in Humanbiologie promoviert. Anschließend ging sie mit einem Harvard-Liberty Mutual Postdoctoral Research Fellowship in Occupational Health and Safety an die Harvard Uni-

versity in Boston, wo sie 2 Jahre später Research Fellow in der Division of Sleep and Circadian Disorders der Harvard Medical School, Boston, wurde. Frau Fischer hat neben dem Promotionsstipendium der Hanns-Seidel-Stiftung sowie dem Harvard-Liberty-Stipendium für die Harvard School of Public Health auch Research Fellowships der Deutschen Forschungsgemeinschaft (DFG) sowie Research Grants der EASA – European Union Aviation Safety Agency – eingeworben.

Sie ist Autorin von 20 internationalen Publikationen, davon 9 als Erstautorin, und hat verschiedene wissenschaftliche Preise erhalten, wie den Young Investigator Award des World Sleep Congresses 2022.

Seit 2019 ist Frau Fischer wissenschaftliche Mitarbeiterin am Institut für Luft- und Raumfahrtmedizin, Deutsches Zentrum für Luft- und Raumfahrt e.V., in der Abteilung Schlaf und Humanfaktoren von Prof. Dr. Daniel Aeschbach und Frau PD Dr. Eva-Maria Elmenhorst. Frau Fischer hat über ihre gesamte wissenschaftliche Vita eine außergewöhnliche Eigenständigkeit, herausragende Leistungen, Mobilität und Internationalität demonstriert und weist bereits einen beeindruckenden wissenschaftlichen Leistungsnachweis auf.

Wir freuen uns, Frau Fischer für ihre exzellenten Leistungen den Rainer-Kowoll-Nachwuchspreis der DGLRM 2023 zu verleihen.

**Interview mit Dr. Dorothee Fischer, Preisträgerin des Rainer-Kowoll-Nachwuchspreis der DGLRM 2023**

**Was ist dein Forschungsgebiet und an welcher Studie/welchen Studien arbeitest du aktuell?**

Mein Forschungsgebiet umfasst die Bedeutung von Schlaf und zirkadianer Rhythmik für Gesundheit und Sicherheit im operativen Kontext. Konkret: Welche negativen Folgen hat es für Physiologie und Kognition, wenn biologische Rhythmen gestört sind, und wie kann man diesen entgegenwirken? Derzeit arbeite ich in europäischen Konsortien an EASA-Projekten, in denen aktuelle Flugzeitregelungen und künftige Concepts of Operations wissenschaftlich evaluiert werden.

**Wie bist du zu dem Gebiet der Luft- und Raumfahrtmedizin gekommen und warum?**

Es war mir schon in der Promotion wichtig, nicht in einem luftleeren (no pun intended) Raum zu forschen, sondern mit meiner Arbeit Verbesserungen im gesellschaftlichen Leben zu fördern. Schichtarbeit, Nachtarbeit und unregelmäßige Arbeitszeiten betreffen Hunderttausende von Menschen und haben Konsequenzen für deren Gesundheit und Wohlbefinden. Nach meinem Postdoc war ich auf der Suche nach einer Forschungsgruppe, in der ich meine bisherige Arbeit im Bereich Chronobiologie und Schichtarbeit in einem anwendungsorientierten Kontext umsetzen könnte. Die Wahl fiel leicht: Die Abteilung für Schlaf und Humanfaktoren am Institut für Luft- und Raumfahrtmedizin des DLRs bietet mir die Möglichkeit, mit internationaler Vernetzung und führenden Expert:innen an aktuellen Fragestellungen zu forschen, die die europäische und deutsche Arbeitswelt in der Luft- und Raumfahrt unmittelbar betreffen.

**Was begeistert dich an deiner Arbeit ?**

Erst einmal begeistert mich, dass ich überhaupt einer Arbeit nachgehen darf, die mir so viel Spaß macht, die mich fordert und antreibt, mich an fremde Orte und mit spannenden Menschen zusammenbringt. Dafür bin ich sehr dankbar. Und zum ändern wird es nie langweilig: Man muss sowohl selbstständig als auch im Team arbeiten können, man muss grundsätzlichen Fragestellungen nachgehen und daraus umsetzbare Lösungen entwickeln, fast immer muss man kreativ sein und manchmal doch nur reine Fleißarbeit leisten. Diese Vielseitigkeit ist sehr erfüllend.

**Wie siehst du die Zukunft der Luft- und Raumfahrtmedizin?**

Für meinen Forschungsbereich Schlaf und zirkadiane Rhythmen in der Luft- und Raumfahrtmedizin sehe ich die Zukunft darin, Biosignale umfassend, unaufwendig und unmittelbar aufzeichnen und auswerten zu können. Wir brauchen individualisierte Vorhersagen, die eine zuverlässige und präzise Risikoeinschätzung ermöglichen. Wir wissen z. B. nach wie vor nicht, wieviel Schlafmangel oder wieviel zirkadiane Disruption eine Person tolerieren kann, bevor genau dieser Person nachteilige Konsequenzen drohen. Dazu gehört auch bestimmen zu können, wie lange es nach einer solchen Exposition dauert wieder zur Ausgangslage zurückzukehren (z. B. wie schnell man nach X Nachtschichten wieder vollständig an seinen vorherigen Tagesrhythmus angepasst ist). Das wird (so denken wir zumindest) möglich, wenn man die große Komplexität des Menschen in kleine Bestandteile zerlegt.

**Du gehörst bereits zum fortgeschrittenen und erfahrenen Nachwuchs. Gibt es etwas, was du Studierenden oder jungen Absolventinnen oder Absolventen raten würdest ?**

Einmal: Es bringt nichts, sich zu verbiegen. In der Wissenschaft ist der Druck hoch, an den wichtigsten Themen mit den erfolgreichsten Menschen in der besten Umgebung zu arbeiten. Für wen das ohnehin eine natürliche Passung ist, super. Für wen aber nicht, der bezahlt oft mit Einbußen der eigenen Kreativität und Motivation. Davon hat man auch nichts. Ich habe die Erfahrung gemacht, dass man dann erfolgreich ist, wenn man sich das sucht, was einem liegt, nicht das, wovon man glaubt, dass es einem liegen müsste. Und zum zweiten: Vernetzung! Und zwar horizontal. Nachwuchsförderung kann auch aus den eigenen Reihen kommen. Schafft Netzwerke, reicht zusammen Symposien ein, bewirbt euch gemeinsam auf Grants, kombiniert eure Expertisen. Die YOUNG DGLRM ist eine großartige Plattform dafür!

Der Interview führte Prof. Dr. Dr. Oliver Ullrich, Präsident der DGLRM