

INHALT

00 Vorwort	13
01 Der Beginn einer Reise: Meine Mission	15
01.1 Kindheitserinnerungen und prägende Einflüsse	16
01.2 Ziele setzen und die Bedeutung von Arbeit	17
01.3 Das erste Mal mit einem modernen Dusch-WC – Ein Erlebnisbericht	18
01.4 Wendepunkt auf der Messe (2009)	20
01.5 Eine Reise, die erst beginnt	21
02 Die stille Revolution: Würde und Selbstbestimmung	23
02.1 Persönliche Geschichte	23
02.2 Hygiene in Familien – Eine unsichtbare Verbindung	25
03 Japan – Wo Hygiene auf Philosophie trifft	27
03.1 Olympische Spiele 2021 – Eine andere Art von Abenteuer	30
03.2 Die Philosophie der »5S der Sauberkeit«	31
03.3 Fazit: Eine Reise zu mehr Ordnung und Glück	36
03.4 Aufzuggeflüster und WC-Plaudereien: Eine Reise in die Höhe	36
03.5 Vergleich – Die Bedeutung hygienischer Toiletten	39

03.6 Die Geheimnisse des Onsen – Eine humorvolle und tiefgründige Reise	41
03.6.1 Die Ursprünge der Onsen	42
03.6.2 Ein Blick hinter die Kulissen der Hygiene	42
03.6.3 Das Ritual des Badens	43
03.6.4 Lustige Anekdoten	43
03.6.5 Eine persönliche Anmerkung	44
03.6.6 Fazit: Mehr als nur ein Bad	44
03.7 Warum ich in diesem Buch hauptsächlich Beispiele aus Japan bringe	45

04 Eine Reise in die Hygiene-Vergangenheit	49
04.1 Vergleich mit traditionellen Systemen	49
04.2 Die königliche Überraschung in Frankreich	50
04.3 Italien – Kunst, Latrinen und Komfort	50
04.4 Das Wüstenwunder in Afrika	51
04.5 Die Burg-Toilette in Deutschland	52
04.6 Die Hightech-Hygiene in Japan	53
04.7 Die Wasseroase in den arabischen Ländern	53

05 Technologie mit Herz:	
Die Funktionen moderner Hygienetoiletten	55
05.1 Eine Reise mit Blick auf Hygiene und Kultur	55
05.2 Die Sitzhöhe und ihre Tücken	56
05.3 Die Entdeckung einer neuen Hygienewelt	59
05.4 Heizbarer Sitz: Eine warme Überraschung	62
05.5 Warmwasser-Dusche: Ein Sommerregen für jeden Tag	62

05.6 Lufttrockner: Die unerwartete kleine Wellnesseinheit	63
05.7 Deodorizer: Der unsichtbare Helfer	64
05.8 Selbstreinigende Düsen: Sauberkeit in Perfektion	64
05.9 Fernbedienung: Komfort auf Knopfdruck	65
05.10 Automatischer Deckel: Der Gentleman im Bad	66
05.11 Nachtlicht: Sanftes Licht in der Dunkelheit	67
05.12 Energieeinsparung: Intelligente Technologie	67
05.13 Verschiedene Duschstrahloptionen:	
Reinigung auf höchstem Niveau	68
05.14 Antibakterielle Beschichtung: Hygiene auf höchstem Niveau	68
05.15 Fazit	69
06 Hygiene und Gesundheit	71
06.1 Scham und Hilflosigkeit – Eine unterschätzte Last	71
06.2 Hygiene – Ein Ausdruck von Würde und Menschlichkeit	72
06.3 Der Verlust der Selbstbestimmung	73
06.4 Selbstbestimmung und mentale Gesundheit	73
06.5 Fazit	74
07 Hygiene und soziale Bindungen	75
07.1 Die Bedeutung von Hygiene für soziale Bindungen	75
07.2 Hygiene als Ausdruck von Selbstachtung und Heilung	76
07.3 Fazit	77

08 Stress und psychische Gesundheit	78
08.1 Stressreduktion	78
08.2 Stress und die Rolle von Oxytocin	79
08.3 Fazit	80
09 Frauen und spezifische Hygienelösungen	81
09.1 Frauen und Hygiene – Ein intimes Bedürfnis nach Sicherheit und Sauberkeit	81
09.2 Die Lady-Dusche – Mehr als ein technisches Gadget	82
09.3 Fazit	83
10 Der ökologische Aspekt	84
10.1 Hygiene und Umwelt – Der unsichtbare Einfluss unserer täglichen Entscheidungen	84
10.2 Toilettenpapier – die Sache mit der Angst	85
10.3 Toilettenpapier – Ein versteckter Umweltfresser	87
10.4 Ein verblüffendes Beispiel aus der Wirtschaft	88
10.5 Die Rolle von Hygienelösungen im Umweltschutz	89
10.6 Die globale Verantwortung – Jeder Schritt zählt	90
10.7 Sauberkeit und Verantwortung – Eine neue Perspektive	91
10.8 Die Wahrheit über feuchtes Toilettenpapier – Auswirkungen, Probleme und Konsequenzen	92
10.9 Die unsichtbare Umweltbelastung und die Rolle von Feuchttüchern	95
10.10 Das Problem des Alltags – Hygiene versus Bequemlichkeit	96
10.11 Fazit: Ein wachsendes Problem, das uns alle betrifft	97

11 Langlebigkeit, Nachhaltigkeit und täglicher Komfort –	
Die Revolution im Badezimmer	99
11.1 Ein finanziell kluger Schritt	100
11.2 Nachhaltigkeit – Mehr als nur ein Trend	100
11.3 Der Komfort, der sich lohnt	101
12. Gesellschaftliche Verantwortung:	
Hygiene als Gemeinschaftsaufgabe	103
12.1 Schultoiletten! Ein Brennpunkt der Bildung	103
12.2 Ein Appell an die Eltern	105
12.3. Eine Zukunft mit modernen Hygienelösungen	106
12.4 Disziplin: Verantwortung jedes Einzelnen	107
12.5 Ein kreativer Ansatz: Die »Nette Toilette«	108
12.6 Fazit	109
13 Sitzpinkler versus Stehpinkler –	
Ein Hygienedilemma mit weitreichenden Folgen	110
13.1 Der unsichtbare Spritzwinkel –	
Ein Hygienearisiko, das keiner sieht	110
13.2 Die Lösung: Setzt euch hin, Männer!	112
13.3 Pinkeln im Freien – Wirklich besser?	113
14 Persönliche Erlebnisse – Geschichten, die inspirieren	116
14.1 Kundenrückmeldung – Kindheit in Japan	116
14.2 Ein Kunde erzählt von seiner Erfahrung	117
14.3 Begegnungen auf Kongressen und Reisen	119

14.4 Eine nachdenkliche Beobachtung: Der Umgang mit Reizdarmbeschwerden	120
14.5 Die Bestätigung meiner Mission	122
14.6 Ein Blick in die Zukunft	123
14.7 Ein unvergesslicher Toilettengang in den Alpen	124
14.8 Online-Odyssee und die Dame mit dem verdeckten Gesicht	127

15 Die Zukunft der Hygiene:	
Visionen und Herausforderungen	130
15.1 Der sagemumwobene Stuhlgang	130
15.2 Das geheime Leben der Hämorrhoiden – oder wie Harry das wundersame Dusch-WC entdeckte	132
15.3 Eine humorvolle Anekdote zum Thema Cremes & Co.	135
15.4 Der Markt für Hämorrhoiden-Mittel – Ein stilles, aber weit verbreitetes Problem	137
15.5 Der finanzielle und gesellschaftliche Aspekt	138
15.6 Fazit – Die Kraft der Entstigmatisierung	139
15.7 Hygienetechnologien im Alltag – Technik für Jung und Alt	139
15.8 Für Mieter – Komfort und Hygiene auch in Mietwohnungen	142
15.9 Die Toilette der Zukunft – Ihr persönlicher Gesundheitscoach	146
15.10 Mut zur Veränderung – Für ein besseres Miteinander	148
15.11 Ein Appell an meine Berufskollegen	149

16 Fazit: Sauber macht glücklich!	152
16.1 Scham überwinden – Eine neue Ära des Bewusstseins	152
16.2 Selbstbestimmung durch Innovation	153
16.3 Sauberkeit und psychisches Wohlbefinden – Eine innere Revolution	153
16.4 Der Weg zur gesellschaftlichen Veränderung	154
16.5 Schlussgedanken: Hygiene als Lebensqualität	154
17 Danksagung	155