

# Wie wird man einen Ohrwurm los?

**mva**verlag 

© des Titels »Wie wird man einen Ohrwurm los«  
(ISBN 978-3-86882-862-7). 2018 by riva Verlag, Münchner Verlagsgruppe GmbH, München.  
Nähere Informationen unter <http://www.rivaverlag.de>

Wie wird man einen  
Ohrwurm los?

Ach so!

Über **444** Antworten  
auf manchmal knifflige,  
manchmal überraschende,  
oft humorvolle, aber immer  
spannende Fragen – allesamt  
aus der Rubrik »Ach so!« der  
BILD am SONNTAG.

# ZAHLENSALAT

**2,41 MIO.** Deutsche haben einen Vogel im Haushalt

**1000 GRAMM** Kartoffeln werden normalerweise zu einer Chipstüte mit 200 Gramm verarbeitet

**11,4 MIO.** Hektar – also ein Drittel der Gesamtfläche von Deutschland – sind mit Wald bedeckt

**30 MIO.** Deutsche gehen regelmäßig in die Sauna

## SCHWIMMEN

### WANN HAT DAS MIT DEN BADEKAPPEN AUFGEHÖRT?

In den 60er- und 70er-Jahren waren Badekappen im Schwimmbad Pflicht. Der Grund: Die Haare verstopften die Wasserfilter. Erst als diese verbessert wurden, hoben die Schwimmbäder die Badekappenspflicht nach und nach auf. Das war so gegen Ende der 80er-Jahre. »Seitdem sind auch immer weniger Badekappen in den Bädern zu sehen«, sagt Peter Harzheim, Präsident des Bundesverbands Deutscher Schwimmmeister. Natürlich kann jeder Badbetreiber weiterhin selbst bestimmen, ob die Hauben getragen werden müssen, aber Pflicht sind sie nicht. »Die Kappen haben zudem nichts mit der Keimfreiheit des Wassers zu tun, deshalb sind sie überflüssig.«

## JA ODER NEIN?

Blinzeln Frauen öfter als Männer?

.....  
**JA** **NEIN**  
.....

## WAS KINDER FRAGEN

*Was kreist in der Erdumlaufbahn?*

In der Erdumlaufbahn kreisen Satelliten, die Signale senden, die man zum Beispiel mit dem Handy empfangen kann. Sie zeigen, wo man gerade ist.

## PSYCHOLOGIE

### WIESO SIND NORWEGER DIE GLÜCKLICHSTEN MENSCHEN DER WELT, OBWOHL DIE WINTER SO DUNKEL SIND?

Mangelndes Sonnenlicht, vor allem in der Winterzeit, drückt bei vielen von uns auf die Stimmung. Bei den Norwegern ist das offenbar anders. Ihr

Glück hängt nicht davon ab, ob die Sonne scheint oder nicht. Das ergab der 5. Weltglücksbericht der Vereinten Nationen, nach dem das skandinavische Land das glücklichste Volk der Welt hat. Bewertet worden sind unter anderem das Bruttoinlandsprodukt pro Kopf, die eigene Lebenserwartung, die gefühlte Unterstützung aus dem sozialen Umfeld, das Vertrauen in die Regierung sowie die Freiheit, eigene Lebensentscheidungen treffen zu können.

### JA ODER NEIN?

Können Tiere Muskelkater bekommen?

**JA NEIN**

### WAS KINDER FRAGEN

*Warum haben manche Radiergummis eine blaue Seite?*

Weil die blaue Seite dazu da ist, Tinte oder Tusche zu entfernen. Dazu kratzt ihre raue Oberfläche die oberste Schicht des Papiers ab. Achtung also bei feinem Papier!

## ZAHLENSALAT

**64 %** der Deutschen leiden nach einer Zeitumstellung unter Schlafstörungen

**80,9 JAHRE** ist die durchschnittliche Lebenserwartung in Deutschland

**12 %** der Deutschen lesen mehr als 30 Bücher im Jahr

**9,5 MIO.** Deutsche sind Mitglieder im Fitnessstudio

**17 %** der Deutschen nehmen ihre Mahlzeiten auf der Couch ein

## SEXUALITÄT

### KANN MEIN FINGER ETWAS ÜBER MEIN SEX- LEBEN VER- RATEN?

Ja! Zumindest bei Männern soll der Ringfinger Aufschluss über ihre Liebhaber-Qualitäten geben. Wessen Ringfinger genauso lang oder nur wenig kürzer als der Mittelfinger ist, der kann angeblich länger im Bett. Das Ganze ist sogar wissenschaftlich belegt vom Imperial College London. Die Erklärung: Je mehr Testosteron Jungs im Mutterleib abbekommen, desto länger wird angeblich der Ringfinger. Und hohe Testosteronwerte hemmen bei erwachsenen Männern die Fähigkeit, die Ejakulation zu kontrollieren.

## ZAHLENSALAT

**76 %** der deutschen Frauen glauben an Liebe auf den ersten Blick

**214-MAL** greift der durchschnittliche Nutzer täglich zum Smartphone

**8,4 MIO.** Menschen sind auf Online-Dating-Börsen aktiv

**40,2 %** der Deutschen fahren täglich Fahrrad

## JA ODER NEIN?

Kann man im Traum riechen?

.....  
**JA** **NEIN**  
.....

## WAS KINDER FRAGEN

*Gab es immer schon zum Tee etwas Süßes?*

Nein. Früher war es üblich, nachmittags zum Tee etwas Herzhaftes zu essen. Dazu wurde gern diese Streichwurst gereicht, die unter anderem aus gewürztem Streichmett und Speck besteht. Und so bekam die Wurst schließlich ihren Namen Teewurst.

## PSYCHOLOGIE

### STIMMT ES WIRKLICH, DASS OPTIMISTEN HÄUFIGER KUSCHELN?

Ja. Wie häufig gekuschelt wird, hängt offenbar von der Lebenseinstellung ab: »Menschen, die positiv gestimmt sind, kuscheln häufiger mit ihrem Partner als diejenigen, die die Welt nicht so rosarot sehen«, sagt Professor Peter Wippermann, Trendforscher aus Hamburg. Er beruft sich dabei auf eine Studie, an der er selbst mitgewirkt hat. Das Ergebnis: »66 % der Optimisten kuscheln oft bis sehr oft mit

dem Partner, während nur 40 % der Pessimisten häufig Körperkontakt haben«, so der Experte. Auch scheinen lebensfrohe Menschen mehr Sex zu haben: Während sich 40 % der Optimisten in einer festen Beziehung sehr oft lieben, ist dies nur bei 25 % der Pessimisten der Fall. Und woran mag das liegen? Dazu Wippermann: »Wer positiv denkt, ist mit sich selbst im Reinen und wirkt dadurch anziehender auf den Partner. Die Lust auf mehr wird größer.« Das ist auch gut so, denn, so der Experte weiter, viel Körperkontakt und Kuscheln scheint mit die wichtigste Zutat zu sein, die Paare zusammenhält.

## PARTNERSCHAFT

### WANN IST EIGENTLICH DIE BESTE ZEIT FÜR GUTEN SEX?

»Die beste Zeit für Sex hängt stark von persönlichen Vorlieben und dem Tages- und Nachtrhythmus ab«, sagt Christiane Jurgelucks, Sexualtherapeutin aus

Karlsruhe. »Biochemisch und hormonell wird unser Körper vor allem morgens darin unterstützt, Lust auf Sex zu verspüren. Morgens haben wir einen hohen Cortisol- und Testosteronspiegel. Cortisol macht uns wach, Testosteron Lust. Männer haben deshalb morgens die pralleren Erektionen. Nun haben die meisten Menschen morgens nicht viel Zeit

für intensiven Sex, deshalb ist der Morgen gut für Quickies. Menschen, die sich gern ausgiebig lieben, nutzen eher die Abendstunden. Viele Frauen bevorzugen Sex um diese Uhrzeit. Die Dunkelheit hilft bei der Entspannung, das angenehme Licht hilft, über kleinere Schönheitsmakel hinwegzusehen.«

## SEXUALITÄT

### BIN ICH IM JOB BESSER, WENN ICH AM ABEND SEX HATTE?

Ja! Mitarbeiter sind im Job motivierter und produktiver, wenn sie am Vorabend Sex hatten, fand die amerikanische Oregon State University in einer Studie heraus. Dieser positive Effekt nach dem Sex hält mindestens 24 Stunden an und ist bei Männern und Frauen ähnlich stark, haben die Wissenschaftler festgestellt. Für seine Studie hatte Arbeitspsychologe Keith Leavitt mit seinem Team 159 verheiratete Berufstätige nach ihrem Job und ihren Sex-Gewohnheiten befragt. Das Ergebnis: Wer auf ein gesundes Liebesleben in seiner Partnerschaft achtet und dem Sex eine wichtige Stellung einräumt, verarbeitet Stress besser, ist insgesamt mit seinem Arbeitsalltag zufriedener und engagiert sich beruflich mehr.

### WAS KINDER FRAGEN

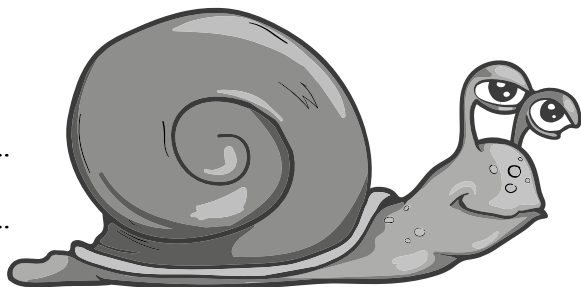
Warum haben Schnecken ein Häuschen?

Das Häuschen schützt Schnecken: etwa vor Kälte, Sonne, aber auch vor Feinden. Und bekommt das »Dach« Löcher oder Risse, kann der Besitzer es selbst reparieren, stopft die Löcher mit körpereigenem Sekret.

### JA ODER NEIN?

Kann man während eines Kopfstandes essen oder trinken?

.....  
**JA    NEIN**  
.....





## TIER

### KÖNNEN HUNDE TRÄUMEN?

»Ja, Hunde können tatsächlich träumen«, sagt Tierärztin Dr. Karen Opelt. »Denn so verarbeiten Hunde, so wie wir Menschen, die Geschehnisse des Tages. Wie das Jagen von Hasen oder das Spielen mit einem Ball.«

Schon als Welpen kurz nach ihrer Geburt fangen sie an zu träumen. Man kann sie dabei beobachten. »Beim Schlafen liegen sie auf der Seite und haben die Augen geschlossen. In den Traumphasen zucken sie zunächst vermehrt am Kopf, die Zuckungen ziehen sich dann über den ganzen Körper. Dabei können sie mit den Gliedmaßen »rudern« und laufen. Der ganze Körper kann in Bewegung geraten. Nicht selten stoßen die Tiere beim Träumen Laute aus. Das kann mit leichtem Quieken beginnen bis hin zum Bellen und Knurren. Also nicht erschrecken! Und nicht aufwecken!«

## HOME

### WANN SAGT MAN FLAGGE UND WANN FAHNE?

»Die Begriffe Flagge und Fahne werden oft verwechselt, dabei gibt es eine klare Unterscheidung«, sagt Birgit Pferrer, Geschäftsführerin von »Fahnenhandel« in Köln. Der größte Unterschied: Flaggen werden gehisst,

## ZAHLENSALAT

**32,7 KILO** Süßigkeiten verspeist jeder Deutsche pro Kopf im Jahr

**901 EURO** wurden im Schnitt bei der letzten Steuererstattung zurückgezahlt

**44,2 JAHRE** beträgt das Durchschnittsalter der Deutschen

**20 SEKUNDEN** schaut ein Museumsbesucher im Schnitt auf ein Kunstwerk

Fahnen getragen. Beispielsweise bei den Olympischen Spielen, wenn der Sportler die Fahne mit den Farben seines Landes durch das Stadion trägt. Meist ist die Fahne ein kostbares Einzelstück. Eine Flagge hingegen wird an einem Mast hochgezogen. Beispielsweise dann, wenn Staatstrauer angeordnet ist. Flaggen werden vorrangig in der Masse produziert, sind auch wesentlich günstiger als Fahnen.

## WAS KINDER FRAGEN

Wieso wird Brot hart?

Weil Brot zu rund 40 % aus Wasser besteht. Liegt es längere Zeit an der Luft, trocknet es aus und wird hart. In einer geschlossenen Dose hingegen bleibt es länger frisch, schimmelt aber leichter.

## JA ODER NEIN?

Stimmt es, dass es von der Banane, die zur tropischen Familie der Bananengewächse gehört, über 100 Arten gibt?

.....  
**JA NEIN**  
.....

## SEXUALITÄT

## WARUM BRAUCHEN WIR SEX?

»Mal abgesehen davon, dass wir in der heutigen Zeit einfach die Freiheit haben, mit Menschen, die uns gefallen, schlafen zu können, hat Sex zwei entscheidende biologische Gründe«, sagt Sexualtherapeutin Beatrice Wagner. In der Natur dreht es sich zunächst um Fortpflanzung. Während des Eisprungs der Frau haben Menschen Sex, weil sie sich vermehren möchten. Dazu suchen sie auf biologischer Ebene einen geeigneten Part-

ner. Am liebsten gegensätzlich zu einem selbst, denn das ist gut für die Durchmischung des Erbguts und sorgt für gesunde Nachkommen. Sexualität stärkt die Bindung zwischen zwei Menschen. Bei intimmem, liebevollem Sex wird auch das Bindungshormon Oxytocin ausgeschüttet, das unser Gefühl füreinander intensiviert und die Lust aufeinander steigert. Das erhöht die Fähigkeit, eine langjährige Verbindung aufzubauen. Um das auf Dauer leben zu können, benötigen wir einen Partner, der unsere Schwächen ausgleicht, Stärken fördert.

## HILFT KETCHUP WIRKLICH BEI VERFÄRBTEN KUPFER?

»Ja«, sagt Haushaltsexpertin Martina Schäfer. »Der Grund liegt im Säuregehalt des Ketchups, der Verfärbungen entfernt. Der ganze Vorgang benötigt aber etwas Zeit – mindestens 30 Minuten. Deutlich schneller ist folgende Methode: einen Teelöffel Zitronensaft

mit einem Teelöffel Salz mischen und zu einer Paste verarbeiten. Kupfer damit einreiben und sofort polieren. Geht blitzschnell und funktioniert super.« Die Haushaltsexpertin hat noch zwei andere Tipps: »Genauso schnell geht es mit einer Paste aus jeweils einem Teelöffel Mehl, Salz und Essig. Ebenfalls einreiben und polieren. Für Hochglanz eignet sich bei Kupfer übrigens besonders gut ein sogenannter Schmutzradierer.« Den gibt es bei Discountern.

## JA ODER NEIN?

Muss man Möhren gut kauen, um viele Vitamine aufzunehmen?

**JA NEIN**

## WAS KINDER FRAGEN

*Was ist der Unterschied zwischen Obst und Gemüse?*

Obst stammt von Bäumen oder Sträuchern, die mehrere Jahre hintereinander Früchte tragen können. Apfelbäume können zum Beispiel recht alt werden und liefern immer wieder neues Obst. Gemüse hingegen muss etwa jedes zweite Jahr neu angepflanzt werden, damit man später auch etwas ernten kann. Die Pflanzen sterben nämlich, nachdem sie Gemüse erzeugt haben, nach ein bis zwei Jahren ab.

## WARUM MAG ICH MEINEN KÖRPERGERUCH, HASSE IHN ABER BEI ANDEREN?

»Der eigene Schweiß kann unangenehm riechen. Aber wir haben uns schon längst daran gewöhnt und empfinden den Geruch nicht als eklig«, sagt Allgemeinmediziner Jens Wagenknecht vom Bundesvorstand des Deutschen Hausärzteverbandes. »Ob wir den Schweißgeruch von anderen als unangenehm empfinden, hängt natürlich von der Sympathie zu der Person ab. Mögen wir einen Menschen, können wir diese Gerüche durchaus ausblenden. Mögen wir jemanden nicht, empfinden wir seinen Geruch eher abstoßend. Im wahrsten Sinne des Wortes können wir ihn nicht riechen.« Übrigens: »Unser Schweiß ist eigentlich geruchsfrei. Erst wenn er mit Bakterien in Berührung kommt, die wir alle am Körper haben, entstehen für uns schlecht riechende Stoffe, also der typische Schweißgeruch. Vor allem dort, wo sich Haare befinden, besonders unter den Achseln.«

## ZAHLENSALAT

**1950** wurde erstmals eine Lachkonserve bei einer TV-Serie eingesetzt und so Lacher von Menschen im Hintergrund eingeblendet

**55 000** erkrankte Urlauber hat der ADAC-Ambulanzdienst 2016 betreut

## JA ODER NEIN?

Stimmt es eigentlich, dass Pilzgerichte giftig sein können, wenn ein Silberlöffel, mit dem man sie isst, schwarz anläuft?

.....  
**JA    NEIN**  
.....

## WAS KINDER FRAGEN

*Woher kommen Wollmäuse?*

Die kleinen Schmutzbälle bestehen aus Fusen und Staub. Die Schmutzteile sind statisch aufgeladen und ziehen sich gegenseitig an. Übrigens: Die Wollmäuse brauchen einen leichten Luftzug und eine glatte Oberfläche, damit sie sich zusammenrollen.

## URLAUB

### MACHT REISEN KINDER SCHLAU?

»Ja, auf jeden Fall«, sagt Dr. Christian Lüdke, Kinder- und Jugendpsychotherapeut aus Essen: »Denn Reisen bildet. Das fängt schon im Kindesalter an. Es ist wichtig für ein Kind, seine Welt immer wieder neu zu erfahren. Nur wenn

es neue Dinge erlebt und begreift, wird sein Wissen größer. Und damit die Fähigkeit, besser im Leben klarzukommen – auch eine Form von Intelligenz. Auch die Art des Reisens ist wichtig. Kinder sollten die Welt aus ihrer Sicht erleben.« Das heißt: Unvergesslich wird nicht ein Museumsbesuch sein, sondern ein Ausflug auf dem Pony, eine

selbstgekochte Suppe auf dem Camping-Kocher oder der selbstgebaute Damm am Bach. Hauptsache, die Familie ist zusammen. Deshalb empfiehlt Lüdke den Eltern, eher für einen gemeinsamen Familienurlaub zu sparen, statt das Kind immer wieder mit Spielzeug zu überschütten, mit dem es dann allein im Kinderzimmer sitzt.

---

## PSYCHOLOGIE

### ENTSCHEIDEN WIR MORGENS WIRKLICH ANDERS ALS ABENDS?

Ja, am Morgen fällen wir Entscheidungen deutlich bedachter als später am Tag, fanden Neurowissenschaftler von der argentinischen Universität Torcuato Di Tella in Buenos Aires heraus. Das Team um Studienleiterin María Juliana Leone, eine begeisterte Schachspielerin, wertete für seine Studie das Spielverhalten von 100 Schachspielern aus, die online und zu unterschiedlichen Tageszeiten antraten. Pro Partie mussten die Teilnehmer Entscheidungen für etwa 40 Züge treffen. Zusätzlich sollten die Spieler Angaben zu ihrem Tagesrhythmus und ihrer täglichen Routine machen. Das Ergebnis der Studie: Egal ob die Probanden Frühaufsteher oder Langschläfer waren, je später es wurde, desto schneller und unkonzentrierter machten sie ihre nächsten Züge. Die Risikobereitschaft stieg. Das Fazit der Forscher: Da unser Gehirn im Laufe des Tages immer mehr ermüdet, sollten wir wichtige Entscheidungen besser morgens fällen.

## HOME

### WERDEN EIS- WÜRFEL AUS GEKOCHTEM WASSER KLARER?

»Zumindest etwas«, sagt Haushaltsexpertin Martina Schäfer. Der Grund: Durch das Abkochen verschwinden Luftblasen aus dem Wasser, und die Eiswürfel werden klarer. Das reicht jedoch nicht für ein wirklich kristallkla-

res Ergebnis. Ein anderer Trick hilft hier. Das Geheimnis besteht im langsamen Gefrieren von oben. Also: Gefriertruhe/-fach auf -1 bis -4 °C einstellen. Füllen Sie eine kleine Kühlbox mit Wasser und stellen Sie dort den ebenfalls mit Wasser gefüllten Eiswürfelbehälter hinein, sodass die Form bis an den Rand im Wasser steht. Dann beides 24 Stunden in den Gefrierschrank stellen. So hat das Wasser im Eis-

würfelbehälter die Chance, langsam und von oben zu gefrieren und Luftbläschen können mühelos entweichen. Beim Gefrieren dehnt sich das Wasser aus. Befindet es sich nur in einem Eiswürfelbehälter, friert es erst von außen nach innen. Das restliche Wasser wird zusammengedrückt, kann nicht entweichen. Risse entstehen, die für das milchige Aussehen verantwortlich sind.

## ALLTAG

### WARUM MUSS ICH NACH KAFFEE AUF DIE TOILETTE?

»Koffein ist eine Substanz, die unser Nervensystem stimuliert, ohne dass wir Einfluss darauf nehmen können«, sagt Allgemeinmediziner Jens Wagenknecht vom Bundesvorstand des Deutschen Hausärzteverbandes. »Koffein spricht unser Verdauungssystem an, kann die Darmaktivität anregen und eine Entleerung auslösen. Bei vielen Menschen reicht schon ein starker Espresso oder ein Becher Kaffee – und sie müssen sofort zur Toilette. Aber nicht bei jedem Menschen reagieren die Organe gleich auf diesen Reiz, es gibt auch einen Gewöhnungseffekt, der die Wirkung abschwächt oder verzögert.«

### WAS KINDER FRAGEN

*Warum rutscht  
man auf Eis?*

**Weil auf dem Eis auch bei Temperaturen unter null ein dünner Film aus Wasser schwimmt, auf dem wir ausrutschen. Das ist ein Phänomen in der Physik, das bis heute noch nicht vollständig geklärt ist. Tatsache ist: Wir rutschen nicht auf dem Eis aus, sondern auf der Wasserschicht auf dem Eis.**

## HELFEN BRENNENDE KERZEN GEGEN ZWIEBELTRÄNEN?

»Ja«, sagt Hauswirtschaftsexpertin Martina Schäfer. »Beim Zwiebel-schneiden werden schwefelhaltige Stoffe freigesetzt, die sich mit den Enzymen aus der Zwiebelzelle zu einem Gas vermischen, das unsere Augen brennen und tränen lässt. Stellt man eine Kerze neben das Arbeitsbrett werden die Gase in der Luft regelrecht angezogen, denn die Kerze braucht Sauerstoff zum Bren-

nen. Und romantisch ist es dazu auch noch. Noch wirkungsvoller wären aber folgende Tricks: Immer ein scharfes Messer benutzen, damit die Zwiebelzellen nicht so stark verletzt werden. Schalotten setzen nicht so viel Gase frei wie die normale Haushaltszwiebel. Zwiebel und Brett mit kaltem Wasser abspülen, oder unter der eingeschalteten Dunstabzugs- haube schneiden. Wer sehr empfindlich ist, sollte sich über die Anschaffung eines speziellen Zwiebel- schneiders Gedanken machen. Hier bleiben die reizenden Gase unter einem Deckel.

## BERUFSLEBEN

### WIE SCHREIBE ICH EINE E-MAIL SO, DASS ICH ERREICHE, WAS ICH WILL?

»Mit einer Mail ist es schwerer als im persönlichen Gespräch, jemanden zu überzeugen«, sagt Job-Coach Meike Müller. Das zeigt auch eine aktuelle Studie aus den USA. Das liegt daran, dass im persönlichen Gespräch Stimme, Gestik, Mimik und Kör-

perhaltung »mitsprechen«. Weil diese Kanäle in der Mail fehlen, entstehen mehr Missverständnisse. Also: klare Worte wählen, besser keine Ironie. Wichtig ist es, Druck rauszunehmen, also nicht einfach etwas zu verlangen. Auf Druck reagieren Menschen trotzig. Sagen Sie: »Ich hätte da einen Vorschlag, was denken Sie darüber?« So hat der andere das Gefühl, er kann mitreden. Außerdem sollten Sie dem Empfänger einen Nutzen bieten: »Mein Vor-

schlag hat für Sie den Vorteil...« Verfassen Sie die Mail möglichst kurz und knapp, kommen Sie schnell auf den Punkt. Bevor Sie Ihre Mail senden, kontrollieren Sie unbedingt die Rechtschreibung und formulieren Sie eine aussagekräftige Betreffzeile. Eine zu lange, verwirrende und fehlerhafte Mail kommt beim Empfänger als mangelnde Wertschätzung an, und er wird Ihnen wahrscheinlich nicht weiterhelfen.

## ZAHLENSALAT

**287,5 MRD.** Dollar (269,6 Mrd. Euro) wurden 2016 weltweit in umweltfreundliche Energien investiert, das sind 20 % weniger als im Jahr zuvor

**6,1 MIO.** Deutsche sind laut einer Umfrage immer dazu bereit, für umweltfreundliche Produkte mehr Geld auszugeben. 49 Mio. möchten das nur teilweise tun

**36 %** der Deutschen würden eher in einem Restaurant essen, das krummes und damit nicht verkaufbares Gemüse verarbeitet, als in anderen Lokalen

## HOME

### MACHT ÖKO-PUTZMITTEL SO SAUBER WIE NORMALES?

»Ja!«, sagt Martina Schäfer, Hauswirtschaftsexpertin. »Einziger Nachteil: Man muss manchmal etwas länger schrubben, bis es sauber wird, da die Mittel weniger Chemie enthalten.« Die besten Öko-Putzmittel sind übrigens die guten alten Hausmittelchen. Soda wirkt bei Fettverschmutzungen, flüssige Zitronensäure bei Kalk und Natron bei Verkrustungen und hartnäckigen Flecken. Tipp: Nicht »viel hilft viel«, sondern »so wenig wie möglich«. Denn das schont die Umwelt. Als Lappen eignet sich übrigens am besten ein Mikrofasertuch, wenn die Oberflächen das vertragen. Das Tuch kann man waschen und verhindert so auch noch überflüssigen Müll.

## SEXUALITÄT

### SIND VEGANE KONDOME SICHER?

»Ja, wenn sie ein Qualitätssiegel haben, sind sie genauso sicher wie die nicht veganen Modelle«, erklärt Marita Völker-Albert, Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung: »Ein Qualitätssiegel ist zum Beispiel die CE-Kennzeichnung mit einer Nummer der nach EG-Recht zugelassenen Prüfstelle.« Kondome gelten als vegan, wenn bei der Verarbeitung des Kautschuks keine Milchproteine (Kasein) eingesetzt werden. Stattdessen nehmen die Firmen pflanzliche Stoffe wie Distelextrakte. Die wohl bekanntesten veganen Kondome produziert das Startup Einhorn, das in der TV-Show »Die Höhle der Löwen« aufgetreten ist. Ein anderes Beispiel: die Kondome des australischen Unternehmens Glyde.



# JA ODER NEIN?

Ist die Green Card, also die permanente Aufenthaltsgenehmigung für die USA, auf grünem Papier gedruckt?

.....  
**JA      NEIN**  
.....

## WAS KINDER FRAGEN

*Wie kann man sehen, wie alt ein Baum ist?*

Von außen ist es schwer zu sehen. Erst wenn man den Baum fällt und eine Scheibe aus dem Stamm herauschneidet, sieht man dort die Jahresringe. Die kann man zählen, und dann weiß man das Alter des Baumes.

## PSYCHOLOGIE

### WARUM WIRD MIR SCHLECHT, WENN ICH SEHE, WIE SICH ANDERE ERBRECHEN?

»Schuld daran ist unser vegetatives Nervensystem«, sagt Allgemeinmediziner Jens Wagenknecht vom Bundesvorstand des Deutschen Hausärzteverbandes. »Es steuert unsere Körperfunktionen, ohne dass wir Einfluss darauf haben und reagiert automatisch auf unsere Sinneseindrücke. So

rührt sich unser Magen, wenn wir den unangenehmen Brechgeruch riechen oder den Schwall Erbrochenes sehen. Der Magen antwortet mit Übelkeit, und wir müssen uns schlimmstenfalls auch übergeben. Allerdings ist der eine Mensch robuster, der andere weniger. Man kann gegen die Übelkeit ankämpfen und versuchen, den Brechreiz zu unterdrücken. Je öfter man das erlebt, desto mehr stumpft man ab, und das vegetative Nervensystem reagiert immer seltener. Kurz gesagt: Wir gewöhnen uns daran. Sonst könnte ich meinen Beruf als Arzt gar nicht ausüben.«

## GESUNDHEIT

### HABEN WIR WIRKLICH LUST AUF SÜSSES, WENN WIR ZU WENIG SCHLAFEN?

Ja! Wissenschaftlerin Erin Hanlon von der amerikanischen »University of Chicago« hat herausgefunden, wie dieser Heißhunger auf Süßes entsteht. Für ihre Studie gingen 14 Probanden ins Schlaflabor – zweimal je vier Tage. Einmal durften sie pro Nacht 8,5 Stunden lang schlafen, beim zweiten Mal nur 4,5 Stunden. Alle bekamen drei Mahlzeiten pro Tag, am vierten Tag durften sie sich zusätzlich Süßigkeiten aussuchen. Das Ergebnis: Wenn wenig geschlafen wurde, ließen sich die Tester viel eher von den Snacks verführen. Die müden Probanden nahmen 50 % mehr Kalorien und doppelt so viel Fett zu sich wie im ausgeschlafenen Zustand. Der körpereigene Stoff 2-AG war im Blut der Menschen mit Schlafmangel stark erhöht, besonders gegen Abend hin. Dieser Stoff kann – wie Haschisch – Heißhunger und Fressattacken auslösen.

## JA ODER NEIN?

Stimmt es, dass man im Winter keinen Heuschnupfen hat, weil dann keine Pollen fliegen?

**JA** **NEIN**

## TIER

### KANN MEIN HUND TV-SÜCHTIG WERDEN?

»Ja«, sagt Tierärztin Dr. Karen Opelt. »Besonders Hunderassen wie Terrier sind an den Fernsehbildern interessiert. Die Tiere wurden früher darauf gezüchtet, ihre Umgebung mit den Augen wahrzunehmen. Sie sollten bei der Jagd Wild sichten und stellen. Diese Anlage ist noch genetisch gespeichert. Wir können sogar beobach-

ten, dass die neue hochauflösende HD-Qualität der Bilder das Interesse noch verstärkt hat. Das TV-Gerät sollte sich am besten auf Augenhöhe des Hundes befinden, damit er das Geschehen gut verfolgen kann. Andere Rassen, wie zum Beispiel Beagles, die auf Geruch gezüchtet wurden, zeigen deutlich weniger Interesse an den TV-Bildern und ignorieren das Gerät sogar. Keine Sorge, das Fernsehen schauen ist für Ihren Hund nicht schädlich.«

## GESUNDHEIT

### Q-TIPS SIND NICHT GUT FÜRS OHR. WARUM ABER MACHEN SIE SO EIN GUTES GEFÜHL?

»Der äußere Gehörgang wird von drei sehr sensiblen Nerven versorgt. Die Gehörgangshaut ist sehr dünn, und die Nervenenden liegen praktisch an der Oberfläche«, erklärt Professor Hans Behrbohm, Facharzt für Hals-Nasen-Ohrenheilkunde in der Park-Klinik Berlin-Weißensee. »Benutzen wir Ohrstäbchen, reizen wir diese Nerven mechanisch. Das macht das angenehme Gefühl. Aber Vorsicht! Einer dieser drei Nerven versorgt auch das Zwerchfell. Zu intensives Reinigen der

Ohren führt deshalb zu Hustenanfällen. Außerdem ist das Säubern mit Ohrstäbchen sogar schädlich. Der Film aus Ohrenschmalz schützt den Gehörgang. Geht dieser Film verloren, drohen schmerzhafte Entzündungen, besonders durch Pilze. Zudem wird ein Teil des Ohrenschmalzes ins Ohr gedrückt, und der Gehörgang kann austrocknen.

## ZAHLENSALAT

**70 %** der Deutschen freuen sich über einen kalten und schneereichen Winter

**675 000 000 REIFEN** produziert Lego im Jahr. Damit ist der Spielzeughersteller einer der größten Reifenhersteller der Welt

**4095 METER** – eine so lange Linie kann man mit einem Bleistift zeichnen. Das fand eine niederländische Zeitschrift heraus

**4 %** der Deutschen geben ihre Neujahrsvorsätze nach einem Monat auf. 56 % ändern dauerhaft etwas

## WAS KINDER FRAGEN

*Können alle Tiere gleich gut sehen?*

Das ist von Tierart zu Tierart unterschiedlich. Affen, die uns Menschen genetisch ähnlich sind, können zum Beispiel fast so sehen wie wir. Hunde können Rot und Grün nicht unterscheiden, und Katzen sehen keine Farben, wie alle Tiere, die im Dunkeln unterwegs sind.