

Urin – der Stoff der Zukunft?

Von Gerhard Otterbein

Wer erinnert sich noch? Das ZDF brach 1973 ein Bild-Zeitungs-Tabu und ließ eine Frau über Fußball in der Sendung „Das aktuelle Sportstudio“ berichten. Als erste Sport-Moderatorin im deutschen Fernsehen hatte sie einen schweren Stand. Immer wieder wurde sie zu Unrecht kritisiert. Dann erfolgte der legendäre Zahlendreher. Aus Schalke 04 wurde Schalke 05 und die Moderatorin mit einem Schlag bekannt. Die Häme prallte an ihr ab. 1 ½ Jahre moderierte sie noch die Sportsendung.

Tabus haben es ihr angetan, und bei Gegenwind läuft Carmen Thomas so richtig auf vollen Touren.

Carmen Thomas (67) ist dem besonderen Saft weiter auf der Spur / Autorin von „Ein ganz besonderer Saft – Urin“ am Dienstag zu Gast bei Markus Lanz

ren. 1988 berichtete sie in der WDR-Kultursendung „Hallo Ü-Wagen“ über zahlreiche Anwendungsmöglichkeiten von Urin und schrieb den Bestseller „Ein ganz besonderer Saft – Urin“. Darin stand alles über die heilenden Fähigkeiten der körpereigenen Apotheke. Urin findet nicht nur als Morgencocktail Anerkennung,



Carmen Thomas berichtet am 22. Juli über ihre Erfahrungen Foto: Privat

neueste Erkenntnisse aus Technik und Medizin weisen darauf hin, dass Urin aufgrund seiner vielfältigen Zusammensetzung zu einem wichtigen Stoff der Zukunft werden könnte. Urin als umweltverträgliche Energiequelle, der mit Hilfe von mikrobiellen Brennstoffzellen aus biologischen Abbauprozessen Strom generiert. Urin als Treibstoff für Roboter. Urin als Trinkwasser der Astronauten. Im chinesischen nanotechnologischen Guangzhou Institut für Biomedizin und Gesundheit werden vom Körper auf natürliche Weise ausgeschiedene Nierenzellen dazu genutzt, Zähne zu züchten. Es gelang sogar, neue Hirnzellen davon herzustellen. Kann sich jeder in Zukunft Zähne und Hirnzellen „selberpinkeln“? Was alles noch mit Urin zu be-

werkstelligen ist, steht in der erweiterten Neuausgabe des „Ein ganz besonderer Saft – Urin“, erschienen bei J. Kamphausen Mediengruppe. Diese Ausgabe ist das 15. Buch von Carmen Thomas. Dort steht auch die Geschichte von den sechs Schülerinnen aus Nigeria, die mit einem Stromgenerator auf Urinbasis Glühbirnen zum Leuchten brachten. Im Fokus des Interesses steht dabei das energetische Potenzial, welches in dem menschlichen Urin, einem Abfallprodukt, schlummert. Carmen Thomas empfiehlt: „Für alle, die es genauer wissen wollen: www.uriwiki.de – dort sind Links und spannende Videos zu diesen und weiteren spektakulären wissenschaftlichen Erkenntnissen zur innovativen Verwendung von Urin zu finden.“

Carmen Thomas hat es trotz Versprecher Schalke 05 geschafft, eine Männerdomäne einzureißen und aus einem Ekelthema eine ernsthafte Sache zu machen, die zwar alle in den Mund nehmen, aber nicht alle runterschlucken. Die Heilkraft des Urins ist anerkannt.

Am 22. Juli um 22.45 Uhr ist Carmen Thomas, die Leiterin der „1. ModerationsAkademie für Medien und Wirtschaft“, mit dem Buch in der ZDF-Talkshow von Markus Lanz zu Gast, dort wird sie auch über die neuesten Forschungsergebnisse sprechen.

Liebe Leser, haben Sie positive, negative Erfahrungen mit Urin? Und wie haben Sie den Ekel überwunden? Gerne dürfen Sie uns Ihren Erfahrungsbericht zusenden.



Mit diesem Buch erregte sie damals Aufsehen. Jetzt wurde es neu aufgelegt.

Israel – Hightechland mit großen Potenzialen

GIESSEN/FRIEDBERG (r). Gerade aktuell ist die Berichterstattung über Israel geprägt von den politischen Ereignissen. Dennoch darf man die wirtschaftliche Tragkraft und das wirtschaftliche Potenzial des Landes dabei nicht aus den Augen verlieren. Am 10. September wird dazu der Experte aus Tel Aviv, Grisha Alroi-Arloser, Geschäftsführer der Deutsch-Israelischen Industrie- und Handelskammer, berichten.

Die ehemalige Agrarnation Israel gilt heute als Start Up-Nation und ist Heimat zahlreicher besonders innovativer Unternehmen. Das Land gehört heute zu den 30 führenden Industrienationen. Israels besondere Stärke liegt im Hochtechnologiebereich, insbesondere bei Informations- und Kommunikationstechniken und Life Sciences.

Eine der wichtigsten Wachstumsbranchen ist die Umwelttechnik. Insbesondere Anlagen und Techniken zur Steigerung der Energieeffizienz und Recyclingtechniken sind gefragt. Aber auch klassische Produktionsanlagen mit dem Gütesiegel „Made in Germany“ genießen weiterhin großes Vertrauen.

Deutschland lag 2012 mit einem Anteil von 6,3% der Importe auf Rang drei der wichtigsten Importländer, hinter den USA (12,9%) und China (7,3%). Wichtigste Importgüter aus Deutschland sind chemische Erzeugnisse, Maschinen sowie Kfz und Kfz-Teile. Deutsch-

land bezieht aus Israel neben chemischen Erzeugnissen vor allem Produkte aus dem Bereich Elektrotechnik, Nahrungsmittel sowie Mess- und Regeltechnik.

Israel ist das Land mit der weltweit höchsten Akademikerdichte, das macht es als Forschungsstandort besonders attraktiv. Konzerne wie SAP, Siemens und Deutsche Telekom unterhalten Forschungszentren in Israel. Auch Apple, Samsung, Google und Microsoft sind prominent vertreten. Doch es sind nicht nur die Forschungseinrichtungen großer Konzerne, die in Israel Innovationen vorantreiben. 5000 Hightech-Unternehmen wurden in dem kleinen Land allein seit den 90er Jahren gegründet, womit es weltweit für diesen Zeitraum an zweiter Stelle nach den USA liegt.

Am 10. September können Sie sich aus erster Hand über die wirtschaftliche und politische Lage vor Ort informieren. Wir dürfen Grisha Alroi-Arloser, Geschäftsführer der Deutsch-Israelischen Industrie- und Handelskammer, in unserer Region begrüßen. Er wird sowohl für eine individuelle Beratung in Unternehmen zur Verfügung stehen als auch einen Vortrag im Rahmen des Exportleiterkreises Mittelhessen halten.

Weitere Informationen erhalten Interessierte bei Elvin Yilmaz, Geschäftsbereich International, ☎ 0641/7954-3505, E-Mail yilmaz@giessen-friedberg.ihk.de.

Wenn die Hitze zu Kopf steigt

Mit steigenden Außentemperaturen muss unser Herz-Kreislauf-System mehr leisten, um die Körpertemperatur bei optimalen 37 Grad zu halten. Schweiß, der auf der Haut verdunstet, wirkt dabei wie eine natürliche Klimaanlage. Zusätzlich leitet der Organismus zur Kühlung eine Weitung der Blutgefäße ein, die somit durch eine größere Fläche effektiver Wärme abgeben.

Doch weite Gefäße lassen gleichzeitig den Blutdruck absinken, wodurch das Blut schlechter zirkuliert und es zu einer Schwächung des Kreislaufs kommt. Als Folge treten bei vielen Menschen Kopfschmerzen, Schwindel oder Übelkeit auf. „Es gibt zahlreiche Tipps und natürliche Wirkstoffe, die schonende Hilfe bieten und den Kreislauf an heißen Tagen unterstützen“, erklärt Moritz Müller-Dombois, Geschäftsführer eines Medikamenten-Preisvergleichs im Internet.

Schon wer seinen Alltag an die hohen Temperaturen anpasst, hilft seinem Körper, gut durch die heißen Tage zu kom-

men. Durch übermäßiges Schwitzen verliert der Organismus Flüssigkeit. Viel Trinken gleicht diesen Verlust wieder aus. „Dazu eignen sich neben Wasser hauptsächlich Saftschorlen oder ungesüßte Fruchtees.“

Auf Alkohol besser verzichten, da dieser die Blutgefäße zusätzlich erweitert“, betont Müller-Dombois. Neben Flüssigkeit verliert der Körper beim Schwitzen sowohl wertvolle Spurenelemente wie Eisen oder Fluor als auch sogenannte Elektrolyte wie etwa Magnesium oder Natrium. Um diesem Verlust entgegenzuwirken, empfehlen sich Speisen wie Brühe, Salat oder Salzgebäck.

Wer sich außerdem von leicht verdaulichen Lebensmitteln wie Obst und Gemüse ernährt und mehrere kleine Mahlzeiten am Tag zu sich nimmt, belastet seinen Körper nicht unnötig. Neben der Ernährung spielt auch Bewegung an heißen Tagen eine Rolle, um den Kreislauf in Schwung zu halten. Zu intensives Training fördert je-

doch die zusätzliche Erwärmung des Körpers von innen. Häufigere Pausen beim Fußball oder eine ausnahmsweise kürzere Jogging-Runde schützen vor typischen Beschwerden wie Schwindel oder Übelkeit. Morgendliche Spaziergänge oder leichte Gartenarbeit in den kühleren Abendstunden unterstützen das Herz-Kreislauf-System optimal.

Natürliche Hilfe

Neben einem ruhigeren Alltag sorgt eine Vielzahl natürlicher Mittel für eine sanfte Steigerung des Blutdrucks. Wer seine Mahlzeiten mit Scharfem wie Chili oder Ingwer würzt, sorgt für eine bessere Durchblutung und wirkt somit Gefäßablagerungen entgegen. Dazu wirken Pflanzen wie Rosmarin, Thymian und Weißdorn gegen niedrigen Blutdruck. „Als Saft, Tee oder Kapsel fördern sie den Blutfluss und stärken so Herz und Kreislauf“, weiß Müller-Dombois. (Borgmeier PR)

Reisetipps für Hundehalter: Mit dem Vierbeiner ab in den Urlaub!

Endlich Sommer, die Urlaubsplanung ist in vollem Gang. Der Familienhund soll selbstverständlich mit verreisen. Doch Einreisebestimmungen, Leinenzwang für den treuen Vierbeiner und lange Autofahrten lassen aus Reiselust schnell Reisefrust werden. Die Initiative Natürlich Jagd (www.natuerlich-jagd.de) gibt hilfreiche Tipps, damit Hund und Halter einen entspannten Urlaub genießen. Ob Ferienwohnung, Hotel oder Kreuzfahrt, mittlerweile gibt es Angebote für einen Urlaub mit Hund in den verschiedensten Variationen. Auf Anfrage sind die geliebten Vierbeiner fast überall willkommen. Eine gemeinsame Reise ist allerdings mit vielen Vorbereitungen verbunden, denn schließlich müssen auch Hunde den Koffer packen: Impfpass, Hundnapf, ausreichend Futter, Spielzeug, mögliche wichtige Medikamente, Leckerlis und eine Decke – so ein Vierbeiner kann ganz schön viel Gepäck benötigen. Bei langen Autofahrten oder Bahnfahrten sollte auch an ausreichend Wasser gedacht werden. Das Füttern direkt vor der Fahrt



Damit die Urlaubsreise auch für den Vierbeiner zum Vergnügen wird, sollten Hundehalter einige Tipps und Ratschläge beachten.

Foto: Newsdesk Natürlich Jagd

sollte allerdings vermieden werden. Schließlich neigen Hunde mit vollem Magen eher zu Übelkeit oder Erbrechen. Eine Flugreise mit Familie und Hund. Wer in weit entfernte Länder mittels Flugzeug reisen möchte, sollte zusätzliche Vorbereitungen treffen. Denn wenn es sich

bei dem eigenen Vierbeiner um einen größeren Hund handelt, kann er nur im Frachtraum mitfliegen. Kleinere Hunde dürfen bei vielen Anbietern mit in die Kabine. In beiden Fällen ist die Anschaffung einer ausreichend großen Transportbox nötig. Außerdem empfiehlt es sich, an Taschentücher, Hundekotbeutel und Einmalhandschuhe im Gepäck sowie an eine saugfähige Matte in der Transportbox zu denken, falls der Hund einmal muss.

Schnell über die Grenze in ein Nachbarland einreisen, das ist heutzutage kein Problem mehr. Doch Vorsicht: Gleiches gilt nicht immer für Vierbeiner. Innerhalb der Europäischen Union müssen Hunde auf jeden Fall gegen Tollwut geimpft sein, einen Heimtierausweis haben und zum Beispiel über einen Mikrochip identifiziert werden können. Die genauen Bestimmungen für das persönliche Urlaubsland erfragt man am Besten beim Tierarzt oder bei der entsprechenden Botschaft. Weitere Informationen gibt es auf www.natuerlich-jagd.de.

(Initiative Natürlich Jagd)

Zehn Tipps für einen unvergesslichen Urlaub

Vom Trekking im Himalaya über das Entdecken unberührter Natur in Afrika bis zum Faulenzen am Strand in Asien. Egal, für welche Art von Urlaub man sich entscheidet: Auf Reisen entdecken wir Neues, schließen neue Freundschaften und haben nach der Rückkehr allerlei Geschichten für die Daheimgebliebenen im Gepäck. Ein Hotelbuchungsportal präsentiert daher zehn Tipps für einen unvergesslichen Urlaub.

1. Menschen kennenlernen – Freundschaften schließen

Das wohl Schönste am Reisen sind die zahlreichen Menschen, die man auf seinem Weg trifft. Also raus aus dem Zimmer und rein ins Vergnügen! In der Lobby des Hotels oder am Restaurant-Tisch mit Fremden bieten sich gute Möglichkeiten, Einheimische und Menschen mit ähnlichen Interessen zu treffen. Und wer weiß? – Vielleicht finden Sie für Ihren nächsten Trip gleich jemanden, der Sie vor Ort herumführen und Ihnen Insider-Tipps geben kann.

2. Grenzen überwinden – die Welt mal anders sehen

Satteln Sie in Ihrem nächsten Urlaub einfach mal um und tauschen Sie Auto oder Bus gegen Fahrrad oder Spaziergang. Gehen Sie tauchen und erleben Sie die Unterwasserwelt vor der Küste Tansanias oder fahren Sie mit dem Fahrrad durch die schöne Berglandschaft Frankreichs und entdecken zugleich gute Weine und die Vielfalt an Käse. Wenn Sie Ihre körperlichen Grenzen überwinden, werden Sie erstaunt sein, was Ihr Körper alles kann – und dabei die Welt mal aus einer ganz anderen Perspektive erfahren.

3. Neue Erfahrungen sammeln – Die Komfortzone verlassen

Egal ob Familie, Single, Freunde und Paare. Schütteln Sie einfach einige Ihrer Reise-Gewohnheiten ab und verlassen Sie die eigene Komfortzone. Reisen Sie mal an einen Ort, der Ihnen noch nie in den Kopf gekommen ist, probieren Sie im Urlaub die einheimische Küche und neue Ge-

richte oder gehen Sie einfach mal wieder wandern. Nur so lassen sich neue Erfahrungen sammeln.

Fällt es Ihnen schwer, die Komfortzone zu verlassen? Dann lassen Sie wenigstens für einen Tag einfach mal Ihren Partner, Kinder und Co. entscheiden, was an diesem Tag unternommen werden soll.

4. Auf den Bauch hören – landestypisch genießen

Bikini-Figur hin oder her. Egal ob Sie nach Italien, Singapur oder Melbourne reisen – schmeißen Sie Ihre Diätpläne über Bord und genießen Sie die landestypische Küche. Vielleicht bestimmt auch Ihre Vorliebe für gewisse Speisen die nächste Destination?

5. Sich wie ein Entdecker fühlen – auch im eigenen Land

Etwas zum ersten Mal zu entdecken ist ein tolles Gefühl. Deswegen tun Sie doch einfach im nächsten Urlaub so, als wären Sie die erste Person, die den schönen Blick vom Gipfel des Kilimandscharos genießt, durch das kristallklare Wasser vor den Inseln

Thailands schwimmt oder die Traditionen Afrikas entdeckt. Auch das eigene Land – wie die Weinbaugebiete Deutschlands – so zu erkunden, kann spannend sein.

6. Die Qual der Urlaubskleidungs Wahl – bequem statt top gestylt

Wie hoch ist wohl die Wahrscheinlichkeit, dass Sie im Urlaub Ihrem Vorgesetzten oder Ihrer Schwiegermutter über den Weg laufen, wenn Sie im Strandkleid und Flip-Flops den Strand rocken? Sie tendiert gegen Null. Also tragen Sie die Kleidung, in der Sie sich wohlfühlen, denn darum geht es doch im Urlaub!

7. Schnäppchensuche auf dem Markt – Gratsnacht mit Treueprogramm

Auf den Marktplätzen der Welt feilschen, nach dem besten Flug suchen oder aber versteckte Schnäppchen entdecken: All das gehört ebenfalls zu den spaßigen und lohnenswerten Dingen einer Reise. Treueprogramme wie die „Welcome Rewards“ von Ho-

tels.com, die Ihnen bei zehn getätigten Nächten eine Übernachtung schenken, zaubern zusätzliches Geld in die Reisekasse und sorgen so ebenfalls für einen unvergesslichen Urlaub.

8. Spontane Reise-Inspiration – Apps als kleine Helfer

Einfach mal aus dem Bauchgefühl heraus und ganz spontan zu entscheiden, kann einem manchmal Angst bereiten. Mit kleinen „Helfern“, wie der Hotels.com App, fühlen Sie sich bei Entscheidungen in letzter Minute ein wenig sicherer. So können Sie auch mal völlig ungeplant einen Trip abseits der allseits bekannten Reiserouten wagen. Außerdem ermöglicht die App Ihnen, in mehr als 20000 Last-Minute-Hotels weltweit zu stöbern.

9. Scharade-Fähigkeiten verbessern – Völkerverständigung mal anders

Es hat auch seine guten Seiten, sich in einem fremden Land nicht mittels Sprache verständigen zu können. Viele schöne Geschichten entstehen nämlich erst, wenn

sich beide Gesprächspartner mit Hilfe einer ganz speziellen Form des Silbenrätsels verständlich machen müssen – mit pantomimischer Darstellung. Ein weiterer Vorteil: Sie können Ihre Mitreisenden oder Freunde daheim mit Ihren neuen, verbesserten Scharade-Fähigkeiten beeindrucken.

10. Futter für Instagram – Geschichten für die Enkelkinder

Träumen Sie sich auf dem Weg zur Arbeit mit Reisebildern auf Instagram in den Urlaub? Dann machen Sie es anderen bei Ihrem nächsten Trip einfach gleich! Fotos schießen, mit Freunden teilen und schöne Erinnerungen bewahren – beispielsweise wie Sie durch Südamerika tanzen, die USA bereisen oder erlesene Weine in Frankreich testen. So liefern Sie nicht nur Futter für Instagram und die Urlaubs-Träumer: Wenn Ihre Enkelkinder Sie eines Tages nach schönen Urlaubsgeschichten fragen, können Sie sich an diese unvergesslichen Momente erinnern und Sie mit Ihren Lieben teilen. (Hotels.com)