



SPORTSFREUNDIN

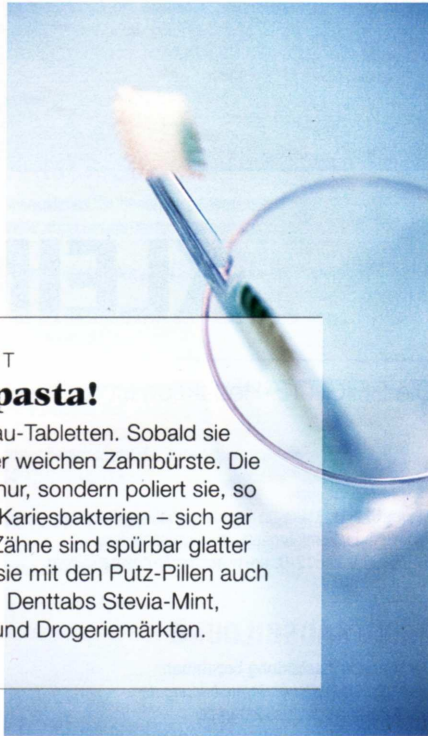
## KREISLÄUFERIN

Kleidung mit Vergangenheit: Die Running-Line von Houdini ist aus recycelten Fasern und kann ebenfalls komplett wiederverwertet werden. „Eco Circle“ nennt sich dieses nachhaltige System. Man kann damit aber auch einfach geradeaus laufen. Zum Beispiel Velocity Windbreaker (160 Euro) oder Shirt Lightspeed Crew (70 Euro). Händler über [www.houdinisportswear.com](http://www.houdinisportswear.com)

FUNKTIONIERT

### Tschüs, Zahnpasta!

Sie sollen die Zahnpflege revolutionieren: Kau-Tabletten. Sobald sie aufschäumen, putzt man die Zähne mit einer weichen Zahnbürste. Die enthaltene Zellulose reinigt die Zähne nicht nur, sondern poliert sie, so dass Beläge – und damit die Grundlage für Kariesbakterien – sich gar nicht erst festsetzen. Unser Test-Fazit: Die Zähne sind spürbar glatter und glänzen mehr. Studien zufolge werden sie mit den Putz-Pillen auch nachhaltiger mineralisiert als mit Zahnpasta. Denttabs Stevia-Mint, 125 Tabletten für ca. 6 Euro, in Apotheken und Drogeriemärkten.



UNSERE FAVORITEN

### Grüne Tomaten

Bis die Tomaten im Garten reif sind, dauert es noch. Die Wartezeit verkürzen wir mit Produkten von Tomate7 (zum Beispiel Confit „Grüne Tomaten“, 3,95 Euro, über [www.tomate7.de](http://www.tomate7.de)). Die schmecken unglaublich aromatisch und haben sogar einen gesunden Vorteil gegenüber frischen Früchten: Wertvolle Pflanzenstoffe wie das Lycopin sind durch die Verarbeitung besser verfügbar. Noch mehr leckere Bio-Neuheiten unter [www.brigitte.de/oeko-lebensmittel](http://www.brigitte.de/oeko-lebensmittel)



KLARTEXT!

## „GEFAHR DURCH KRANKEN-CARD?“

MATTHIAS JOCHHEIM, Arzt für Allgemeinmedizin und Psychotherapeut vom Bündnis „Stoppt die e-Card“

**BRIGITTE: Bis zu 50 Millionen gesetzlich Versicherte bekommen dieses Jahr neue Karten von ihren Krankenkassen. Damit soll alles besser und effizienter werden. Warum sind Sie trotzdem dagegen?**

Nach und nach soll eine Vielzahl von Informationen über eine Person gespeichert werden, jeder Arztbesuch, die Diagnosen, Krankschreibungen, Medikamente, auch sehr heikle Dinge wie psychische Probleme. Ein riesiger, zentraler Datenberg wird entstehen. Anfangs soll jeder Patient entscheiden können, was gespeichert wird. Wir bezweifeln, dass das auf Dauer so bleibt. Ein Großteil der Ärzte lehnt deshalb die Karte ab. Doch wir werden durch ein Gesetz gezwungen, dabei mitzumachen.

**Es soll doch besondere Sicherheitsvorkehrungen geben?**

Wenn es versierten Hackern gelingt, in die Server des amerikanischen Außenministeriums einzudringen, wird so etwas ein Kinderspiel sein. Auch eine unabsichtliche Panne ist jederzeit möglich.

**Wer könnte denn Interesse an den Daten haben?**

Versicherungen, Arbeitgeber, die Software-Branche, vor allem aber die Pharma-Industrie für Marketingmaßnahmen.

**Was können Versicherte tun?**

Wir haben auf unserer Webseite einen Musterwiderspruch, den jeder an seine Kasse schicken kann. Und wir haben schon mehr als 750 000 Unterschriften für eine Online-Petition gesammelt.

**Zum Bündnis gehören 53 Ärzte-Organisationen und Selbsthilfegruppen: [www.stoppt-die-e-card.de](http://www.stoppt-die-e-card.de)**