

GETESTET

**Taschenlampen:
Von sieben Geräten
ist nur eine „gut“**

Produkt	Note	Preis ca. inkl. Batterien
Maglite Mini	2,5	20,00 €
Osram Mini Xenon Alu	2,8	12,90 € ¹⁾
Panasonic Strong BF 241 PE	2,8	16,00 € ¹⁾
Energizer X-Focus	2,9	9,90 €
Varta Day Light	2,9	9,00 €
Philips SBC FL 146	3,8	14,00 €
Duracell Voyager	4,7	10,00 € ¹⁾
¹⁾ ohne Batterien		
Quelle: Stiftung Warentest 1/2006		

Sieben Taschenlampen hat die Stiftung Warentest untersucht. Das Ergebnis ist enttäuschend: Nur eine ist „gut“. Drei weitere sind „befriedigend“, eine ist „ausreichend“ und eine „mangelhaft“.

Testsieger ist die Maglite Mini. Sie ist am teuersten, macht aber auch das beste Licht im Vergleich zur Konkurrenz. Allerdings schneidet auch sie in diesem Kriterium nicht besser als „befriedigend“ ab. Die Ausleuchtung aller Lampen bewerten die Tester als nur mäßig, die gleichmäßigste Lichtverteilung habe die Energizer X-Focus, die schlechteste die Taschenlampen Philips.

Den weitesten Lichtkegel wirft laut Warentest die Duracell Voyager. Dennoch ist sie Schlusslicht. Begründung: Im Griff fand das Labor polyzyklische aromatische Kohlenwasserstoffe (PAK) wie Benzo(a)pyren. Es erzeugt Krebs, beeinträchtigt die Fortpflanzung und verändert das Erbgut.

AKTUELL

Neuer Trojaner kommt über Bilder auf den PC

Ein neues Trojanisches Pferd bedroht Windows-Computer. Es wird über Bilder eingeschleust. Das berichtet „Focus-Online“.

Microsoft wolle erst zum 10. Januar ein Sicherheitspaket zur Verfügung stellen, das die Lücke schließe. Der Besuch einer Internetseite reiche, um sich den Schädling auf den Rechner zu holen, heißt es bei „Focus-Online“.

Der Internet Explorer lade automatisch präparierte Bilder im Format „Windows Meta File“ (WMF), wenn der Windows-Nutzer eine infizierte Homepage anwähle. Unbemerkt könne er so die Kontrolle über seinen Computer an einen Fremden geben. Nutzer von Firefox müssen laut dem Nachrichtenmagazin zumindest den WMF-Dateien zustimmen.

Dennoch sei die Gefahr nicht all zu groß, so ein Mitarbeiter des Antivirenherstellers Kapersky. Wichtig seien ein aktueller Virens Scanner und hohe Sicherheitseinstellungen im Internet Explorer. red

URTEIL DES TAGES

Faxgerät für Betriebsrat

Ein Betriebsrat hat grundsätzlich Anspruch darauf, dass ihm das Unternehmen ein Telefaxgerät zur Verfügung stellt. Das entschied das Landesarbeitsgericht (LAG) Rheinland-Pfalz in Mainz.

Nach Meinung der Richter zählt ein Telefaxgerät zu den üblichen und notwendigen Arbeitsmitteln des Betriebsrats. Für einen eigenen Internetzugang gelte dies hingegen zumindest dann nicht, wenn in dem Betrieb die Arbeitsplätze weitgehend nicht mit Computern ausgestattet seien. dpa

Aktenzeichen: 10 TaBV 880/03

GARTEN

Nur bei extremer Witterung füttern

Vögel kommen derzeit gut ohne Körner und Meisenringe zurecht – Lieber Lebensräume schaffen

Von Helmut Vetter, Landesverband der Kleingärtner Braunschweig

Kalt, schön frostig, war es zum Jahreswechsel, die Landschaft mit einer weißen Schneedecke überzogen. Viele Tierliebhaber bestücken deshalb ihre Futterhäuschen mit Körnern, Haferflocken und Nüssen.

Diesen Schritt sollten Sie aber erst gehen, wenn wirklich klirrende Kälte herrscht und die Vögel nicht mehr in der Lage sind, sich selbst ihr Futter zu suchen.

Wissen Sie, wie der Zaunkönig durch den Winter kommt? Den sieht man nicht oder nur ganz selten am Futterhäuschen, denn seine Nahrung besteht aus Spinnen, Fliegen, kleinen Würmern und Käfern – nichts, was er im Futterhäuschen findet.

Erst kürzlich begegnete ich am Uferand der Oker zwei Zaunkönigen, die zwischen trockenen Grasbüscheln und dünnen Zweigen an schneefreien Stellen nach Nahrung suchten. Sie überstehen auch noch grimmigere Wintertage ohne menschliche Hilfe.

Hilfe nur für wenige Vögel

Die Fütterung ist zwar bei extremen Witterungsverhältnissen wünschenswert, kommt aber leider nur wenigen Vogelarten zugute, die sich dann auf Kosten nicht geförderter Arten überproportional vermehren, Nahrung und Nistplätze streitig machen. Auch die im Frühjahr aus dem Süden geschwächt heimkehrenden Zugvögel leiden unter dieser Disharmonie.

Um möglichst viele Vogelarten zu erhalten, sollten Sie verbesserte Lebensräume (Biotope) schaffen.

Pflanzen Sie Hecken und Sträucher und pflegen Sie sie. Wer seine samentragenden Stauden bereits im Herbst zurückgeschnitten hat, sorgt zwar für aufgeräumte Gartenbeete, nimmt aber vielen Tieren die natürliche Nahrung.

Viele vor allem einheimische Gehölzarten können als Vogelschutz- und Vogelnährgehölze dienen. Beispiele sind Berberitze, Brombeere, Eibe, Felsenbirne, Hagebutten, Hartriegel, Haselnuss, Heckenkirsche, Schwarzer Holunder, Kornelkirsche, Liguster, Mehlbeere, Sanddorn, Schlehe, Schwarzbeere, Traubenkirsche, Vogelkirsche, Wacholder, Weißdorn.

Die Beeren der Vogelkirsche und des gemeinen Wacholders stehen auf dem Speiseplan von mehr als 40 Vogelarten. Die Samen vieler Kräuter, Gräser und Stauden ergänzen das Nahrungsangebot.

Futterstelle gut säubern

Wer sich aus pädagogischen Gründen zu einer verantwortlichen Winterfütterung entschließt, zum Beispiel weil er die Tiere mit Kindern beobachten möchte, sollte die Futterstelle stets sauber halten, keine Speisereste, salzhaltige Fette oder Feuchtigkeit enthaltenes Futter verwenden. Eine variable Kost aus Körnern, Nüssen, Haferflocken, getrocknetem Obst oder Beeren ist angebracht.

TIPP

Vögel nutzen auch die Nistkästen für Höhlen- oder Halbhöhlenbrütern als Schlafplatz. Deshalb sollten die Kästen erstmals im Herbst gereinigt worden sein, ein zweites Mal im Frühjahr vor dem neuerlichen Brutgeschäft.



Eine Kohlmeise pickt Leckerbissen aus einem Futternetz. Wenn die Temperaturen milder sind, sollte man auf das Füttern verzichten. Archivfoto: dpa

TIERE

Was bedeutet der Befund Spondylosen bei meinem Hund?

Es handelt sich um eine Erkrankung der Wirbelsäule. Spondylosen sind Wirbelbrücken, die sich im unteren Bereich der Wirbelkörper bilden. Je nach Ursache erkranken zwei oder mehrere Wirbel.

Das Wachstum der Spondylosen ist für den Hund schmerzhaft und von unterschiedlicher Dauer. Die Wachstumszeitspanne dauert von wenigen Wochen bis mehren Jahren. Es werden fünf Krankheitsstadien unterschieden. Grad 1 ist eine kleine Zacke am Wirbel, bei Grad 5 sind die Wirbel knöchern zusammengewachsen und dann nicht mehr schmerzhaft.

Spondylosen können durch organische Erkrankungen oder einer Überlastung der Wirbelsäule entste-



Silke Müller-Herweg, Physiotherapeutin für Tiere, Braunschweig

hen. Im Brustwirbelbereich kann ein Herzfehler die Ursache sein.

Bei einem Hüftleiden kann es durch Fehlbelastung zu Spondylosen im Lendenwirbelbereich kommen. Ziel der Physiotherapie ist, Schmerzen zu lindern. Zusätzlich sollen der Rücken durch Muskelaufbau stabilisiert und Fehlbelastungen korrigiert werden.

GESUNDHEIT

Wie vermeide ich Pilz-Krankheiten?

Juckreiz, Brennen, flockiger, krümelig-weißlicher Ausfluss: Viele Frauen leiden unter Candidapilzen. Zwar sind sie auch unter normalen Umständen auf Haut und Schleimhäuten. Aber erst wenn die Pilze sich vermehren, kommt es zur Infektion.

Eine Ausbreitung der Pilze begünstigen:

- ▶ eine Veränderung des Hormonspiegels, zum Beispiel durch Schwangerschaft, Einnahme der Antibabypille, Klimakterium
- ▶ Diabetes, da sich Hefepilze von Zucker ernähren
- ▶ eine Schädigung der Pilz-Bakterien-Flora durch Intimwaschlotion und zu häufiges Duschen
- ▶ Antibiotika-Einnahme oder ein geschwächtes Abwehrsystem



Eleonore Eiswirth, Frauenärztin in Braunschweig

Gegen die Beschwerden helfen Salben und Vaginalzäpfchen. Aber auch Sie selbst können etwas tun:

- ▶ Essen Sie ballaststoffreich und nicht zuviel Zucker.
- ▶ Nutzen Sie für die Intimhygiene nur klares Wasser.
- ▶ Tragen Sie Unterwäsche aus Naturfaser, wechseln Sie sie mindestens täglich.

KINDER

Wie wichtig ist eine rauchfreie Umgebung für mein Baby?

Wenn Sie Ihr Kind dem Zigarettenqualm in Ihrer Wohnung aussetzen, erhöht sich für Ihr Kind das Risiko für folgende Erkrankungen: allergische Reaktionen, Koliken, Atemwegserkrankungen bis hin zu Bronchitis oder Asthma. Auch der plötzliche Kindstod steht mit dem Rauchen im Zusammenhang.

Auch Lüften hilft nicht. Messungen der Raumluft haben ergeben, dass auch nach intensivem Lüften der Schadstoffgehalt nach dem Rauchen lange in der Raumluft enthalten bleibt. Konsequenterweise müssen Sie für jede Zigarette die Wohnung verlassen.

Fast schon einfacher – und natürlich um einiges vernünftiger – ist es, mit dem Rauchen aufzuhören. Die



Astrid Böhm-Schellenberg, Hebamme aus Othrum

gesundheitliche Entwicklung Ihres Kindes liegt in Ihrer Hand. Geben Sie Ihrem Baby einen guten Start mit ins Leben. Seien Sie Ihrem heranwachsenden Kind ein gutes Vorbild. Es hat auch nichts mit mangelnder Gastfreundschaft zu tun, wenn Sie Ihre Besucher bitten, innerhalb Ihrer Wohnung nicht zu rauchen. maridadi@t-online.de

DIGITALE WELT

Wie kann ich von überall auf meine CD zugreifen?

Ärgerlich: Die gerade benötigte CD ist zerkratzt, nicht auffindbar oder einfach nicht im Gepäck. Abhilfe schafft das Programm „Daemon-Tools“, das dem Betriebssystem bis zu vier weitere CD/DVD-Laufwerke vorgaukelt.

Die mit jedem üblichen Brennprogramm erstellten CD-Abbilder (Imagedateien) speichern Sie auf der Festplatte des PC. Nach Installation der Daemon-Tools können Sie diese ganz einfach in das virtuelle Laufwerk „einlegen“ und darauf zugreifen wie auf jeden realen Silberling.

Der Zugriff auf die virtuelle CD ist viel schneller, das liegt an der höheren Festplattengeschwindigkeit. Natürlich benötigen Sie ausreichend Festplattenplatz, eine Windows XP



Stefan Sacco, Technischer Support, MTS Group AG, Braunschweig

Imagedatei benötigt rund 500 Megabyte Festplattenplatz.

Selbst mit den gängigsten Kopierschutzmechanismen kann der kleine Helfer gut umgehen. Vergessen Sie nicht, sich die Übersetzungsdatei ins Deutsche herunter zu laden. Programm und Übersetzung bekommen Sie kostenlos unter www.daemon-tools.cc