

Kuschelig warm auf Knopfdruck

Heizdecken spenden Behaglichkeit und können dabei helfen, Energie zu sparen. Fünf aktuelle Modelle im Test

Horst Schröder

Berlin. Preisbremsen hin oder her: Die diesjährige Heizsaison kann teuer werden. Um daheim auf dem Sofa oder im Homeoffice nicht ständig darüber nachdenken zu müssen, gibt es ein probates Hilfsmittel, das sich über Beine, Bauch oder Rücken ziehen lässt: Heizdecken! Sie sind im Idealfall kuschelig, wärmen angenehm und können dabei helfen, Energie zu sparen. Welche Decke sich dafür gut eignet, klärt IMTEST, das Verbrauchermagazin der FUNKE Mediengruppe.

So funktionieren Heizdecken

Die Bezeichnung Heizdecke ist etwas missverständlich. Genau genommen geben die mit Netzstrom oder Akku betriebenen Decken Wärme von bis zu 50 Grad Celsius und keine Hitze ab. Im Gegensatz zu einer herkömmlichen Decke stecken in ihnen Heizdrähte, durch die Strom fließt, der in Wärme umgewandelt wird.

Alle Decken im Test besitzen einen integrierten Überspannungsschutz. Dieser sichert die Heizdecke gegen eine Überhitzung ab und schaltet sie im Notfall aus. Apropos: Alle Wärmendecken mit Ausnahme der Big Hug von Stooov bieten unabhängig vom Notfallszenario eine automatische Abschaltautomatik – die etwa nach 180 Minuten wie bei den Decken von Beurer oder Medisana die Stromzufuhr zur Decke unterbindet. Noch besser macht es Bedsure: Hier lässt sich ein Abschaltzeitraum zwischen 60 Minuten und zehn Stunden einstellen.

Wärmendecken für die Gesundheit

Menschen, die unter Rheuma, Arthrose oder anderen chronischen Schmerzen leiden, können von der Wärme einer Heizdecke durchaus profitieren. Hintergrund: Wärme regt den Stoffwechsel an und ist für die Blutzirkulation förderlich. Durch die Wärme lassen sich Schmerzen häufig reduzieren oder zumindest erträglicher machen. Aber auch zum raschen Aufwärmen für kühle Beine, Rücken, Bauch oder Schultern eignen sich die Decken gut.

Im Test erwärmte sich etwa die Stooov-Decke innerhalb von nur 23 Sekunden auf angenehme 30 Grad. Besonders lang benötigte die Decke von Beurer, bis sie nach dem Einschalten diese Temperatur erreicht hatte. Eine Minute und 15 Sekunden standen auf der IMTEST-Stoppuhr, nachdem die Wärmebildpistole die 30-Grad-Marke erreicht hatte. Ebenfalls ge-



Schön eingekuschelt in eine gemütliche Wärmendecke – da kann man die Heizung etwas runterdrehen.

ISTOCK

messen hat IMTEST die maximale Oberflächentemperatur der Decken – in einem Raum bei 22 Grad Umgebungstemperatur. Mit 48 Grad Celsius wurde die Big Hug im Test am wärmsten, die Beurer kam hingegen bei voller Erwärmung auf nur 36 Grad.

Das kostet die Kuschelwärme

Bei der Nutzung entstehen Kosten, schließlich werden die Decken mit Strom betrieben. IMTEST hat hochgerechnet, was der Betrieb einer Decke unter Vollast aufs Jahr gesehen kosten würde. Bei

einem Betrieb von vier Stunden pro Tag und einem durchschnittlichen Preis von 37 Cent pro Kilowattstunde belastet die Stooov-Decke des Strombudget mit 7,13 Euro. Mit 66,98 Euro liegen die Kosten bei der Medisana-Decke ungleich höher.

Einwickeln oder draufsetzen

Vier der fünf Decken aus dem Test bieten Abmessungen von 180 mal 130 Zentimeter (cm). Sie eignen sich also gut zum Einkuscheln. Nur die Decke von Stooov mit ihren Abmessungen von 40 mal 110 cm ist nicht zum Darunterliegen gedacht. Plat-

ziert auf einem Stuhl (Lehne und Sitzfläche) macht sie sich aber als Rücken- und Powärmer richtig gut – vor allem, weil sie dabei die Wärme gleichmäßig verteilt. Zudem lässt sie sich dank Akku-Versorgung an jedem Ort nutzen. Trotz teils langer mit der Decke verbundener Stromkabel – 425 cm sind es etwa bei der Bedsure – muss sich für den Betrieb der übrigen Kandidaten immer ein Netzanschluss zumindest in der Nähe befinden. Dann aber steht dem Einkuscheln in die Decke nichts mehr entgegen. Einzig die teils deutlich fühlbaren Heizdrähte, etwa bei der Medi-

sana-Decke, oder das etwas unangenehme Material (Bedsure und Klarstein) können das wohlige Empfinden trüben.

Fazit

Alle Decken aus dem Test liefern an kalten Tagen angenehme Wärme, die helfen kann, die Heizung etwas runtergeregelt zu lassen. Der Testsieger von Stooov wärmt schnell und gleichmäßig Rücken und Po. Praktisch: Die günstige Decke von Bedsure ermöglicht sechs verschiedene Temperatureinstellungen.

Ab 2023: Neues Verfahren bei der Krankmeldung

Krankenschein auf Papier muss Arbeitgeber nicht mehr vorlegt werden

Berlin. Arbeitgeber erhalten ab Januar 2023 die Daten zur Arbeitsunfähigkeit ihrer Angestellten von den Krankenkassen nur noch elektronisch. eAU-Verfahren heißt das Ganze – „e“ für „elektronisch“, „AU“ für „Arbeitsunfähigkeit“.

Bislang waren Arbeitnehmerinnen und Arbeitnehmer verpflichtet, ihrem Arbeitgeber spätestens ab dem vierten Tag einer Arbeitsunfähigkeit eine AU-Bescheinigung ihres Arztes vorzulegen. Umgangssprachlich ist auch oft vom gelben Schein oder einer Krankschreibung die Rede. Neu ist nun: „Die Verpflichtung zur Vorlage der Bescheinigung in Papierform fällt ab dem 1. Januar weg“, sagt Alexander Bredereck, Fachanwalt für Arbeitsrecht. Das gilt zumindest für gesetzlich Versicherte, nicht aber für Privatversicherte. Beim eAU-Verfahren übermitteln Praxen noch am Tag des Arztbesuches die Bescheinigung elektronisch an die Krankenkasse. Die stellen künftig die Daten dem Arbeitgeber zur Verfügung.

Wichtig zu wissen: Privatärzte, Ärzte im Ausland, Rehaeinrichtungen und Physiotherapeuten sind an dem Verfahren noch nicht beteiligt. Für ihre eigenen Unterlagen erhalten Beschäftigte auch weiterhin wie gewohnt eine Version auf Papier. Sie bleibt wichtig für den Fall, dass der Arbeitgeber die Arbeitsunfähigkeit anzweifelt, sagt Bredereck. *dpa*



Wichtig nur noch für die eigenen Unterlagen: Krankenschein auf Papier. *DPA*

Affenpocken heißen ab sofort Mpox

Genf. Die Krankheit Affenpocken (engl. Monkeypox) erhält einen neuen Namen: Die Weltgesundheitsorganisation (WHO) benutzt für sie ab sofort die Bezeichnung Mpox, wie sie am Montag in Genf mitteilte. Ein Jahr würden beide Namen nebeneinanderstehen, bevor nur noch Mpox verwendet werde. Auch das Virus selbst soll eine neue Bezeichnung bekommen. Dafür ist ein unabhängiger Expertenrat zuständig, der noch keine Entscheidung getroffen hat. Schon im August waren für die beiden Virusuntergruppen, die nach afrikanischen Regionen benannt waren, die Bezeichnungen Untergruppe I und Untergruppe II eingeführt worden. Die Krankheit hieß nur deshalb Affenpocken, weil sie 1958 erstmals in Affen entdeckt wurde. *dpa*

1. Platz

IMTEST TEST-OF-SIEGER

Big Hug – Stooov
Preis: 129,95 Euro.
Anders als die größeren Decken aus dem Test nicht zum Einkuscheln, dafür aber für Stuhlrücklehnen und -sitzfläche geeignet.

+ Lässt sich dank ihres Akkus unabhängig von einer Steckdose nutzen.

- Während des Ladevorgangs nur auf niedriger Heizstufe verwendbar.

IMTEST ERGEBNIS: gut (2,3)

2. Platz

IMTEST PREIS-LEISTUNG-SIEGER

Electric Blanket – Bedsure
Preis: 49,99 Euro.
Der Mix aus Fleecestoff und Sherpa fühlt sich etwas unangenehm an. Das lange Stromkabel an der Decke ist zudem etwas störend.

+ Decke bietet sechs unterschiedliche Stufen zur Wärmeregulierung.

- Es dauert etwas zu lange, bis Decke auf 30 Grad geheizt ist (58 Sekunden).

IMTEST ERGEBNIS: gut (2,7)

3. Platz

Dr. Watson XL – Klarstein
Preis: 69,99 Euro.
Die 180 mal 130 cm große Decke lässt sich sehr gut über Bauch, Beine und unterer Rückenpartie platzieren.

+ Wärmt recht schnell auf 30 Grad Oberflächentemperatur (37 Sekunden).

- Der Schalter für die Wärmeregulierung ist etwas wackelig gefertigt.

IMTEST ERGEBNIS: befriedigend (2,8)

4. Platz

Heizdecke HDW – Medisana
Preis: 69,99 Euro.
Während die anderen Kandidaten sich mindestens bei 30 Grad mit der Maschine waschen lassen, ist sie nur für Handwäsche geeignet.

+ Mit automatischer Abschaltung nach 180 Minuten.

- Verursacht aufs Jahr gerechnet im Schnitt die höchsten Stromkosten.

IMTEST ERGEBNIS: befriedigend (2,9)

5. Platz

HD 75 Nordic Taupe – Beurer
Preis: 79,99 Euro.
Mit zwei Kilogramm Gewicht eher eine schwere Heizdecke. Zudem erreicht sie nur eine zu geringe Oberflächentemperatur von 36 Grad.

+ Insgesamt beste Beschaffenheit des Oberflächenmaterials.

- Hat ein etwas kurzes Stromkabel (200 Zentimeter).

IMTEST ERGEBNIS: befriedigend (3,0)

Ethikrat: Junge Menschen in Krisen besser schützen

Berlin. Der Deutsche Ethikrat fordert als Lehre aus schweren Belastungen in der Corona-Pandemie ein deutlich größeres Augenmerk auf die Belange junger Menschen in gesellschaftlichen Krisen. Die Vorsitzende Alena Buyx sagte am Montag in Berlin, es sollte eine Regel sein, sich zu fragen: „Wie schützen wir die jungen Generationen, und wie können wir dafür sorgen, dass wir ihnen nicht zu viel aufbürden.“ Dies betreffe angesichts sich „stapelnder“ Krisen mit dem Ukraine-Krieg, Inflation und Klimaveränderung nicht allein die Gesundheitspolitik.

Nicht nur Dank und Respekt, sondern konkretes Handeln
Buyx erläuterte, jüngere Generationen seien inzwischen Minderheiten in der Gesellschaft geworden. Dies führe zu der Gefahr, dass sie bei der Krisenbewältigung ins Hintertreffen geraten. „Das darf nicht passieren“, so Buyx. Konkret könne dies beispielsweise auch Vorhaben des Wirt-

schafts- oder Umweltministeriums betreffen. Mit Blick auf die Solidarität junger Menschen in der Corona-Krise sagte Buyx: „Wir schulden als Gesellschaft Kindern, Jugendlichen und jungen Erwachsenen nicht nur Dank und Respekt, sondern konkretes Handeln.“ Der Ethikrat als beratendes Gremium der Bundesregierung fordert in seiner Empfehlung unter anderem einen flächendeckenden Ausbau psychologischer und anderer Hilfsangebote. Nicht zuletzt müsse mehr mit den Jüngeren gesprochen werden.

Buyx wies erneut darauf hin, es sei nicht ausreichend gewürdigt worden, welchen Belastungen junge Menschen seit Frühjahr 2020 ausgesetzt gewesen seien – durch die Pandemie als existenzielle Erfahrung einer langen, bedrohlichen Krise an sich, aber auch durch Maßnahmen zu deren Eindämmung. Jüngere, die dadurch selbst in Notlagen gerieten, hätten nicht zuverlässig die erforderliche Beachtung und Unterstützung erhalten. *dpa*

500. Orang-Utan auf Borneo ausgewildert

Naturschützern zufolge besteht eine realistische Chance, die vom Aussterben bedrohte Art zu erhalten

Palangka Raya. Meilenstein im Kampf um das Überleben der letzten Orang-Utans auf Borneo: Im Regenwald der riesigen Insel hat die Organisation Borneo Orangutan Survival (BOS) vor einigen Tagen den 500. Menschenaffen ausgewildert. Für Ben (12) beginnt damit nach einem schwierigen Start ins Leben und jahrelanger Waldschule ein Leben in Freiheit. Mit ihm zusammen wurden Lima (13) und Gonzales (12) ausgewildert. Die drei Halbstarke tullen nun durch den Nationalpark Bukit Baka Bukit Raya in Zentralkalimantan, dem indonesischen Teil von Borneo.

Lima und Gonzales waren von klein auf in Gefangenschaft gehalten und im Jahr 2010 beziehungsweise 2012 von BOS und den örtlichen Naturschutzbehörden gerettet worden. Nach vielen Jahren in der Waldschule absolvierten sie und Ben, der im BOS-Rehabilitationszentrum Nyaru Menteng geboren wurde, die letzte Rehabilitationsphase mit Bravour. Vor allem

Ben hat sich vom schüchternen kleinen Jungen zu einem selbstständigen und unabhängigen Jugendlichen entwickelt.

„Wir dürfen nicht vergessen, dass dieser feierliche Moment nur ein Meilenstein und noch keine abgeschlossene Mission ist“, sagte BOS-Geschäftsführer Jamartin Sihite. „Es gibt immer noch Hunderte von

Orang-Utans auf Vorauswilderungsinselfen, in der Waldschule und auch hinter Käfiggittern, die alle auf die gleiche Chance warten.“

Häufig werden Orang-Utans vom Säuglingsalter an unter teils furchtbaren Bedingungen als Haustiere gehalten oder für Shows in südostasiatischen Vergnügungs-

parks missbraucht. Nach ihrer Rettung müssen sie erst mühsam lernen, wie sie auf Bäume klettern, selbst Nahrung finden oder ein Schlafnest bauen. Jede Auswilderung sei der Höhepunkt einer jahrelangen Reise von der Rettung über die Ausbildung bis zu dem Moment, in dem die Tiere mit Jeeps und Booten in den Dschungel gebracht werden könnten, sagte Sihite.

Daniel Merdes, Geschäftsführer von BOS Deutschland, bezeichnete die 500. Auswilderung als „realistische Großchance“, eine vom Aussterben bedrohte Art doch noch zu erhalten. Dies beweise, „dass wir Menschen können, wenn wir nur wollen“.

„Orang-Utan“, das bedeutet „Mann des Waldes“. Die rotbraunen Affen leben heute nur noch auf den Inseln Borneo und Sumatra. Palmölplantagen, Wilderei und Waldbrände setzen dem Bestand schwer zu. Schätzungen zufolge könnten Orang-Utans in freier Natur in wenigen Jahrzehnten ausgestorben sein. *dpa*



Auf dem Weg in den Dschungel: Orang-Utan Ben kurz nach der Auswilderung im Bukit-Baka-Bukit-Nationalpark in Zentralkalimantan. *BOS FOUNDATION/DPA*