

**Das nächste Kapitel
der weltweit einzigen
Erfolgsgeschichte, die
mit dem Darm anfang.**

Organisch gesehen.



ullstein

So erfolgreich wie der Darm selbst.

»Darm mit Charme« ist einer der größten Publikumserfolge des vergangenen Jahrzehnts. Es verkaufte sich über drei Millionen Mal im deutschsprachigen Raum, damit insgesamt über acht Millionen Mal weltweit, und steht bis heute auf der Bestsellerliste.

Giulia Enders entwickelte darin eine neue, leichtfüßige – und seitdem vielfach kopierte – Art der populären Wissensvermittlung. Ein hochkomplexes Verdauungsorgan, über das sich niemand zu reden traute, wurde so zum faszinierenden und vergnüglichen Gesprächsstoff.



© Julia Sellman

»Sie hat medizinisches Wissen, das sonst nur Eingeweihten bekannt wird, für die breite Bevölkerung didaktisch exzellent aufbereitet.«

Frankfurter Allgemeine Zeitung

»Ein sehr lustiges, lässiges, lehrreiches Buch.«

taz

»Ihre erfrischende Art und ihre lockere Sprache bewirken vermutlich mehr als so mancher belehrende Medizinbeitrag.«

Bild der Wissenschaft

**Internationaler
#1-Bestseller**



**Weltweit
8 Mio.
verkaufte
Exemplare**

**In über
40 Sprachen
erschienen**

Ihr letztes Buch ging um die Welt. Ihr neues geht um Sie.

Stellen Sie sich vor, Sie könnten eine Reise zu den Quellen des Lebens unternehmen, dorthin, wo die Arbeit verrichtet wird, die uns bewegt und versorgt und schützt und heilt. An einen Ort, wo Schwäche zu Stärke wird, wo Abhängigkeit Gutes bewirkt und wo aus Katastrophen Leben entsteht.

Stellen Sie sich vor, dieser Ort würde in uns selbst liegen.

Stellen Sie sich vor, Sie kehren von dieser Reise nicht nur voller Verwunderung und angereichert mit schier unglaublichen Geschichten zurück, sondern würden die Welt um Sie herum auch mit neuen Augen sehen.

Giulia Enders' neues Buch beantwortet Fragen, die sich dem Körper stellen. Und es stellt sich heraus: Es sind dieselben Fragen, die sich uns allen stellen.

Die Lunge und die Luft

Wir bekommen 17.000-mal am Tag, was wir brauchen. Atmen ist unser wichtigstes Bedürfnis. Eine Minute ohne Atemzug – und unser Verlangen wird größer als Durst nach stundenlangem Wandern. Selbst wer enorm ausgetrocknet Wasser erreicht, würde das Trinken vorzeitig unterbrechen, um Luft zu holen. In der Hierarchie des Körpers steht Atmen an erster Stelle.

Das Organ, das uns diese zentrale Fähigkeit vermittelt, ist auf den ersten Blick nicht besonders eindrucksvoll. Lungen sind weder robust noch stark oder selbstständig. Ohne die Hilfe von anderen Körperteilen (wie den Rippen), schrumpeln sie, die sonst den Brustkorb ausfüllen, sofort auf die Größe einer Faust und sehen nur noch aus wie zwei zu oft benutzte Spülschwämme. Auch im entfalteten, groß aufgepusteten Zustand wirken sie nicht gerade einschüchternd: Drückt jemand provokant mit einem Finger in sie hinein, knistert es einfach nur leise, das Gewebe gibt widerstandslos nach und erinnert dabei an verschwindenden Badewannenschaum. Wer hinter dem wichtigsten menschlichen Bedürfnis ein außergewöhnlich imposantes Organ erwartet hätte, liegt falsch.

Lungen sind weich. Sie passen sich permanent ihrem Umfeld an. Im Normalzustand finden sich daher auf ihrer Oberfläche Abdrücke der Rippen, des Herzens und der Speiseröhre. Auch die großen Atembewegungen initiieren sie nicht selbst, sondern sie folgen den Muskeln des Brustkorbs und des Zwerchfells, die sie hin- und herbewegen. In ihrer unbestreitbaren Passivität und Verformbarkeit besitzen die Lungen jedoch eine der wirkungsvollsten Eigenschaften, die es auf unserem Planeten gibt: die stille Kraft des Weichen.

Während ihrer Entwicklung wurde die Lunge immer zarter und empfänglicher für das, was wir brauchen, und schützte uns gleichzeitig noch besser vor Ungewolltem. Mittlerweile ist ihre Architektur fast perfekt. Einzig und allein ein Fehler wird ihr immer wieder vorgeworfen: die etwas hastige Anlage direkt an der Speiseröhre. Durch sie verschlucken wir uns immer wieder und husten Getränke auf.

Wer die Entwicklungsgeschichte der Lunge kennt, muss ihr solche Schwachstellen allerdings verzeihen. Sie entstand in Fischen, deren umliegendes Wasser zu sauerstoffarm wurde. Um nicht zu ersticken, suchten sie an der Wasseroberfläche nach Sauerstoff, so die These. Indem diese Fische immer bessere »Luft-Säcke« ausbildeten, konnten sie überleben.

Die Entstehung der Lunge markiert ein verblüffendes Ereignis. Sich als Wasserwesen auf ein völlig fremdes Element einzulassen, ist ein drastischer Schritt. Dafür ein komplett neues Organ zu bilden, ist eine enorme Leistung. So etwas überhaupt geschafft zu haben, kommt in der Evolution selten vor und lief (trotz gewisser Verschluck-Probleme) ziemlich erfolgreich. Zusammengenommen sind Lungen und Atemwege ein einziger großer Beweis dafür, zu was wir Lebewesen fähig sind, wenn wir etwas wollen und wenn uns etwas fehlt.

Die zwei wichtigsten Eigenschaften moderner Säugetiere basieren auf dem Atem: Für ihn gingen wir an Land, statt weiter im Meer zu leben, und immer tiefer werdende Atembewegungen ermöglichten uns schließlich ein aufwendigeres Gehirn, das wesentlich mehr Sauerstoff verbrauchte.

Während unser Gehirn den Impuls zum Atmen gibt und die Muskeln für das Lufteinholen arbeiten, bilden die Lungen das dritte – sonst fehlende Glied: Sie sind das, was in der Leistungsgesellschaft gerne übersehen wird, wenn wir aufzählen, was getan werden muss, um etwas zu erreichen. Wollen wir unseren Bedürfnissen gerecht werden, braucht es nicht nur Ehrgeiz und Fleiß, sondern auch das feinfühlige Eingehen und Verstehen.

Atmen, genauso wie Trinken, Verdauen, Schlafen – das sind die Hausfrauentätigkeiten des Menschseins. Historisch abgewertet und leichtfertig übergangen, sind sie jedoch nicht nur cleverer als lange vermutet, sondern formen auch das Leben stärker, als wir es ihnen bisher zugestanden haben.

Unsere Lungen zeigen damit auch: Was wir brauchen, verändert uns. Das ist ein wesentlicher Unterschied zu Maschinen. Unsere Bedürfnisse sind keine Benzintanks, die gefüllt werden müssen, damit wir funktionieren.

Was wir wollen und wie wir es erreichen, bestimmt, wer wir werden. Wir Lebewesen formen uns durch unsere Bedürfnisse voran. Jetzt und 16.999 weitere Male am Tag.



Organisch in Ihrer Buchhandlung

Wendeplakat
A1, A2, A3
oder A4



Das neue Buch von der, die 8 Millionen Köpfe über den Darm erreicht hat.



Roll-up



80er-Aufsteller



50er-Aufsteller



20er-Aufsteller



Papiertaschen

Schaufensterbeklebung



**Banderole und
Aufkleber A4**

Exklusiver
Content für
Ihre digitalen
Kanäle

**Deko
LED-
Aufsteller**

**LED-
Leuchtkugel**

Sitzsack



Die größte Marketingkampagne des Jahres. Organisch gesehen.

LED- und Infoscreens, Riesenposter und Großflächenplakate deutschlandweit

Das neue Buch von der, die 8 Millionen Köpfe über den Darm erreicht hat.



Große Presseresonanz und Talkshow-auftritte garantiert

Exklusive Aktionen in Shoppingmalls

Große Buchpremiere

Das neue Buch von der, die 8 Millionen Köpfe über den Darm erreicht hat.



Große digitale Kampagne

  TikTok

Lesungen

Anzeigen in Zeitschriften und Magazinen

Brigitte DIE ZEIT
emotion
DONNA Women'sHealth

Gewinnspiele, Giveaways und Kooperationen mit Markenunternehmen



Nach dem Millionenbestseller *Darm mit Charme* das neue Buch von Giulia Enders



In einer Welt, die immer lauter und komplexer wird, hilft manchmal der Blick nach innen: der Blick auf unseren Körper. Seit Jahrtausenden wird er vor Probleme gestellt und löst sie auf seine eigene Art. Was können wir von ihm lernen?

In ihrem Buch unternimmt Giulia Enders abermals etwas ganz Neues. Sie lädt uns ein auf eine Entdeckungsreise durch unseren Körper und fragt: Kann der Körper uns neue Perspektiven auf das Leben an sich eröffnen? Die Antworten, die unser Körper liefert, sind faszinierend. Und er verändert so auch unseren Blick auf das Leben an sich.

Am Anfang steht das Staunen, am Ende ein neuer Blick auf uns selbst: Mit neuesten wissenschaftlichen Erkenntnissen und ihrem unnachahmlichen Talent, komplexe Zusammenhänge plastisch auf den Punkt zu bringen, weckt Giulia Enders in uns eine tiefe Liebe zu dem, was uns so nah und doch so fern ist. *Organisch* definiert neu, was es wirklich bedeutet, auf den Körper zu hören.

GIULIA ENDERS ist Ärztin und Autorin. 2014 veröffentlichte sie den Bestseller *Darm mit Charme*. Sie forschte in der Mikrobiologie, arbeitete als Ärztin und engagiert sich für die verständliche Vermittlung wissenschaftlicher Themen.

JILL ENDERS ist Kommunikationsdesignerin und spezialisiert auf die Vermittlung von Wissenschaft. Sie gestaltet Bücher, Ausstellungen und Veranstaltungskonzepte, darunter die Illustrationen für *Darm mit Charme* sowie die Konzeption der Ausstellung *Microbiote* in Paris.

Erscheint mit
festem EVT am
28.08.2025



Illustriert
von
Jill Enders



Giulia Enders • Organisch
Ungekürzte Autorenlesung
6 CDs
ca. € 25,00 (DE) | € 25,70 (AT)
ISBN 978-3-95713-334-2

 **Erscheint zeitgleich
bei Hörbuch Hamburg.**

Giulia Enders • Organisch
352 Seiten
Hardcover mit Schutzumschlag
24,99 € (D) | 25,70 € (A)
Erscheint am 28.08.2025
ISBN/GTIN 978-3-550-20177-6

**Mindestbestellmenge
zehn Exemplare**



**Garantiert
ein Bestseller.
Organisch
gesehen.**



ullsteinbuchverlage Friedrichstraße 126 | 10117 Berlin | Tel. (030) 23456-300 | Fax (030) 23456-303 | www.ullstein.de

© Illustrationen: Jill Enders