

Hatschi!

Das Leiden ist groß, sobald wir erkältet sind. Linderung verspricht das Wissen darum, dass fast alle gängigen Symptome wie Halsschmerzen, verrotzte Nase oder Fieber einen tieferen Sinn haben

Druck hinter der Stirn

Das Problem sind die Nasennebenhöhlen. Ja, sie verringern das Gewicht des Schädels, weil sie Knochenmaterial einsparen. Und sie befeuchten die Atemluft, was gut ist. Aber das hat eben seinen Preis: Durch die Verbindung zu den Atemwegen können leicht Keime eindringen – und in den Hohlräumen Entzündungen hervorrufen

So viel Rotz

Eine Schniefnase ist keine Schikane des Körpers, sondern eine Art Befreiungsakt: Mit einem Strom von Flüssigkeit versucht er Eindringlinge – bei einer Erkältung meist Viren – regelrecht nach draußen zu fluten. Verantwortlich für die Produktion des Schleims sind vor allem die sogenannten Becherzellen. Ganz nebenbei befeuchtet der Schleim übrigens auch die Atemluft

Schmerzen im Rachen

Die Mandeln, auch Tonsillen genannt, sind eines der ersten Abwehrbollwerke gegen Keime. Sie sitzen an verschiedenen Orten im Hals, etwa im Rachen oder am Gaumen, und sind stark zerklüftet. Dadurch vergrößert sich ihre Oberfläche – allein die der Gaumenmandel auf nahezu 300 Quadratzentimeter. Und damit steigt die Chancen, dass sich dort Keime verfangen und bekämpft werden können – aber auch das Risiko, dass sich die Mandeln entzünden und schmerzen

Kratzen im Hals

Wie eine Wiese im Wind muss man sich die Flimmerepithelzellen mit ihren Härchen vorstellen – wobei die Härchen selbstständige und koordinierte Bewegungen Richtung Mund vollführen. Wie auf einem Förderband werden anfallender Schleim, kleine Fremdkörper und Keime nach außen befördert. Bei all der Arbeit kann es natürlich auch mal zu einer Entzündung kommen – und damit zu Halsschmerzen

Fieses Fieber

Oft ist es die erhöhte Körpertemperatur, die einen bei einer Erkältung so richtig schlapp macht. (Von »Fieber« spricht man übrigens erst ab einer Temperatur von 38 bis 38,5 Grad.) Aber auch wenn man es in diesen Momenten nicht hören mag: Die Hitze hilft, die Keime loszuwerden. Denn bei Wärme sind Zellen aktiver – auch jene der Körperabwehr. Dass erhöhte Temperaturen das Immunsystem mobilisieren, sollte bedenken, wer mit Medikamenten die Temperatur senken möchte. Was aber gut ist: viel zu trinken

Blöder Husten

Eine größere Schleimansammlung schafft größere Probleme – und die werden mit einer größeren Anstrengung gelöst. Ein Huster aktiviert zahlreiche Muskeln im Hals-Brust-Bereich, um nach Öffnung der Stimmritze einen möglichst starken, explosionsartigen Luftstrom zu schaffen, der den Schleim (und damit das Problem) wirkungsvoll nach draußen befördert



ZUM RAUSTRENNEN

N°
400

Die Themen der letzten Grafiken:

399

Elektronik

398

Monde

397

Sprachkritik

Illustration:
Stefan Mosebach

Recherche:
Christian Heinrich,
Jan Schweitzer

Quellen:
Bundeszentrale für
gesundheitliche
Aufklärung,
Doccheck.com,
Wikipedia,
Thomas Lenarz
und Hans-Georg
Boenninghaus:
Hals-Nasen-Ohren-
Heilkunde,
Springer Verlag