

Der Heißhunger

Schokolade, Saure Gurken oder Käse – Heißhunger kann man auf alles haben. Besonders Schwangere können sich ihm schwer widersetzen.

Plötzlich ist er da: der Appetit auf Lakritze. Er ist riesengroß und man will unbedingt eine große Tüte Lakritze auf einmal essen. Mancher verspürt dagegen einen plötzlichen Hunger auf Hamburger, Schokolade oder Käse. Heißhunger kann man auf alles Essbare haben. Eigentlich ist man dann nicht wirklich hungrig, weil der Magen knurrt. Der Heißhunger ist eher eine Steigerung von Appetit. Wer Heißhunger hat, will unbedingt eine bestimmte Sache essen. Er ist umgangssprachlich gesprochen „heiß darauf“, sie zu essen. Viele Schwangere haben richtige Heißhungerattacken, die oft allerdings ungewöhnlich sind. Dann wollen sie zum Beispiel um vier Uhr morgens eine große Packung Schokokuchen mit Sauren Gurken essen. Der Vorteil bei Schwangeren ist: Die meisten Menschen haben Verständnis für die Heißhungerattacken – besonders natürlich werdende Väter. Die schwingen sich dann aufs Fahrrad und radeln 20 Kilometer zur nächsten Tankstelle, nur damit die Liebste das bekommt, worauf sie gerade Heißhunger hat.

Autorin: Hanna Grimm