

## Muskelkater

**Ob im Fitnessstudio oder in der Kneipe – wer es an diesen Orten übertreibt, bekommt am nächsten Tag einen Kater. Und damit ist nicht das Haustier gemeint.**

Wer Muskelkater hat, hat nicht etwa ein besonders starkes Haustier. Männliche Katzen werden zwar Kater genannt, aber der Muskelkater hat nichts mit dem Tier zu tun. "Kater" kommt von dem griechischen Wort "Katarrh", was soviel wie Entzündung oder Schmerz bedeutet. Einen Kater spürt man nach einer Nacht mit übermäßigem Alkoholgenuss – da schmerzt beim Aufwachen der Kopf! Aber auch die Muskeln können wehtun, zum Beispiel, wenn es ein eher unsportlicher Mensch übertreibt und 50 Liegestütze auf einmal macht. Dann spürt er am nächsten Tag bei jeder Bewegung ein Ziehen in den Armen. Dann hat er Muskelkater.

*Autorin: Hanna Grimm*