

Der Schluckauf

Ein Schluckauf ist nicht angenehm, in manchen Situationen sogar peinlich. Man kann ihn aber schnell wieder loswerden.

Egal, ob man ein Wort der Woche spricht oder im Gespräch mit jemandem ist: Beim Sprechen plötzlich ... hicks ... einen ... hicks Schluckauf zu bekommen, ist nicht angenehm. Wenn es einmal so weit ist, hilft nicht mehr viel. Wer Schluckauf hat, unterbricht sich selbst ständig und regelmäßig mit einem „Hicks“. Manche Menschen können ganz leise hicksen, andere haben laut Schluckauf. Bei jedem „Hicks“ bebt der ganze Körper. Schluckauf entsteht, wenn das Einatmen durch den plötzlichen Verschluss der Stimmlippen unterbrochen wird. Auch wer beispielsweise schnell isst und dabei gleichzeitig viel Luft einatmet, kann einen Schluckauf kriegen. Weshalb Menschen Schluckauf haben, ist biologisch nicht geklärt. Aber es gibt etliche Tipps, wie man ihn wieder loswird: drei Mal trocken schlucken, die Luft ganz lange anhalten, sich die Nase zuhalten und ein Glas Wasser trinken, Käse essen, viel Wasser trinken ... Wenn die eine Methode nicht funktioniert, kann man ja mal eine andere ausprobieren.

Autorin: Hanna Grimm