## die Erkältung (w.), die Erkältungen

„Hatschi!“, Erika muss niesen und sucht hastig ihre Taschentücher.“Gesundheit!“, ruft ihre Mutter ihr von der Zimmertür aus zu.

Gut, dass noch Taschentücher auf ihrem Nachttisch liegen, denn Erika ist bereits seit ein paar Tagen erkältet und hat schon einige aufgebraucht. „Dieser lästige Schnupfen und diese starken Halsschmerzen lassen aber auch nicht nach! Dabei nehme ich schon seit mehreren Tagen Hustensaft ein und trinke oft warmen Tee. Auch meinen warmen Schal trage ich die ganze Zeit um meinen Hals und Mama hat mir doch auch schon ein paar Mal Erkältungssalbe auf meine Brust geschmiert. Rücken- und starke Kopfschmerzen habe ich auch noch dazu! Diese Erkältungskapseln aus der **Apotheke** helfen einfach nicht!“, ärgert sich Erika während sie sich ihre Nase putzt.

„Das sind nun mal typische Erkältungsbeschwerden, Erika. Du musst geduldiger sein und dich ausruhen!“, erklärt ihre Mutter. „Wenn du möchtest, lasse ich Wasser in die Badewanne ein, dann kannst du gleich ein Erkältungsbad nehmen, du hast ja auch kein Fieber, dann geht das. Wenn du dich aber nicht besser fühlen und du doch Fieber bekommen solltest, müssen wir zum Arzt gehen.“.

„Ich nehme gerne ein Erkältungsbad. Danke! Aber zum **Arzt** gehen will ich nicht.“, antwortet Erika, „ schließlich machen wir gerade in der Schule diese spannende Projektarbeit und ich will nicht fehlen!“. „Das verstehe ich! Es bringt aber nichts, wenn du dich schlechter fühlst und deine Erkältung schlimmer wird. Du willst deine Mitschüler ja auch nicht anstecken!“, warnt ihre Mutter.

„Ich hab mich bestimmt bei Erich angesteckt, Mama! Der war schon vorletzte Woche krank!“, ärgert sich Erika.

„Das könnte sein!“, sagt ihre Mutter, „draußen ist es aber auch kalt und du hast schon oft nur deine dünne Jacke angezogen. So hast du dir diese Erkältung eingefangen! Du solltest auch mehr Obst essen, um deine Abwehrkräfte zu stärken. Dann ist dein Körper beim nächsten Mal vielleicht besser abgehärtet und du erkältest dich in Zukunft nicht mehr so schnell, aber natürlich gehört auch eine dickere Jacke dazu, wenn es kalt ist.“.

„Ja, da hast du Recht.“, antwortet Erika. „Siehst du!“, sagt ihre Mutter, „jetzt nimmst du erst mal das Erkältungsbad und ruhst dich aus. Gute Besserung!“



*Bildunterschrift: Erika ist erkältet und muss sich ausruhen.[[1]](#footnote-1)*

## Info:

* Wenn eine Person geniest hat, sagt man dem Niesenden „Gesundheit!“, weil das Niesen meistens ein Zeichen für eine Erkältung ist.
* Ist eine Person erkältet oder krank, kann man dem- oder derjenigen, „Gute Besserung!“ wünschen, damit diese Person schnell wieder gesund wird.

## Aufgabe:



1) Welche Heilmittel kennst du noch, die bei einer Erkältung helfen können? Tausche dich mit deinem Nachbarn aus.

[[2]](#footnote-2)

2) Wie sagt man in anderen Sprachen zu einem Niesenden oder einer erkälteten Person, um Gesundheit zu wünschen? Tausche dich mit deinem Nachbarn aus.

* **erkältet sein**
* **sich erkälten**
* **eine Erkältung bekommen/ haben**
* **sich eine Erkältung einfangen (ugs.)**
* **die Erkältungsbeschwerden**
* **Erkältungskapseln**
* **ein Erkältungsbad nehmen**

1. https://pixabay.com/de/junge-frau-m%C3%A4dchen-liegen-ausruhen-2239269/ [Web: 26.06.18]. [↑](#footnote-ref-1)
2. https://pixabay.com/de/chat-diskussion-treffen-gespr%C3%A4ch-23713/ [Web: 26.06.18]. [↑](#footnote-ref-2)