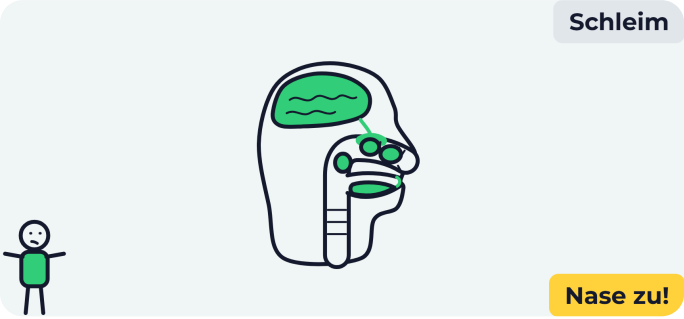
Was passiert bei einer Erkältung im Körper?

Die Nase ist zu



Die Abwehr frisst



Wusstest du?

über 200

verschiedene Viren können einen Schnupfen machen.

bis zu 10

Erkältungen im Jahr sind bei Kindern ganz normal.

1 Woche

dauert eine Erkältung meistens, dann hat der Körper gewonnen.

So geht's

1. **Viren kommen mit Tröpfchen in die Nase.**
2. **Sie machen Kopien von sich.**
3. **Die Nase macht Schleim und spült sie raus.**
4. **Abwehrzellen und Antikörper besiegen sie.**

Schnupfen heißt: Dein Körper wehrt sich.

Kurz gesagt

- Eine Erkältung machen Viren.
- Schleim spült die Viren hinaus.
- Abwehrzellen fressen die Viren.
- Nies in die Armbeuge!

Was passiert bei einer Erkältung im Körper?

Name: _____

1 Probier es aus: Wo landen die Tropfen – mit oder ohne Armbeuge?

SICHER IST SICHER Ganz ungefährlich: In der Flasche ist nur klares Wasser. Sprüh nie in Gesichter oder auf Tiere, und wisch Pfützen danach auf.

DU BRAUCHST

- 1 Sprühflasche mit klarem Wasser
- 2 Blätter Zeitungspapier
- 1 Handtuch
- Stift

SO GEHT'S

1. **Leg ein Blatt Zeitung auf den Boden.**
2. **Halte die Flasche einen Schritt davor und sprüh einmal: Das ist ein Nieser.**
3. **Kreis die nassen Flecken ein.**
4. **Leg das zweite Blatt hin und halte das Handtuch wie eine Armbeuge vor die Flasche.**
5. **Sprüh noch einmal und vergleich die Flecken.**

Auf welchem Blatt sind weniger Flecken – und was heißt das fürs Niesen?

_____

_____

2 Schätz mal! Kreuz an, was du glaubst.

Wie viele verschiedene Schnupfenviren gibt es?

- ☐ **3**
- ☐ **über 200**
- ☐ **genau 1**

Wie viele Erkältungen haben Kinder oft im Jahr?

- ☐ **keine**
- ☐ **100**
- ☐ **6 bis 10**

Wozu macht die Nase Schleim?

- ☐ **Sie spült die Viren raus.**
- ☐ **Sie ist kaputt.**
- ☐ **Sie will schlafen.**

Was passiert bei einer Erkältung im Körper?

3 Mythos oder wahr? Kreuz an.

	STIMMT	STIMMT NICHT
Eine Erkältung machen winzige Viren.	☐	☐
Medizin gegen Bakterien hilft gut gegen Schnupfenviren.	☐	☐
Der Schleim in der Nase ist ein Fehler des Körpers.	☐	☐
Abwehrzellen fressen Viren auf.	☐	☐
In die Armbeuge niesen schützt andere.	☐	☐

Was passiert bei einer Erkältung im Körper?

ZUM NACHSCHAUEN

Beim Sprüh-Versuch zählen deine eigenen Flecken. Bei den Schätzfragen steht dabei, warum.

1 Probier es aus: Wo landen die Tropfen – mit oder ohne Armbeuge?

Auf welchem Blatt sind weniger Flecken – und was heißt das fürs Niesen?

Mit dem Handtuch landen fast keine Tropfen auf dem Papier, es fängt sie auf. So ist es auch mit der Armbeuge: Sie fängt die Tröpfchen mit den Viren auf, und weniger fliegen zu anderen Menschen.

2 Schätz mal! Kreuz an, was du glaubst.

Wie viele verschiedene Schnupfenviren gibt es?

- ☐ 3
- ☒ über 200
- ☐ genau 1

Über 200 – darum kann man sich immer wieder erkälten.

Wie viele Erkältungen haben Kinder oft im Jahr?

- ☐ keine
- ☐ 100
- ☒ 6 bis 10

Sechs bis zehn sind ganz normal – Erwachsene haben meist weniger.

Wozu macht die Nase Schleim?

- ☒ Sie spült die Viren raus.
- ☐ Sie ist kaputt.
- ☐ Sie will schlafen.

Der Schleim spült die Viren hinaus – er gehört zur Abwehr.

Was passiert bei einer Erkältung im Körper?

3 Mythos oder wahr? Kreuz an.

	STIMMT	STIMMT NICHT
Eine Erkältung machen winzige Viren.	X	
Medizin gegen Bakterien hilft gut gegen Schnupfenviren.		X
Der Schleim in der Nase ist ein Fehler des Körpers.		X
Abwehrzellen fressen Viren auf.	X	
In die Armbeuge niesen schützt andere.	X	