

Schnupfennase

Schnäuzen oder laufen lassen

Bei Deutschen verpönt, in China üblich: Das herz hafte Hochziehen von Nasensekret. Nicht die feine Art, aber gesünder als falsches Naseputzen, sagt Dr. Uso Walter. Der Facharzt (www.hnonet-nrw.de) warnt vor kräftigem oder einseitigem Schnäuzen: „Damit gelangt Nasensekret mitsamt der enthaltenen Erreger in die Nasennebenhöhlen oder das Mittelohr und kann dort Entzündungen provozieren.“ Zieht man den Schleim hoch, entsteht dagegen ein Unterdruck in der Nase. Der reinigt die Nebenhöhlen und bewahrt sie vor Infektion. Nach dem Herunterschlucken macht die Magensäure die Erreger unschädlich.

