

Die größten Gesundheitsirrtümer V (Quelle: www.bild.de)

s, ss , oder ß ? Setze ein! Groß- und Kleinschreibung beachten.

Anti-Falten Cremes entfernen Falten:

Stimmt nicht! Ein Wundermittel gegen Falten gibt es nicht, weil jede Hautzelle in ihrem Erbgut das Programm zum Altern trägt.

Sport hilft gegen Muskelkater:

Falsch! Muskelkater entsteht durch feine Faserrisse und heilt durch Ruhe.

Bei einer Vergiftung muss man Erbrechen auslösen:

Falsch! Die Speiseröhre kann verätzen, etwas in die Lunge gelangen. Besser: Ein Arzt pumpst den Magen aus.

Antibiotika verkürzen die Erkältung:

Falsch! Erkältungen werden durch Viren ausgelöst. Antibiotika wirken aber nur gegen Bakterien.

Sonnencremes schützen vor Hautkrebs:

Falsch! Sie mindert nur das Risiko – bei korrekter Anwendung (z. B. etwa 20 Min. vor dem Sonnen cremen).

Schmerzen muss man akzeptieren:

Falsch! Werden Schmerzen nicht behandelt, können sie chronisch (dauerhaft) werden.

Wer mit Absicht schielt, dem bleibt das Auge stehen:

Falsch! Keiner muss damit rechnen, dass das Auge in dieser Position stehen bleibt.

Eine ausgekugelte Schulter kann man selbst einrenken:

Falsch! Wegen der enormen Spannung der Muskulatur geht das nicht allein.

Wie die Nase des Mannes, so sein Johannes:

Falsch! Studien zeigten, dass es keinen Zusammenhang zwischen Nasen- und Penislänge gibt.

Kinderkrankheiten durchzumachen ist besser als impfen:

Falsch! Eine Impfung baut das Immunsystem oft stärker auf als das natürliche Durchleben der Infektion.

Fett ist ungesund:

Falsch! Unser Körper braucht Fett als Energielieferant und um Vitamine aufnehmen zu können.

Zahnweiß macht die Zähne weißer:

Falsch! Die „Putzkörperchen“ darin wirken wie Schmirgelpapier, zerstören auf Dauer den Zahnschmelz.

Durchfall sollte man immer sofort stoppen:

Falsch! Mit dem Durchfall heilt sich der Körper selbst, entfernt Gifte. Stoppen nur, wenn man sehr viel Flüssigkeit verliert, er sehr stört.

Wer mit nassen Haaren rausgeht, erkältet sich:

Falsch! Eine Erkältung wird nicht durch Kälte verursacht, sondern durch Viren.

Mit rasierten Achseln schwitzt man weniger:

Falsch! Die Schweißproduktion hat nichts mit der Haarlänge zu tun.