

## Was ist Schnupfen genau? Die Nase läuft und läuft ...

Zuerst tropft eine klare Flüssigkeit heraus. Nach und nach wird daraus zäher Schleim. Keine Frage: Das ist ein Schnupfen. Aber was passiert bei einem Schnupfen eigentlich genau?

### 1 Erwischt! «Hatschi!»

Und noch einmal: «Hatschi!» Spätestens nach dem x-ten Niesen kurz nacheinander wird klar: Du hast Schnupfen. Doch Schnupfen ist nicht gleich Schnupfen. Es gibt viele Gründe, weshalb deine Nase verrückt spielt: Es kann zum Beispiel sein, dass du auf etwas allergisch bist, etwa auf Tierhaare oder Blütenpollen. Aber es kann auch sein, dass du eine Infektion erwischt hast. Meistens ist dafür ein Virus verantwortlich.

### 2 Eindringling:

Mit jedem «Hatschi!» eines Erkrankten werden Viren durch die Luft geschleudert. Wenn sie bei dir landen, dringen sie in deinen Körper ein. Und dann beginnt ein Kampf zwischen deiner Immunabwehr und den Krankheitserregern. Oft ist dein Körper stark genug, um die Eindringlinge loszuwerden, bevor du krank wirst. Manchmal ist er geschwächt und die Viren setzen sich durch.

### 4 Schleusen auf:

Wenn du gesund bist, merkst du nicht viel davon. Doch wenn du Schnupfen hast, muss deine Nasenschleimhaut stärker arbeiten. Sie schwillt an und produziert viel mehr Schleim, um die Krankheitserreger loszuwerden. Dieser entsteht in den sogenannten Becherzellen. Der Schleim, auch Rotz oder Schnodder genannt, ist normalerweise wässrig und durchsichtig.

### 3 Weg da!

Die Nasenschleimhaut hilft dir, Krankheiten abzuwehren. Krankheitserreger bleiben auf dem Schleim kleben und werden damit ausgeworfen. Selbst dann, wenn du nicht niest oder dich schnäuzt: Die Flimmerhärchen in deiner Nase schlagen bis zu 900-mal in der Minute hin und her, um den Schleim mit den Eindringlingen wegzutransportieren. Zudem produziert deine Nasenschleimhaut Abwehrstoffe.

### 5 Gelbe Gefahr!

Ein Unglück kommt selten allein. So ist es auch bei den Krankheitserregern. Wenn der Körper durch den Angriff der Viren geschwächt ist, kommen schnell mal weitere Eindringlinge dazu, zum Beispiel Bakterien. Ein Zeichen dafür ist es, wenn der Schleim sich gelb oder grün verfärbt.

