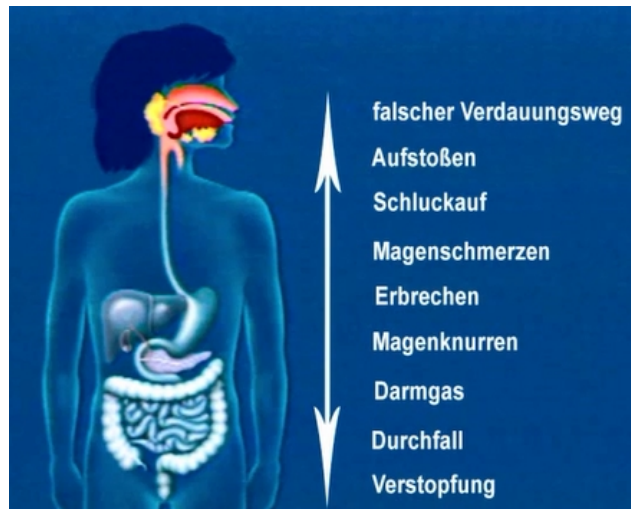


Was ist ein Verdauungsphänomen?

VERDAUUNGSBEZOGENES UNWOHLSEIN

Ein Verdauungsphänomen ist ein Ereignis, das mit der **normalen Funktionsweise der Verdauung** auftritt. Jeder hatte schon einmal ein verdauungsbezogenes Unwohlsein. Dies passiert zum Beispiel, wenn Essen in die falsche Bahn gelangt, bei Schluckauf oder auch bei Magenschmerzen. Aber dieses Unwohlsein ist kein Anzeichen für eine Fehlfunktion des Verdauungstrakts.



Diese Verdauungsphänomene sind nicht mit **Essstörungen** wie Bulimie oder Anorexie zu verwechseln. Essstörungen sind Krankheiten, wohingegen Verdauungsphänomene zwar unangenehm sein können, aber keine ernsthaften Folgen haben.

DIE URSACHEN VON VERDAUUNGSPHÄNOMENEN

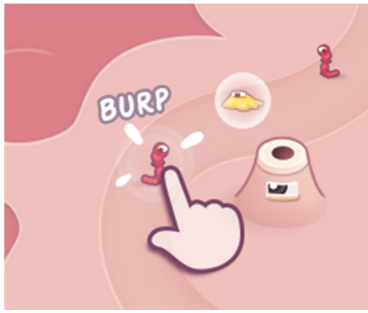
Verdauungsphänomene können von verschiedenen Faktoren hervorgerufen werden. Häufig sind sie auf eine **unausgewogene Ernährung**, z.B. zu viel Fett, zu scharfes Essen oder nicht genügend Ballaststoffe zurückzuführen. Auch der **Lebensstil** kann dabei eine Rolle spielen. Unregelmässige Mahlzeiten, zu schnelles Essen oder auch Stress gehören dazu.

Auch eine **Lebensmittelvergiftung** oder **Lebensmittelunverträglichkeiten** können manchmal Verdauungsphänomene hervorrufen. Sie kennen zum Beispiel vielleicht Menschen, die kein Gluten oder keine Laktose vertragen. Ausserdem gibt es manche **Medikamente** wie beispielsweise Entzündungshemmer, die Sodbrennen verursachen können.

Sie werden nun mehr zu einigen dieser Verdauungsphänomene erfahren, wobei Sie bestimmt einiges davon schon wissen. Zumindest kennen Sie sie aus dem alltäglichen Sprachgebrauch. **Aufstossen** ist zum Beispiel ein anderes Wort für Rülpsen, während **Magenknurren** grummelnde Geräusche im Magen bezeichnet.

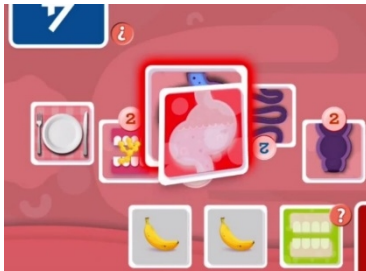
Diese Phänomene sind wie gesagt mit der **normalen Funktionsweise** des Verdauungstrakts verbunden. Rülpsen und Blähungen sind normale Folgen der Verdauung und betreffen jeden von uns.

VERDAUUNGSPHÄNOMENE IN DIGESTIX UND TUBIX



DIGESTIX und TUBIX beinhalten beide Verdauungsphänomene. In DIGESTIX sollten Sie nicht überrascht sein, wenn Sie Gasbläschen sehen. Sie können sie sogar zum Platzen bringen, bevor sie explodieren.

Verdauungsphänomene treten in bestimmten Organen auf. Essen, das in die falsche Bahn gelangt, befindet sich beispielsweise im Rachen, der mit der Mundhöhle verbunden ist.



In TUBIX ist dies der Grund, weshalb einige Verdauungsphänomene nicht alle Organe des Verdauungstrakts betreffen. Wenn Sie Grummeln mit dem Mund oder Erbrechen mit dem Kolon in Verbindung bringen, erhalten Sie möglicherweise nicht das erwartete Ergebnis. Aber wenn Sie Verstopfung mit dem Dickdarm in Verbindung bringen, erhält der/die Gegenspieler/in keine weiteren Punkte, bevor er/sie nicht ein Gegenmittel gefunden hat!

Was ist ein Verdauungsphänomen?

Verdauungsphänomene wie Schluckauf, Bäuerchen deuten auf eine Fehlfunktion des Verdauungstrakts hin.

- Richtig
- Falsch

Was ist kein Verdauungsphänomen?

- Schluckauf
- Erbrechen
- Anorexie

Haben Anorexie und Bulimie schwerwiegende Konsequenzen?

- Ja
- Nein

Eine Unannehmlichkeit in der Verdauung ist nichts Schwerwiegendes.

- Richtig
- Falsch

Kohlensäurehaltige Getränke können Verdauungsphänomene wie Aufstossen verursachen.

- Richtig
- Falsch

Um Verdauungsprobleme zu vermeiden, sollte man nicht zu scharf essen.

- Richtig
- Falsch

Wie bezeichnet man Aufstossen im täglichen Sprachgebrauch?

- Bäuerchen
- Erbrechen
- Magenschmerzen

Durchfall und Verstopfung sind keine Verdauungsprobleme.

- Richtig
- Falsch

Wie bezeichnet man Borborygmus im täglichen Sprachgebrauch?

- Magenknurren
- Erbrechen
- Gas

Schmerzmittel verursachen manchmal...

- Magenknurren.
- Sodbrennen.
- Aufstossen.

Antworten

Verdaunungsphänomene wie Schluckauf, Bäuerchen deuten auf eine Fehlfunktion des Verdauungstrakts hin.

- Richtig**
Falsch! Das ist nicht die richtige Antwort.
- Falsch**
Bravo! Das entspricht der normalen Funktion des Verdauungstrakts.

Was ist kein Verdaunungsphänomen?

- Schluckauf**
Falsch! Dieses Phänomen ist mit der Verdauung verbunden.
- Erbrechen**
Falsch! Dieses Phänomen ist mit der Verdauung verbunden.
- Anorexie**
Bravo! Magersucht ist eine Essstörung.

Haben Anorexie und Bulimie schwerwiegende Konsequenzen?

- Ja**
Bravo! Essstörungen gelten im Gegensatz zu Verdauungsstörungen als Krankheiten.
- Nein**
Falsch! Das ist nicht die richtige Antwort.

Eine Unannehmlichkeit in der Verdauung ist nichts Schwerwiegendes.

- Richtig**
Bravo! Das stimmt.
- Falsch**
Falsch! Das ist nicht die richtige Antwort.

Kohlensäurehaltige Getränke können Verdaunungsphänomene wie Aufstossen verursachen.

- Richtig**
Bravo! Das stimmt.
- Falsch**
Falsch! Das ist nicht die richtige Antwort.

Um Verdauungsprobleme zu vermeiden, sollte man nicht zu scharf essen.

- Richtig**
Bravo! Das stimmt.
- Falsch**
Falsch! Das ist nicht die richtige Antwort.

Wie bezeichnet man Aufstossen im täglichen Sprachgebrauch?

- Bäuerchen**
Bravo! Das ist die richtige Antwort.
- Erbrechen**
Falsch! Es ist etwas anderes.
- Magenschmerzen**
Falsch! Das ist nicht die richtige Antwort.

Durchfall und Verstopfung sind keine Verdauungsprobleme.

- Richtig**
Falsch! Das ist nicht die richtige Antwort.
- Falsch**
Bravo! Das stimmt.

Wie bezeichnet man Borborygmus im täglichen Sprachgebrauch?

- Magenknurren**
Bravo! Das ist richtig.
- Erbrechen**
Falsch! Es ist etwas anderes.
- Gas**
Falsch! Das ist nicht die richtige Antwort.

Schmerzmittel verursachen manchmal...

- Magenknurren.**
Falsch! Versuche es noch einmal!
- Sodbrennen.**
Bravo! Das stimmt.
- Aufstossen.**
Falsch! Das ist nicht die richtige Antwort.

Lückentext zu Verdauungsphänomenen

[14-16 Jahre]

Fülle die Lücken.

1. Der falsche _____ tritt dann auf, wenn man sich verschluckt.
2. Aufstossen ist das Ausstossen von _____ aus dem Verdauungstrakt durch den Mund.
3. _____ wird durch eine Magenüberdehnung verursacht.
4. Magenschmerzen sind _____ Schmerzen.
5. Erbrechen ist das _____ eines Teils des Mageninhalts durch den Mund.
6. Magenknurren ist ein _____, das während der Verdauung vom Darm oder vom Magen abgegeben wird.
7. Die Darmgase aus dem Verdauungstrakt werden durch den _____ ausgestossen.
8. _____ bezeichnet meist flüssigen, voluminösen Stuhl, der häufiger als gewöhnlich auftritt.
9. _____ ist meist harter, weniger voluminöser Stuhl, der seltener als gewöhnlich auftritt.

Lückentext zu Verdauungsphänomenen

[14-16 Jahre]

Fülle die Lücken.

1. Der falsche **Verdauungsweg** tritt dann auf, wenn man sich verschluckt.
2. Aufstossen ist das Ausstossen von **Gas** aus dem Verdauungstrakt durch den Mund.
3. **Schluckauf** wird durch eine Magenüberdehnung verursacht.
4. Magenschmerzen sind **abdominale** Schmerzen.
5. Erbrechen ist das **Ausscheiden** eines Teils des Mageninhalts durch den Mund.
6. Magenknurren ist ein **Gurgelgeräusch**, das während der Verdauung vom Darm oder vom Magen abgegeben wird.
7. Die Darmgase aus dem Verdauungstrakt werden durch den **After** ausgestossen.
8. **Durchfall** bezeichnet meist flüssigen, voluminösen Stuhl, der häufiger als gewöhnlich auftritt.
9. **Verstopfung** ist meist harter, weniger voluminöser Stuhl, der seltener als gewöhnlich auftritt.

Referat über Verdauungsphänomene

[11-13 Jahre und 14-16 Jahre]

Anweisungen:

Die Klasse in 11 Gruppen aufteilen.

Jeder Gruppe ein Verdauungsphänomen zuteilen.

Hausarbeit:

Jede Gruppe sieht sich das entsprechende Video zu dem Verdauungsphänomen an, das man ihr zugeteilt hat:

Im Unterricht:

Wenn es in der Klasse einen Projektor gibt, wird zunächst das erste Video zu Verdauungsphänomenen gezeigt (optional).

Jede Gruppe stellt ihr Verdauungsphänomen in 3 Minuten vor:

- Zunächst lässt die Gruppe den Rest der Klasse raten, um welches Verdauungsphänomen es sich handelt (durch Pantomime, Zeichnen, Beschreiben, aber ohne den Namen des Phänomens zu nennen!).
- Anschliessend wird der Inhalt des Videos vorgestellt (Merkmale, Ursachen etc.).

Zahnkaries

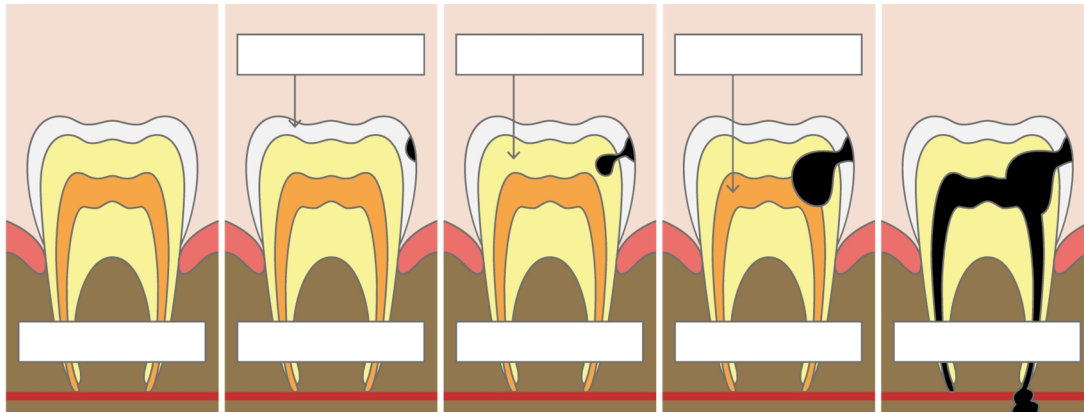
[11-13 Jahre und 14-16 Jahre]

Zahnkaries hat nichts mit der normalen Funktionsweise des Verdauungstrakts zu tun. Sie resultiert aus einem Ungleichgewicht des Zahnbelags.

Zahnbelag besteht aus: Lebensmittelresten, Speichel, Bakterien (natürliches Vorkommen im Mund)

Diese Bakterien können sich vermehren, wenn man sich z.B. die Zähne nicht putzt. Diese Bakterien können ausserdem Lebensmittelreste in Säuren umwandeln, besonders Zucker und Stärke. Diese Säuren greifen die Zähne an, was zur Bildung von Zahnkaries führt.

Die Zahnkaries entsteht in mehreren Schritten: Zeichne ein Schema dazu auf und benutze dafür folgende Begriffe: **Oberflächliche Karies**, **Zahnmark**, **durchbohrende Karies** (*Caries perforans*), **Zahnschmelz**, **Initialkaries**, **Zahnbein**, **durchdringende Karies** (*Caries penetrans*), **tiefe Karies** (*Caries profunda*)



Benutzt dabei auch die folgenden Erklärungen, aber Achtung – sie sind nicht in der richtigen Reihenfolge.

- Die **oberflächliche Karies** greift den Zahnschmelz an. Die mechanische Beseitigung der Karies ist nicht mehr möglich. Die Verletzung ist leicht verfärbt, aber man spürt noch keinen Schmerz.
- Die **durchbohrende Karies** ist eine Kariesform, bei der sämtliches Zahngewebe zerstört wird. Man bezeichnet dies als Nekrose.
- Die **Initialkaries** verursacht noch keine Hohlräume. Es handelt sich hierbei nur um eine Demineralisierung des Zahnschmelzes durch Säuren. Es ist die einzige Karies, die umkehrbar ist, wenn man seine Mundhygiene verbessert.
- Die **durchdringende Karies** greift das Zahnmark an. Das Zahnmark lebt noch, aber man hat starke Schmerzen. Man spricht hier von akuter Pulpitis, oder im allgemeinen Sprachgebrauch von starken Zahnschmerzen.
- Die **tiefe Karies** ist eine Verletzung des Zahnbeins. Der Zahn wird immer empfindlicher und die Karies breitet sich schnell aus, da das Zahnbein kaum noch mineralisiert ist. In diesem Stadium ist das Zahnmark noch nicht betroffen und wenn die Karies behandelt wird, stirbt der Zahn nicht ab.

Zahnkaries

[11-13 Jahre und 14-16 Jahre]

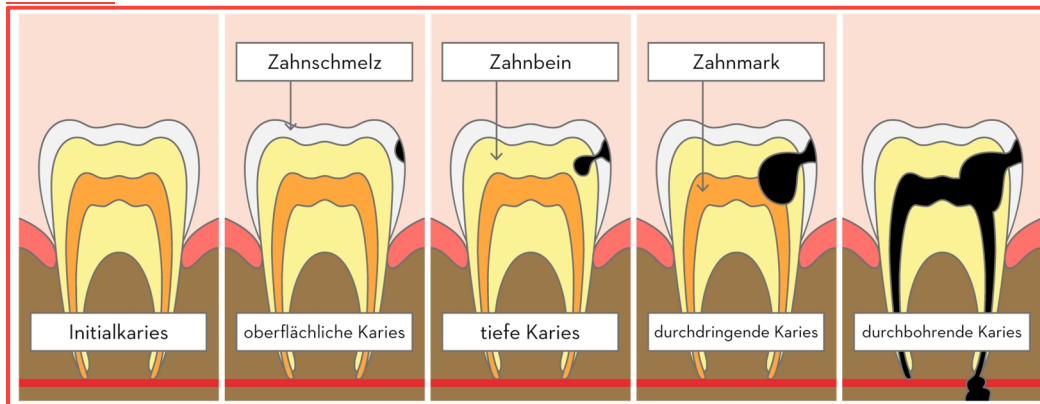
Zahnkaries hat nichts mit der normalen Funktionsweise des Verdauungstrakts zu tun. Sie resultiert aus einem Ungleichgewicht des Zahnbelags.

Zahnbelag besteht aus: Lebensmittelresten, Speichel, Bakterien (natürliches Vorkommen im Mund)

Diese Bakterien können sich vermehren, wenn man sich z.B. die Zähne nicht putzt. Diese Bakterien können ausserdem Lebensmittelreste in Säuren umwandeln, besonders Zucker und Stärke. Diese Säuren greifen die Zähne an, was zur Bildung von Zahnkaries führt.

Die Zahnkaries entsteht in mehreren Schritten. Zeichne ein Schema dazu auf und benutze dafür folgende Begriffe: **Oberflächliche Karies**, **Zahnmark**, **durchbohrende Karies** (*Caries perforans*), **Zahnschmelz**, **Initialkaries**, **Zahnbein**, **durchdringende Karies** (*Caries penetrans*), **tiefe Karies** (*Caries profunda*)

Antwort:



Benutzt dabei auch die folgenden Erklärungen, aber Achtung – sie sind nicht in der richtigen Reihenfolge.

- Die **oberflächliche Karies** greift den Zahnschmelz an. Die mechanische Beseitigung der Karies ist nicht mehr möglich. Die Verletzung ist leicht verfärbt, aber man spürt noch keinen Schmerz.
- Die **durchbohrende Karies** ist eine Kariesform, bei der sämtliches Zahngewebe zerstört wird. Man bezeichnet dies als Nekrose.
- Die **Initialkaries** verursacht noch keine Hohlräume. Es handelt sich hierbei nur um eine Demineralisierung des Zahnschmelzes durch Säuren. Es ist die einzige Karies, die umkehrbar ist, wenn man seine Mundhygiene verbessert.
- Die **durchdringende Karies** greift das Zahnmark an. Das Zahnmark lebt noch, aber man hat starke Schmerzen. Man spricht hier von akuter Pulpitis, oder im allgemeinen Sprachgebrauch von starken Zahnschmerzen.
- Die **tiefe Karies** ist eine Verletzung des Zahnbeins. Der Zahn wird immer empfindlicher und die Karies breitet sich schnell aus, da das Zahnbein kaum noch mineralisiert ist. In diesem Stadium ist das Zahnmark noch nicht betroffen und wenn die Karies behandelt wird, stirbt der Zahn nicht ab.