

Aufstossen

WAS IST AUFSTOSSEN?

Aufstossen ist den meisten eher als **Rülpsen** oder **Bäuerchen** bekannt. Dies ist der Fall, wenn Gas vom Mund freigesetzt wird, was meist von einem Geräusch oder sogar von einem Geruch begleitet wird.

WAS SIND DIE URSACHEN?

Wir rülpsen aus verschiedenen Gründen. Einen davon kennen Sie wahrscheinlich alle: das Trinken von **kohlesäurehaltigen Getränken**. Oft müssen wir auch rülpsen, wenn wir **zu schnell essen oder trinken**. Dies kann auch das Ergebnis eines **gastro-ösophagealen Reflux** und eines Phänomens namens **Aerophagie** sein. Aerophagie heisst wörtlich übersetzt „Luft essen“ und bedeutet, dass man eine bestimmte Menge Luft beim Schlucken aufnimmt.

Vielleicht fragen Sie sich: Wie ist es möglich, Luft zu schlucken? Das kann passieren, wenn man **heisse Getränke in kleinen Schlückchen trinkt, mit einem Strohhalm trinkt** oder wenn man **Kaugummi kaut**. Wenn Babys essen, sammelt sich eine Menge Gas in ihrem Magen an. Wir helfen ihnen beim Ausrülpsen dieses Gases, indem wir ihnen sanft auf den Rücken klopfen, aber nicht so hart, dass sie davon erbrechen müssen.

Wussten Sie, dass Menschen nicht die einzigen Lebewesen sind, die rülpsen können? Einige Tiere können ebenfalls rülpsen – zum Beispiel Kühe und Schafe. Noch ein letzter Fakt: Der Engländer Paul Hunn hält den Weltrekord für den lautesten Rülpsen, bei dem 109,9 Dezibel gemessen wurden. Das ist fast so laut wie eine Kettensäge!

Aufstossen

Wie nennt man Aufstossen noch?

- Pups
- Magenknurren
- Bäuerchen

Beim Aufstossen wird über den Mund

...

- Gas ausgeschieden.
- Speichel ausgeschieden.
- Erbrochenes ausgeschieden.

Aufstossen wird begleitet von...

- einem Ton.
- einem Ton und einem Geruch.
- einem Geruch.

Kohlensäurehaltige Getränke können Aufstossen verursachen.

- Falsch
- Richtig

Langsames Essen verursacht Aufstossen.

- Richtig
- Falsch

Aufstossen ist gesundheitsgefährdend.

- Falsch
- Richtig

Blähungen werden durch Luftabsorption beim Schlucken verursacht.

- Falsch
- Richtig

In kleinen Schlucken oder mit dem Strohhalm zu trinken kann wie Kaugummikauen Blähungen verursachen.

- Richtig
- Falsch

Warum müssen Babys nach dem Fläschchentrinken ein Bäuerchen machen?

- Um Gase auszuatmen
- Um die überschüssige Milch auszuspucken
- Um die Mahlzeit besser in den Magen zu befördern

Der Engländer Paul Hunn hält den Rekord des lautesten Bäuerchens. Er erreichte 109,9 Dezibel, was dem Lärm eines...

- Autos entspricht.
- Rasenmähers entspricht.
- Jagdflugzeugs entspricht.

Antworten

Wie nennt man Aufstossen noch?

- Pups
Falsch! Versuche es noch einmal!
- Magenknurren
Falsch! Das ist etwas anderes.
- Bäuerchen
Bravo! Das ist korrekt.

Beim Aufstossen wird über den Mund ...

- Gas ausgeschieden.
Bravo! Das ist korrekt.
- Speichel ausgeschieden.
Falsch! Versuche es noch einmal!
- Erbrochenes ausgeschieden.
Falsch! Das ist etwas anderes.

Aufstossen wird begleitet von...

- einem Ton.
Falsch! Die Antwort ist nicht vollständig.
- einem Ton und einem Geruch.
Bravo! Aufstossen kann von einem Ton und einem Geruch begleitet werden.
- einem Geruch.
Falsch! Die Antwort ist nicht vollständig.

Kohlensäurehaltige Getränke können Aufstossen verursachen.

- Falsch
Falsch! Das ist nicht die richtige Antwort.
- Richtig
Bravo! Das ist richtig, da man mit diesen Getränken Gas zu sich nimmt.

Langsames Essen verursacht Aufstossen.

- Richtig
Falsch! Das stimmt nicht.
- Falsch
Bravo! Wenn man zu schnell isst, erhöht sich das Risiko des Aufstossens.

Aufstossen ist gesundheitsgefährdend.

- Falsch
Bravo! In den meisten Fällen wird es durch im Magen befindliches Gas verursacht. Es ist unangenehm, aber nicht gefährlich.
- Richtig
Falsch! Das stimmt nicht.

Blähungen werden durch Luftabsorption beim Schlucken verursacht.

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

In kleinen Schlucken oder mit dem Strohhalm zu trinken kann wie Kaugummikauen Blähungen verursachen.

- Richtig
Bravo! Denn dann absorbiert man viel Luft.
- Falsch
Falsch! Das stimmt nicht.

Warum müssen Babys nach dem Fläschchentrinken ein Bäuerchen machen?

- Um Gase auszuatmen
Bravo! Wenn Babys trinken, sammelt sich in ihrem Bauch viel Luft an.
- Um die überschüssige Milch auszuspucken
Falsch! Das ist nicht der Grund.
- Um die Mahlzeit besser in den Magen zu befördern
Falsch! Das stimmt nicht.

Der Engländer Paul Hunn hält den Rekord des lautesten Bäuerchens. Er erreichte 109,9 Dezibel, was dem Lärm eines...

- Autos entspricht.
Falsch! Ein Auto mit Benzinmotor, das 60 km/h fährt, erreicht nur 65 Dezibel.
- Rasenmähers entspricht.
Bravo! Das nennt man ein stolzes Bäuerchen.
- Jagdflugzeugs entspricht.
Falsch! Ein Jagdflugzeug erreicht 125 Dezibel.