

DR. ANNA HERZOG &  
LUCINDE HUTZENLAUB

# Männer grippe

Husten, Schnupfen, Heiserkeit  
und andere für Kerle  
lebensbedrohliche Zustände



**SPIEGEL  
ONLINE  
Bestseller-  
Autorin**

*Eden*  
BOOKS

# Quiz



## Abwehr und Prophylaxe

(Eine Antwort ist richtig. Oder mehrere. Vielleicht auch gar keine.)

1. Was genau macht das Immunsystem, wenn Männergrippeviren angreifen?
  - a) Es steht in der Ecke herum und feilt sich die Nägel.
  - b) Nichts. Männergrippeviren gibt es nicht.
  - c) Kommt auf das Immunsystem an.
  - d) Es verteidigt den Körper und versucht, so viele Viren wie möglich zu killen.
  
2. Was ist das Gemeine an echten Grippeviren?
  - a) Sie haben lange grüne Stacheln.
  - b) Nur sehr, sehr gemeine Antibiotika helfen gegen sie.
  - c) Quatsch, gar keine Antibiotika helfen.
  - d) Sie ändern ständig ihre Gestalt, weswegen man sich jedes Jahr neu impfen lassen muss.
  
3. Kann man auch gegen die Männergrippe impfen?
  - a) Im Prinzip ja; es gibt allerdings noch keinen Impfstoff.
  - b) Nein.
  - c) Doch.
  - d) Aber wer will das schon?
  
4. Was ist eigentlich ein Blitzdings?
  - a) -.-
  - b) Ein Dings, das die Erinnerung mittels Blitz löscht.
  - c) Der Grund, warum so viele coole Typen mit Sonnenbrillen herumlaufen.
  - d) Gibt es nicht.

5. Zu Obst und Gemüse gehören / gehört ...
  - a) Pommes frites.
  - b) Gras.
  - c) Tomatenketchup.
  - d) Äpfel.
  - e) Alles ist richtig.
  
6. Wie heißt es richtig? Nach dem Klo und vor dem Essen ...
  - a) sollst du tausend Schritte tun.
  - b) ändert sich das Wetter, oder es bleibt, wie es ist.
  - c) das macht jeden Doktor arm.
  - d) macht noch keinen Sommer.
  - e) Händewaschen nicht vergessen.
  
7. Was ist richtig?
  - a) Vitamine sind seltene Pflanzen. Möglicherweise aus Venezuela. Blüten blau.
  - b) Vitamine ist ein Mädchename. So wie Wilhelmine. Oder Gutemine.
  - c) Vitamine stecken besonders viel in rotem Fleisch.
  - d) Vitamine stecken besonders reichlich in diesen roten, grünen und gelben Lebensmitteln, die man auch roh essen kann und die »Obst« und »Gemüse« heißen.
  
8. Bewegung an der frischen Luft ...
  - a) ist extrem ungesund. Sport ist Mord, und frische Luft bringt dich in die Gruft.
  - b) Frische Luft ist nur in homöopathischer Dosierung zuträglich, in größeren Mengen verursacht sie Hautausschläge.
  - c) Besonders im Zusammenhang mit Bewegung.
  - d) Es regnet. Das ist schlecht für die Frisur.
  - e) Und schlecht für die Sportbekleidung.



### **Auflösung:**

1. d) natürlich. Das Immunsystem hat keine Fingernägel! Über b) könnte man sich natürlich streiten, und c) wäre die Antwort für Naturwissenschaftler und alle, die es SEHR differenziert lieben. Aber prinzipiell ist d) am richtigsten.
2. Wieder d)! Wobei das mit den langen grünen Stacheln ... Aber Elektronenmikroskope können keine Farben, und wir wissen nicht, ob nicht manche Viren Stacheln ausfahren, wenn sie gerade nicht unter Elektronenmikroskopen liegen, insofern ist diese Behauptung nicht abschließend zu klären.
3. Hier ist die Antwort eindeutig a).
4. Entweder a), b) und c) ODER d). Je nach persönlichem Geschmack. Wer zum Beispiel an grüne Virenstacheln glaubt, ist sicherlich eher für a), b) und c).
5. d). d), d), d), d)!!! Zugegebenermaßen sollen manche amerikanischen Collegemensen auch a) und c) dazu zählen, aber so sind wir nicht. Wir sind ehrlich. Und Gras kann der Mensch nicht verdauen. Es fehlt ihm das grasspezifische Verdauungsenzym dazu. Wirklich. Ach, ihr dachtet an das ANDERE Gras. Da könntet ihr natürlich recht haben, aber ESST ihr das etwa?
6. e). Und danach c). Zu diskutieren wäre auch a), aber auf keinen Fall STATT des Händewaschens. Das Wetter hat nichts mit Händewaschen zu tun, sondern nur mit Tellerleeressen. Wenn allerdings das, was auf dem Teller liegt, aus OBST und GEMÜSE besteht, könnte man anschließend wieder zu c) zurückkehren.
7. d). Und danach zurück zu Frage 1, ohne über Los zu gehen, Geld einzuziehen oder die Schlossstraße zu kaufen.
8. Keine Antwort ist richtig. Wer d) angekreuzt hat, wäscht sich gefälligst umgehend das Haargel aus den Haaren!

## KAPITEL 4

# Erwischt! Wo alles anfängt – die Nase und ihre Höhlen





**D**ie Davos-Regel lässt sich in allen medizinischen Bereichen anwenden und beinhaltet die großartige Erkenntnis, dass man sich bei der Diagnose von jedweden Beschwerden dort damit befassen sollte, »da-wo's-wehtut«. Das ist bei der gemeinen Männergrippe und beim Mann an genau einer Stelle: ÜBERALL. Kapitel beendet.

Kleiner Scherz. Natürlich tut die Männergrippe weh. Männern. Aber das ist ja nichts Neues. Dennoch gibt es eben auch bei der Männergrippe besonders betroffene Körperteile. Wie eine Studie beweist, ist es äußerst selten das Knie und sehr oft der Kopf, die Nase und so weiter. Übrigens: »nicht sehr oft« heißt in diesem Fall, dass nur jeder Zweite über Schmerzen in den Gelenken, speziell den Knien, klagt. Selbstverständlich werden wir die einzelnen, vordergründig betroffenen Areale im Anschluss individuell beleuchten, aber zuerst ein Fall aus der Praxis.

## Kleine Fallgeschichte

**Mann und Frau, beide namenlos, Berlin, dazu ein paar müde, sehr müde Ärzte nebst noch viel müderen Sanitätern:**

Er wurde abends von seiner Freundin in der Notaufnahme angekündigt. »Er kriegt keine Luft!«, schluchzte sie ins Telefon.

»Da kommt einer mit Luftnot!« Der diensthabende HNO-Arzt warf den Hörer hin, schlüpfte in seinen Kittel und griff mit glitzernden Augen nach seinem Skalpell. »Jetzt wird es kritisch!«, rief er fröhlich seiner diensthabenden Studentin zu, die ihm auf Schritt und Tritt folgte, was ihn nicht immer froh stimmte.

In der Notaufnahme wartete schon die Internistin und trat von einem Fuß auf den anderen. »Luftnot«, jammerte sie vor sich hin. »Fällt irgendjemandem noch etwas anderes ein als galoppierende Lungenentzündung oder ein Pleuraerguss?«

Der HNO-Arzt tippte sich vielsagend und mit immer noch glitzernden Augen und dem noch unausgepackten Einmalskalpell an die Nase.

Die Internistin schnaubte verächtlich. »Ihr Chirurgen kennt wirklich nichts anderes als Messer, Messer, Messer!« Sie verdrehte die Augen.

Der HNO-Arzt grinste von einem Ohr zum anderen. »Sind sehr effektiv, die Dinger.« Verliebt betrachtete er sein Skalpell.

»Luft-röhren-schnitt«, flüsterte er der Internistin zu.

Die erbleichte.