

## «Gesundheit» wünschen oder nicht?

Keine Erkältung ohne Schnupfen und Niesen.

Doch gehört es sich, «Gesundheit» zu wünschen, wenn jemand niest? Katrin Künzle, lizenzierte Knigge-Trainerin und Geschäftsführerin der Künzle Organisation: «In der Regel wird das Körpergeräusch Niesen überhört, das heisst, man wünscht nicht mehr «Gesundheit». Es ist jedoch auch nicht falsch. Oft empfinden ältere Personen ein fehlendes «Xundheit» als unhöflich. Der Brauch, dass jemandem nach dem Niesen «Gesundheit» gewünscht wird, kommt aus den Pestzeiten. Man dachte, dass die Krankheit mit Niesen beginnt, und wollte mit dem Wunsch «Gesundheit» vor allem sich selber schützen.

Der Niesende muss sich aber auch nicht entschuldigen. Natürlich sollte man auch nicht wie ein Elefant tröten. Wichtig ist, dass man sich abdreht, damit andere Personen nicht mit den Körperflüssigkeiten in Kontakt kommen. Auf keinen Fall darf man Mitmenschen «anniesen». Das Papiertaschentuch ist der beste Freund bei einer Erkältung. Die gebrauchten Taschentücher müssen jedoch sofort entsorgt werden. Wenn man kein Taschentuch zur Hand hat, sollte man immer in die linke Hand (niemals rechts) niesen und die Hände danach so bald als möglich mit Wasser und Seife reinigen. Wenn man in die Armbeuge niest, sollte das Kleidungsstück am Abend gewaschen werden. Bei Kleidungsstücken, die man nicht so oft waschen kann, ist dies deshalb problematisch und auch unhygienisch.»

[www.kuenzle-organisation.ch](http://www.kuenzle-organisation.ch)