

Arbeitsblatt zum Thema "Was kann man gegen eine Erkältung tun?"

Aufgaben:

1. Fülle die Lücken mit den richtigen Wörtern aus!
2. Scanne den QR-Code zur Kontrolle!
3. Schreibe den Text in dein Heft ab!
4. Formuliere die Inhalte des Textes selbst!
Nutze dazu alle Lückenwörter!



Gegen eine _____ kann man sich nur schlecht schützen. Es gibt keine Impfung, weil so viele verschiedene _____ vorkommen. Man kann aber manches tun, damit man sich nicht so _____ ansteckt. An sich ist es gut, wenn man nicht so viele andere _____ trifft und wenn man ihnen nicht so nahe kommt. Auch _____ waschen hilft, weil man etwas angefasst haben könnte, woran sich _____ befunden haben.

Außerdem hilft ein starkes Immunsystem. Dafür muss man eigentlich nur _____ leben: Man bewegt sich genug, strengt sich aber nicht zu stark an. Man isst ausreichend _____ und Gemüse. Man ist ausgeschlafen und nicht gestresst.

Wenn man erkältet ist, wird man von _____ wieder gesund. Das dauert meistens eine _____ und manchmal auch zwei. Wenn sie dann noch anhält, sollte man einen _____ fragen. Das macht man auch, wenn die Erkältung besonders schlimm ist.

Man kann aber etwas _____ tun, dass man die Erkältung nicht so schlimm erlebt. Viele Leute kennen dafür „_____“, also Tipps, die sie vielleicht schon von ihren Eltern und Großeltern kennen. So lindert man die _____.

Nicht alle Hausmittel sind wirklich gute Ideen. Zum Beispiel wäre es schlecht, _____ zu trinken, weil der die Abwehrkräfte eher schwächt. Gut ist aber meistens _____: Sein Dampf beruhigt die Schleimhäute.

Menschen allein Erkältungsviren wahrscheinlich gesund Hausmittel Obst
Alkohol Arzt Kräutertee Viren Erkältung Hände Woche dafür
Beschwerden