Gefährlich scharfe Mutprobe

29.09.2023 12:41 von Martina Jansen (Kommentare: 0)

Gefährlich scharfe Mutprobe

KREIS
RECKLINGHAUSEN
DER VESTISCHE KREIS

Gesundheitsamt warnt vor Challenges

Aktuell gewinnen "scharfen Esswettbewerbe" an Popularität bei Kindern und Jugendlichen. Meist stammen diese Mutproben aus den Sozialen Medien, so wie die aktuell beliebte "Hot Chip Challenge", bei der stark mit Capsaicin gewürzte Tortilla-Chips verzehrt werden sollen. Das Gesundheitsamt des Kreises Recklinghausen warnt eindringlich vor diesen Challenges, die große gesundheitliche Risiken bergen.

"Capsaicin ist ein Pflanzenstoff, der zum Beispiel in der Chili-Schote in hoher Konzentration steckt und unsere Rezeptoren zu einem Hitze- oder Schärfereiz anregt", erklärt Regina Maienhöfer, Ernährungswissenschaftlerin im Gesundheitsamt Recklinghausen. Eine normal übliche Menge an geschärften Essen sei kein Problem für unseren Körper, "die Dosis macht den entscheidenden Unterschied", so Maienhöfer.

"Besonders Kinder- und Jugendliche können durch die Aufnahme von zu viel Schärfe einen Schockzustand erleiden", warnt Dr. Wiebke Selle, Leiterin des Kinder- und Jugendgesundheitsdienstes. Aber auch gesundheitliche Beeinträchtigungen wie Übelkeit, Schleimhautreizungen, Atemnot, Erbrechen, Durchfall und Bluthochdruck sind möglich.

Den Eltern rät das Gesundheitsamt, mit ihren Kindern über die Mutproben und ihre Konsequenzen zu sprechen und sie über gesundheitlichen Risiken zu informieren.

Soforthilfe gegen Schärfe

Der Stoff Capsaicin ist fettlöslich und kann somit nur mit Lebensmitteln, die Fett beinhalten, bekämpft werden. "Wasser hilft somit nicht, trinken Sie besser ein Glas Milch oder verzehren etwas Sahne oder Joghurt", rät Maienhöfer. Alternativ könne mit einem Löffel Speiseöl der Mund gespült werden. Bei schwerwiegenderen Symptomen sollte ein Arzt konsultiert oder sogar den Notruf gewählt werden.

Text: Kreis Recklinghausen