

## **Wechselwirkungen selbst erfahren!**

### **Haben Sie schon einmal darüber nachgedacht?**

Viele Menschen müssen regelmäßig ein Medikament einnehmen.

3 mal täglich: – morgens - mittags – abends

Viele Menschen müssen regelmäßig mehrere Medikamente einnehmen

Die Zahl der Medikamente steigt mit zunehmendem Alter.

Und alle Menschen essen und trinken die verschiedensten Speisen und Getränke.

Alles trifft sich im Magen-Darm –Kanal.

Die resorbierten Bausteine treffen sich im Blut und in den Organen.

Die möglichen Reaktionen untereinander sind vielfältig und kaum nachprüfbar.

### **Machen Sie 2 kleine Versuche, um Wechselwirkungen selbst zu erfahren!**

#### **1. Versuch: Milch und Zitrone**

- nehmen Sie knapp  $\frac{1}{2}$  Tasse Milch
- pressen Sie den Saft einer  $\frac{1}{2}$  Zitrone hinein
- rühren Sie einige Male um

#### **Ergebnis:**

- Sie sehen es: die Milch ist geronnen

**Wechselwirkung:** die Zitronensäure hat das Milcheiweiß verändert.

#### **2. Versuch: Milch und Kiwi**

- nehmen Sie knapp  $\frac{1}{2}$  Tasse Milch
- zerschneiden Sie  $\frac{1}{2}$  Kiwi in kleine Stückchen
- zerdrücken und verrühren Sie diese Kiwistückchen in der Milch
- warten Sie ungefähr  $\frac{1}{2}$  Stunde
- rühren Sie die Mischung ab und zu um

#### **Ergebnis:**

- Sie schmecken es: die Milch ist bitter geworden

**Wechselwirkung:** die Kiwi ist reich an Enzymen, die das Milcheiweiß gespalten haben, sodass Bitterstoffe entstanden sind.