



WURMSCHLAUE NOTIZ

DARUM KNURRT DER MAGEN

Hast du deinen Bauch schon einmal knurren und grummeln hören?
Das ist ganz normal und nichts, weswegen man sich fürchten müsste.
Warum dein Bauch knurrt, ist einfach zu erklären:

Die Nahrung, die du isst, gelangt zuerst mal in deinen Magen. Und der knetet dein Essen richtig gut durch. Dein Magen ist ständig in Bewegung. Egal, ob du gerade etwas gegessen hast - oder nicht.

Wenn du nun aber eine Weile nicht gegessen hast, dann knetet dein Magen Luft und das verursacht die Grummel-Geräusche; dein Magen knurrt - bis du ihm wieder etwas zu tun gibst.

Merke: Wenn der Magen knurrt, hast du (meistens) Hunger!