

Gutes Benehmen auch bei Erkältung

Eine ausgestreckte Hand zur Begrüßung zurückzuweisen, gilt als besonders unhöflich. Es wirkt auf den, der den Gruß eröffnet, sehr verletzend. Wie ist es aber bei Erkältung - soll ich lieber darauf verzichten, um meine Gesundheit zu schützen?

Michael Kugel

Gesundheit geht vor - gesund zu bleiben, ist ein sehr gutes Argument. Entgegen einer weit verbreiteten Meinung ist der Händedruck allein aber nicht für eine Ansteckung verantwortlich. Bazillen und Viren verteilen sich auch über andere Wege. Manchmal reicht auch nur ein Atemzug in der Nähe einer Person, die gerade niest. Richtig ist, dass sich das Erkran-



Ansteckungsgefahr: Bei Schnupfen und anderen Erkältungskrankheiten besser Abstand halten.

Archivfoto: abs/Roche/nh

kungsrisiko durch häufiges Händeschütteln erhöht. In der Erkältungszeit heißt das: Öfter mal Hände waschen.

Lassen Sie die Finger auch aus dem Gesicht. Wer sich ständig durch die Haare fährt, an die Nase fasst, den Kopf aufstützt oder mit den Fingern in den Mund geht (zum Beispiel beim Umblättern der Zeitung oder beim Naschen mit den Fingern), hat gleich schlechtere Karten in puncto Ansteckungsgefahr.

Wird Ihnen eine Hand zum Gruß gereicht, dann sollten Sie diese in gar keinem Fall einfach ignorieren.

Erklären Sie kurz und freundlich, warum Sie auf den Händedruck verzichten wollen. Vor allem, wenn Sie selbst erkältet sind und andere anstecken könnten. Ein Tipp: Wenn Sie sich die Nase putzen, dann machen Sie das nur mit der linken Hand. So haben Sie die rechte Hand keimfreier zum Händeschütteln parat.

Tragen Sie Handschuhe, werden diese normalerweise beim Händedruck ausgezogen. Zumindest war es früher für den Herrn so üblich. Die Dame durfte ihren Handschuh dagegen anbehalten. Die Gleichberechtigung macht heute aber keine Unterschiede mehr. Ganz feine Lederhandschuhe können Sie auch anbehalten. Bei Erkältung eine ganz praktische Variante.

Eine der neueren, aber heftig diskutierten Knigge-Regeln ist, einer niesenden Person kein „Gesundheit!“ mehr zu

wünschen. Das ist richtig, kommt aber immer auch auf die Situation an. Vor allem in offiziellen Situationen, bei Dauerniesen, in Besprechungen, in Großraumbüros und immer dann, wenn andere durch das Niesen gestört werden. Im Freundeskreis, in persönlichen Gesprächen, bei einmaligem Niesen und gegenüber älteren Menschen, die es nicht anders kennen, ist der Gesundheits-Wunsch sicher kein Fauxpas.

Mehr auf www.hna.de

Archivfoto: Lantelmé/nh

Mehr Knigge-Tipps geben Knigge-Trainer Michael Kugel und Stilberaterin Uta Todenhöfer im Internet unter www.hna.de/go/video

In der nächsten Folge geht es um das Duzen und Siezen.