

02. Mai 2018

## RADIOBEITRAG als Text

### **Riechen und Schmecken: Zwei Sinne zum Genießen**

#### **Anmoderation:**

Auf die Fähigkeiten zu hören und zu sehen, fühlen sich Menschen besonders angewiesen. Riechen und Schmecken dagegen werden oft unterschätzt. Dabei sind beides Warnsysteme und helfen außerdem glücklich zu machen. Wie die Sinne genau funktionieren und was daran so wichtig ist, darüber hat sich Kristin Sporbeck bei Anja Debrodt informiert. Sie ist Ärztin im AOK-Bundesverband.

Länge: 1.59 Minuten

---

#### **Anja Debrodt:**

**Der Geruchs- und der Geschmackssinn hängen eng zusammen und haben viel gemeinsam. Sie gehören zu den sogenannten chemischen Sinnen. Moleküle in der Luft oder in Nahrungsmitteln aktivieren Sinnes- und Nervenzellen in Mund oder Nase, die Signale ans Gehirn senden. Erst das Zusammenspiel von Geschmacks- und Geruchssinn sowie Tast- und Temperaturempfinden ermöglichen einen differenzierten Geschmack. Möglicherweise wird dann auch ein Alarm ausgelöst. Wenn es beispielsweise faulig riecht, warnt das Gehirn vor verdorbenen Speisen oder bei Brandgeruch vor einem Feuer. Und wenn etwas sehr bitter schmeckt, spuckt man es sofort wieder aus, weil es giftig sein könnte.**

**Text:** Das erklärt Anja Debrodt, Ärztin im AOK-Bundesverband. Der Geruchssinn ist vermutlich noch älter als der Geschmackssinn – und ist sehr komplex:

**Anja Debrodt:**

**Mit 20 Millionen Riechzellen können wir bis zu 10.000 verschiedene Gerüche wahrnehmen. Dagegen haben wir nur rund 5.000 Geschmacksknospen an der Zunge und im Mund und können nur fünf Geschmacksrichtungen unterscheiden: süß, sauer, salzig, bitter und umami. Umami ist ein japanischer Begriff und steht für fleischige, herzhaft und würzige Noten. Aber eigentlich kommt es hier auf Teamwork an – ein differenzierter Geschmack entsteht in Kombination mit dem Geruchssinn.**

**Text:** Außerdem können Gerüche und Geschmäcker wie keine anderen Sinne längst vergangene Erinnerungen und Emotionen wach rufen. Was aber, wenn die Sinne nicht mehr richtig funktionieren?

**Anja Debrodt:**

**Erkrankungen können die Sinne beeinflussen, auch im Alter nehmen sie ab. Das beeinträchtigt die Fähigkeit zu genießen, aber auch die Alarmfunktion. Dann müssen die Betroffenen besonders auf das Verfallsdatum von Produkten achten, sie optimal lagern und beim Kochen den Herd im Auge behalten, damit nichts anbrennt. Aber je nach Ursache, lassen sich die Sinne auch stimulieren und Riech- und Schmeckzellen können sich im Unterschied zu anderen Sinneszellen nach einer Schädigung wieder erholen.**