

Lügen machen krank



© altanaka / Fotolia

Jetzt mal ehrlich: Fällt es euch leicht zu lügen oder tut ihr euch eher schwer damit? Den meisten Menschen bereitet Lügen jedenfalls ziemliche Bauchschmerzen - wortwörtlich!

Kleine Flunkereien wie ein "Oh, lecker" zur Suppe, obwohl sie nicht schmeckt, gehen uns meist leicht über die Lippen. Bei großen Lügen plagt uns dagegen das **schlechte Gewissen**. Und das kann krank machen, haben die Psychologin Anita Kelly und ihre Kollegen von der Notre-Dame-Universität bei Chicago im US-Bundesstaat Indiana herausgefunden.

In einem **Experiment** baten die Forscher die eine Hälfte von 110 Versuchsteilnehmern, während der nächsten zehn Monate nach Möglichkeit immer die Wahrheit zu sagen. Die anderen durften schwindeln. Das Ergebnis: Die Menschen, die nicht gelogen hatten, klagten seltener über **Kopfschmerzen** und andere körperliche Beschwerden als die Schwindler. Denn Lügen, so die Wissenschaftler, löst Stress aus. Und der schadet der Gesundheit - ungelogen.