

Der-etwas-andere-Gesundheitsbrief

Diese Informationen dienen ausschließlich zur persönlichen Information.

Fieber

Keine Angst vor Fieber - das kann Ihnen nur helfen!

Fieber gehört zu den bekanntesten Krankheitserscheinungen. Es besteht kein Grund zur Sorge, wenn Ihr Körper bei Infektionen seine Temperatur heraufschraubt. Im Gegenteil: Er will Ihnen damit nur helfen, Krankheitserreger aus dem Körper zu vertreiben.

Dass die Körpertemperatur bei Gesunden auf einer normalen Höhe - zwischen 36 und 37 Grad Celsius - gehalten werden kann, garantiert ein äußerst komplizierter Regelmechanismus. Er wird vom Gehirn aus gesteuert.

Eine höhere Temperatur des Körpers ist ähnlich wie der Schmerz ein Warnsignal, dass dort irgendwelche Krankheitsprozesse ablaufen. Gleichzeitig ist Fieber ein meist gut funktionierender Selbstheilungsprozess Ihres Körpers. Eine erhöhte Körpertemperatur ist eine Begleiterscheinung verschiedenster Krankheiten.

Fiebertverursacher sind in den häufigsten Fällen Bakterien, Viren, Pilze oder deren Gifte, die von außen in den Körper gelangt sind. Aber auch abgestorbenes Gewebe - zum Beispiel bei größeren Verletzungen, Blutergüssen oder Tumorerkrankungen - lassen die Temperatur in die Höhe schnellen.

Eine Sonder-Abwehrtruppe stürzt sich auf krank machende Eindringlinge

Als Schutz gegen Eindringlinge setzt der Körper seine weißen Blutkörperchen ein. Eine Art Sonderkommando, die Phagozyten, stürzt sich auf die Krankheitserreger und verschlingt sie. Dabei sondern die Phagozyten einen hormonähnlichen Eiweißstoff ab. Mit dem Blutkreislauf gelangt diese Substanz zum Gehirn. Hier sitzt der Thermostat Ihres Körpers, dessen Aufgabe es ist, für eine immer gleich bleibende Temperatur zu sorgen.

Sinkt sie einmal ab, kümmert sich dieses Wärmezentrum darum, dass die Verbrennung angekurbelt wird. Ihr Organismus produziert mehr Wärme, und seine Temperatur steigt. Geht sie höher als 37 Grad Celsius, gibt der Körper Wärme ab. Er beginnt zu schwitzen, der Schweiß verdunstet und erzeugt wiederum Kälte, die dem Körper Wärme entzieht.

Der von den Phagozyten gebildete Eiweißstoff stellt den Thermostaten im Gehirn nun aber sozusagen regulär um einige Grade höher, so dass jetzt generell höhere Werte gelten. Dann geht der Befehl an die Zellen, mehr Wärme zu erzeugen. Reicht die vermehrt in Gang

gesetzte Verbrennung nicht aus, setzen zusätzlich krampfhaft Muskelbewegungen ein: Schüttelfrost, der Versuch Ihres Körpers, seine Temperatur zusätzlich zu erhöhen.

Medikamente zur Fiebersenkung sind meist überflüssig

Eine Zeit lang ist uns der Griff zu fiebersenkenden Medikamenten schon fast zur Selbstverständlichkeit geworden. Das ist aber, wie man inzwischen weiß, nicht richtig, denn Fieber ist durchaus sinnvoll.

Der Körper mobilisiert so seine Abwehrkräfte gegen die Eindringlinge, die bestimmte Körpertemperaturen oft nicht überstehen. Treten mit dem Fieber gemeinsam starke Kopfschmerzen und Kreislaufprobleme auf, hilft meist die Einnahme von ein bis zwei Tabletten Aspirin C oder Paracetamol.

Gefährlich wird Fieber allerdings dann, wenn die Temperaturen zu sehr ansteigen und das Herz zu stark belastet wird. Für alte Menschen sowie Herz- und Kreislaufkranke gelten besondere Vorsichtsmaßnahmen. Die Entscheidung, ob das Fieber gesenkt werden muss oder nicht, sollte nach zwei bis drei Tagen unbedingt von einem Arzt getroffen werden.

Auf keinen Fall sollten Sie auf eigene Faust ein fiebersenkendes Mittel einnehmen. Zum einen kann dies das Bild verfälschen, dass der Arzt vom Kranken erhält. Zum anderen kann das bei manchen Erkrankungen lebensgefährliche Folgen haben.

Fiebersenkende Medikamente sind bis zu Temperaturen von 38,5 Grad ohnehin nicht sonderlich nützlich, denn der Körper ist meist ganz gut in der Lage, zumindest bei den durch Viren hervorgerufenen Erkältungskrankheiten mit dem Infekt fertig zu werden. Im Übrigen werden den meisten Antigrippemitteln meist mehr Nach- als Vorteile bescheinigt.

Sie schwächen die natürlichen Abwehrkräfte und hindern den Körper daran, sich selbst gegen die Eindringlinge zu wehren. Völlig sinnlos bei grippalen Infekten sind Antibiotika, die nur in Zusammenhang mit einer durch Bakterien verursachten Entzündung verschrieben werden sollten.

Bei 41 Grad Celsius nähert sich das Fieber aber im Allgemeinen einem Bereich, den der Körper allein nicht mehr verkraften kann. Mehr als 42 Grad bewältigt er nicht. Bei allen länger andauernden Fiebererkrankungen und jenen mit besonders hohem Fieber müssen Sie also unbedingt ein Arzt zu Rate ziehen.

Alternativhealing
Calle 53
Urbanizacion Marbella
0833 Panama City
Panama
eMail: [alternativhealing\(at\)gmail\(dot\)com](mailto:alternativhealing(at)gmail(dot)com)

PS:

Das dürfte Sie auch interessieren, wenn Sie betroffen sind, wenn Sie dazu neigen oder wenn Sie Jemanden in der Familie oder im Freundeskreis haben, der betroffen ist mit **[Herzinfarkt oder Schlaganfall](http://tinyurl.com/lap6e5)** oder dazu neigt:

<http://tinyurl.com/lap6e5>

PSS:

Das dürfte Sie auch interessieren, wenn Sie betroffen sind, wenn Sie dazu neigen oder wenn Sie Jemanden in der Familie oder im Freundeskreis haben, der betroffen ist mit **[Krebs](http://tinyurl.com/mw6fnf)** oder dazu neigt:

<http://tinyurl.com/mw6fnf>