



## Wie Fieber Ihrer Gesundheit nutzen kann

Sehr geehrte(r) Herr Michael,

unser heutiger Gesundheitsbrief ist in zwei Teile gegliedert:

Teil 1 beschäftigt sich mit Fieber. Fieber scheint eine ziemlich gefährliche Sache zu sein, die man unmittelbar und direkt bekämpfen muss. Täglich wird im Werbefernsehen für Grippemittel, Mittel bei Erkältungen und Mittel gegen Fieber geworben. Es geht für die Pharma um einen nicht kleinen Markt, denn es wird uns eingeredet, dass man gegen Fieber direkt aktiv werden muss. Das ist so aber nicht richtig. Fieber ist eine natürliche Reaktion des Körpers, die zur Entwicklung des Immunsystems beiträgt.

Teil 2 informiert Sie über die Katzenkrallen und ihre immunstärkende Wirkung.

Bitte bleiben Sie gesund und gehen Sie liebevoll mit sich um.

Ihr Gesundheits-Team

### In traditionellen Kulturen wurde Fieber schon immer respektiert und verstanden

Die meisten Menschen in unserer Gesellschaft leben mit der Vorstellung, Gesundheit sei ein Zustand des »Wohlbefindens« und »Nichtkrankseins«. Wir fürchten den Kontakt mit Bakterien, Viren und anderen Mikroorganismen. Wir greifen zu antibakteriellen Seifen, Sprays, Pillen, Tropfen und Lotionen.

In traditionellen Kulturen wurde Fieber schon immer respektiert und verstanden. Die meisten Menschen wussten, dass das Fieber steigen und anschließend wieder sinken würde, ähnlich einer Welle, die auf das Festland trifft.

Unsere heutige Gesellschaft hingegen versucht, das Fieber umgehend mit fiebersenkenden Mitteln zu unterdrücken.

Zu diesen fiebersenkenden Mitteln gehören Paracetamol und Ibuprofen. Sie senken die Temperatur schnell, aber sie bringen auch den Körper zum Schweigen und behindern die Entwicklung des Immunsystems. Dadurch können die angreifenden Organismen überleben, sodass eine chronische Erkrankung entstehen kann.

### Ihr Immunsystem ist ein Muskel

Das Immunsystem funktioniert wie ein Muskel, der herausgefordert werden muss, wenn er stärker werden soll. Ohne Widerstand kann das Immunsystem nicht stärker werden. Ein gewisser Widerstand kann manchmal bedeuten, dass jemand eine Erkältung oder Fieber bekommt. Das ist eine natürliche adaptive Reaktion des Körpers, um das Immunsystem zu besserer Funktion anzuregen.

### Fieber stimuliert das Immunsystem

Das Immunsystem reagiert damit, eine Infektion abzuwehren und den Körper zu stärken. Mikroorganismen können nur unter bestimmten Temperaturbedingungen überleben. Die eingeborene Intelligenz unseres Körpers versteht das und ist seit Urzeiten darauf eingestellt, eine Umgebung zu erzeugen, die das Überleben dieser infektiösen Organismen nicht zulässt.

Wenn unsere Kerntemperatur steigt, wird die Last der Mikroorganismen im Körper gesenkt. Der Körper will die Temperatur nicht so weit erhöhen, dass alle guten Mikroben abgetötet werden, wird es im Notfall aber tun. Bei einer extremen Infektion muss die Kerntemperatur das innere Ökosystem regulieren, indem die Temperatur erhöht wird und die Mikroben vernichtet werden.

Als normale Körpertemperatur gelten 37 Grad Celsius. Fieber beginnt definitionsgemäß bei einer oral gemessenen Temperatur von mehr als 38 Grad. Bei 38,3 Grad können die meisten Bakterien nicht überleben, bei 38,9 Grad können sich Viren nicht mehr vermehren und im Körper verbreiten. Fieber sind normalerweise selbstbegrenzend und von kurzer Dauer. Gefährlich werden sie erst, wenn die Temperatur über 40 Grad steigt.

### **Was tun bei Fieber?**

Man sollte sehr viel Wasser trinken und Elektrolyte zu sich nehmen. Das stärkt den Körper, denn dieser verbraucht Flüssigkeiten und Elektrolyte sehr schnell bei dem Versuch, die infektiösen Organismen loszuwerden.

Steigt das Fieber über 39,4 Grad steigt oder hält es länger als vier Tage konsultieren Sie unbedingt Ihren Arzt. Wenn das Fieber großes Unwohlsein, Atembeschwerden oder Krämpfe hervorruft, muss die Notaufnahme aufgesucht werden.

### **Katzenkralle: natürliche Heilkraft aus dem peruanischen Regenwald**

Katzenkralle (*Uncaria tomentosa*) ist die essbare innere Rinde einer Ranke, die in den Hochebenen des peruanischen Amazonas wächst. In ihrer Heimat ist sie bekannt unter dem Namen Una de Gato, im Englischen heißt sie Cat's Claw.

Die Katzenkralle gilt unter den Ureinwohnern Perus schon lange als Wundermittel. Bei der von den Indios traditionell zur Wundheilung verwendeten Una de Gato handelt es sich um ein natürliches Immunstimulanz der besonderen Sorte. Wissenschaftliche Studien bestätigen die uralte Erfahrung der peruanischen Indianer hinsichtlich der stoffwechselfördernden, antiviralen Wirkung der Cat's Claw.

### **Katzenkralle stärkt das Immunsystem**

*Uncaria Tomentosa* enthält Oxindolalkaloide, welche die weißen Blutkörperchen stärken und die Aktivität der Fresszellen steigern, wodurch der Abwehrkampf des Körpers gegen Bakterien, Viren und Gifte unterstützt wird.

Früher erschienene Gesundheitsbriefe finden Sie in unserem [Archiv](http://www.schallers-gesundheitsbriefe.de/archiv-der-gesundheits-briefe/) unter [www.schallers-gesundheitsbriefe.de/archiv-der-gesundheits-briefe/](http://www.schallers-gesundheitsbriefe.de/archiv-der-gesundheits-briefe/).

Es ist nicht Zweck unserer Webseiten, Ihnen medizinischen Rat zu geben, Diagnosen zu stellen oder Sie davon abzuhalten, zu Ihrem Arzt zu gehen. In der Medizin gibt es keine Methoden, die zu 100% funktionieren. Wir können deshalb - wie auch alle anderen auf dem Gebiet der Gesundheit Praktizierenden - keine Heilversprechen geben. Sie sollten Informationen aus unserem Seiten niemals als alleinige Quelle für gesundheitsbezogene Entscheidungen verwenden. Bei gesundheitlichen Beschwerden fragen Sie einen anerkannten Therapeuten, Ihren Arzt oder Apotheker. Bei Erkrankungen von Tieren konsultieren Sie einen Tierarzt oder einen Tierheilpraktiker. Die Artikel und Aufsätze unserer Seiten werden ohne direkte medizinisch-redaktionelle Begleitung und Kontrolle bereitgestellt. Nehmen Sie bitte niemals Medikamente (Heilkräuter eingeschlossen) ohne Absprache mit Ihrem Therapeuten, Arzt oder Apotheker ein.

Weitere Informationen unter [Vitalstoff-Journal.de](https://www.vitalstoff-journal.de).

© 2019 Com Marketing AG. Alle Rechte vorbehalten.

Schallers Gesundheitsbriefe

Com Marketing AG, Flüelistrasse 13, 6072 Schweiz