



HOMÖOPATHISCHE NOTIZEN

AUSGABE 4

THEMEN

◆ Ein heißes Eisen — zum Thema Cholesterin

◆ Der grippale Infekt

Ein heißes Eisen — zum Thema Cholesterin

Viele meiner Patienten kommen nach einer Routine-Blutuntersuchung beim Arzt mit der besorgten Frage zu mir, wie gefährlich ihr Befund in Bezug auf den Cholesterinwert denn tatsächlich sei. Der Arzt hält das Ergebnis für zu hoch, eine Beeinträchtigung des Gefäßsystems könne langfristig nicht ausgeschlossen werden. Oft werden die Herzkranzgefäße als besonders bedroht angeführt. Schon seit einigen Jahren verweise ich dann auf unabhängige Studien, die den Zusammenhang zwischen den Ablagerungen in den Gefäßen und dem erhöhten Cholesterinspiegel widerlegen. Darüber hinaus haben Studien wiederholt bestätigt, dass cholesterinhaltige Lebensmittel weder einen Einfluss auf die Höhe des Cholesterinspiegels, noch auf das Risiko an Gefäßverkalkung zu erkranken, haben. Außerdem kommt mehr und mehr Licht in die Frage, was denn dann die wirklichen Verursacher solcher Ablagerungen in den Gefäßen sind.

Den Startschuss, das erhöhte Cholesterin für die Gefäßverkalkung verantwortlich zu machen, war ein Tierversuch an Kaninchen. Die Tiere wurden mit Schweinefleisch gefüttert, eine für sie völlig artfremde Nahrung. Sie verwendeten nach kurzer Zeit und bei der anschließenden Untersuchung fan-

den die Forscher erhebliche Ablagerungen in den Adern der Tiere. Diese Ablagerungen bestanden z.T. aus Cholesterin. Seitdem konnte keine unabhängige Studie beweisen, dass Gefäßverkalkungen beim Menschen von einem erhöhten Cholesterinspiegel verursacht werden.

Die jetzt veröffentlichten Untersuchungen* bestätigen: Arteriosklerose kommt nicht von einem erhöhten Cholesterinspiegel.

Was aber ist die eigentliche Ursache dafür? In vielen Fällen sind es chronische Entzündungen im Körper, also vornehmlich entzündete Zahnwurzeln, chronische Bronchitis oder Zahnfleischentzündungen. Negativer Stress (Distress) begünstigt Herzinfarkte, da anhaltend hohe Konzentrationen an Stresshormonen unser Immunsystem schwächen. In industriell produzierten Nahrungsmitteln findet sich z.T. sogenanntes oxidiertes Cholesterin, das ein Gesundheitsrisiko darstellt. Hierzu in einem weiteren Artikel mehr.

Meine Empfehlung ist daher: Lassen Sie sich nicht die Butter vom Brot nehmen, aber vermeiden Sie chronische Entzündungen in Ihrem Körper! Die nach einigen Jahren der Einnahme meist zuverlässig auftretenden Nebenwirkungen der Statine (Cho-

lesterinsenker) sind also vollständig überflüssig. Bei Menschen, die geistig besonders rege sind, wurde häufig ein erhöhter Cholesterinspiegel festgestellt. Was zeigt, dass ein erhöhter Cholesterinspiegel eher positive Auswirkungen hat.

Hier spätestens stellt sich jedem die Frage, weshalb Cholesterin senkende Medikamente weiterhin zur Prophylaxe von Gefäßverkalkung verordnet werden. Eine Antwort darauf könnte hier liegen: Ein Freund von mir ist seit vielen Jahren Allgemeinarzt. Vor einigen Jahren fragte er bei seiner Standesvertretung nach, ob sie ihm eine Fortbildung anbieten könne, die nicht von der Pharmaindustrie gesponsert wird. Nach ausführlicher Recherche wurde ihm mitgeteilt, dass es keine Fortbildung gäbe, die nicht von der Pharmaindustrie finanziert wird. Es läge aber eine schriftliche Erklärung vor, die versichere, dass auf die Inhalte der Fortbildung kein Einfluss genommen wird. Der riesige Gewinn von 25 Mrd. Dollar jährlich weltweit könnte der Grund sein, den erhöhten Cholesterinspiegel weiterhin als ein Gesundheitsrisiko zu pflegen.

Eine ausführlichere Darstellung zu diesem Thema finden Sie in der Ausgabe 1/2015 des „Europäischen Instituts für Lebensmittel- und Ernäh-



rungewissenschaften“, Titel: Die Lipid-Hypothese und ihre Folgen. Im Anhang daran finden sich alle wissenschaftlichen Quellen zu diesem

Thema: www.euleev.de.

* Ray KK et al. Statins and all-cause mortality in highrisk primary prevention: a meta analysis of 11 randomized controlled trials involv-

ing 65.229 participants. Archives of Internal Medicine 2010

Michael Huster (HP)

Nachdem ich in unseren letzten „Homöopathischen Notizen“ die Bedeutung des Fiebers aus unserer Sicht genannt habe, soll nun der normale Verlauf eines sog. grippalen Infektes und eventuelle Maßnahmen beschrieben werden.

Die Genauigkeit der Fiebertemperatur hängt davon ab, wo gemessen wird. Die Körpertemperatur kann unter der Zunge, rektal, im Ohr, vaginal, in der Leiste oder in einer Achselhöhle gemessen werden. Der rektal gemessene Wert kommt der Körperkerntemperatur am nächsten und ist damit zu bevorzugen. Wird unter der Zunge gemessen, ist der Wert 0,4 °C niedriger als bei einer rektalen Messung. Die axillare Messung ist ungenau und wird daher nicht empfohlen. Orientierend ist eine Messung auch an der Stirn möglich. Übrigens: Eine Temperaturdifferenz von mehr als 1,0 °C zwischen einer oralen und einer rektalen Messung *kann* ein Indiz für das Vorliegen einer Blinddarmentzündung sein.

Zu Beginn einer Infektion bekommt der Körper die Information, die Temperatur zu erhöhen, um die Eindringlinge zu bekämpfen. Dazu werden die Blutgefäße verengt, was dazu führt, dass über die Haut weniger Wärme abgegeben werden kann. Arme und

Der grippale Infekt

Beine werden kalt. Die Muskeln können zu zittern beginnen, wodurch mehr Wärme produziert wird – es kommt zu Schüttelfrost. In dieser Phase des Fiebers empfindet man die Umgebung viel kälter als sonst und es ist wichtig, den Körper zu wärmen. Ist das Fieber sehr hoch, steigt das Schlafbedürfnis und der Appetit lässt nach. Auch Muskel- und Gliederschmerzen sind häufige Begleiter einer derartigen Infektion. Bei einigen Menschen kann es bei hohem Fieber sowohl zu Benommenheit und Halluzinationen (Fieberdelir) als auch zu Fieberkrämpfen kommen. Diese Krämpfe treten selten bei ein- bis fünfjährigen Kindern auf; die Mechanismen, die dahinter stehen, sind kaum bekannt. Die Anfälle sind für die Angehörigen erschreckend, für den Patienten jedoch folgenlos.

Die erhöhte Temperatur wird gebraucht, um die Infektion zu bekämpfen. Sollte sie jedoch sehr hoch sein, können lauwarme Wadenwickel die Hitze ableiten und damit das Fieber um ca. 1 °C senken. Vor der Anwendung sollte man darauf achten, dass Hände und Füße der erkrankten Person gut durchwärmt sind. Für die Durchführung der Wadenwickel werden zwei Leinen- oder Baumwolltücher mit lauwarmem Wasser getränkt und nur behutsam ausgewrungen.

Das Wasser sollte lauwarm und nicht kalt sein, denn die Wärmeenergie wird dem Körper durch die Verdunstung der Feuchtigkeit in den Wadenwickeln entzogen und nicht durch die Kühlung der Waden. Sind die Wadenwickel zu kalt, kann es zu einer Verengung der Blutgefäße und somit zu einer schlechteren Durchblutung der Waden kommen, die Wadenwickel können so nicht mehr richtig wirken, da keine Wärme mehr aus dem restlichen Körper abgezogen werden kann.

Besonders in der Schwitzphase ist auf ausreichende Flüssigkeitszufuhr zu achten, denn jetzt ist die häufigste Nebenwirkung die Dehydratation (Austrocknung).

Wurde die Ursache des Fiebers vom Körper erfolgreich bekämpft, wird die Temperatur wieder gesenkt, indem der Körper durch Schwitzen und erweiterte Gefäße vermehrt Wärme abgibt.

Während einer derartigen typischen fiebrigen Infektionskrankheit kommt es meist zu ausreichenden Symptomen, mit denen der Homöopath eine genau passende Arznei finden kann, die nicht das Fieber senkt, sondern dem Menschen hilft, sich selbst wieder auf die Beine zu bringen.

Christine Stiboy-Risch (HP)

Praxis für klassische
Homöopathie

Christine Stiboy-Risch

Poppenbüttler Hauptstraße 11a · 22399 Hamburg
Tel.: 040/712 50 70 · www.hp-stiboy.de

Impressum:

Die *Homöopathischen Notizen* werden herausgegeben von Michael Huster (HP), Rainer Schetelich (HP) und Christine Stiboy-Risch (HP).

Redaktion: Michael Huster, Rainer Schetelich und Christine Stiboy-Risch

Fotos: © Sonja Birkelbach

Alle Inhalte der *Homöopathischen Notizen* und dessen Layout sind urheberrechtlich geschützt und Eigentum der Herausgeber, sofern nicht ausdrücklich anders gekennzeichnet.

Die *Homöopathischen Notizen* erscheinen dreimal im Jahr.

Eine Abbestellung ist jederzeit möglich.