

## Fit durch Fieber

Ohne Fieber kein starkes Immunsystem, DENN ein starkes Immunsystem ist die beste Lebensversicherung!

Fieber ist eine körpereigene Reaktion. Sie ist weder lästig noch bedrohlich. Es gilt Ängste zu überwinden "Horrorgeschichten".

ABER **Fieber muss richtig gepflegt werden !** → Komplikationen.

Fieber = erhöhte Temperatur. Hohes Fieber ab 38.5 Grad Celsius.

Jedoch muss die Grundkonstitution des Patienten beachtet werden und nicht die Fiebergrade.

**Ursachen:** Bakterien, Viren, Pilze  
Allergene, artfremde Eiweiße, zerstörte Körperzellen.  
Psychische Belastungen

Fieber wirkt zerstörend bei tieferliegenden Krankheiten.

Die regulierenden Mechanismen des Körpers greifen nicht mehr:

Durst - Dehydratation, Schilddrüsenüberfunktion, Hirnschädigung, Tumor.

Verlangt unbedingt nach fachlicher Behandlung (Arzt – Homöopath).

### Aufgaben des Fiebers:

- ❖ Zuwendung bekommen, Gleichgewicht wieder herstellen, Entwicklungsschub.
- ❖ Sich gegen Fremdes wehren, Bildung von Abwehrstoffen.
- ❖ Lebensbedingungen von Viren, Bakterien verschlechtern.
- ❖ Stoffwechsel beschleunigen. Giftstoffe ausscheiden.

**Fieber ist eine gesunde und wirksame Heilreaktion der Natur.**

### Wir unterscheiden drei Fieberstadien.

- ❖ **Fieberanstieg:** zittern, Schüttelfrost, Übelkeit, Erbrechen, kalte Extremitäten.
- ❖ **Fieberhöhe:** Hitze, warme Extremitäten, beschleunigter Puls, müde - schlapp, appetitlos, Allgemeinbefinden schlecht. Ev. Delir, Kopfschmerzen.
- ❖ **Fieberabfall:** schwitzen, schlafen, Schwindel bis zum Kollaps.  
Schwindel ist ein Symptom, das häufig nach Medikamenten-Einnahme erscheint. Der Körper schwitzt stark, Flüssigkeitszufuhr wichtig.  
Fremdeinwirkung.

### Pflege

**Bei Fieberanstieg:** Wärme zuführen: zudecken, aufsteigende Bäder (Fussbad). Pulswickel. Fussbad: Anfangstemperatur ca. 36°, steigern bis 40°-42°; 10-20 Min. Nachruhen 30 Min. Pulswickel an Hand- und Fussgelenken.

**Bei Fieberhöhe:** Bettruhe, allgemein Ruhe. Trinken: lauwarm, keine kohlenensäurehaltigen Getränke. Bouillon, Lindenblütentee. Viel Flüssigkeit zuführen. Leichte Kost bis fasten, entlastet den Körper. Eiweisshaltige Nahrung meiden. Einlauf - Darmentlastung, Darmtätigkeit regulierend.

## **Grundsätze der Fiebersenkung**

Nur überlegt Fieber senken! Immer erst ab Fieberhöhe !

Hauptgradmesser ist das Wohlbefinden des Patienten.

Patient beobachten bei: Asthma, Fieberkrampfneigung (Hirn ist nicht reif genug um das Fieber zu verkraften), Homöopath - Arzt zuziehen.

## **Wann zum Arzt ?**

Hohes, andauerndes Fieber über 3 Tage und länger.

Beim Baby, Kleinkind sorgfältig Haut beachten. Nässt es die Windeln wie gewohnt?

Trinkt es? Erbricht es?

Zusätzliche Beschwerden wie starkes Kopfweh,...

Achtung: für den Körper sind auf- und absteigende Fieber sehr belastend.

Medikamente vorsichtig einsetzen.

## **Pflege daheim**

- ❖ Essigsöckli lauwarm, nicht zu kalt (etwas unter Körpertemperatur beginnen).  
Füsse und Beine sind heiss, Niemals kalte Füsse und Beine behandeln.  
Ev. Beine nicht zudecken.

→ **Fieber langsam senken, nur bis "Kopf klar" ist, nicht weiter senken.**

- ❖ Wadenwickel, etwas sanftere Methode. Bei leicht frösteligen Patienten, wenn die Neigung zu kalten Füßen besteht (Verspannung der Gefässe).
- ❖ Sehr gut ist ein absteigendes Fussbad. Das Fieber lässt sich sanfter senken. Mit Körpertemperatur beginnen und langsam abkühlen (25°), nur bei warmen Füßen anwenden.
- ❖ Waschungen. Untere Beine waschen und ohne abzutrocknen ins Bett, ev. auch nicht zudecken. Unterarme waschen, Beine waschen... wiederholen.

Erholsamer, entspannter Schlaf ist die erwünschte Wirkung bei all diesen fiebersenkenden Methoden.

## **Bei Fieberabfall**

Schwitzen - viel trinken. Bouillon bei Schwindel, wacklig auf den Beinen. Abfallstoffe werden ausgeschieden.

Körper abwaschen nach Schweissausbruch, frisches Pyjama, frische Bettwäsche.

Wichtig: schlafen lassen.

- ❖ Um Rückfälle zu vermeiden (Komplikationen!) 1 Tag fieberfrei.

**Gib mir ein Mittel, das Fieber hervorruft,  
und ich heile dir jede Krankheit.**

**Arzt der Antike**