

Symptome – Warnsignale des Körpers

Wie in der modernen Technik, so gibt es seit vielen Jahrmillionen in der gesamten belebten Natur funktionierende Warnsignale. Der menschliche Körper ist dabei ein solches hochkompliziertes Gebilde, das seit jeher mit einem solchen System ausgestattet ist. Er besitzt ein Gefahrenmeldesystem, das bei Funktionsstörungen und bei bedrohlichen Entwicklungen im oder bei gefährlichen Einwirkungen auf den Gesamtorganismus, auf einzelne Organsysteme oder Organe selbstständig in Funktion tritt und gleichzeitig Warn- und Steuerungssignale abgibt. Dabei nehmen wir viele dieser Signale gar nicht wahr, denn sie sind innerhalb des Körpers an bestimmte Schalt- und Befehlszentren gerichtet und mobilisieren die körpereigene Immunabwehr (z.B. der Infekt nach einem Eindringen von Bakterien oder Viren).



Andere Signale dieses Warnsystems sind doppelter Natur, einerseits melden sie uns, dass mit unserem Körper etwas nicht in Ordnung ist, aber gleichzeitig sind sie auch ein Zeichen einer inneren Abwehrarbeit unseres Organismus (z.B. das Fieber, mit Erhöhung der Körpertemperatur als objektives, messbares Signal und der subjektiven Befindlichkeitsstörung wie Abgeschlagenheit und Schwindel). Beim Fieber bemüht sich der Organismus durch die vom Wärmezentrum im Gehirn gesteuerte Temperaturerhöhung, die eingedrungenen Viren abzutöten, da sie oberhalb einer bestimmten Temperatur nicht mehr lebensfähig sind, und gleichzeitig wird dem Betroffenen durch die Fiebersymptome die Bedrohung angezeigt, so dass er den Körper in seinem Abwehrkampf (z.B. durch Schonen der Kräfte) unterstützen kann. Fieber ist also keine Krankheit, sondern ein Warnsignal, Zeichen einer Störung, gleichzeitig aber auch eine zielgerichtete Abwehrreaktion des Körpers. Aus diesem Grund ist es falsch, bei erhöhter Temperatur unverzüglich fiebersenkende Maßnahmen zu ergreifen, weil dadurch die Selbstheilungskräfte des Organismus beeinträchtigt werden. Erst wenn durch hohes oder langes Fieber organische Schädigungen drohen, der Körper also mit den Krankheitserregern nicht aus eigener Kraft fertig wird, sind fiebersenkende Maßnahmen angezeigt.

Die wahrnehmbaren Signale, die das Gefahrenmeldesystem unseres Körpers aussendet, nennt man Krankheitszeichen oder Symptome.

Dabei unterscheidet man zwischen subjektiven (nur vom Betroffenen selbst wahrnehmbare) und objektiven (von anderen erkennbare) Symptomen. Subjektive Symptome sind in erster Linie Schmerzen aller Art, aber auch Empfindungen wie Brennen, Kribbeln, Jucken, Stechen, Ziehen, Übelkeit, Brechreiz, Schwindel, Taubheit usw. Diese Symptome spürt der Betroffene nur selbst, kann sie aber anderen durch Worte, Gesten usw. mitteilen, aber niemals so, dass andere die Schmerzen und Beschwerden tatsächlich selbst fühlen, und erst recht ist es unmöglich, sie objektiv zu erfassen oder zu messen.

Sowohl subjektiv als auch objektiv sind Symptome wie Hautausschläge, Hautverfärbungen, Geschwülste, Atemnot, Erbrechen, Durchfälle usw.

Objektive Symptome können nur vom Mediziner wahrgenommen und bewertet werden. Dazu gehören Veränderungen im Blutbild, Urin usw., die nur im Labor erkannt werden. Ebenso gehört dazu die Auswertung von Aufzeichnungen der Gehirnströme und der Aktionsströme des Herzens. Auf Funktionsstörungen, organische Schädigungen und krankhafte Veränderungen im inneren seines Körpers wird der Betroffene zwar meist durch eine Vielzahl von Symptomen aufmerksam gemacht, aber nur der Arzt kann sich mit Hilfe der Technik ein objektives Bild von den tatsächlichen Gegebenheiten machen und auf dieser Grundlage eine exakte Diagnose stellen und entsprechende therapeutische Maßnahmen ergreifen.

Als gesundheitsbewusster Mensch wissen Sie, wer gesund sein, gesund bleiben oder wieder gesund werden will, muss selbst zu einer inneren Ausgewogenheit beisteuern, muss einen aktiven Beitrag zu seiner Gesunderhaltung oder Gesundwerdung leisten. Durch eine gesunde Lebensweise kann jeder viel dazu beitragen, seinen Körper die Belastungen zu ersparen, die eine schwere Erkrankung mit sich bringt. Jedem ist bekannt, dass eine ernsthafte Krankheit nicht nur vorübergehend das Wohlbefinden beeinträchtigt, sondern auch eine einschneidende Langzeitwirkung hat, die sich auf die Lebenserwartung auswirken kann.

Trotz aller gesundheitlichen Bemühungen kann es doch zu Störungen des inneren Gleichgewichts, also zu Krankheiten, kommen. Jetzt ist es besonders wichtig auf die Warnsignale des Körpers zu achten und entsprechende Maßnahmen einzuleiten.

Es ist aber völlig falsch, wenn man sich ständig selbst belauert, überängstlich aus jedem kleinen Wehwehchen gleich eine Katastrophe macht. Aber ebenso falsch ist allzu großzügige Leichtfertigkeit, die sämtliche Warnsignale in den Wind schlägt und erst dann den Arzt aufsucht, wenn bereits schwere Schädigungen zu ernsthaften Beeinträchtigungen geführt haben. Aus Erfahrung wissen die meisten, wie sie mit kurzzeitig anhaltenden Symptomen, z.B. Durchfall, umzugehen haben. Ganz anders verhält es sich, wenn ohne erkennbaren Grund über eine längere Zeit Symptome auftreten. Dann müssen Sie schnellstens zum Arzt!

Um mit den Symptomen besser umgehen zu können, müssen Sie sich mit dem Aufbau und der Funktion des Körpers, mit den Krankheiten und den entsprechenden Symptomen, beschäftigen. Dann können Sie insgesamt gegenüber Ihrem Körper aufmerksamer und hellhöriger werden. Nur so können Sie erkennen, wenn die Selbstheilungskräfte zur Genesung ausreichen oder wenn Sie rechtzeitig medizinische Hilfe brauchen. Für eine präzise Diagnosestellung des Arztes ist es besonders wichtig, dass Sie die wahrgenommenen Krankheitszeichen (Symptome) möglichst in klare Worte fassen und sie dem Arzt auch mitteilen. Aus dieser genauen Schilderung der Beschwerden kann dann der erfahrene Arzt die richtigen Schlüsse ziehen und bei Bedarf durch Labor- und Gerätediagnostik die Untersuchungsbefunde untermauern.

Es sollte aber immer darauf geachtet werden, dass keine Symptombehandlung, sondern eine Ursachenbekämpfung, durchgeführt wird!

Die Lebensweisheit „Vorbeugen ist besser als heilen“ gibt eine uralte Erfahrung wieder, die heute auch wissenschaftlich und statistisch untermauert ist. Diese Einsicht hat erfreulicherweise in neuerer Zeit immer breiteren Raum gewonnen. Zeichen dafür sind die zwar langsame, aber doch merkbare Umstellung der Lebens- und Ernährungsgewohnheiten, der Meidung von Genussgiften, der Beitrag zur Körperfitness usw.

Von großer Bedeutung für die Gesundheit sind aber auch die Umwelteinflüsse. Viele Menschen mit chronischen Krankheiten suchen oft verzweifelt nach den Gründen für die ständigen Beschwerden. Dabei suchen sie Rat bei der Schulmedizin, bei Naturheilkundlern, Psychotherapeuten und anderen alternativen Heilmethoden. Oft zeigen diese Aktivitäten, welche sich oft zu einer richtigen Odyssee (Irrfahrt) ausweiten, aber nicht den erhofften gesundheitlichen Erfolg. Sie bleiben mehr oder minder krank. Man findet keinen Ausweg mehr und auch kein Silberstreif am Horizont ist zu erkennen.

Die Analyse und Bewertung der Ursache einer Krankheit wird immer schwieriger. Es ist heute kaum noch möglich, vor allem bei chronischen Erkrankungen mit langjähriger Inkubationsdauer (Zeitspanne zwischen dem Eindringen von Erregern in den Körper und dem Auftreten der ersten Symptome einer Krankheit), deren eigentliche Ursache festzustellen.

Dabei **kann** die **Ursache** in den eigenen vier Wänden vorhanden sein, denn dort haben die **Umwelteinflüsse auch ihre Auswirkungen (Siehe unter www.a1-baubiologie.de)**