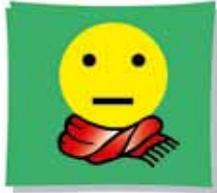


Komplementär-Medizin

Balance



Kinderkrankheiten
Komplementäre Sichtweise

Holen Sie sich die gesamte
12seitige Broschüre bei uns im Geschäft.
Gratis für unsere Kunden.



Kinder und Körperabwehr



Obwohl alle Kinder mit dem sogenannten «Nestschutz» geboren werden: Die über die Nabelschnur aufgenommenen Abwehrstoffe schützen nur eine gewisse Zeit vor Infektionen. Schon kurz nach der Geburt muss der kleine Körper seine eigene Abwehr aufbauen. Das tut er, indem er mit immer neuen Infekten konfrontiert wird und auf diese Weise seine Erfahrungen sammelt.

Früh gehts los

Auch nach der Geburt erhält das Kleinkind immer noch Antikörper über die Muttermilch – aber nach der Stillzeit muss der kindliche Organismus die Abwehrstoffe selbst herstellen. Diese Produktion wird durch den Kontakt mit Bakterien, Viren sowie Pilzen stimuliert. So lernt der Körper, gegen welche Feinde es in Zukunft anzukämpfen gilt. Atemwegsinfekte, Mittelohr- und Halsentzündungen gehören meist zu den ersten unliebsamen Bekanntschaften. Kleine Kinder sind wesentlich öfter krank als Erwachsene, weil sich ihr Immunsystem in der Entwicklung befindet und es die Abwehrkörper gegen die unterschiedlichen Krankheitserreger erst bereitstellen muss.

Die alten Klassiker

Masern, Mumps und Röteln waren früher so stark verbreitet, dass wir uns als Kinder noch damit ansteckten. Heute gibt es Impfungen gegen diese leicht übertragbaren Krankheiten. Wer einmal daran erkrankt ist

oder aber dagegen geimpft wurde, ist sein Leben lang immun. Auch wenn die klassischen Kinderkrankheiten meist problemlos verlaufen, wurden in einigen Fällen schwerwiegende Komplikationen oder bleibende Schäden beobachtet. Wir sollten diese Krankheiten also niemals unterschätzen.

Der Körper reguliert

Fieber ist eine wichtige Abwehrreaktion des Körpers im Kampf gegen Krankheitserreger. Durch den Anstieg der Körpertemperatur werden die Stoffwechselvorgänge beschleunigt und somit ungebetene Eindringlinge geschwächt oder beseitigt. Viren, Bakterien oder andere Parasiten sind auf eine gewöhnliche Temperatur zwischen 36 und 37°C eingestellt – ihr Organismus kann in einem veränderten Umfeld Schaden nehmen. Durch Schwitzen wird ausserdem der Abtransport von unerwünschten Substanzen beschleunigt. Fieber ist also ein Teil des natürlichen Abwehrprozesses und muss im Normalfall nicht gesenkt werden, insofern die Temperatur nicht zu stark ansteigt und das Fieber nicht länger als 2–3 Tage dauert.

Individuell immun

Nicht jedes Kind entwickelt sein Abwehrsystem gleich: Ernährung, Umwelt oder familiäre Vorbelastungen können diesen Prozess beeinflussen. Es kann durchaus sein, dass ein Kind kaum jemals krank ist,

während seine gleichaltrigen Kollegen oft das Bett hüten müssen. Auch können wir unsere Kinder nicht von allen Erkrankungen fernhalten – denn besonders auf dem Spielplatz, im Kindergarten oder in der Schule ist die Ansteckungsgefahr gross: Beim Niesen, Husten oder Sprechen sowie durch verunreinigtes Spielzeug werden Krankheiten rasch von einem Kind auf das andere übertragen.

Achtung: Schadstoffe

Während natürliche Körperfeinde wie Krankheitserreger die eigene Abwehr trainieren, belasten gewisse chemische Stoffe den Körper und damit das Immunsystem. Kinderspielzeuge oder -kleider enthalten heute oft Schadstoffe, welche bei Ihrem Kind gesundheitliche Probleme verursachen können. Achten Sie beim Einkaufen darauf – und sorgen Sie auch im trauten Heim sowie bei der Ernährung dafür, dass mögliche Schadstoffe oder Umweltgifte stets draussen bleiben.

Die sanfte Methode

Schmerzen beim Zahnen, kleinere Wehwechen nach Stürzen, aber auch Koliken oder Fieberschübe sind häufige Leiden, welchen Kleinkinder öfters ausgesetzt sind. Hier brauchen Sie nicht gleich die schulmedizinische Chemiekeule auszupacken – die natürlichen komplementären Methoden bieten für harmlosere Beschwerden eine Vielzahl effizienter Mittel: so zum Beispiel gegen Husten, Halsschmerzen, Schnupfen und Fieber, bei Stirn- oder Nasennebenhöhlenentzündungen sowie bei Verdauungsbeschwerden, Übelkeit und Reisekrankheit. Wir informieren Sie gerne über die vielfältigen und schonenden Behandlungsansätze der komplementären Medizin!

Reifepfung

Kleinkinder erforschen Spielplatz, Waldboden und stecken in einer gewissen Entwicklungsphase alles in den Mund, was ihnen in die Finger kommt. Sie laufen oft siebenmal



im Jahr mit einer laufenden Nase umher oder klagen über Bauchschmerzen. Das ist der Entstehungsprozess der körpereigenen Abwehr. Dazu gehört besonders auch der Aufbau der Darmflora, welche 80% unseres Immunsystems beherbergt. Doch je älter das Kind wird, desto seltener wird es krank. Denn gegen jeden neuen Erreger werden umgehend Abwehrstoffe erzeugt. Irgendwann im frühen Schulalter ist die körpereigene Abwehr normalerweise so gut ausgebildet, dass sie die meisten ungebetenen Eindringlinge wirkungsvoll bekämpfen kann.

Übertrieben wohlbehütet

Kinder, welche aus Angst der Eltern in einer «keimfreien» Umgebung aufwachsen, haben es später schwerer. Es ist also besser, wenn Ihr Kind ausgiebig im Freien und in der Natur spielt. Die hier gemachten Erfahrungen helfen beim Aufbau einer stabilen körpereigenen Abwehr. Eine zu saubere Umwelt sorgt für eine unzureichende Aktivierung des Immunsystems und kann zudem die Entstehung von Allergien begünstigen.