

## Hoera Koorts?! Niet onderdrukken omdat...

Koorts is een super effectief en gezond afweermecanisme van je lichaam. Door de temperatuur te verhogen, worden schadelijk niet lichaamseigen eiwitten (in bijv. virussen en bacteriën) afgebroken.

Het doormaken van koorts is dus heel waardevol en gezond. Laat het lichaam dit zoveel als mogelijk zelf oplossen en er van leren. Koorts zorgt namelijk dat je ziekteverwekkers snel kwijt raakt. Je bent een kortere periode ziek, je herstelt sneller en komt er beter er sterker uit.

Ik raad daarom het gebruik van paracetamol, of andere koortsverlagende medicatie, bij koorts zo veel als mogelijk af. Door de koorts te onderdrukken met medicatie, ontnem je je lichaam de kans om het efficiënt zelf op te lossen. Je remt je natuurlijk afweer en daarmee de mogelijkheid om je immuunsysteem te versterken. Mét paracetamol duurt de periode dat je ziek bent langer en de kans is groot dat je daarna blijft kwakkelen. Je bent namelijk niet alle schadelijke stoffen kwijtgeraakt omdat de temperatuur niet hoog genoeg is geweest. Daarnaast heeft je afweer niet optimaal kunnen werken en kunnen leren voor toekomstige infecties.

Virussen en bacteriën worden bij koorts onschadelijk gemaakt, terwijl onze lichaamseigen eiwitten véél hogere temperatuur kunnen verdragen. Koorts is dus gezond en niet schadelijk, tenzij deze té hoog wordt.

Kortere pieken van 41 en 42 graden kunnen gezonde vitale mensen prima hebben, maar dat mag niet te lang aanhouden. Bij 43 graden wordt het schadelijk voor je lichaam en kan het zelfs levensbedreigend worden. Gelukkig komt dit nauwelijks voor.

In levensbedreigende situatie zijn we dankbaar voor het bestaan van koortsverlagende medicatie, want daar zijn ze voor bedoeld. Maar paracetamol is overal verkrijgbaar en wordt te snel en te vaak ingenomen. Het leven is maakbaar geworden. Ziek zijn wordt soms gezien als lastig en onnodig: "pilletje erin en door". Vanuit deze gedachte, wordt voorbij gegaan aan de kracht van het menselijk lichaam, en de eigen gezondheid tegengewerkt.

Koorts is geen ziekte, het is een symptoom. De koorts heeft de functie om de onderliggende ziekte aan te pakken en naar buiten te werken. Ontneem je lichaam dit mechanisme niet en wees blij met koorts. Het is een vitale reactie die laat zien dat je afweer naar behoren functioneert.

Mijn advies:

- Bewaar de paracetamol voor ernstige situaties.
- Gebruik je gezonde verstand en durf te vertrouwen op je eigen lichaam of die van je kind.
- Blijf vooral opletten of de persoon alert is, begrijpt wat je zegt en voldoende drinkt. Zonder eten kan probleemloos een paar dagen, maar blijven drinken is wél heel belangrijk.
- Vertrouw je de situatie niet? Neem contact op met je homeopaat of huisarts.

[www.HomeopathieLingewaard.nl](http://www.HomeopathieLingewaard.nl)

Homeopathie is maatwerk geneeskunde en effectief bij zowel acute als chronische klachten. Benieuwd wat homeopathie kan doen voor jouw klachten?

Aniek Pere, Klassiek Homeopaat, 06-42809714

#homeopathie #homeopaat #genezing #geneeskracht #duurzaam #natuurlijk #zelfgenezendvermogen #natuurlijkgezond #homeopathiestuderen