

Fragen & Antworten von Dr. Elisabeth Höppel zum Thema Wetterfühligkeit

F: Seit einiger Zeit fällt mir auf, dass mir bei Wetterwechsel das Knie schmerzt. Hat das etwas mit dem Alter zu tun?

A: Wetterfühligkeit oder Biotropie ist sehr verbreitet, jeder zweite Deutsche leidet daran. Frauen und ältere Menschen sind häufiger betroffen – vor allem mit Gelenk- und Kopfschmerzen, aber auch Blutdruckveränderungen, Schlafstörungen, Nervosität und Abgeschlagenheit. Vor einem Gewitter erhöht sich z.B. die Unfallhäufigkeit deutlich.

F: Ich habe manchmal das Gefühl, dass das nicht so richtig ernstgenommen wird...?

A: Ja, bis vor noch gar nicht so langer Zeit galten solche Patienten in der Schulmedizin als Hypochonder, bis man festgestellt hat, dass Rezeptoren an der Halsschlagader auf Druckveränderungen reagieren. Jetzt hat man auch bestimmte elektromagnetische Impulse, sog. Sferics, entdeckt, die Gehirnströme beeinflussen können. Im alten China vor 2000 Jahren war der Einfluss des Wetters übrigens so selbstverständlich bekannt, dass Krankheiten direkt danach benannt wurden.

F: Was passiert denn da im Körper?

A: Genau weiß man das nicht, vermutlich wird die elektrische Reizübertragung im zentralen Nervensystem beeinflusst. Daher sind Menschen anfälliger, deren vegetatives Steuerungs-System für die lebenswichtigen Funktionen wie Herzschlag, Atmung, Verdauung eine niedrigere Reizschwelle hat.

F: Und woher kommt das?

A: Der Organismus muss sich ständig an Veränderungen anpassen und ein Regulations-Gleichgewicht herstellen. Die Biotropie ist keine eigenständige Krankheit, sondern ein Hinweis für eine Störung der Balance. Alles, was den Körper schwächt und belastet, kann somit dazu beitragen.

F: Was kann man tun?

A: Allgemein alles, was den Körper stärkt, wie gesundes Essen, viel Trinken, Stressabbau und ausreichend Schlaf. Dazu Anpassungs-Training durch Bewegung draußen bei jedem Wetter, Wechselduschen und Sauna.

Die ganzheitliche Medizin bietet viele Möglichkeiten herauszufinden, was das innere Gleichgewicht stört und wie man es wiederherstellen kann.

Praxis für Ganzheitliche Medizin

Reiter Straße 37 • 83527 Haag • Telefon 08072 | 2825
praxis@ganzheitlich-aerztlich.de • www.ganzheitlich-aerztlich.de



Dr. med.
Elisabeth Höppel

Ärztin für
Homöopathie
Akupunktur
Naturheilverfahren
Orthopädie