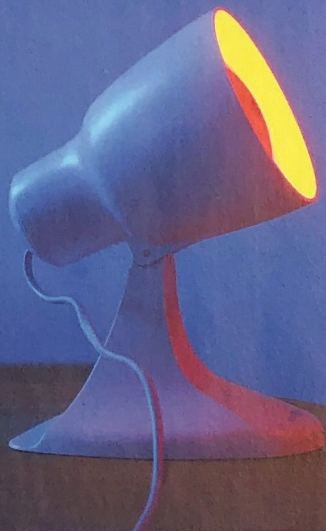


Der Krankheit Feuer machen



Wärme entspannt die Muskulatur, lockert das Bindegewebe und fördert die Durchblutung – kein Wunder, dass sie ein zentraler Bestandteil der Rehamedizin und der Hausapotheke ist. Sie kann aber noch viel mehr: Mit künstlichem Fieber und heizbaren Nanopartikeln bekämpfen Forscher und Ärzte erfolgreich Krebs

TEXT: MONIKA HOLTTHOFF-STENGER

Gebt mir die Macht, Fieber zu erzeugen, und ich heile jede Krankheit“, wagte vor 2500 Jahren der Philosoph Parmenides von Elea ein berühmtes Versprechen. Der griechische Gelehrte hatte beobachtet, dass chronische Leiden sich nach einem kurzen hohen Infektionsfieber unerwartet besserten oder verschwanden. Er war sicher: Körperhitze heilt.

Wenn Viren und Bakterien den Körper angreifen, beginnt der Organismus zu fiebern. Die Kerntemperatur klettert auf bis zu 41 Grad Celsius, der Mensch fühlt sich schlapp. Sein Stoffwechsel aber läuft zur Hochform auf: Die Wärme öffnet die Kapillaren, so dass das Blut mit erhöhter Geschwindigkeit durch Organe und Gewebe strömt. Es versorgt Zellen mit einem Plus an Sauerstoff und Nährstoffen und

transportiert zügig Stoffwechselabbauprodukte und Schadstoffe ab. Fresszellen werden ebenfalls beweglicher: Emsig durchkämmen sie auf der Suche nach Eindringlingen das Gewebe.

Viren und Bakterien dagegen hassen Hitze. Sie macht ihren Stoffwechsel träge, lässt die Fortpflanzung erlahmen. Abwehrzellen erleichtert das die Arbeit immens. Was also nach außen hin wie ein Zusammenbruch wirkt, ist eine seit vier Millionen Jahren evolutionär verankerte, schlagkräftige Methode, um Krankheitserreger unschädlich zu machen.

Wärmetherapie kopiert dieses Vorbild der Natur. Um die Selbstheilungskräfte ihrer Patienten anzukurbeln, erhitzen Ärzte und Physiotherapeuten einzelne Körperregionen oder den gesamten Organismus.

Eine Praxis mit vielfältigen Einsatzmöglichkeiten und langer Tradition. Schon vor 5000 Jahren errichteten Bewohner des heutigen Mexiko, die Perepécha, Schwitzhütten, in denen sie glühend heiße Steine mit Wasser begossen, um mit Dampf und Hitze

Krankheiten zu vertreiben. Klassische Wärmeanwendungen wie Fango, Wärmelampe und heiße Rolle sind fester Bestandteil der Schulmedizin, der Naturheilkunde und der Traditionellen Chinesischen Medizin. In der Physiotherapie unterstützen sie meist andere Maßnahmen wie Krankengymnastik und Massagen und kommen überall zum Einsatz, wo etwas gestärkt oder aufgebaut werden soll: zum Beispiel bei Muskelverkürzungen, Zerrungen und Verstauchungen, Rücken- oder Nackenschmerzen oder bei Arthrose. Wärmeanwendungen können sich positiv auf chronische Entzündungen auswirken und haben einen beruhigenden Effekt bei psychosomatischen Erkrankungen, Unruhezuständen und Nervosität.

Wissenschaftlich belegt ist die Wirkung der Wärmetherapie in den meisten Fällen allerdings nicht, erläutert Thomas Tölle, der das Schmerzzentrum an der TU München leitet: „Die nationalen Versorgungsleitlinien empfehlen Wärmeanwendungen deshalb auch nicht ausdrücklich: Sie raten nicht davon ab.“ Wichtig sei, dass sich Patienten mit der Wärme wohlfühlen, sagt Tölle. Keinesfalls solle die Behandlung schmerzhaft sein. Wer unter akuten Entzündungen leidet, sollte auf Extrawärme verzichten, weil sie die Beschwerden verschlimmern kann, auch bei Rheuma ist Vorsicht geboten. Außerdem aktiviert Wärme Lippenherpes und kann Migräne auslösen.

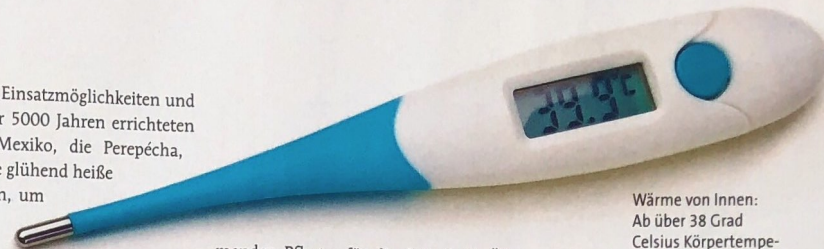
Für den Hausgebrauch bietet der Handel diverse Produkte, die Schmerzen lindern und Verspannungen lösen können. Wärmepflaster allerdings gehören nicht dazu, winkt der pharmazeutische Chemiker Manfred Schubert-Zsilavecz ab, der die selbsterwär-

menden Pflaster für die Zeitschrift Ökotest getestet hat: „Wenn überhaupt gibt es sehr schwache Hinweise, dass Wärmepflaster kurzfristig gegen unspezifische, akute Schmerzen im unteren Rücken wirken.“ Von Pflastern, die Capsaicin oder Cayennepfeffer enthalten, sollten Verbraucher sowieso die Finger lassen: Sie reizen die Haut und erzeugen lediglich den Eindruck von Wärme.

Wer verspannte Muskeln lockern will, sollte besser Wärmflaschen, warme Wickel, Heizkissen und Rotlicht nutzen. Sie ermöglichen Dehnungen und Massagen, die sonst sehr schmerzhaft wären. Die sogenannte heiße Rolle ist dafür ebenfalls geeignet. Sie besteht aus mehreren Lagen Tüchern, die zu einer Rolle gewickelt auf die entsprechenden Körperstellen aufgebracht und massierend hin und her bewegt wird. Ihre feuchte Wärme dringt tiefer in die Haut ein und hilft deshalb oft besser als trockene Wärmequellen. Fangopackungen aus gemahlenem Vulkangestein sind als vorbereitete Masse erhältlich, die bis zu 50 Grad erwärmt wird und 20 bis 40 Minuten auf der Haut bleibt. Bei Bauchkrämpfen haben sich Wärmflasche oder Körnerkissen bewährt.

Krankheiten, die tief im Körper wüten, erreicht solch oberflächliche Hitze nicht – dazu bedarf es einer Temperaturerhöhung im Körperinneren. Die antike Idee, Fieber zu entfachen, um kranke innere Organe zu heilen, inspirierte im Jahr 1890 den US-amerikanischen Chirurgen William Coley. Er hatte beobachtet, wie ein Sarkom-Patient nach heftigem Fieber von seinen todbringenden Tumoren genes. Daraufhin spritzte er rund 1000 Sarkom-Patienten einen Cocktail aus fiebererzeugenden Bakterien ➤

Wärme von Innen:
Ab über 38 Grad Celsius Körpertemperatur spricht man von Fieber. Das Aufheizen des Körpers ist eine sehr wirksame Verteidigungsstrategie gegen Krankheitserreger



Wärme von Außen:
Fangopackungen (l.), heiße Wickel oder Wärmekissen und -flaschen können Schmerzen im Bauch oder in Gelenken und Muskeln lindern

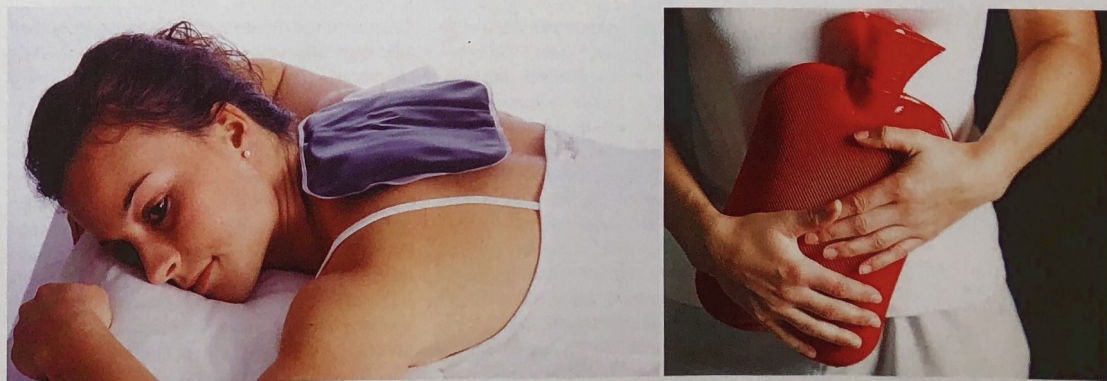


Foto: Mike Schroeder / argus, red2000 / stock.adobe.com, Reismann / Fotoline, Jochen Tack / Fotoline