

Weitere Informationen rund um das Thema Gesundheit finden Sie im Bereich Gesundheit und Ernährung unter <http://www.infocenter.ruv.de>

Die Erkältungswelle rollt: Bei Fieber ist Sauna tabu

R+V-Infocenter: Temperaturwechsel kann grippale Infekte verschlimmern – viele Medikamente wirken in der Hitze stärker

Wiesbaden, 22. Februar 2013. Husten, Schnupfen, Fieber und Kopfschmerzen: Viele Deutsche liegen zurzeit mit schweren Erkältungen oder Grippe im Bett. Wer jetzt denkt, dass ein Saunagang die Symptome lindert, der irrt gewaltig. „Kranke haben in der Sauna nichts verloren“, sagt Dr. Marko Ostendorf, Arzt beim Infocenter der R+V Versicherung. „Der Infekt kann durch die Hitze-Kälte-Wechsel sogar noch schlimmer werden.“ Hinzu kommt die Ansteckungsgefahr für andere Saunagänger. Bei Fieber ist die Sauna absolut tabu – für den ohnehin geschwächten Organismus ist die große Hitze eine unzumutbare Belastung.

Grundsätzlich gilt: Wer Medikamente einnimmt, sollte vor dem Besuch des Schwitzbades lieber seinen Arzt fragen. „Der Körper nimmt einige Mittel wie beispielsweise Salben durch die erhöhte Temperatur schneller und vermehrt auf – besonders bei Anwendung kurz vor dem Saunabesuch“, so R+V-Experte Ostendorf. Hinzu kommt, dass sich die Durchblutung der inneren Organe wie Leber und Niere in der Sauna verändert – auch das kann die Wirkung von Medikamenten beeinflussen. Der behandelnde Arzt weiß, ob es ausreicht, die Arzneimittel-Einnahme um einige Stunden zu verschieben.