

von

Dr. Christian Eglseer



Phänomen Stress

In grauer Vorzeit war Stress eine (über-) lebenswichtige körperliche Reaktion. Dabei wurde unter anderem die Aufmerksamkeit erhöht und man konnte dem Feind schneller davonlaufen. Da durch den Stress der Energieverbrauch des Körpers erhöht ist, geht Stress mit erhöhtem Hungergefühl einher. Stress trat damals fallweise auf.

Permanentstress

Heute ist für viele Menschen Stress ein durch sie selbst beziehungsweise durch die Gesellschaft erzeugtes Phänomen und tritt nicht selten als Permanentstress auf. Die Folgen sind unter anderem dauernd erhöhter Puls und Blutdruck, Neigung zu Schweißausbrüchen, Ruhelosigkeit und Schlafstörungen. Obwohl wir heute nicht dauernd einem Fressfeind davonlaufen müssen, haben wir vermehrt Hunger und nehmen zu. Dabei handelt es sich um Faktoren, die unseren Körper schneller altern lassen. Vergleichbar mit einem Auto, das dauernd im ersten Gang mit Vollgas gefahren wird. Dieses hat sicher auch nur eine Lebensdauer von wenigen tausenden Kilometern.

Stress kann nicht nur chronisch sondern auch akut tödlich sein: Erhöhte Stresshormone im Blut können eine an und für sich kleine, unbedeutende Cholesterineinlagerung in einem Herzkranzgefäß zum Platzen bringen und damit zum Verschluss des Gefäßes sowie in weiterer Folge zum tödlichen Herzinfarkt führen.



Dr. Christian Eglseer

Facharzt für Innere Medizin

Amstetten, Wagmeisterstraße 46

Ordinationszeiten: Mo., 14 – 17

Uhr, Di., Mi., Do., 8 – 12 Uhr

sowie nach Vereinbarung

Tel. 07472/67264

Hotline: Tel. 0664/3404505

IHRE Gesundheit ist UNSER Anliegen

www.dr-eglseer.at

Anzeige