

Tom Cowan

La febbre nei bambini

tratto da: <https://www.westonaprice.org/health-topics/ask-the-doctor/fevers-in-children/>

Lo scopo della febbre

Tutti i libri di testo pediatrici ci dicono che un bambino che ha la sindrome nefrosica, una malattia in cui i reni iniziano a perdere proteine, molto probabilmente guarirà se contrarrà contemporaneamente il morbillo. In effetti, il morbillo è l'unica cura conosciuta per la sindrome nefrosica, che viene altrimenti trattata sul lungo periodo miseramente con il prednisone, un corticosteroide. È interessante notare che la somministrazione di un vaccino contro il morbillo non funziona, non cura la sindrome nefrosica.

Chi ha letto il mio libro *The Fourfold Path to Healing* sa che l'intera storia del trattamento del cancro è intimamente correlata al fenomeno delle malattie infettive. Ci sono numerosi casi registrati di cancro che vanno in remissione quando il paziente contrae una malattia infettiva, perché di fatto il candidato più promettente per curare un paziente malato di cancro è lo streptococco. Lo streptococco è stato utilizzato nei vaccini per il trattamento del cancro, in particolare dal chirurgo John Coley che ha riportato un tasso di remissione di quasi il 40% nei pazienti con cancro che hanno ricevuto il suo vaccino. Nell'oncologia moderna, il bacillo della tubercolosi è utilizzato nel cancro della vescica, viene iniettato nelle vesciche di coloro che hanno questa forma di cancro. Infine, alcuni pediatri e oncologi hanno sostenuto che la moderna epidemia di cancro nei bambini sia il prevedibile esito della mania contemporanea di prevenire la febbre nei bambini, somministrando loro aspirina, paracetamolo e antibiotici.

Chiaramente, c'è di più nella storia delle infezioni oltre alla semplice sfortuna, qualcosa di cui sbarazzarsi a tutti i costi. Analizziamo più a fondo questa storia. Quando un bambino si ammala con la febbre, nel suo corpo vengono attivati numerosi processi, processi che possiamo vedere e sperimentare senza l'uso di intuizioni speciali o strumenti fantasiosi. In primo luogo, c'è un aumento del calore, sia a livello locale, nel sito dell'infezione, come le tonsille, sia a livello sistemico. Questa risposta sistemica è misurata dalla temperatura elevata sul termometro. In secondo luogo, c'è dolore, di nuovo sia localmente, sia, a volte, dolori muscolari che si fanno sentire ovunque. Terzo, c'è gonfiore. Infine, c'è il rossore. Gli ultimi due sono principalmente nel luogo dell'infezione, ma in una certa misura vediamo l'intero viso del bambino diventare leggermente più rosso e anche un po' gonfio. I libri di testo di patologia identificano questi cambiamenti come i quattro segni cardinali dell'infiammazione.

In *Fourfold* discuto la teoria che in realtà abbiamo quattro 'corpi', ognuno dei quali partecipa all'infiammazione e si attiva quando siamo malati. Il corpo fisico o terrestre diventa rosso, il corpo fluido o eterico si riempie di fluido e lo chiamiamo gonfiore, il corpo emotivo o astrale sperimenta un aumento delle sensazioni, che chiamiamo dolore, e il corpo caldo o mentale viene coinvolto e alza la nostra temperatura. Questa attivazione dei quattro corpi è particolarmente acuta nei bambini perché l'intero processo dell'essere bambini consiste nel crescere e rimodellare i propri corpi per 'adattarsi' al proprio scopo individuale nella vita.

Un altro modo per dirlo è che quando un bambino incontra un impedimento, ad esempio una proteina estranea o un organo che non si sta formando correttamente, entra in 'modalità di rimodellamento'. La ristrutturazione viene eseguita abbattendo la vecchia materia deforme, portandola nel cassonetto e poi ricostruendo una casa più adatta da abitare. Questo è esattamente ciò

che viene fatto attraverso la malattia. Prendi il morbillo: la temperatura sale a 40, gli occhi lacrimano, il naso cola, i polmoni espellono muco, i reni buttano fuori proteine in eccesso, le viscere sono sciolte e il bambino soffre dappertutto. Questi sintomi preannunciano la costruzione di un corpo più nuovo e più sano, più personalizzato rispetto alle dinamiche proprie del bambino. Questo è un processo profondamente curativo e spirituale e, come ogni cosa di tale gravità, ha i suoi rischi e pericoli. Il rischio di un serpente che perde la pelle, di un bruco che si trasforma in farfalla, il rischio di sforzarsi di fare qualcosa che non è mai stato fatto prima, è che si possa fallire e cadere nell'abisso. Non provarci, tuttavia, è anche peggio. Il nostro lavoro di genitori e medici è aiutare il bambino ad attraversare il ponte della malattia con la nostra guida amorevole, premurosa e intelligente mentre sperimentiamo i processi naturali che sono all'opera quando i nostri figli lottano con le loro malattie.

Atteggiamento dei genitori

Nei miei vent'anni e oltre come medico, la cosa più importante che ho osservato nel determinare l'esito della malattia di un bambino è l'atteggiamento dei genitori. Se i genitori hanno una profonda convinzione che il loro bambino sia forte e che la malattia, se non diventa troppo grave, servirà al bambino nel suo sviluppo futuro, il loro atteggiamento di determinazione e fiducia si tradurrà in un ambiente di serenità ed efficacia che permette veramente al bambino di riposare e di affrontare comodamente il processo. Il bambino deve sapere che i genitori stanno attenti a qualsiasi indicazione che la malattia stia diventando troppo forte e richieda più aiuto; il bambino deve sapere che può rilassarsi e che andrà tutto bene.

Stare al caldo

Prima di tutto, un bambino con la febbre deve stare a letto o in un luogo comodo e rilassato. Per favorire l'eliminazione attraverso i reni, dovrebbe assumere liquidi caldi il più spesso possibile. Il bambino dovrebbe essere tenuto al caldo poiché la febbre ha bisogno di fare il suo lavoro e gli si deve permettere di 'bruciare' la malattia. Le viscere dovrebbero essere tenute aperte se necessario con un lassativo delicato o erbe che incoraggiano i movimenti intestinali.

Un bambino malato può ascoltare le storie lette ad alta voce, ma per il resto l'unica altra attività appropriata è il riposo. Meno stimoli mentali ci sono sotto forma di giochi al computer, film, ecc., meglio è. La malattia è un compito serio e richiede molta energia; non c'è spazio per nient'altro nella loro giornata, solo riposo e guarigione. Se i genitori seguissero solo questi semplici consigli, niente per abbassare la febbre, solo calore, calma risolutezza, attenta osservazione, molti liquidi, tenere le viscere aperte e riposo, avremmo molti meno problemi con la malattia cronica di quelli che abbiamo ora.

Rimedi (questa parte è stata “tagliata” per la lettura radiofonica, si rinvia al testo originale per la versione completa)

Ci sono anche altri interventi che possiamo usare che funzionano con i processi che ho appena descritto. Il primo è un medicinale antroposofico a base di api (*Apis*) e della pianta *Atropa Belladonna* che agisce con i quattro corpi coinvolti nell'infiammazione. L'intera attività delle api parla della sua relazione con il calore e la struttura fisica. Si dice che la temperatura al centro di un alveare prodotto naturalmente sia esattamente di 37 gradi, la stessa della sana temperatura umana. L'alveare, che racchiude questo calore, è composto da perfetti cristalli esagonali. È come se le api ci dicessero: “Siamo l'immagine nella natura del perfetto rapporto con il calore racchiuso nella perfetta struttura fisica. Tu, amico mio, stai lottando per trovare questa relazione, ti aiuterò a trovare la strada”.

La belladonna, invece, è una pianta che vive nel sottobosco paludoso e umido, e da questo regno fluido sviluppa un veleno che ci fa svegliare. Le fu dato il nome belladonna perché le donne lo usavano per instillare un estratto delle bacche nei loro occhi al fine di far dilatare le loro pupille, che era considerato un segno di bellezza, da qui il nome *bella donna*. Il veleno letteralmente ci sveglia, apre i nostri occhi e rende le nostre emozioni e sentimenti più acuti. Belladonna tratta il corpo emotivo che lotta con il regno umido e fluido della palude per portare una risoluzione a tutto quel gonfiore, muco, pus e altra acquosità che è il segno distintivo di così tante malattie infantili.

Ricorda che il filo conduttore nel trattamento di qualsiasi malattia infiammatoria è aiutare il bambino a risolvere l'infezione. Proprio come in un cumulo di compost o in uno stagno in cui sono stati scaricati rifiuti o inquinamento, l'infezione è il modo in cui la natura digerisce i detriti indesiderati. Se metti la cosa sbagliata in un cumulo di compost, si verificherà un "infezione" poiché i nuovi batteri, probabilmente più potenti, tenderanno a digerire questa cosa indesiderata. Allo stesso modo, uno stagno inquinato produrrà la crescita di alghe per digerire l'inquinamento. Chiamiamo le alghe una "infezione" ma in realtà è una sorta di processo digestivo. Così nel bambino con la febbre, i globuli bianchi fanno la digestione interna, aiutati dalla febbre. Il nostro compito è principalmente quello di mantenere aperti i canali di eliminazione - ghiandole sudoripare, reni e intestino - per consentire al corpo di rimuovere efficacemente i detriti digeriti. Quando questo va storto, il bambino diventa 'congestionato' e finisce con infezioni più gravi, come la polmonite.

Possiamo aiutare a prevenire un' "infezione" che sfugge di mano aumentando il processo di eliminazione. Il primo passo è aumentare la sudorazione, una delle strade principali che il nostro corpo usa per eliminare i detriti. In passato, a tutti i bambini malati venivano somministrate erbe sudorifere come menta piperita, achillea e tè ai fiori di sambuco, poiché queste erbe diaforetiche aiutano il bambino a 'sudare'. Sappiamo tutti che molte malattie sono scomparse la mattina dopo una bella sudata. Queste erbe dovrebbero essere somministrate in acqua calda poiché il calore incoraggia ulteriormente il processo di sudorazione. Sappiamo anche che il fiore di sambuco ha il suo effetto antivirale e immunostimolante mentre l'achillea aiuta il fegato a disintossicare i veleni e la menta piperita lenisce il tratto gastrointestinale.

Un'altra combinazione di erbe che do alla maggior parte dei bambini malati è una miscela di *Andrographis*, *Echinacea* e *Holy Basil*. L'*andrographis*, altrimenti noto come 're degli amari', aiuta ad attivare un principio molto importante della medicina naturale, cioè sostenere ciò che il corpo sta già facendo. Aiutiamo la sudorazione insieme al calore e alle erbe, favoriamo l'eliminazione con delicati lassativi. *Andrographis* migliora la normale strategia di uscita del corpo dai veleni, che è rendere solubile il veleno nel fegato e quindi espellerlo attraverso la bile. È un po' come raccogliere la spazzatura e poi portarla sul marciapiede. Le erbe amare aiutano a stimolare il flusso della bile, facilitando così l'eliminazione dei veleni e dei batteri che i nostri globuli bianchi hanno digerito. Questo è il motivo per cui gli amari sono inclusi praticamente in ogni formula tradizionale a base di erbe. Tutta la guarigione implica l'eliminazione e *Andrographis* è il re di questo processo. (È anche molto amaro!)

L'*echinacea* rafforza il sistema immunitario, aiutando i nostri globuli bianchi a riconoscere e a spostarsi nel sito dell'infezione. Dovrebbe essere utilizzato praticamente in tutte le infezioni in qualsiasi sito.

Il basilico santo è conosciuto come un'erba adattogena, cioè un'erba che ci aiuta ad adattarci allo stress, compreso lo stress di una malattia. Le erbe adattogene agiscono aumentando la produzione di cortisolo, che ha un lieve effetto antinfiammatorio, evitando che l'infiammazione diventi troppo intensa.

Si può camuffare il sapore amaro delle piante con del miele o della radice di liquirizia. La mia esperienza nel trattare i bambini con medicine dal sapore sgradevole è che quando ne hanno bisogno, le prenderanno fintanto che i genitori sono convinti che sia giusto. Quando migliorano, si

rifiutano di prenderne di più, come a dire: 'Ora non ho bisogno di aiuto, sto bene da solo'. È allora che interrompo la medicina.

Sono poi importanti fonti alimentari naturali e integrali di vitamina C, che aiuta l'attività dei globuli bianchi. Dò anche l'estratto della ghiandola timo, poiché il timo è l'organo che produce le cellule T, che partecipano al superamento delle infezioni. Questa preparazione aiuta a mantenere la malattia breve poiché la ghiandola del timo è responsabile anche della produzione degli anticorpi che fanno parte del processo di guarigione.

Cibo e bevande

Infine alcune note sulla dieta per i bambini ammalati. Il cibo e le bevande dovrebbero essere tutti serviti da caldi a bollenti, per incoraggiare il principio del calore. Durante la malattia, il contenuto di proteine dovrebbe essere ridotto perché le scorie che stiamo eliminando durante la malattia provengono dalle proteine nella nostra dieta. Tuttavia, i grassi incoraggiano la produzione sana del calore necessario. Il grasso trasporta la vitamina A, il principale nutriente necessario per aiutare il nostro sistema immunitario. Grassi sani e brodo di carne dovrebbero essere i pilastri della nostra dieta da malati. La zuppa calda a base di brodo di pollo fatto in casa - la famosa "penicillina ebraica" - con verdure cotte e un po' di panna o latte di cocco è forse il pasto ideale per il malato. Generalmente i bambini malati non hanno molta fame, quindi il calore e il nutrimento di frequenti ciotole di zuppe calde è la dieta perfetta per loro. I frullati a base di tuorli d'uovo, frutta fresca e yogurt intero, panna o latte di cocco sono un'altra buona scelta, anche se non dovrebbero essere serviti freddi. Ovviamente, ai bambini dovrebbe essere somministrato da 1/2 a 1 cucchiaino di olio di fegato di merluzzo ad alto contenuto vitaminico tutti i giorni, ma soprattutto quando sono malati. Può essere miscelato con un po' d'acqua o succo d'arancia fresco o somministrato con un contagocce.

Secondo me, forse non esiste un paradigma che necessiti di una revisione così urgente come il nostro approccio alle malattie dei bambini. Nella nostra ricerca quasi messianica per eliminare le malattie infantili - attraverso vaccinazioni, antibiotici e farmaci per abbassare la febbre - abbiamo fatto terra bruciata con la salute dei bambini che si ritrovano oggi cronicamente malati e stanchi, trascorrendo la vita sentendosi a disagio nella loro pelle non trasformata. È come se avessimo impedito ai bruchi di diventare farfalle perché il tempo dell'immobilità come crisalide può essere pericoloso. Ebbene è pericoloso, almeno un po', ma è più pericoloso - anzi mortale - non permettere mai a un bambino di compiere il proprio destino e diventare una farfalla. Abbiamo urgente bisogno di rispettare il potere trasformativo della malattia, di raccogliere il nostro coraggio e non soccombere a coloro che promettono una salute migliore iniettandoci veleni o farmaci aggressivi contro la vita che diventano sempre meno efficaci. E più di ogni altra cosa abbiamo bisogno di credere nei poteri curativi del corpo dei nostri figli, in modo da poter dare loro il dono della fiducia nelle proprie forze per quando affronteranno le sfide dell'età adulta.