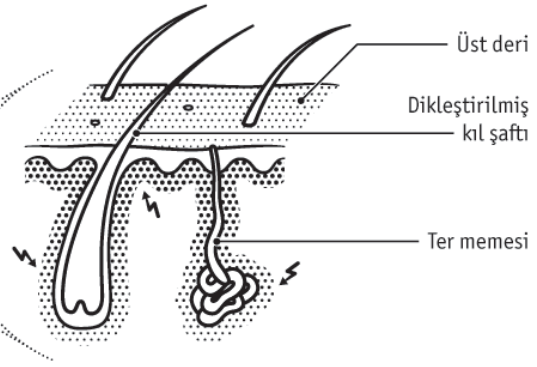


Bağırsıklık sistemi virüslerle irtibat halindeyse açığa aktarıcı maddeler çıkar ve bunlar hipotalamusta ısı nominal değerinin artmasına neden olur. Bu esnada vücudun ısı üretimi artar ve vücuttaki kıllar dikleştirilerek ve ter gözenekleri daraltılarak cilt üzerinden ısı aktarımını azaltılır.

Cilt üzerinden ısı aktarımının azaltılması



Ateş nedir?

İnsan vücudunun içindeki ısı normalde 36 °C ve 37 °C arasındadır. Eğer vücudun bu çekirdek ısısı 38 °C ve üzerindeyse buna ateşlenme denir. 37 °C ve 38 °C arasındaki bir değere yüksek veya subfebril vücut ısısını deniyor. Eğer termometre 41 °C üzerini gösteriyorsa hiperpireksi (aşırı yüksek ateş) söz konusudur. Tüm bu bilgiler anüsten yapılan ölçümler için geçerlidir. Ateş kendi başına bir hastalık değil, bir dizi farklı hastalıkta görülebilecek bir semptomdur. En sık nedenleri enfeksiyonlardır ki bunlara soğuk algınlığı hastalıkları da dahildir.

Ateş kendini nasıl gösterir?

Vücut ısısının gerçek değerini yükselmiş nominal değere adapte edebilmek için metabolizma tetiklenerek ve kasları daha fazla çalıştırılarak ısı üretimi artırılır ve ciltten üzerinden ısı aktarımını azaltılır. Özellikle ateş yükseldiğinde bu nedenle eller ve ayaklar genellikle soğuk, yanaklar solar ve insan üşür hatta titreyebilir. Camsı gözler, kuru, sıcak cilt, hızlı nabız ve hızlı solunum da yine ateş belirtileridir. Ateşle birlikte genellikle huzursuzluk ve genel hastalık hissi, yorgunluk, bitkinlik, iştahsızlık ve baş ağrısı gibi şikayetler görülür.

Soğuk algınlığı hastalıklarında ateş nasıl oluşur?

Beynin bir bölümü olan hipotalamusta vücut ısısını düzenleyen merkez bulunuyor. Buradaki nominal değer olan yakl. 37 °C artarsa ateşlenme meydana gelir. İşte bu enfeksiyonlarda meydana gelebilir. Bağırsıklık sistemi hastalığa neden olan virüslerle irtibat halindeyse aktarıcı maddeler açığa çıkarılır. Bu pirojenler nominal değer artmasına ve dolayısıyla da vücut ısısının yükselmesine neden olur ki bu durum, enfeksiyonun ağırlık derecesine ve virüse bağlıdır. Soğuk algınlığı virüsleriyle irtibat olması halinde yetişkin insanlarda ısı genellikle yükselmez ya da sadece hafif yükselir. Grip virüsleri ve bakteriler genellikle şiddetli ateşe de neden olur. Vücut ısısının artması bağırsıklık sistemine virüslerle mücadelede yardımcı olur, çünkü bu şekilde ek bağırsıklık hücreleri etkinleştirilir.

Soğuk algınlığında ateş nasıl tedavi edilir?

Yüksek ateş ve yoğun hastalık hissi durumunda ateş düşürücü yöntemler mantıklı olabilir. Ancak özellikle de soğuk algınlığı gibi solunum yolları enfeksiyonunda yüksek vücut ısısını hemen ilaçla tedavi etmeye gerek yoktur. Çünkü bu, organizmaya tekrar iyileşmesi için yardımcı olan normal bir reaksiyondur. Bu durumda fiziksel zorlanmalardan kaçınılması, dinlenilmesi ve yeterli miktarda sıvı içilmesi önerilir, çünkü ateş durumunda çok miktarda sıvı kaybı yaşanır. Baldır sargıları ateşi düşürmek için kendini kanıtlamış ve koruyucu yöntemlerdir. Ateşin nasıl değerlendirileceği bunun nedenine ve seyrine bağlıdır. Basit solunum yolları enfeksiyonlarında vücut ısısı genellikle birkaç gün içinde normale döner. Sürekli devam eden ateş, 39,5 °C üzerindeki ısılar ve ateşin tekrar yükselmesi bir komplikasyon uyarısı olabilir. Bu nedenle ateşin beklenen seyri ve hangi belirtiler görüldüğünde tekrar doktora gidilmesi gerektiği doktorla görüşülmelidir.