

# Mir is kalt!

Beitrag von „row-k“ vom 30. September 2008 13:37

Zitat

*Original von CKR*

Das stimmt. Kaltes Wasser führt dazu, dass sich die Gefäße zusammenziehen. Das hat zwei Effekte: Der Blutdruck steigt, da weniger Gefäßquerschnitt für das gleiche Blutvolumen zur Verfügung steht. Zum anderen wird ein größeres Blutvolumen aus den Beinen / Armen herzwärts transportiert. Ein schwaches Herz ist dann unter Umständen überfordert und kann das ankommende Blut nicht schnell genug weiter transportieren.

Hmm ... dann dürfte man sich also auch nicht sein Gesicht kalt abwaschen, sondern müsste davor seine Füße abkühlen? Hihi!

Spaß beiseite!

Natürlich sollte es so sein, dass man GLEICH NACH dem Gesicht zuerst die Extremitäten mit kaltem Wasser benetzt. Das hatte ich nicht geschrieben, sondern als bekannt vorausgesetzt.

Zitat

Alles andere geht gar nicht.

"Alles andere geht **noch** gar nicht." Man gewöhnt sich an alles, wenn man Krankheit vermeiden will.