

### Hőártalmak



Szervezetünknek egyensúlyt kell tartania a hőtermelés és a hőleadás között: az elfogyasztott táplálék elégetése révén és az izommunka során állandóan hő keletkezik, melyet normális körülmények között a hőleadásnak kell ellensúlyoznia. Az agyban lévő "hőközpont" szabályozó mechanizmusa 36 °C és 38 °C között tartja testünk hőmérsékletét. A fokozott hőfelvétel, illetve a csökkent hőleadás következménye az értágulat és a fokozott verejtékezés. Amennyiben ezek túllépik az élettani szabályozás határait: hőártalom keletkezik.

[Bővebben>>>](#)