



UNTERNEHMENSGRUPPE

MEDIGREIF

INSELKLINIKUM HERINGSDORF

HAUS KULM

Fachklinik für Psychosomatische Medizin und Psychotherapie

Haus Kulm –
Kompetenzzentrum für die

Ganzkörper- Kältetherapie

- Usedom – die Sonneninsel
- Zahlreiche Heilfaktoren
- Ganzheitlich-integrative Medizin
- Interdisziplinäres Team
- Einzigartiges Equipment

Therapiekonzept Ganzkörper-Kältetherapie

Kälte wird in gleicher Weise wie Wärme seit alters her als therapeutisches Medium eingesetzt.

Hauptanwendungsgebiete der lokalen Kälteapplikation und auch der Ganzkörper-Kältetherapie sind Erkrankungen des Stütz- und Bewegungsapparates einschließlich der Muskulatur mit entzündlich, degenerativ oder traumatisch bedingter Funktionsstörung.

Indikationen

- **Chronisch-entzündliche Gelenk- und Wirbelsäulenerkrankungen (chronische Polyarthritits, Morbus Bechterew)**
- **Degenerative Gelenk- und Wirbelsäulenerkrankungen (Arthrosen)**
- **Fibromyalgie, Myalgien**
- **Schmerzen der Muskulatur und der Gelenke, Rückenschmerzen**
- **Muskelspasmen (spastische Paresen, multiple Sklerose)**
- **Morbus Crohn, Colitis ulcerosa**
- **Neurodermitis, Psoriasis vulgaris und -arthropatica**
- **Bestimmte Arten von Kopfschmerzen**

Wirkungsprinzip und Behandlungsablauf

Die Ganzkörper-Kältetherapie wird seit 1984 in Deutschland angewendet. Die therapeutische Temperatur beträgt $-110\text{ }^{\circ}\text{C}$. Wissenschaftliche Untersuchungen belegen, dass eine kurzzeitige (0,5 bis 3 Min.) Einwirkung einer so extremen Kälte zu einer Schmerzblockade, einer Minderung entzündlicher Prozesse, zur Lösung von Muskelverspannungen und zu einer Modulation des Immunsystems führt.

Die aus drei Sektionen bestehende Kältekammer wird in Badebekleidung, mit Mundschutz, Ohrenschutz, Handschuhen, dicken Socken und festem Schuhwerk betreten. In der ersten Sektion herrscht eine Temperatur von $-10\text{ }^{\circ}\text{C}$, in der zweiten $-60\text{ }^{\circ}\text{C}$. Diese zwei Sektionen haben eine Schleusenfunktion.

Danach betreten Sie die therapeutische Sektion, in der eine Temperatur von $-110\text{ }^{\circ}\text{C}$ herrscht. Die Verweildauer sollte maximal 3 Minuten betragen.

Unmittelbar nach dem Verlassen der Kältekammer stellt sich ein angenehm warmes Gefühl im ganzen Körper ein, die Gelenke lassen sich freier bewegen. Die Schmerzreduzierung hält einige Stunden an.

Die Anzahl der Behandlungen richtet sich nach dem Beschwerdebild und dem Therapieeffekt, wobei eine Langzeitwirkung bei weniger als 20 Therapien nicht zu erwarten ist. Die Therapie wird hochfrequent, d. h. täglich ein- oder zweimal durchgeführt (Montag bis Freitag). Die im schmerzfreien bzw. schmerzarmen Zeitintervall erfolgende krankengymnastische Übungsbehandlung führt zur Verbesserung der Gelenk- und Muskelfunktion.

Eine Langzeitwirkung dieser Therapie ist hinsichtlich einer Reduzierung der Schmerzen, einer verbesserten Beweglichkeit der Gelenke und einer Minderung der entzündlichen Prozesse (Schübe) zu erwarten.

Kontraindikationen

- Erkrankungen mit einer erhöhten Kälteempfindlichkeit (Kälteagglutininkrankheit, Kälteurticaria)
- manifeste arterielle Durchblutungsstörungen, Raynaud-Syndrom
- Zustand nach Herzinfarkt oder Bypass-Operation (weniger als ein halbes Jahr zurückliegend)
- Herzschrittmacher

Die Kältetherapie kann unter stationären oder ambulanten Bedingungen erfolgen. Es ist für den Behandlungserfolg allerdings vorteilhaft, wenn sie im Rahmen einer stationären Heilbehandlung durchgeführt werden kann. In diesem Fall ist sie in ein komplexes therapeutisches Konzept (engmaschige ärztliche und psychologische Betreuung, physikalische Therapie, Vermittlung spezieller Entspannungs- und Bewegungsstrategien, alternative und naturheilkundliche Verfahren) eingebettet. Dieser multimodale Behandlungsansatz ist ambulant nicht durchführbar.



UNTERNEHMENSGRUPPE

MEDIGREIF

INSELKLINIKUM HERINGSDORF

HAUS KULM

Fachklinik für Psychosomatische Medizin und Psychotherapie

Kostenlose Service-Hotline: 0800 33 33 456

MEDIGREIF Inselklinik Heringsdorf GmbH · Haus Kulm

Kulmstr. 9 · 17424 Ostseebad Heringsdorf

Telefon: 038378 59-0 · Fax: 038378 59-585

info@kulm.medigreif-inselklinikum.de

