



Schmerzfrei
durch Kälte

**Ganzkörperkältetherapie
in der -110 Grad Celsius Kälte-
kammer**



RHEUMAKLINIK

Klinik der Deutschen Rentenversicherung
Nordbayern



Häufige Indikationen für eine Therapie in der Kältekammer (-110 Grad Celsius)

Systemische chronisch entzündliche
Erkrankungen

Wirbelsäule: Morbus Bechterew, Spondar-
thropatien bei Schuppenflechte,
Reiter-Syndrom und andere

Gelenke: Chronische Polyarthritits, Schup-
penflechtenarthritits, reaktive Ar-
thritiden, Kollagenosen, Arthritits
bei Stoffwechselstörungen

Muskeln: Myositis, Fibromyalgie-Syndrom

Innere Organe: Lupus erythematodes
disseminatus

Haut: Psoriasis (Schuppenflechte), Neu-
rodermitits

Lunge: Hyperergische Lungenerkrankung,
Asthma bronchiale

Gegenanzeigen

- Höhergradige Durchblutungsstörungen
- Nicht bzw. ungenügend eingestellter Bluthochdruck
- Schwere Herz- Kreislauferkrankungen (Herzinfarkt, Lungenembolie)
- Kälteassoziierte Immunerkrankungen
- Raynaud-Symptomatik
- Florierende bakterielle Infektionen
- Offene Verletzungen, Geschwüre
- Klaustrophobie

Wirkungsweise der -110 Grad Celcius Ganzkörperkältetherapie

- Hemmung der Schmerzempfindung und Blockierung der Fortleitung der Schmerzimpulse durch die sofort auf die gesamte Körperoberfläche einwirkenden tiefen Temperaturen (die Körperkerntemperatur wird unwesentlich beeinflusst).
- Verminderung des Muskeltonus/der Muskelverspannung
- Abregulierung der zellulären Entzündungsvorgänge im Blut

Daraus ergibt sich:

- Reduzierung der Medikamenteneinnahme (Schmerzmittel und Kortison)
- Verbesserung der Mobilität
- Schmerzlinderung
- Verbesserung der Gelenk- und Muskelfunktion
- Erhöhte Sauerstoffversorgung
- Abschwellung entzündeter Gelenke
- Entspannung verkrampfter Muskulatur
- Reduzierung der Medikamenteneinnahme
- Sichtbares Abklingen der Hautsymptome bei Schuppenflechte
- Funktionell bessere und schmerzärmere krankengymnastische und ergotherapeutische Beübung nach der Kältetherapie

An der Rheumaklinik Bad Aibling steht eine Kältekammer für stationäre und ambulante Behandlung zur Verfügung.

Voruntersuchung:

Vor dem Betreten der Kältekammer wird eine Blutdruck- und Pulskontrolle durchgeführt.

Bekleidung in der Kältekammer:

- Trockene Badebekleidung oder Sporthose
- Socken und geschlossene Schuhe
- Handschuhe
- Ohrenschützer
- Mundschutz (dieser vermindert die Nebelbildung und erleichtert die Atmung)

Beachten Sie:

- Keinen Schmuck tragen in der Kältekammer.
- Keine Körpercremes vor der Kältekammertherapie verwenden.
- Keine Wärmeanwendungen am gleichen Tag (zum Beispiel Fango, Bäder, Infrarot und so weiter).

Behandlung in der Kältekammer (-110 Grad Celsius)

Nach einer kurzen Kälteadaptation in der Vorkammer (-60 Grad Celsius) betreten die Patienten die Hauptkammer. Die sehr tiefe Temperatur wird während der von Mal zu Mal ansteigenden Behandlungszeit von 30 Sekunden bis maximal 3 Minuten durchaus nicht als unangenehm empfunden. Ständige Bewegung in der Kammer ist Pflicht. Schon kurz nach der Behandlung stellt sich eine belebende Wirkung ein. Die Patienten empfinden eine wohlige Wärme, die den ganzen Körper durchströmt und ein angenehmes Hautprickeln. In der Medizin wird diese Reaktion als „Reaktive Hyperämie“ bezeichnet.



Nach der Kältetherapie sind die Patienten für mehrere Stunden schmerzfrei oder schmerzarm. Diese Zeit wird sinnvoll im Gesamttherapiekonzept für gezielte Bewegungstherapie genutzt (funktionelle Krankengymnastik einschließlich Schlingentisch, Krankengymnastik im Bewegungsbad, medizinische Trainingstherapie MTT, Ergotherapie, Selbsttraining).

Öffnungszeiten

Montag und Freitag

7:00 Uhr, 9:00 Uhr, 11:00 Uhr, 13:00 Uhr

Dienstag und Donnerstag

7:00 Uhr, 9:00 Uhr, 11:00 Uhr, 13:00 Uhr,
15:00 Uhr

Samstag

8:00 Uhr und nach aktuellem Aushang



Rheumaklinik Bad Aibling

**Rehabilitations- und AHB-Fachklinik für
Orthopädie und Rheumatologie**

Ghersburgstraße 20, 83043 Bad Aibling

Telefon 08061 496-0, Fax 08061 496-699

www.rheumaklinik-bad-aibling.de

service@rheumaklinik-bad-aibling.de

Fotos: www.flownet.de | www.carolinvolk.com

Stand 06 / 2020

**Die Rheumaklinik Bad Aibling nimmt
Versicherte der Deutschen Rentenversicherung,
aller gesetzlichen und privaten Krankenkassen so-
wie Selbstzahler auf.**



**Deutsche
Rentenversicherung**
Nordbayern

