



## Schmerzfrei durch Kälte

**Ganzkörperkältetherapie  
in der Kältekammer  
bei minus 110 Grad Celsius**



## **Häufige Krankheitsbilder, die mit der Ganzkörperkältetherapie behandelt werden können:**

Systemische chronisch entzündliche Erkrankungen folgender Körperregionen:

- Wirbelsäule:** Morbus Bechterew, Spondylarthropathien bei Schuppenflechte, Reiter-Syndrom
- Gelenke:** Chronische Polyarthrititis, Schuppenflechtenarthrititis, reaktive Arthritiden, Kollagenosen, Arthritis bei Stoffwechselstörungen
- Muskeln:** Myositis, Fibromyalgie-Syndrom
- Innere Organe:** Lupus erythematoses disseminatus
- Haut:** Psoriasis (Schuppenflechte), Neurodermitis

## **Öffnungszeiten:**

**Mittwoch 8:30 bis 9:30 Uhr**

**Freitag 8:30 bis 9:30 Uhr**



### **Bei folgenden Krankheitsbildern kann die Kältekammer nicht genutzt werden:**

- Höhergradige Durchblutungsstörungen
- Bluthochdruck
- Schwere Herz-Kreislauf-Erkrankungen (Herzinfarkt, Lungenembolie)
- Immunerkrankungen, die durch Kälte hervorgerufen werden
- Raynaud-Symptomatik
- Florierende bakterielle Infektionen
- Offene Verletzungen, Geschwüre
- Klaustrophobie

### **Wirkung der Ganzkörperkältetherapie:**

- Schmerzlinderung oder Schmerzstillung
- Abschwellung und Entzündungshemmung
- Regulation des Muskeltonus
- Verbesserung der Gelenk- und Muskelfunktion
- Sichtbares Abklingen der Hautsymptome bei Schuppenflechte
- Erhöhung des körperlichen Wohlbefindens



## **Vorbereitung auf die Ganzkörperkältetherapie**

### **Voruntersuchung:**

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

### **Bekleidung:**

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

### **Bitte beachten Sie:**

- In der Kältekammer darf kein Schmuck getragen werden.
- Vor der Ganzkörperkältetherapie dürfen keine Körperlotionen verwendet werden.
- Nach der Behandlung dürfen keine Wärmeanwendungen (Bäder, Moor oder ähnliches) durchgeführt werden.



## **Ablauf und Ergebnis der Ganzkörperkältetherapie**

Nach einer kurzen Kälteanpassung in der Vor-kammer bei minus 60 Grad Celsius betreten Sie die Hauptkammer. Die Aufenthaltszeit in der Kältekammer wird von Behandlung zu Behandlung von 30 Sekunden auf maximal 3 Minuten erweitert und angepasst.

Aufgrund der sehr niedrigen Temperaturen in der Hauptkammer ist eine intensive Bewegung während der Behandlung Pflicht.

Bereits nach kurzer Behandlungszeit stellt sich eine belebende Wirkung ein.

Nach der Behandlungsmaßnahme sind Ihre Schmerzen für mehrere Stunden verringert worden oder sogar verschwunden.

Diese Zeit wird effektiv für weitere Therapie-maßnahmen genutzt, wie beispielsweise für Krankengymnastik, Sporttherapie oder Ergotherapie. Hieran können Sie im Anschluss an die Kältetherapie nahezu uneingeschränkt teilnehmen.



**Klinik Herzoghöhe Bayreuth**  
**Rehabilitations- und AHB-Fachklinik**  
**für Orthopädie, Onkologie und Rheumatologie**  
**Kulmbacher Straße 103**  
**95445 Bayreuth**  
**Telefon: 0921 402-0**  
**Fax: 0921 402-500**  
**[www.klinik-herzoghoehe.de](http://www.klinik-herzoghoehe.de)**  
**[service@klinik-herzoghoehe.de](mailto:service@klinik-herzoghoehe.de)**

Fotos: [www.flownet.de](http://www.flownet.de) | [www.carolinvolk.com](http://www.carolinvolk.com)

**Die Klinik Herzoghöhe Bayreuth nimmt**  
**Versicherte der Deutschen Rentenversicherung,**  
**aller gesetzlichen und privaten**  
**Krankenkassen sowie Selbstzahler auf.**

Stand: 04/2017



**Deutsche**  
**Rentenversicherung**  
**Nordbayern**

