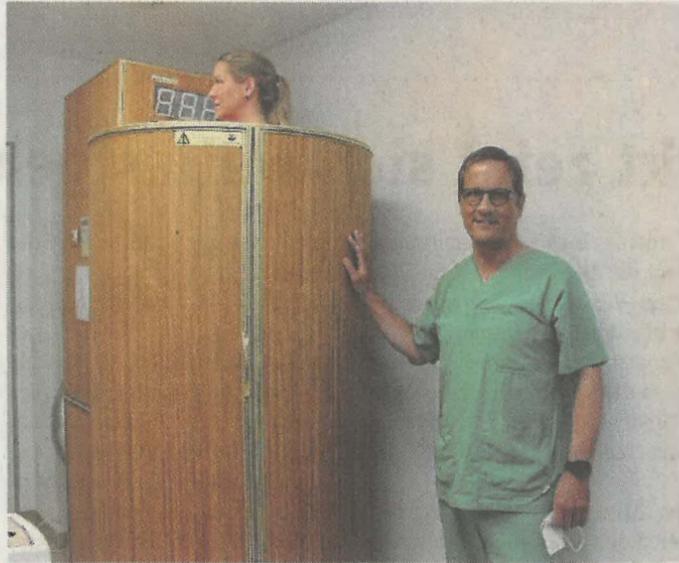


# Linderung von Schmerzen und Entzündungen

› Kältesauna in der Achimer Klinik / Patienten müssen Therapie selbst bezahlen

**ACHIM** › Der Einsatz von Kälte zu therapeutischen Zwecken ist seit Jahrtausenden bekannt und findet auch heute in vielerlei Form seine Anwendung. Vom Duschen mit eiskaltem Wasser bis hin zum Coolpack, das auf entzündete oder verletzte Körperstellen gelegt wird: Kälte wird vielfach und regelmäßig eingesetzt, wenn es darum geht, Schmerzen zu lindern und Entzündungen einzudämmen. In der Aller-Weser-Klinik in Achim bietet die Klinik für Orthopädie laut Pressemitteilung Patienten jetzt die Ganzkörperkältetherapie an.



Chefarzt Dr. Neckritz vor der Kältekammer.

Bei dieser Art von Therapie steht der Patient für etwa 60 bis 90 Sekunden in einer sogenannten Kältekammer, die mittels verdampfenden Stickstoffs kurzfristig auf bis zu minus 160° Grad gekühlt wird. „Der Kopf der Patienten guckt aus der Kältesauna heraus. An den Füßen tragen sie extra warme Kuschelschuhe, damit sie

sich nicht erkälten“, erklärt Dr. Andreas Neckritz, Chefarzt der Klinik für Orthopädie in Achim. Für ihn ist die Kältekammer ein echter Gewinn für die Therapie unterschiedlichster Symptome. Gerade bei rheumatischen Erkran-

kungen oder chronischen Schmerzzuständen kann die sogenannte Kryotherapie (Therapie mit Kälte; von griechisch kryo, was kalt bedeutet) Linderung verschaffen. „Auch für Patienten, die mit Sportverletzungen zu tun ha-

ben, ist die Kältetherapie eine gute Alternative. Der kurze Kälteschock hat eine positive Wirkung auf den ganzen Körper und sorgt beispielsweise für die Schmerzlinderung von Gelenk-, Sehnen- und Muskelerkrankungen“, erläutert Dr. Neckritz.

„Das Prinzip dieser Therapie ist simpel“, so der Chefarzt weiter. Bei dem kurzen Kontakt mit der eisigen Kälte wird die Durchblutung angeregt, was im Umkehrschluss dafür sorgt, dass die Zellen besser mit Sauerstoff versorgt werden. Das Immunsystem wird angekurbelt und entzündungshemmende Prozesse werden aktiviert, was zur Folge hat, dass die Schmerzempfindlichkeit sinkt.

Für Menschen, die unter Rheuma leiden, ist diese Therapie eine echte Alternative, weil der Kältereiz unter anderem zur Desensibilisierung überreizter Nervensysteme beiträgt. Unsere Rheuma-Pa-

tienten nehmen das Angebot der Kältekammer sehr gut an“, so Neckritz. Dass diese Therapie selbst gezahlt werden muss, schrecke dabei nicht ab.

Vergleichbar ist der Besuch in der Kältesauna mit einem Bad im eisigen Wasser – eine Tradition in vielen Ländern. „Auch das Prinzip der Kneipp-Kur ist ein Ähnliches“, erklärt Orthopäde Neckritz weiter. Jeder kenne zudem den positiven Effekt auf den Körper von einer eiskalten Dusche nach einem Saunagang. Die Kältetherapie funktioniert genau auf diese Weise – so der Experte.

Patienten, die sich für die Kältetherapie interessieren, können einen Termin in der orthopädischen Praxis in der Aller-Weser-Klinik in Achim vereinbaren. Der Kontakt erfolgt über das Orthopädische Zentrum Achim in der Aller-Weser-Klinik unter Telefon 04202/8911.