

INFORMATIONEN FÜR PATIENTEN

DIE KÄLTEKAMMER

Liebe Patientin, lieber Patient,

Sie interessieren sich für die Ganzkörper-Kältetherapie oder möchten mehr über unsere Kältekammer wissen.

Deshalb haben wir hier ein paar Informationen für

Sie zusammengestellt. Natürlich können Sie uns auch gerne direkt ansprechen, wenn Sie Fragen haben. Wir freuen uns über Ihr Interesse!

WAS IST EINE KÄLTEKAMMER?

Die Kältekammer- Behandlung zählt zu den Methoden der Kryotherapie. Dazu gehören auch kalte Wickel, Güsse, Eisbeutel oder Coolpacks. In der Kältekammer des Klinikums Bremen-Ost herrschen 60 Grad minus. Die kalte Luft wird wie in einem Kühlschranks produziert. Während die Kältekammer ununterbrochen mit Kaltluft versorgt wird, wird ihr die Feuchtigkeit entzogen. So entsteht eine angenehme trockene Kälte. Sie dient der Schmerzlinderung, Entzündungshemmung und Abschwellung und hilft bei Muskelverspannung. So werden die Patienten beweglicher und haben mehr Kraft. Außerdem können mit der Kälte Hautkrankheiten wie Schuppenflechte (Psoriasis) und Neurodermitis behandelt werden. In Deutschland gibt es rund 60 Kältekammern.

WELCHE KRANKHEITEN WERDEN BEHANDELT?

- o Entzündlich-rheumatische Erkrankungen (beispielsweise Chronische Polyarthritits oder Morbus Bechterew)
- o Arthrosen großer und kleiner Gelenke, auch vor und nach endoprothetischer Versorgung, postoperative Ödeme
- o Wirbelsäulenerkrankungen im akuten und chronischen Stadium, auch vor und nach Operationen
- o Sehnenüberlastungen (z.B. am Schultergelenk, Ellenbogen oder der Achillessehne)
- o Chronische Schmerzsyndrome (z.B. Fibromyalgie)
- o Gestörte Regulation des Muskeltonus (Spastik), beispielsweise nach Schlaganfall oder bei Multipler Sklerose
- o Schuppenflechte (Psoriasis) mit und ohne Gelenkbeteiligung
- o Atopische Dermatitis (Neurodermitis)

WIE LÄUFT DIE BEHANDLUNG AB?

Sie betreten die Kältekammer in Badebekleidung, mit Mundschutz, Ohrenschutz, Handschuhen, festem Schuhwerk und Socken. Die Therapie dauert bis zu drei Minuten, in denen Sie sich ständig bewegen. Sie können den Aufenthalt in der Kältekammer jederzeit abbrechen und haben immer Sicht- und Sprechkontakt zu unseren Mitarbeitern.

Eine Behandlung besteht meistens aus einer Serie von bis zu 20 Kältekammeraufenthalten. Sie sollte täglich durchgeführt werden. Bei starken Beschwerden sind an einem Tag bis zu drei Behandlungen möglich. Anschließend stehen Aktivitäten wie Physiotherapie, Gymnastik oder Ergotherapie auf Ihrem Programm.

GIBT ES RISIKEN?

Die Kältekammerbehandlung ist risikoarm – aber nicht risikofrei. Bei bestimmten Erkrankungen oder Zuständen ist eine Behandlung in der Kältekammer deshalb leider nicht möglich. Dazu gehören:

- o unbehandelter Bluthochdruck
- o Herzinfarkt, der weniger als ein halbes Jahr zurückliegt
- o schwere Herzmuskelschwäche
- o schwere Durchblutungsstörungen des Herzens
- o schwere Herzrhythmusstörungen
- o schwere arterielle Verschlusskrankheit
- o Kälteunverträglichkeiten
- o Schwangerschaft
- o Klaustrophobie

In seltenen Fällen kann es zu Kälteschäden der Haut, stärkeren Schmerzen, Atemnot, Beklemmungsgefühl oder Schwindel kommen. Diese Nebenwirkungen klingen aber schnell wieder ab. In aller Regel kann die Behandlung fortgesetzt werden.