

# Wärme tut gut bei Gelenkschmerzen – mit Radon noch besser

Bei sommerlichen Temperaturen leiden Menschen, die zu schmerzenden Gelenken neigen, meist erheblich weniger. Wechselhaftes Wetter, Nässe und Kälte verstärkt aber häufig quälendes Ziehen und unerträglichen Druck in Füßen, Knien, Händen oder Schultern. In Zeiten unbeständiger Witterungsbedingungen kämpfen Betroffene daher mittlerweile fast das ganze Jahr mit Beschwerden. Warme Bäder, Wärmekissen oder -pflaster bringen oft nur kurzfristig Besserung, Medikamente kommen für viele aufgrund ihrer Nebenwirkungen auch nicht als dauerhafte Lösung in Frage. Die Radonwärmetherapie stellt dagegen eine sanfte und wirkungsvol-

le Alternative zu üblichen Maßnahmen dar.

„Radon kommt seit mehr als 100 Jahren in niedriger Dosis als Heilmittel zum Einsatz. Über Haut und Lunge aufgenommen setzt es viele biologische Prozesse mit verschiedensten positiven Wirkungen auf den menschlichen Organismus in Gang,“ erklärt Univ.-Doz. Dr. Bertram Hölzl, Radon-Experte und ärztlicher Leiter des Gasteiner Heilstollen. Das natürliche Edelgas regt körpereigene Reparaturmechanismen an, vermindert die Aktivität von Entzündungszellen und hemmt die Ausschüttung von Schmerzbotenstoffen. Davon profitieren Patienten mit degene-

rativen Gelenkerkrankungen ebenso wie die mit entzündlichen Beschwerden. „Die Mehrzahl berichtet nach einer Radonwärmetherapie über deutliche Schmerzlinderung und verbesserte Gelenk-Mobilität, die oft monatelang anhalten,“ weiß Dr. Hölzl. „Viele brauchen überhaupt keine Medikamente mehr und fühlen sich insgesamt besser.“

Seinen optimalen gesundheitlichen Nutzen entfaltet Radon jedoch erst in Kombination mit Temperaturen über 37,5 Grad und bis zu 100 Prozent mit Feuchtigkeit gesättigter Luft. Denn unter diesen Bedingungen kommt es zu einer leichten Überwärmung des Körpers.

Schon dieser sogenannte Hyperthermie-Effekt verschafft vielen Schmerzgeplagten Erleichterung. Darüber hinaus nimmt der Organismus in diesem Zustand Radon wesentlich besser auf und verstärkt sich so dessen therapeutische Wirksamkeit. Neben Erkrankungen des Bewegungsapparates eignet sich die Radonwärmetherapie auch zur Behandlung von Erkrankungen des rheumatischen Formenkreises, der Atemwege und der Haut. Krankenkassen übernehmen oft etwa 90 Prozent der Therapiekosten. Weitere Informationen [www.gasteiner-heilstollen.com](http://www.gasteiner-heilstollen.com) oder [www.radonwaermetherapie.com](http://www.radonwaermetherapie.com).