

Presseinformation

Mollige Wärme hilft gegen Rückenschmerzen

Radonwärmetherapie setzt zusätzlich auf niedrig dosiertes Radon

Bad Gastein, Oktober 2013. Ein Blick aufs Thermometer zeigt: Der Winter steht vor der Tür. Wenn die Tage kürzer werden, draußen der Wind bläst und Minustemperaturen herrschen, verspüren viele Menschen vermehrt ziehende oder stechende Schmerzen im Kreuz. Bei jüngeren, sonst gesunden Menschen liegt dies meist an mangelnder Bewegung in den Wintermonaten – wer hat schon Lust eine Runde zu joggen, wenn es draußen matschig und kalt ist.

Aber auch Menschen, die ganzjährig unter den Folgen von Bandscheibenvorfällen, Hexenschuss, Ischiasbeschwerden oder Nervenengungen leiden, erhöhen ihre Schmerzmitteldosis im Winter meist erheblich. Viele von ihnen haben Anspruch auf eine Kur, die gerade im Winter ersehnte Schmerzlinderung bringen kann. Eine Option sind Stollentherapien. Dabei wirkt die sogenannte Radonwärmetherapie im österreichischen Gasteiner Heilstollen durch ihre Wärmekomponente vor allem bei Rückenschmerzpatienten gut.

Kuren unter Tage beginnen mit einem Stollenzug in dem Patienten je nach Krankheitszustand liegend oder sitzend auf verschiedene Therapiestationen im Berg gebracht werden und die etwa einstündige Einheit im Liegen verbringen. „Im Stollen herrschen Temperaturen von über 37,5 Grad und eine hohe Luftfeuchtigkeit bis zu 100 Prozent“, kommentiert Univ.-Doz. Dr. Bertram Hölzl, ärztlicher Leiter des Gasteiner Heilstollen. „Da der Körper aufgrund der hohen Luftfeuchtigkeit nicht genügend schwitzen kann, führt das tropische Klima zum sogenannten Hyperthermie-Effekt – eine Art erwünschtes therapeutisches Fieber.“ Unter diesen Bedingungen entspannen sich schmerzende Muskeln.

Zudem tritt aus dem Berggestein das Edelgas Radon in geringen Mengen aus, das Kur-

gäste über die Atemluft und Haut aufnehmen. Aufgrund seiner hohen therapeutischen Wirksamkeit bei verschiedenen Krankheitsbildern kommt Radon schon seit vielen 100 Jahren in niedrigen Dosen als Heilmittel zum Einsatz. „Radon setzt im Körper milde Alphastrahlen frei. Diese regen körpereigene Zellreparaturmechanismen an und verringern die Aktivität von Entzündungszellen sowie Schmerzbotenstoffen“, erklärt Dr. Hölzl.

Während der zwei- bis dreiwöchigen Kur besuchen Patienten in der Regel sechs bis zwölf Mal für eine Stunde den Heilstollen. Die spürbare Schmerzlinderung setzt jedoch nicht immer sofort, sondern manchmal auch einige Wochen verzögert ein. Sie hält etwa 9 Monate an. Viele Patienten fahren 1 bis 2 Mal im Jahr zur Kur und benötigen in der Zwischenzeit oft keine Tabletten mehr – und Schmerzfreiheit ist nicht nur im Winter ein Segen.

Die Kur ist von Krankenkassen anerkannt und mit vielen bestehen Direktabrechnungsverträge. Wer die Kur als Selbstzahler in Anspruch nimmt, muss mit etwa 60 EUR für eine Einheit rechnen.

Nähere Informationen unter www.gasteiner-heilstollen.com oder www.radonwaermetherapie.com

Kontakt

Gasteiner Kur-, Reha- und Heilstollen
Sigrid Bader
Heilstollenstraße 19
5645 Böckstein/Bad Gastein
sigrid.bader@gasteiner-heilstollen.com
fon: +43-6434-3753-226
fax:+43-6434 3753-229