

# Hilfe durch Wärmetherapie

**MORBUS BECHTEREW** Bei Frauen verläuft die Krankheit milder, bleibt aber oft unerkannt. Der Einsatz von Radon bringt nachweislich eine deutliche Linderung der Schmerzen.

„Ein Unglück kommt selten allein“ – dieses Sprichwort macht leider auch nicht vor Erkrankungen halt. Frauen, die oft unter starken Rückenbeschwerden leiden, sollten es sich besonders zu Herzen nehmen. Kommen zu den quälenden Kreuzschmerzen nämlich weitere Symptome wie Gelenksbeschwerden, rote, schmerzende Augen, Lichtempfindlichkeit oder Verdauungsprobleme hinzu, könnten sie an Morbus Bechterew leiden. Da die rheumatisch-entzündliche Erkrankung bei Frauen milder verläuft, bleibt sie häufig unerkannt. Weil ein frühzeitiger Therapiebeginn aber den Krankheitsverlauf günstig beeinflussen kann, sollten Frauen bei Verdacht rechtzeitig zum Rheumatologen gehen. Er greift neben schulmedizinischen Medikamenten auch auf alternative Heilverfahren wie Kälte- und Wärmebehandlungen oder Therapien mit Radon zurück.

„Bei den meisten Patienten beginnt die Erkrankung schon im Jugendalter. Schmerzen sind in der Lenden- und Gesäßregion, die oft in der Nacht und am Morgen auftreten, stellen typische Anzeichen

dar“, sagt Dr. Bertram Hölzl, Bechterew-Experte. Auch morgendliche Steifheit in den Gliedern, die länger andauert, oder bei Bewegung abnehmende Schmerzen, die sich in Ruhephasen verschlimmern, deuten auf Morbus Bechterew hin.

Neben Schmerzen erschweren zudem chronische Erschöpfung und eine langsam fortschreitende Versteifung der Wirbelsäule das Leben Betroffener. Bei der auch unter dem Namen Bechterewsche Erkrankung bekannten Rheuma-Form, kommt es zu einer Fehlfunktion des Immunsystems. Körpereigene Abwehrzellen wandern ins Gewebe und lösen dort eine entzündliche Reaktion aus. „Ähnliche Ursachen liegen auch den oft beobachteten Begleiterkrankungen wie Augenentzündungen oder entzündlichen Darmerkrankungen zugrunde“, erklärt Hölzl.

## Die Durchblutung wird gefördert

Wie bei anderen rheumatischen Erkrankungen helfen auch bei Morbus Bechterew Wärme- und



Morbus Bechterew führt zu einer Versteifung der Wirbelsäule.

Kältetherapien, angezeigte Medikamente mitsamt ihren schweren Nebenwirkungen zu reduzieren. Sie mildern Schmerzen und Steifheit, indem sie die Durchblutung fördern.

Vielen Patienten tut auch eine Radon-Therapie gut. Radon setzt im Körper milde Alphastrahlen frei, die Zellreparaturmechanismen anregen und die Aktivität von Entzündungszellen sowie Schmerzbotenstoffen verringern. Am effektivsten scheint aber eine Kombination aus Radon und Wärme zu sein. Patienten profitieren neben den Effekten des Radons und der Wärme zusätzlich davon, dass im leicht überwärm-

ten Zustand der Körper Radon besser aufnimmt. Wissenschaftliche Studien bestätigen der sogenannten Radonwärmetherapie Erfolgsquoten zwischen 80 und 90 Prozent.

„So bewirkt die Radonwärmetherapie eine signifikante Reduktion von Druckschmerzwellen, Schmerzintensität, funktionellen Einschränkungen und Medikamentenverbrauch“, sagt Hölzl. Für die Radonwärmetherapie fahren Patienten ins Innere eines Berges, in dem das Heilklima natürlich vorkommt. Krankenkassen übernehmen etwa 90 Prozent der Kosten.