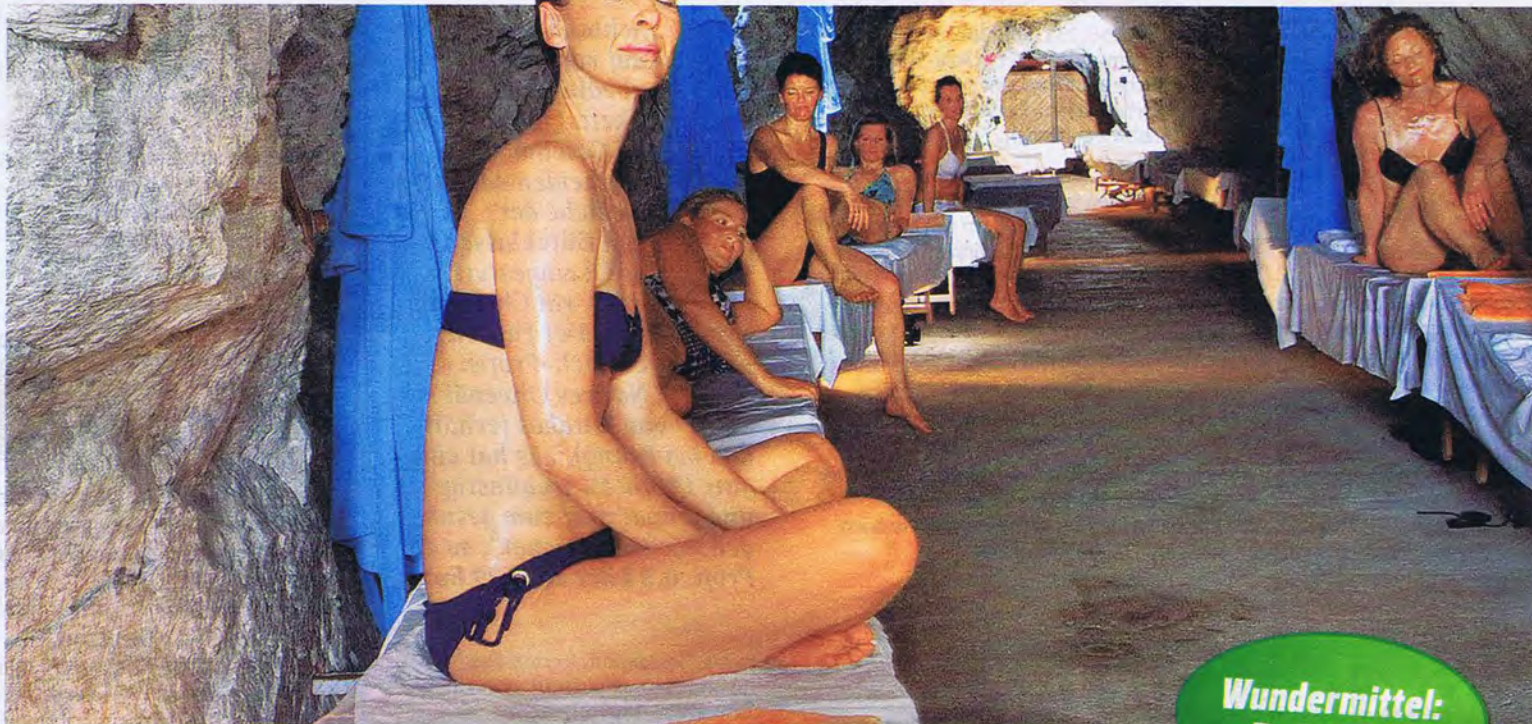


Die *neuen* Wundermittel der Medizin

Eine Operation? Zu riskant finden Gabriele und Kathrin! Die beiden Frauen vertrauen auf sanfte Alternativen



Wundermittel:
Radon-Kur



Gabriele Schwarz (50):

„Im Stollen kann ich entspannen“

Beim ersten Mal im warmen Radon-Stollen spürte ich ein angenehmes Prickeln im ganzen Körper. Ich merkte: Da kommt etwas in Gang“, erinnert sich

Fibromyalgie-Patientin Gabriele Schwarz. 15 Jahre irrte sie mit Muskelschmerzen von Arzt zu Arzt. Ohne Erfolg. „Seit ich zweimal im Jahr in den Heilstollen

fahre, bin ich entspannter, beweglicher, fitter. Die Schmerzlinderung setzt kurz nach der Radon-Wärmetherapie ein und hält ein paar Monate.“



Die wohlige Wärme lindert Entzündungen

Rheuma, kranke Gelenke? Dr. Bertram Hölzl, Leiter des Gasteiner Heilstollens in Österreich, verrät, wie Radon-Stollen gegen die Beschwerden helfen

Ein besonderes Heilklima

„Die Radon-Wärmetherapie kombiniert leichte Überwärmung, hohe Luftfeuchtigkeit und die Aufnahme von Radon, einem Edelgas, das überall in Gesteinen und Böden, Luft und Wasser vorkommt. Die Überwärmung entspannt die Muskeln, die milde Strahlung regt zelleigene Reparaturmechanismen an und aktiviert entzündungshemmende Botenstoffe“, erklärt der Experte.

„Rheumatische Erkrankungen, solche des Bewegungsapparats, der Atemwege und der Haut, bessern sich – etwa für neun Monate.“

Ruhen und die Wirkung genießen

„Radon wird weltweit als Heilmittel eingesetzt. Es gibt auch kalte Radon-Stollen oder Trink- und Bäderkuren mit dem Edelgas aus der Erdrinde. Doch die Kombination mit Wärme ist besonders effektiv. Eine Sitzung

dauert etwa 90 Minuten – 60 Minuten verbringen die Patienten liegend im Stollen, 30 Minuten ruhen sie in anderen Räumlichkeiten nach. Eine Therapie dauert zwei bis vier Wochen, mit drei bis vier Einheiten pro Woche (ca. 60 Euro pro Sitzung, Kassen übernehmen in der Regel bis zu 90 Prozent).“

Keine Sorge vor der Strahlung

„Radon ist zwar radioaktiv. Doch die Werte bei einer dreiwöchigen Kur entsprechen lediglich etwa der einer Röntgen-Untersuchung der Wirbelsäule“, sagt Dr. Hölzl. **Weitere Infos:** Bad Gastein (Österreich): Radon-Wärmestollen, www.gasteinerheilstollen.com; Bad Kreuznach: Kalter Radon-Stollen, www.crucenia.de.