Osteoporose: Bewegung wichtiger Bestandteil der Therapie

Radonwärmetherapie nimmt Schmerzen und regt Knochenaufbau an

Bad Gastein, Februar 2012. Osteoporose gilt als häufigste Erkrankung des Skeletts und betrifft allein in Deutschland und Österreich etwa acht Millionen Menschen. Besonders tückisch: der sogenannte Knochenschwund entwickelt sich oft unbemerkt. Starke Kreuzschmerzen – häufig begleitet von Knochenbrüchen, die ohne erkennbaren Grund und bei minimalen Belastungen auftreten – zeigen meist schon ein fortgeschrittenes Stadium an. Viele Betroffene trauen sich dann selbst kleinste Bewegungen nicht mehr zu und leben in ständiger Angst vor Stürzen. Mit fatalen Folgen: So trägt beispielsweise ein moderates Sportprogramm zum wichtigen Muskelaufbau bei. Starke Muskeln wiederum stützen erkrankte Knochen und schützen vor den gefürchteten Brüchen. Um Schmerzen zu lindern und damit Bewegung wieder zu ermöglichen, sind Schmerzmittel aufgrund ihrer Nebenwirkungen meist nicht erste Wahl. Eine Alternative stellt die sogenannte Radonwärmetherapie dar, die auf natürliche Weise Schmerzen lindert und sich positiv auf den Knochenaufbau auswirkt.

Auch neue Studien bestätigen der Radonwärmetherapie lindernde Wirkung bei osteoporosebedingten Schmerzen. Ihre therapeutischen Effekte gehen auf eine Kombination von drei Wirkfaktoren zurück: Wärme, hohe Luftfeuchtigkeit und Radon. „So setzt Radon im Körper milde Alphastrahlen frei, die körpereigene Zellreparaturmechanismen anregen und die Aktivität von Entzündungszellen und Schmerzbotenstoffen deutlich verringern“, erklärt PD Dr. Bertram Hölzl, Radon-Experte und ärztlicher Leiter des Gasteiner Heilstollen. Verstärkt wird diese schmerzlindernde Wirkung durch das Klima, in dem die Radontherapie stattfindet. Temperaturen über 37,5 Grad und hohe Luftfeuchtigkeit über 70 Prozent führen zum sogenannten

Pressekontakt
komm | public! - Romy Robst - Große Düwelstraße 28 - 30171 Hannover
robst@komm-public.de - fon: +49-511-89 88 10-11 - fax: 0511-89 88 10-10
Direktkontakt
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

Hyperthermie-Effekt, einem gewünschten therapeutischen Fieber. Dieses regt die Durchblutung an und entspannt schmerzgeplagte Muskeln. Patienten berichten außerdem, dass sich ihre Mobilität, Haltung und Koordination nach einer Radonwärmetherapie langfristig verbessern und Funktionseinschränkungen abnehmen. „Bei Osteoporose-Patienten hält die schmerzlindernde Wirkung im Mittel sogar etwa 9 Monate an“, weiß Dr. Hölzl aus den begleitenden wissenschaftlichen Untersuchungen. „Zudem aktiviert die Radonwärmetherapie nachweislich eine körpereigene Substanz, von der wir wissen, dass sie den Knochenstoffwechsel bei Osteoporose positiv beeinflusst.“ Zwar heilen diese Effekte die Krankheit nicht, aber sie halten das meist rasche Voranschreiten auf. Krankenkassen übernehmen oft etwa 90 Prozent der Therapiekosten.

Diese Wirkungen ermöglichen es Osteoporose-Patienten, die wichtigen Bewegungsprogramme wieder in Anspruch zu nehmen. Konsequente Gymnastik, Sturzprophylaxe und milde Sporttherapie zum sanften Muskelaufbau verbessern langfristig Mobilität sowie Koordinationsfähigkeit und reduzieren Funktionseinschränkungen. Nicht selten entgehen Patienten dadurch sogar operativen Eingriffen wie einem Gelenkersatz.

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

Pressekontakt
komm | public! - Romy Robst - Große Düwelstraße 28 - 30171 Hannover
robst@komm-public.de - fon: +49-511-89 88 10-11 - fax: 0511-89 88 10-10
Direktkontakt
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