

كهف استشفاء جاشتائين

المركز الطبي للعلاج بالرادون



حياة طبيعية خالية
من الآلام

علاج يهدف إلى

- ◀ تخفيف الآلام
- ◀ التجديد
- ◀ الاسترخاء

فريد من نوعه على مستوى العالم

www.gasteiner-heilstollen.com



مرحبًا بك في كهف استشفاء جاشتايين

يقع المركز الطبي "كهف استشفاء جاشتايين" في وادي جاشتايين الرائع في مدينة سالزبورغ بالنمسا. ويضمن **مناخ الاستشفاء الفريد من نوعه في الكهف** مع مفهوم العلاج الشامل، الذي قام بإعداده فريق من الأطباء والمعالجين المتخصصين، تحسُّنًا واضحًا في جودة الحياة.

مناخ استشفاء فريد من نوعه على مستوى العالم

تركز المعالجة على العلاج بالرادون، الذي حقق نجاحًا على مدى عقود، بفضل المزيج الفريد لثلاثة من العوامل الفعالة: ألا وهي الرادون والحرارة والرطوبة. يؤثر مناخ الاستشفاء الخاص على **مرضى الجهاز الحركي أو الجهاز التنفسي أو أصحاب الأمراض الجلدية** على وجه الخصوص، حيث يساهم في تقليل آلامهم وشكواهم.



مركز استشفاء للجميع

تتيح **عروضنا التمهيدية** أيضًا لضيوف وادي جاشتايين وأفراد عائلات المرضى والمهتمين عمومًا إلقاء نظرة عامة على الكهف ذي مناخ الاستشفاء الفريد من نوعه على مستوى العالم. أشعر بتأثير الشفاء مباشرة - ويالها من تجربة ستذكرها طويلًا!

هل يبدو هذا مثيرًا للاهتمام؟ في الصفحات التالية ستحصل على معلومات مفصلة. نراك في جاشتايين!

كهف استشفاء جاشتايين

تأثير العلاج في كهف الاستشفاء

يتكون العلاج من زيادة معتدلة في درجة الحرارة (فرط الحرارة)، وامتصاص غاز الرادون عبر الجهاز التنفسي والجلد. تم إثبات آثار هذا العلاج من خلال العديد من الدراسات:

تخفيف الآلام
(في المتوسط ٩ شهور)
انخفاض الحاجة للدواء
(حتى ١ عام)
تثبيط الالتهابات
استقرار المناعة

يُنصح بالقيام بعدد ٨ إلى ١٢ زيارة (مع الشكاوى المنخفضة تقل عدد الزيارات) خلال ٢ إلى ٣ أسابيع. ومن خلال التكرار المنتظم لعلاج كهف الاستشفاء يتم تقليل معدل تناول مسكنات الآلام على المدى الطويل، وبالتالي زيادة جودة الحياة.

مركز للصحة

يتم استكمال كهف الاستشفاء بمركز صحي مجهز بغرف معالجة حديثة وفريق محترف من الأطباء والمعالجين فضلاً عن عرض علاج شامل ومتنوع.

في كتيب الأسعار تجد معلومات بخصوص إمكانيات المحاسبة مع شركات التأمين الصحي النمساوية والألمانية، وكافة الأسعار، ومجموعات العلاج، وعرض العلاج الإجمالي.

هذا هو كهف استشفاء جاشتايين

من تعدين الذهب إلى مركز صحي

في الأربعينيات من القرن الماضي تم إعادة تنشيط أعمال تعدين الذهب في وادي جاشتايين، إلا أنه بدلاً من العثور على الذهب داخل جبل رادهاوس تم العثور على بخار الماء المحتوي على غاز الرادون. وعندما تحدث عمال المناجم عن انخفاض إحساسهم بالآلام الروماتيزمية بعد فترة من العمل داخل الكهف، تم إجراء فحوصات شاملة - كان من نتيجتها الوصول لهذا الاكتشاف الرائد، الذي ندين له اليوم بالفضل في وجود كهف استشفاء جاشتايين.

فريد من نوعه على مستوى العالم

يرجع ذلك إلى مجموعة العوامل التالية الموجودة داخل جبل رادهاوس:

محتوى الرادون: 44 ك بيكريل/م³ من الهواء
الحرارة: 37-41,5 درجة مئوية
الرطوبة: 70-100 %

يُعتبر العلاج في كهف استشفاء جاشتايين شكلاً فعالاً ومكثفاً من أشكال العلاج بغاز الرادون. ومنذ عام ١٩٥٢ يقوم قطار كهف الاستشفاء بإدخال المرضى إلى إحدى محطات العلاج الخمسة داخل جبل رادهاوس، بغرض استعادة بعض من جودة الحياة.

الصحة

ليست كل شيء،
لكن بدونها لن يبقى لك شيء
أرتور شوبنهاور

دورة العلاج ودواعي الاستخدام

دورة العلاج في كهف الاستشفاء

الفحص الطبي

قبل أول زيارة لكهف الاستشفاء يكون من المفيد إجراء فحص طبي. ومن الممكن أيضًا إجراء فحص ثانٍ أثناء سير العلاج. بينما تكون المحادثة النهائية أمرًا ضروريًا، ومفيدًا للغاية، ومدرجًا في عروض الأسعار الخاصة بنا.

الإعداد للزيارة

ستحتاج لملابس سباحة، وروب حمام، وحذاء حمام، ومنشفة صغيرة. ويمكنك استعارة هذه الأغراض لدينا مقابل رسوم. من المهم دائمًا شرب ما يكفي من الماء، وفي يوم زيارتك لكهف الاستشفاء ينبغي أن تشرب 1/2 لتر إضافي قبل بدء الزيارة بـ 30 دقيقة، ويفضل أن يكون المشروب هو الماء أو عصير الفاكهة المخفف.

الدخول باستخدام قطار كهف الاستشفاء

يتم تنفيذ العلاج على مسافة اثنين كيلومتر داخل جبل رادهاوس. ويقوم قطار صغير بإدخالك إلى منطقة العلاج، المقسمة إلى خمسة محطات. يبدأ كل علاج في كهف الاستشفاء بالمحطة 1 (حرارة: 37 درجة مئوية، رطوبة: 75%). مع الرحلات الأخرى وتبعًا لمدى شعورك بالراحة وتبعًا للموافقة الطبية يمكنك الانتقال تدريجيًا إلى المحطة التالية ذات درجة الحرارة والرطوبة الأعلى. تستمر الإقامة في منطقة العلاج حوالي 60 دقيقة، مع وجود رعاية صحية مصاحبة لك بشكل دائم. يتم فصل أماكن الرجال والنساء في المحطات.

بعد الدخول

توجد في المركز الصحي غرف لقضاء فترة راحة تبلغ 30 دقيقة بعد الدخول.

أهم دواعي الاستخدام

أستاذ دكتور ماركوس ريتز
معهد أبحاث جاشتاين

1. أمراض الجهاز الحركي

- التهاب الفقار المقسط أو التهاب الفقار الروماتويدي
- التهاب المفاصل الروماتويدي (التهاب المفاصل المزمن)
- متلازمة الألم العضلي الليفي
- الفصال العظمي (أيضًا فصال الأصابع المتعدد)
- اعتلال المفاصل الصدفي
- متلازمات العمود الفقري

2. أمراض الجهاز التنفسي

- الربو
- التهاب القصبات المزمن
- الداء الرئوي المسد المزمن (COPD)
- ساركويد (الغرناوية)

3. أمراض الجلد

- الالتهاب الجلدي العصبي (إكزيما)
- الصدفية الشائعة
- تصلب الجلد

استخدام علاج كهف الاستشفاء مفيد أيضًا لاستقرار المناعة.

موانع الاستخدام

- الحمل
- فرط الدرقية غير المعالج
- رهاب الأماكن المغلقة الشديد
- أمراض السرطان في السنة الأولى بعد انتهاء العلاج، تبعًا لحالة الورم. في هذه الحالة ومع أمراض القلب والدورة الدموية والكلية الحادة، ننصح بالحصول على استشارة طبية.



إن كهف الاستشفاء عبارة عن مداعب حقيقي للنفس

بتينا شتايب، مريضة بكهف استشفاء جاشتاين

الدليل العلمي

الإثبات العلمي لعلاج كهف استشفاء جاشتاين

التوافق مع معايير EBM (الطب القائم على الدليل) بشكل أفضل. نسبة نجاح العلاج تتحدث عن نفسها: تتراوح النسبة ما بين 80 إلى 90 % وفقًا لدواعي الاستعمال.

تم تأكيد النجاحات العلاجية التالية بشكل واضح:

- ◀ تخفيف الآلام طويل المدى (حتى 9 شهور)
- ◀ تثبيط الالتهابات
- ◀ انخفاض الحاجة للدواء (حتى 1 عام)
- ◀ استقرار المناعة

علاج كهف استشفاء جاشتاين عبارة عن مزيج من العلاج بالزيادة المعتدلة في الحرارة والعلاج بالرادون. ويظهر التأثير الملموس للآلام بشكل واضح مع الاضطرابات المزمنة بالجهاز الحركي، مثل التهاب الفقار المقسط أو التهاب المفاصل الروماتويدي أو الألم العضلي الليفي. يستمر هذا التأثير لعدة شهور، حتى أنه ثبت علميًا انخفاض الحاجة للدواء لمدة تصل إلى عام كامل. وكذلك فإن هذا العلاج الطبيعي الفعال يحقق تحسنًا ملحوظًا مع أمراض الجهاز التنفسي أو الأمراض الجلدية.

أستاذ دكتور برترام هولتزل

المدير العلمي لكهف استشفاء جاشتاين

عقود من النجاح

ثبت تأثير الرادون منذ أكثر من مائة عام في علاج الأمراض الروماتيزمية على وجه الخصوص، ويتم استخدامه حتى يومنا هذا بنجاح شديد في تطبيقات مختلفة.

طريقة العمل

الرادون عبارة عن غاز خامل مشع، يتم امتصاصه على الأغلب عن طريق الجهاز التنفسي والجلد. وهو يحفز استقلاب الخلايا الجسدية، ويقلل من الجذور الحرة، وينشط الوسائط الكيميائية التي تعمل على التئام الجروح وتقليل الالتهابات، مما يؤدي إلى تحفيز قوى الشفاء الذاتي. الزيادة المعتدلة في درجة الحرارة بفضل طقس كهف الاستشفاء تدعم تأثير الرادون، وتؤدي إلى تخفيف الآلام طويل المدى. كما أن جرعة الإشعاع في علاج كهف الاستشفاء الممتد لثلاثة أسابيع تكون في المعتاد أقل من معدل التعرض الإشعاعي السنوي من المصادر الطبيعية.

الدراسات العلمية

تم تنفيذ العديد من الدراسات العلمية عالية القيمة لإثبات التأثير العلمي للعلاج بالرادون. ومنذ عام 1946 أصبح علاج كهف استشفاء جاشتاين هو موضوع البحث العلمي الذي يتم من خلال التعاون الوثيق بين معهد أبحاث جاشتاين وجامعة طب باراسيلسوس الخاصة في سالزبورغ. هذه الأبحاث والاختبارات لم تكتفي بتوفير معلومات قيمة بخصوص فهم طريقة عمل غاز الرادون، بل ساعدت أيضًا في

الوصول إلى كهف استشفاء جاشتاین



العنوان

Gasteiner Heilstollen

Heilstollenstraße 19

A-5645 Böckstein/Bad Gastein

الانتقال من وإلى مقر الإقامة

يمكن الوصول إلى كهف استشفاء جاشتاین والمغادرة باستخدام سيارة خاصة (توجد أماكن وقوف سيارات كافية) أو عن طريق خدمة النقل الموكبية أو باستخدام الحافلات العامة. يمكنك الحصول على المزيد من المعلومات التفصيلية من مستضيفك.

الخطوط الجوية

أقرب المطارات هي:

◀ سالزبورغ (يبعد حوالي 100 كم)

◀ ميونخ (يبعد حوالي 230 كم)

◀ كلاغنفورت (يبعد حوالي 125 كم)

يسعدنا تنظيم خدمة نقل موكبية لك.

خطوط السكك الحديدية الاتحادية

في محطة قطار باد جاشتاین وباد هوفجاشتاین توجد القطارات الأوروبية والقطارات بين المدن والقطارات السريعة وقطارات الإكسبريس. وتوجد خطوط تاكسي وسيارات دائمة إلى مختلف المناطق.

نقل الركاب المنزلي

يسعد شركات التاكسي في جاشتاین أن توفر لك خدمة نقل الركاب المباشر من منزلك في النمسا أو ألمانيا.

إمكانيات التواصل

◀ T +43 (0)6434 3753-0

◀ F +43 (0)6434 3753-566

◀ info@gasteiner-heilstollen.com

◀ Patientenservicestelle

◀ patientenservice@gasteiner-heilstollen.com

.Gasteiner Kur-, Reha- und Heilstollen Betriebsges.m.b.H

المركز الصحي للعلاج بالرادون "حياة طبيعية خالية من الألم"

Heilstollenstraße 19, A-5645 Böckstein, Bad Gastein – Salzburger Land

هاتف 43+ (0)6434 3753-0

فاكس 43+ (0)6434 566-3753

info@gasteiner-heilstollen.com

www.gasteiner-heilstollen.com

