

## Unsere Wärmeanwendungen



**Ultraschall:** ist eine Wärmeanwendung, die zur Elektrophysiotherapie zählt und bis zu 5 cm tief im Gewebe wirksam ist.

**Pelose:** unsere Wärmepackung ist ein Süßwassersediment aus anorganischem und organischem Material. Neben der sehr hohen Wärmekapazität sind die Vorteile Entsäuerung und Entschlackung schmerzbelasteter Binde- und Muskelgewebe.

Die **Heiße Rolle:** ist eine Behandlung, bei der mit Handtüchern und kochendem Wasser Wärme übertragen wird.



**Heißluft:** wird mit Hilfe einer Infrarotlampe verabreicht. Rotlicht, ein natürlicher Bestandteil des Sonnenlichtes, wird oft unterstützend zur Therapie bei Hals-, Nasen- und Ohrenproblemen genutzt.



**Weiteres: Voll- und Teilbäder, Wickel und Bienenwachs**

Copyright Fotos: Seite 1 geralt Pixabay, Seiten 2 - 5 Theramedica



## Manuelle Therapie Narbenbehandlung Naturmedizin

Privatpraxis

**Heike Eikemeier**

Heilpraktikerin  
Physiotherapeutin

Knausche Str. 2, 04617 Gerstenberg

☎ (03447) 83 57 84

[www.Praxis-Theramedica.de](http://www.Praxis-Theramedica.de)

Sprechzeiten Dienstag | Donnerstag | Freitag

10:00 - 13:00 Uhr und 15:00 - 18:00 Uhr

## Patienten-Information



Wärme  
**THERMOTHERAPIE**

Copyright 2022

Nachdruck und Vervielfältigung nur mit Genehmigung

## Anwendungsmöglichkeiten



Zur Thermo-therapie zählen alle Verfahren der Wärme- und Kältebehandlung. Eine Wärmeanwendung führt dem Körper von außen Wärme zu,

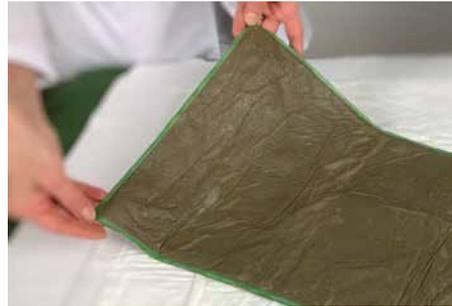
während die Kryotherapie Wärme entzieht. Die Wahl des Therapieverfahrens oder die Zeitdauer der Anwendung unterscheiden sich jeweils nach Ursache der Erkrankung und beabsichtigter Wirkung. Feuchte Wärme verfügt außerdem über eine höhere Wärmeleitfähigkeit als trockene. Aus diesem Grund wählen wir sorgfältig die für Sie richtige Anwendung aus.

### Beispiele für Indikationen sind:

- ▶ Muskelkrämpfe und Myalgien
- ▶ Muskelverspannungen wie Lumbago
- ▶ Chronische rheumatische Erkrankungen
- ▶ Gelenkarthrosen
- ▶ Osteochondrose/Spondylose mit Schmerzen
- ▶ Obstipation oder Meteorismus
- ▶ Erkrankungen innerer Organe mit kolikartigen Schmerzen (z.B. Gallenwege oder Harnwege)
- ▶ Chronische Bronchitis und Asthma
- ▶ Erkältungskrankheiten ohne Fieber
- ▶ Neuralgien
- ▶ Epikondylopathien
- ▶ Narben etc.

## Wirkungsweisen

Für die Auswahl der Wärmeform ist unter anderem entscheidend, in welcher Tiefe Gewebsschichten oder Organe erreicht werden sollen. In unserer Praxis kommen verschiedene Wärmeverfahren zum Einsatz. Alle in der Physiotherapie anerkannten Verfahren nutzen wir - neben weiteren speziellen Angeboten - auch im Bereich der Naturheilkunde.



### Wärme - die positiven Wirkungen:

- ☀ Erhöhung der Körpertemperatur
- ☀ Besserung von Durchblutung / Versorgung
- ☀ Entspannung der Muskulatur
- ☀ verbessert Dehnfähigkeit / Beweglichkeit
- ☀ schmerzlindernd
- ☀ beruhigend
- ☀ Beschleunigung der Regeneration / Heilung
- ☀ Aktivierung des Stoffwechsels
- ☀ Immunsystems anregend
- ☀ Aktivierung der Abwehrkräfte
- ☀ Gefäßerweiternd
- ☀ Bronchialsekret lösend

## Gegenanzeigen

Die Nutzung von Wärme zur Heilung und Vorbeugung von Erkrankungen hat schon eine sehr lange Tradition. Römische Bäder, Heiße Quellen, das Auflegen heißer Steine bei Erkrankungen etc. waren bekannt.



Es gibt jedoch Erkrankungen, für die sich eine Wärmeanwendung, insgesamt oder auch nur in einem bestimmten Bereich, nicht eignet. Aus diesem Grund ist es wichtig, dass Sie vor einer Behandlung Fragen zu Krankheiten und Verletzungen wahrheitsgemäß beantworten. Nur so kann Ihnen die Therapie helfen.

Ein gestörtes Temperaturempfinden bei neurologischen Erkrankungen oder eine Anwendung bei Kindern erfordern ganz besondere Vorsicht.

### Die wichtigsten Kontraindikationen:

- ▶ akute Infektionen mit Fieber
- ▶ akute Entzündungen
- ▶ akute rheumatische Erkrankungen
- ▶ Traumen und Unfälle
- ▶ frische Wunden und Geschwüre
- ▶ verschiedene Herzerkrankungen
- ▶ verschiedene Durchblutungsstörungen
- ▶ Blutungsneigung oder innere Blutungen