

Hilfsmittel zur Kälte und Wärmebehandlung

Wärmetherapie

Indikation: bei Verspannungen und dadurch bedingten Schmerzen
(OHNE Entzündungsreaktion)

- Hexenschuss
- Muskelverspannungen
- Menstruationsbeschwerden
- nicht entzündliche rheumatische Beschwerden



Hilfsmittel zur Kälte und Wärmebehandlung

Kältetherapie = Kryotherapie

Indikation: bei Entzündungsprozessen, die oft charakterisiert sind durch:
Rötung (Rubor), Wärme (Calor), Schwellung (Tumor), Schmerz (Dolor)

- Zahnextraktion
- Fiebersenkung
- Ohrspeicheldrüsenentzündung
- Schmerzlinderung bei Prellung, Zerrung, Bluterguss etc.
- Insektenstiche



MP zur Wärmetherapie

- Kalt-Warmkompressen
- Heizkissen
- Wärmflasche
- Kirschkernkissen / Dinkelkissen
- ThermaCare[®]
- Kataplasmen
- Fangopackungen



Kataplasmen



- Auflagen mit gebrauchsfertigen Pasten (Breiumschläge)
- heiß und kalt anwendbar
- Beim Erwärmen der Tube im Wasserbad auf Entlüftung achten!
- Anwendung:
 - Auf Leinentuch oder Körperstelle ca. 0,5 cm dick auftragen, mit Verbandmull abdecken, mit Binde fixieren, sollte luftdurchlässig sein
 - kann einige Stunden (je nach Präparat) angewendet werden
- Kytta-Plasma[®]: Beinwell (Symphytum), ätherische Öle, weißer Ton, Al-Mg-Trisilikat
- Enelbin Paste[®]: ätherische Öle, Zinkoxid, Aluminiumsilikat

Kataplasmen

Indikationen:

- rheumatische Gelenk- und Muskelerkrankungen
 - Gelenkentzündungen (z.B. Arthritis)
 - Degenerative Gelenkerkrankungen (z.B. Arthrose)
 - Lymphdrüenschwellungen
 - Verstauchungen
 - Verrenkungen
 - Prellungen
 - Blutergüsse
 - Entzündungen des Rachenraumes
- Bei entzündlichen Prozessen immer Kaltanwendung!

Fangopackungen

- Vorgefertigte Kompressen, die lehmige Erde/Moor-Erde enthalten
- Werden in heißem Wasser oder im Backofen erwärmt, ca. 30-60 Minuten auf Körperstelle aufgelegt und mit einem Handtuch fixiert
- meist wiederverwendbar (nach Gebrauch gut trocknen lassen)
- Indikationen:
 - nicht-entzündliche rheumatische Erkrankungen
 - degenerative Gelenkerkrankungen
 - Muskelverspannungen etc.



Thermacare[®]

- ca. 2€ große Wärmезellen in Fleece eingebettet
- Wärmезellen enthalten Eisengranulat, Aktivkohle, Salz und Wasser
- durch Sauerstoff aus der Luft kommt es zu einer exothermen Reaktion
- Warnhinweise: Kann zu Hautreizungen und Verbrennungen führen
- Nur nach ärztlicher Absprache anwenden bei:
 - Diabetes, Durchblutungsstörungen
 - Herzerkrankungen
 - Schwangerschaft



- Kontraindikationen:
 - nicht auf erkrankter, verletzter oder geschädigter Haut
 - nicht bei Prellungen, Schwellungen
 - nicht zusammen anwenden mit anderen medizinischen Einreibemitteln und Wärmepflastern
 - Bei >55 jährigen: Nicht im Schlaf anwenden



MP zur Kältetherapie

- Kalt-Warmkompressen
- Kältekissen
- Eis-Plastik-Kompressen
- nasskalte Auflagen, z.B. Wadenwickel
- Eisbeutel
- Kataplasmen

