

Vorbereitung: Das sollten Sie beachten



HINWEISE VOR IHREM TERMIN:

- Tragen Sie keine Cremes, Lotionen oder Öle auf der Haut auf.
- Haut und Haare müssen vollständig trocken sein. Feuchtigkeit kann zu lokalen Erfrierungen führen.
- Entfernen Sie Schmuck, Uhren, Piercings, Hörgeräte.
- Legen Sie Brillen und Kontaktlinsen ab.
- Metall leitet Kälte und kann Hautschäden verursachen.



BITTE TRAGEN SIE:

- Badebekleidung (Badehose/Badeanzug)
- Handschuhe
- (Baumwoll-) Socken
- geschlossene Schuhe (werden gestellt)
- Kopfbedeckung (z. B. Stirnband, Mütze)
- Mundschutz (wird gestellt)



Weitere Infos unter
www.fk-bentheim.de



FACHKLINIK BAD BENTHEIM

Thermalsole- und Schwefelbad Bentheim GmbH

Am Bade 1 · 48455 Bad Bentheim

T (05922) 74-0 · F (05922) 74-740

info@fk-bentheim.de

www.fk-bentheim.de



Fachklinik
Bad Bentheim



Kompetenz.
Und Leidenschaft.



3 Minuten.
Bis -110°C .

Ganzkörper- kältetherapie

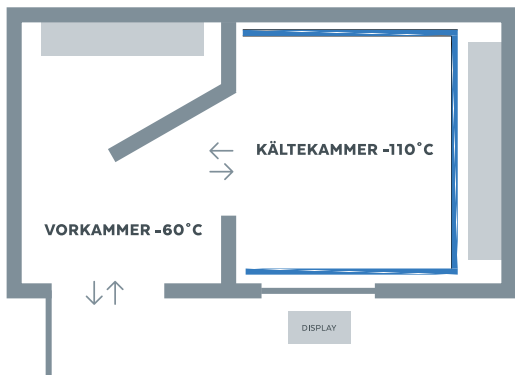
Alle Infos zur neuen Kältekammer
der Fachklinik Bad Bentheim

Was ist Ganzkörperkältetherapie?

Die **Ganzkörperkältetherapie (GKKT)** ist ein etabliertes Verfahren der physikalischen Medizin, bei dem der Körper kurzzeitig extrem niedrigen Temperaturen ausgesetzt wird.

FÜR WEN KANN SIE SINNVOLL SEIN?

Durch die Kälteexposition können entzündungshemmende und schmerzlindernde Effekte ausgelöst werden. Die Methode wird seit Jahrzehnten in der Rheumatologie und Schmerztherapie eingesetzt – insbesondere bei chronisch-entzündlichen Gelenkerkrankungen, Fibromyalgie, chronischen Schmerzsyndromen und zur Unterstützung der Regeneration.



Die Kältekammer befindet sich räumlich in der Bentheimer Mineraltherme.

So läuft die Anwendung ab.

WANN IST DIE ANWENDUNG NICHT GEEIGNET?

Die Ganzkörperkältetherapie ist bei korrekter Indikationsstellung und Durchführung in der Regel gut verträglich. In bestimmten Fällen besteht jedoch ein erhöhtes Risiko, z. B. bei Kälteempfindlichkeit und Gefäßerkrankungen, Erkrankungen des Herz-Kreislauf-Systems, entzündliche Erkrankungen und Bluthochdruck.

IHRE SICHERHEIT HAT OBERSTE PRIORITÄT:

Vor der ersten Anwendung führen wir einen medizinischen Eignungsscheck durch. Wir klären gemeinsam, ob Kontraindikationen vorliegen und beantworten Ihre Fragen.

Wichtig: Ob die Kältekammer in Ihrem Behandlungsplan vorgesehen ist, entscheidet das Behandlungsteam.

1. Sie ziehen **Badebekleidung** an und legen die erforderliche **Schutzkleidung** an: Handschuhe, Socken, geschlossene Schuhe, Kopfbedeckung und Mundschutz. Diese schützen besonders kälteempfindliche Körperregionen (Extremitäten, Atemwege) vor Erfrierungen.
2. Sie betreten zunächst die **Vorkammer** und verbringen dort etwa 30 Sekunden bei -60°C . Dies dient der physiologischen Anpassung des Körpers an die extreme Kälte.
3. Anschließend betreten Sie die **Hauptkammer** und verbleiben dort bis zu 3 Minuten bei -110°C . Die genaue Verweildauer wird individuell angepasst.
4. Nach Verlassen der Kältekammer können Sie Ihren Tag wie gewohnt fortsetzen. Es sind keine besonderen Nachruhezeiten erforderlich.

Während der gesamten Anwendung werden Sie durch geschultes Personal überwacht. Sie können die Kammer jederzeit selbstständig verlassen.

