

Bei minus 130 Grad den Schmerz einfrieren

Die neue Kältekammer der Medizin 3 lindert Schmerzen und Entzündungen

16.03.2018 Wer regelmäßig in die Sauna geht, weiß, wie gut der schnelle Temperaturwechsel dem eigenen Körper tut. Doch nicht nur Hitze hat diesen positiven Effekt: Kälte kann das auch. In der neuen Ganzkörperkältekammer der Physikalischen und Rehabilitativen Medizin der Medizinischen Klinik 3 - Rheumatologie und Immunologie (Direktor: Prof. Dr. med. univ. Georg Schett) des Universitätsklinikums Erlangen können Patienten das erfahren. Menschen, die an rheumatoider Arthritis, Schuppenflechte oder chronischen Schmerzen leiden, berichten nach einer Kältetherapie nicht nur von schneller Symptomlinderung, sondern bei regelmäßiger Anwendung sogar von bis zu vier Monaten Beschwerdefreiheit - ganz ohne Medikamente. Ab Anfang April ist eine ambulante Behandlung im Uni-Klinikum Erlangen möglich.

Minus 130 Grad Celsius – das ist so kalt, wie es sich kaum jemand vorstellen kann. Trotzdem steigt Leander Schubert, Masseur und medizinischer Bademeister der Medizin 3, ganz entspannt in die kupferfarbene Kapsel der Ganzkörperkältekammer im Internistischen Zentrum. Bekleidet ist er nur mit Unterwäsche und seinen Straßenschuhen. Es zischt, über seinem Kopf gehen die Lichter an und um ihn herum entstehen so extreme Temperaturen, wie sie ein Mensch sonst nirgends erfahren würde. Trotz der fehlenden Kleidung: von Zittern keine Spur. „Es fühlt sich nicht so kalt an, wie man es sich vorstellt“, beschreibt der Mitarbeiter das Gefühl. Auch nach zwei Minuten Extremklima sieht er entspannt aus. „Natürlich ist es kalt, aber ich habe nicht den Drang, schnell wieder raus zu wollen“, sagt er, kurz bevor die Zeit vorbei ist und sich die Kapsel wieder öffnet. „Hinterher ist einem ganz wunderbar warm, weil sich die Gefäße schnell weiten.“

Was von außen ein bisschen nach Raumfahrt aussieht, verspricht Schmerz- und Entzündungspatienten anhaltende Linderung – ganz ohne Medikamente. Seit die Ganzkörperkältekammer in den 1980er-Jahren in Japan entwickelt wurde, reihen sich die wissenschaftlichen Studien aneinander, die bestätigen: Der regelmäßige Einsatz extremer Kälte für einen kurzen Zeitraum ist eine wirksame Therapie gegen Schmerzen und Entzündungsschübe. Dr. Christoph Bleh, ärztlicher Leiter der Physikalischen und Rehabilitativen Medizin der Medizin 3 am Uni-Klinikum Erlangen, erklärt: „Die kurzzeitige Kälte hemmt die Schmerzweiterleitung zum Gehirn durch eine Blockade der Schmerzrezeptoren. Patienten mit chronisch-entzündlichen Erkrankungen profitieren zusätzlich von einer Reduzierung der entzündungsaktivierenden Botenstoffe, sodass ein Krankheitsschub vermindert werden kann.“ Für den Einstieg empfiehlt der Mediziner eine Behandlungsserie von 20 Einheiten à zwei bis drei Minuten in zehn Tagen.

Überhaupt erst ermöglicht wurde das Erlanger Kältetherapie-Angebot von der Manfred-Roth-Stiftung. Diese spendete 2015 50.000 Euro an die Physikalische und Rehabilitative Medizin der Medizin 3.

Noch ist die Kältetherapie keine von den gesetzlichen Krankenkassen unterstützte Leistung. „Wir hoffen, dass weitere Studien und Behandlungserfolge dies in Zukunft ändern“, betont Dr. Bleh. Ab April können Interessierte und Patienten das Erlanger Angebot der Ganzkörperkältekammer nutzen.