

## Wirkungsweise

- Über Aktivierung von Kälterezzeptoren der Haut und Fortleitung der Erregung über A-d-Fasern
- Weiterleitungshemmung von Schmerzsignalen
- Desensibilisierung im nozizeptiven System
- Schmerzlinderung
- Rückgang der Aktivität lysosomaler Enzyme
- Senkung der Zahl von T-Helfer-Zellen und
- Anstieg der T-Suppressor-Zellen
- Minderung der Entzündungsaktivität

## Effekte

- schmerzlindernd
- muskeltonusmindernd
- entzündungshemmend
- funktionsverbessernd
- schwellingsmindernd



## Anmeldung

Ines Remane, Dana Winkler  
 Telefon +49 (0)34292 84-503 oder -542

Telefax +49 (0)34292 84-535

[ines.remane@median-kliniken.de](mailto:ines.remane@median-kliniken.de)

[dana.winkler@median-kliniken.de](mailto:dana.winkler@median-kliniken.de)

*Aktuelle Preise finden Sie auf unserer Internetseite.*

## Ärztliche Information

Dr. med. Karen Nöcker

*Chefärztin Orthopädie*

Telefon +49 (0)34292 84-0

[karen.noecker@median-kliniken.de](mailto:karen.noecker@median-kliniken.de)

## Anfahrt



Bitte Ausschilderung „MEDIAN Klinik Brandis“ beachten!

Anreise per S-Bahn: Leipzig-Gerichshain, weiter mit Bus bis Endhaltestelle: „MEDIAN Klinik Brandis“

Anreise mit dem PKW über Bundesstraße: von Leipzig aus der B6 in Richtung Wurzen folgen, in Höhe Gerichshain nach Brandis abbiegen.

Anreise mit dem PKW über Autobahn A14: Ausfahrt Naunhof/Brandis, über Waldsteinberg in Richtung Brandis. Innerhalb des Ortes Brandis ist die weitere Anfahrt ausgeschildert.

## MEDIAN Klinik Brandis

Postakut- und Rehabilitationszentrum

Orthopädie – Psychosomatik

Am Wald · 04821 Brandis

Telefon +49 (0)34292 84-0

Telefax +49 (0)34292 84-700

[www.median-kliniken.de](http://www.median-kliniken.de)



**MEDIAN Klinik Brandis**

**Ambulante  
Kältekammer –  
Therapie**

Stand: September 2025

**Das Leben leben**



## Schmerzen lindern durch Ganzkörperkältetherapie

Bereits Hippokrates und Galen beschrieben die positive Wirkung von Kälte auf Schmerzen des Stütz- und Bewegungssystems. Die Kryotherapie („kryos“ = Kälte) hat sich bis in die heutige Zeit bewährt. Im Jahr 1980 entwickelte der japanische Arzt Toshiro Yamauchi die weltweit erste Kältekammer, und wenige Jahre später wurde die erste Kältekammer in Deutschland in Betrieb genommen.

In unserer Klinik wird seit Dezember 2000 die Ganzkörper-Kryotherapie in einer Kältekammer mit therapeutischen Temperaturen von -110 °C intensiv genutzt, sowohl im stationären als auch im ambulanten Bereich. Die Einwirkung dieser trockenen Extremkälte auf die Haut führt zu einer deutlichen Linderung bis hin zur völligen Ausschaltung von Schmerzen über einen individuell unterschiedlichen Zeitraum. Bei rheumatischen Erkrankungen trägt die Kältetherapie zur Verringerung der Entzündungsaktivität bei. Besonders effektiv ist die Methode, wenn im Anschluss aktive Bewegungstherapien durchgeführt werden. Durch diese Kombination nehmen insbesondere die Gelenkbeweglichkeit und die Muskelkraft schneller zu. Unter Beachtung der Kontraindikationen und der strengen Schutzvorschriften gilt die Ganzkörperkältetherapie als gut verträgliche und wirksame Behandlungsmethode.

### Bei folgenden Krankheiten hilft die Ganzkörperkältetherapie (Indikationen)

- Bewegungseinschränkungen, Schmerz- und Schwellingszustände nach Verletzungen u./o. Operationen am Stütz- und Bewegungssystem
- Entzündlich-rheumatische Erkrankungen der Gelenke und Wirbelsäule
- Degenerative Wirbelsäulen- und Gelenkerkrankungen

### Bei welchen Erkrankungen kann diese extreme Kälte nicht angewandt werden (Kontraindikationen)

- Frischer Herzinfarkt (< 6 Monate)
- Nicht eingestellter Bluthochdruck
- Schwere Herz-Kreislauferkrankungen und Durchblutungsstörungen
- Herzschrittmacher
- Nieren- und Harnwegserkrankungen
- Obstruktive Lungenerkrankungen
- Anfallsleiden, Neuropathien
- Geschwulsterkrankungen
- Alkohol- und Drogeneinfluss
- Kälteallergien

## Unser Behandlungskonzept

An 5 aufeinanderfolgenden Tagen erhalten die Patienten zweimal täglich Ganzkörperkälteamwendungen von je 2-3 Minuten bei -110°C. Unmittelbar danach sind aktive Therapien in Form von Krankengymnastik, aber auch ein Spaziergang oder erlernte Übungen in Eigenregie sinnvoll.

Die Kältekammer betreten die Patienten in trockener Badebekleidung, Sportsocken und festem Schuhwerk (z. B. Turnschuhe), weiterhin sind Handschuhe, Mütze und Mundschutz erforderlich. Unmittelbar vor der Therapie sollte nicht geduscht werden, auch dürfen weder Cremes noch Kosmetika verwendet werden, da eventuell Hautreaktionen auftreten können. Jeglicher Schmuck (auch Piercing!) sowie Brillen und Kontaktlinsen sind abzulegen bzw. zu entfernen.

## Technische Daten

Die Kältekammer besteht aus einer Vor- und einer Hauptkammer. In der Vorkammer ist die Luft auf -40 bis -60°C abgekühlt, in der Hauptkammer beträgt die Temperatur -110°C. Diese Kälte wird dreistufig über ein Sicherheitskältemittel erzeugt. Beide Kammern sind beleuchtet, in der Hauptkammer befinden sich eine Gegensprechanlage sowie eine Kameraüberwachung.

Die Anlage unterliegt einer regelmäßigen und strengen sicherheitstechnischen Überwachung.