

Aufklärungs-/Belehrungsbogen zur Ganzkörperkältetherapie



In einem Aufklärungsgespräch wurden mir,

Name: _____ Vorname: _____
(bitte in **DRUCKBUCHSTABEN** ausfüllen),

geboren am: _____ Telefonnummer: _____

durch das Fachpersonal der Silber-Therme Warmbad, Frau/Herrn _____,

die Anwendung und die möglichen Risiken der Ganzkörperkältetherapie (GKKT) erläutert (entsprechend dem Belehrungsblatt). Ich wurde eingehend über den Ablauf der GKKT informiert und über mögliche Komplikationen aufgeklärt.

Grundlage der Durchführung ist die von mir wahrheitsgemäß ausgefüllte Gesundheitscheckliste.

Aktueller Blutdruck: RR _____ / _____ mm Hg

GESUNDHEITSCHECKLISTE:

Bestehende Erkrankungen / Beschwerdebild	Ja	Nein
Kälteagglutinine (Kälteantikörper)		
Kälteallergische Erscheinungen (Urtikaria/Nesselsucht durch Kälte)		
Periphere arterielle Verschlusskrankheit (Stadium III – IV lt. Fontaine-Kriterien)		
Abgelaufene Venenthrombosen		
Akute Nieren- und Harnwegserkrankungen		
Instabile Angina pectoris		
Herzinfarkt in den letzten 12 Monaten		
Herzschrittmacher		
Unbehandelter Bluthochdruck über 160/100 mm Hg		
Akute febrile Erkrankungen der Atemwege, Asthma bronchiale, Bronchitis		
Blasen- und Nierenerkrankungen		
Schwere Anämie (Blutarmut)		
Tumorerkrankungen (Rücksprache mit dem Arzt!)		
Anfallsleiden (Epilepsie, epileptische Anfälle)		
Schwere konsumierende Erkrankungen (pathologischer Gewichtsverlust)		
Relevanter Alkohol-/Drogenkonsum		
Wundheilungsstörungen/großflächige bakterielle o. virale Hautinfektionen		
Ischämische Herzkrankheit (Herzkranzgefäßverengung)		
Herzrhythmusstörungen, Herzklappenfehler		
Zustand nach Herzoperationen (Rücksprache mit dem Arzt!)		

Aufklärungs-/Belehrungsbogen zur Ganzkörperkältetherapie



Bestehende Erkrankungen / Beschwerdebild	Ja	Nein
Regelmäßige Medikamenteneinnahme		
Augenerkrankungen (Brillenträger o. Kontaktlinsen)		
Schilddrüsenunterfunktion		
Hyperhidrosis (starkes Schwitzen)		
Vaskulitiden (Gefäßentzündungen)		
Starke Kopfschmerzen/Migräne		
Raynaud-Syndrom (vegetative Dysfunktion der Durchblutung)		
Polyneuropathie (Erkrankung peripherer Nerven mit Sensibilitätsstörungen)		
Schwangerschaft (ab 4. Monat)		
Klaustrophobie („Platzangst“)		
Erkrankungen des Knochen- und Skelettsystems		
Muskelerkrankungen/Muskelschwäche		
Hauterkrankungen (Neurodermitis, Psoriasis)		
Schlafstörungen		
Sonstiges:		
Abschlussergebnis/Tauglichkeit:	Ja	Nein

Änderungen der Dosierung und Anwendung bestehender Medikation sollten nur in Absprache mit dem behandelnden Haus- oder Facharzt vorgenommen werden!

Information zum Datenschutz:

Sie gestatten uns, im Rahmen der Erbringung der GKKT personenbezogene Daten von Ihnen selbst bzw. Ihrem Angehörigen oder Kind zu erheben und zu verarbeiten. Deren Nutzung ist für die Planung, Durchführung und Abrechnung der vertraglich vereinbarten Leistungen erforderlich. Lesen Sie sich dazu bitte auch unsere ausliegende Information „Erklärung zur Erhebung und Verarbeitung personenbezogener Daten nach Art. 13 DSGVO“ aufmerksam durch. Sie haben jederzeit ein Auskunftsrecht über die von Ihnen erhobenen Daten. Alle Daten unterliegen der Europäischen Datenschutzgrundverordnung (EU-DSGVO) und der Wahrung der ärztlichen Schweigepflicht (§ 203 StGB). Nach § 630 f Abs. 3 BGB beträgt die Aufbewahrungspflicht Ihrer Daten 10 Jahre nach Abschluss der GKKT. Die vorstehende Erklärung gilt auch für zukünftige Behandlungen und kann jederzeit von Ihnen schriftlich mit Wirkung für die Zukunft widerrufen werden.

Ort, Datum

Unterschrift Patient/in

Unterschrift Fachpersonal

Anlage 1 zum Belehrungsblatt Ganzkörperkältetherapie (GKKT)

1. Mögliche Gesundheitsrisiken und Gesundheitsschädigungen bei der Ganzkörperkältetherapie (GKKT)

Die GKKT bei einer Temperatur von -110 °C ist eine seit Jahrzehnten erfolgreich bei der Behandlung rheumatischer Erkrankungen eingesetzte und längst weithin anerkannte Behandlungsmethode. In den letzten Jahren wurden die Technologie der Kältekammern nochmals bedeutend weiterentwickelt und die Behandlungsmethoden entsprechend angepasst und verfeinert. Der Entwicklungsstand ist mittlerweile so weit vorangeschritten, dass man heute von einer relativ nebenwirkungsarmen medizinischen Therapie sprechen kann. Komplikationen können nicht in jedem Fall ausgeschlossen, aber durch eine gezielte Befragung und Untersuchung der Patienten im Vorfeld auf mögliche Risiken hin in einem vertretbaren Rahmen gehalten werden.

2. Anatomisch-physiologische Gegebenheiten

Die extrem niedrige Temperatur wird vom unbedeckten menschlichen Körper etwa 5 Minuten ohne Probleme toleriert. Allerdings kann es an einigen exponierten Stellen aufgrund der besonderen Durchblutungsverhältnisse zu Erfrierungen kommen. Diese exponierten Körperstellen sind die Ohren, die Nase, die Hände und die Füße. Diese Körperteile müssen daher vor der Kälteeinwirkung geschützt und beispielsweise durch das Tragen warmer Handschuhe, Socken und Fellschuhe, einer Mütze oder eines Stirnbandes, welches die Ohren einschließt, verdeckt werden. Derart geschützt kann es an diesen Stellen zu keinen Erfrierungen mehr kommen. Gelegentlich beobachtete Erfrierungen der unbedeckten Hautareale sind nur oberflächlich und gehen schnell zurück.

Eine Besonderheit, die in der Kältekammer auftritt und sich physikalisch leicht erklären lässt, ist die Tatsache, dass die Atmung in einem anderen Rhythmus verläuft als unter „normalen“ Bedingungen. Ist die Einatemphase unter normalen Bedingungen etwa so lang wie die Ausatemphase, so ist die Ausatemphase unter den besonderen Bedingungen der GKKT gegenüber der Einatemphase verlängert. Der Patient atmet etwa 3 x so lange aus wie ein. Die kalte Luft der Kammer hat bei -110 °C eine erhöhte Dichte. Während der Atmung wird diese Luft auf Körpertemperatur (ca. 36 °C) erwärmt. Dabei dehnt sich die Luft aus, das heißt, der Patient hat das Gefühl, mehr Luft auszuatmen als er eingeatmet hat. Nehmen Sie sich also bewusst Zeit zum Atmen und bedenken Sie diesen Fakt, dann werden keine Probleme auftreten.

3. Nur informiert und aufgeklärt in die Kältekammer!

Wenn Sie jetzt die voranstehenden Informationen gelesen haben, wissen Sie, dass das Behandlungsverfahren GKKT sehr wenige Risiken und Nebenwirkungen hat. Sollte Ihnen das eine oder andere noch unklar sein, haben Sie keine Scheu, den betreuenden Therapeuten an der Kältekammer darauf anzusprechen. Keinesfalls sollten Sie dem Betreuungspersonal wichtige Informationen vorenthalten, die in dieser Richtung wichtig sein könnten.

4. Behandlungsablauf Ganzkörperkältetherapie

Sie haben sich in der Umkleidekabine bis auf die Badebekleidung ausgezogen und sind vom Betreuungspersonal befragt worden, Ihr Blutdruck ist gemessen worden, Sie haben die exponierten Stellen durch Fellschuhe, warme Socken, Handschuhe, Mundschutz, Mütze oder Stirnband geschützt und begeben sich nun nach Aufforderung des Betreuungspersonals in die Vorkammer mit -60 °C . Sie verweilen in dem Raum nur kurz zum Akklimatisieren und betreten dann nach Aufforderung über den Lautsprecher durch die nächste Tür die Therapiekammer, in der eine Temperatur von -110 °C herrscht. In diesem Raum gehen Sie langsam herum oder machen leichte Bewegungen am Ort. Der betreuende Therapeut sagt alle 30 Sekunden die Zeit an und fragt ggf. nach Ihrem Befinden, dabei sind Sie in ständigem Sichtkontakt*. Nach maximal 3 Minuten werden Sie aufgefordert, die Therapiekammer wieder über die Vorkammer zu verlassen.

Sie können jedoch die Behandlungsdauer auch selbst festlegen und jederzeit vor Ablauf der regulären 3 Minuten Therapiezeit die Hauptkammer durch die Vorkammer wieder verlassen.

* Sichtkontakt - zu Ihrer und unserer Sicherheit!

Sowohl in der Vorkammer (durch die Glastür) als auch in der Therapiekammer (großes Glasfenster) besteht ständige Sichtkontrolle durch das Betreuungspersonal.

Was darf nicht mit in die Kältekammer?

Wegen der extremen niedrigen Temperatur, die von vielen Materialien nicht mehr toleriert werden, aber auch zum Schutz vor Erfrierungen empfiehlt es sich, folgende Gegenstände nicht mit in die Kältekammer zu nehmen:

- Ketten, Armreifen, Ringe, Ohrringe, Uhren
- Brille, Kontaktlinsen, Hörgeräte
- ggf. andere Hilfsmittel aus Metall (Stützschienen oder Rollstuhl)

Was sollte der Patient mitbringen?

- Badebekleidung
 - frische Socken
 - feste, saubere Schuhe*
 - Mütze oder Stirnband*
 - Handschuhe*
- * wird ggf. von uns kostenfrei zur Verfügung gestellt

Worauf müssen Patienten und Therapeuten achten?

- keine feuchten Stellen am Körper
- keine Uhr, Schmuckstücke, Amulette
- keine Wärmereize zur Therapie

Zeitliche Abfolge/Abstände/Pausen zu anderen Begleittherapien:

Der Nutzer sollte generell ausgeruht, nicht „abgehetzt“ und ohne Zeitdruck zur GKKT erscheinen.

- 2 Stunden vor und nach Massagetherapien/Weichteilbehandlungen
- 2 Stunden vor und nach Salbeneinreibung
- 3 Stunden vor und nach thermischen Anwendungen (Bäder, Packungen)
- 2 Stunden Abstand zwischen 2 GKKT sollten eingehalten werden!

Indikationen für die GKKT:

- degenerative und chronisch-entzündliche Gelenk- und/oder Wirbelsäulenerkrankungen
- entzündlich rheumatische Gelenk- und/oder Wirbelsäulenerkrankungen
- weichteilrheumatische Erkrankungen
- Fibromyalgie
- chronische Schmerzzustände
- gestörte Regulation des Muskeltonus (z. B. Muskelverspannungen, MS, Cerebralparese)
- Kontusions- und/oder Distorsionsverletzungen der Gelenke und Wirbelsäule
- postoperative Zustände der Gelenke oder Wirbelsäule
- Kollagenose
- spastische Bronchitiden
- Asthma Bronchiale
- Autoimmunerkrankungen
- Neurodermitis
- Schuppenflechte mit und ohne Gelenkbeteiligung
- Leistungsoptimierung im Sport und bei medizinischer Rehabilitation

Gegenanzeigen:

- periphere arterielle Durchblutungsstörungen **Fontaine Stadium II - IV**
- schwere Herz-Kreislauf-Erkrankungen
- schwere Herzrhythmusstörung
- unbehandelte Hypertonie (ohne ärztliche Kontrolle und Medikation)
- Angst vor geschlossenen Räumen

Wenig geeignet bei:

- Kälteagglutinine
- Kälteurtikaria

+ Medizinische Erklärungen zu einigen Gegenanzeigen:

Durchblutungsstörungen - Fontaine Stadium II bis IV:

Diese Durchblutungsstörung vordergründig in den Beingefäßen sorgt für Beschwerden beim Gehen oder in Ruhe:

Stadium II = Beschwerden beim Gehen

Stadium III = Ruheschmerzen

Stadium IV = Absterben des Gewebes (Nekrose), kleine Wunden heilen nicht mehr ab.

Kälteagglutinine:

Schon bei geringer Kälte treten starke Schmerzen und Blässe in der betroffenen Region auf.

Die Kälteagglutinin-Krankheit ist ein Typ der autoimmun-hämolytischen Anämie (AIHA) und gekennzeichnet durch die Anwesenheit von Kälte-Autoantikörpern (unterhalb von 30 °C aktive Autoantikörper). Die Kälteagglutinin-Krankheit macht 16 – 32 % der Fälle von AIHA aus.

Durch entsprechenden Hautschutz (Handschuhe, dicke Socken und Schuhe) können Körperregionen geschützt und somit diese allergischen Reaktionen vermieden werden.

Kälteurtikaria:

Hauterscheinungen, die im Winter oder bei Kälteeinwirkung (wie im Saunatauchbecken) auf der Haut sichtbar werden (als wenn die Haut mit Brennesseln in Berührung gekommen ist).

Derartige Hauterscheinungen sind keine absolute Kontraindikation für die Kältetherapie, wenn bereits bekannt und vom Hautarzt bestätigt. Geben Sie bitte dem Betreuungspersonal darüber Bescheid.