

Schmerzlinderung durch Radonbalneotherapie

Dipl.-Kaufmann Gerhard Geiger

Während das Baden in Heilwässern mit Kohlensäure, Jod oder Schwefel bereits seit Jahrhunderten medizinische Anwendung findet, ist die Wirkung von Radon zur Schmerzlinderung bei diversen Erkrankungen erst ab dem Jahr 1900 in den Fokus der Balneotherapie geraten.

Radon, genauer Radon-222, ist ein natürliches, hochflüchtiges und schwach radioaktives Edelgas, welches über eine energetische Alphastrahlung wirkt.

Indikationen

Die Radontherapie wird bei zahlreichen Krankheitsbildern eingesetzt. Fibromyalgie stellt im Kurmittelhaus Sibyllenbad eine häufige Indikation dar, haben doch 50 Prozent der Kurpatienten das Fibromyalgie-Syndrom - zumindest als Zweit-Diagnose. Weiter werden Patienten mit allen Formen der entzündlichen und nicht entzündlichen rheumatischen Erkrankungen, wie Polyarthritiden, Arthrosen, Wirbelsäulenerkrankungen oder Morbus Bechterew behandelt. Auch bei Störungen der Regeneration und Zirkulation der Haut wie Neurodermitis und Psoriasis sind Erfolge erreichbar.

Therapie

Grundsätzlich sind drei Formen der Radontherapie zu unterscheiden:

- Einzelwannenbäder
- Heilstollenkur
- Trinkkuren

Im Neualbenreuther Kurmittelhaus Sibyllenbad werden seit fast dreißig Jahren ausschließlich Einzelwannenbäder abgegeben, wobei neben der radonhaltigen Katharinenquelle auch die kohlendioxidhaltige Sibyllenquelle unterstützend eingesetzt wird. Das Edelgas Radon ist in der dort geförderten Heilquelle gelöst. Die Radonbehandlung erfolgt ausschließlich auf ärztliche Verordnung in einer Serie von Wannengebädern, wobei die Anzahl zwischen sechs und 12 Bädern beträgt. Wie viele Bäder individuell sinnvoll sind, entscheidet dabei der Badearzt anhand der Diagnose des Patienten. In der Regel wird jeden Tag ein Bad abgegeben.

Beim **reinen Radonbad** badet der Patient in einer Einzelwanne ca. 20 Minuten in ca. 36 °C warmem Radonwasser. Es schließt sich eine Nachtruhe in einem exklusiven Ruhebereich von noch einmal 20 Minuten an.

Während des Bades ist die Wanne abgedeckt, so dass etwa 80 Prozent des Radons über die Haut, weitere 20 Prozent gezielt über die Atemwege in den Körper des Patienten gelangen. Die Abgabe erfolgt dann über die Lunge. Nach ca. 50 Minuten ist kein Radon mehr im Körper. Dieser Prozess wird Radontransfer genannt. Ein kleiner Teil des Radons im Körper zerfällt während des Radontransfers in seine Folgeprodukte. Die dabei freigesetzte Alpha-Strahlung ist verantwortlich für Prozesse auf Zellebene, die Schmerzen lindern, Entzündungen hemmen und das Immunsystem sowie den körpereigenen Reparaturmechanismus positiv

beeinflussen. Die Strahlendosis bei einer Radonkur von max. 2mSv* ist für den Patienten unbedenklich.

Einzigartig sind die **Radon-Kohlensäure-Kombinationsbäder** im Sibyllenbad. Die Therapie beruht auf der vorherigen Abgabe von kohlensäuremineralhaltigem Heilwasser mit anschließender Zugabe von Radonheilwasser unterhalb der Wasseroberfläche – im Rückenbereich des Patienten. Die Best´sche Wanne stellt sicher, dass das hochflüchtige Radongas nicht durch Verwirbelungen austritt, sondern zur Therapie genutzt werden kann. Bei den Kombinationsbädern werden pro Einzelbad circa drei Wannenfüllungen mit Heilwasser benötigt. Das vorherige Baden im Kohlensäuremineralwasser verbessert die Durchblutung, entlastet das Herz-Kreislauf-System und verstärkt gleichzeitig die Aufnahmefähigkeit von Radon durch die Haut. Dadurch wird die Effektivität der Therapie deutlich verbessert.

Die Kombinationsbäder wurden wesentlich von Prof. Dr. Dr. Wolfgang A. Grunewald entwickelt, der von 1989 bis 2012 ärztlicher Leiter und Badearzt im Kurmittelhaus war. Durch diese Innovation ist die Radontherapie für Rheumapatienten mit gleichzeitigen Erkrankungen des Herz- und Gefäßsystems sowie Hypertonie möglich geworden. Sie ist besonders schonend und gut verträglich. Optional kann die durchblutungsfördernde Wirkung der Kohlensäure während des Wannensbades noch durch die gleichzeitige Inhalation medizinischen Sauerstoffs verbessert werden. Ab einem Alter von 40 Jahren sinkt die Sauerstoffversorgung im Körper des Patienten. Der Sauerstoff wird dann in den Zielorganen, z. B. Gehirn, Herzmuskel oder Beinmuskulatur vermehrt abgegeben. Ein bestehender Sauerstoffmangel kann so beseitigt und die Leistung der betreffenden Organe gesteigert werden.

Wirkung

Zahlreiche wissenschaftliche Untersuchungen belegen, dass durch die Radontherapie die Reparaturkapazitäten der Zellen für Schäden im Erbgut durch die Alphastrahlung verbessert werden. Radon- bzw. seine Folgeprodukte reichern sich in fettreichen Geweben und im Zentralnervensystem ZNS an (Endorphin-Ausschüttung). Neben positiven Wirkungen auf das Immunsystem wird auch die Produktion sogenannter Radikalfänger erhöht.

Bekannt ist, dass die schmerzlindernde Wirkung der Radonbalneotherapie meist zeitversetzt eintritt. Viele Patienten können etwa nach zwei bis drei Wochen ihre Schmerzmedikamente reduzieren oder ganz absetzen. Die Wirkung hält oft bis zu sechs Monate an. Damit bietet sich die Radonbalneotherapie zur Verbesserung der Lebensqualität bei reduzierter Schmerzhäufigkeit, -intensität und -dauer an.

Kosten

Gesetzliche Krankenkassen erstatten die Kosten nur im Rahmen einer ambulanten Vorsorgemaßnahme (Kur). Sibyllenbad bietet daher neben kompletten Medizinpaketen für bestimmte Patientengruppen auch preisreduzierte Bäderpakete für Selbstzahler gesetzlich Versicherter an, die dann z.B. mit weiteren Maßnahmen der physikalischen Therapie auf Rezept kombiniert werden können.

Kurberatung

Neben Informationen bei unserem Gästeservice bietet sich auch die Telefonsprechstunde des leitenden Badearztes bei Patienten mit Badearztschein

jeweils Dienstag zwischen 12.30 und 13.30 Uhr unter Tel. 09638 933-0 an.
Anwendungstermine sollten mit ausreichendem zeitlichem Vorlauf vereinbart werden.

Service für Selbsthilfegruppen

Zum „Kennenlernen“ des medizinischen Angebotes stellt das Sibyllenbad auf die Bedürfnisse der Gruppe abgestimmte Programme mit Besichtigung des Kurmittelhauses, Vortrag und Schnupper-Anwendungen zusammen. Kontakt über das Sekretariat der Werkleitung unter Tel. 09638 933-141.

Dipl.-Kaufmann Gerhard Geiger

Leiter Kurmittelhaus Sibyllenbad
Neualbenreuth/Bayern

Weitere Informationen

Kurmittelhaus Sibyllenbad –
Eigenbetrieb des Zweckverbandes
Sibyllenbad
Kurallee 1
95698 Neualbenreuth
Tel. 09638 933-0
info@sibyllenbad.de
www.sibyllenbad.de sowie beim
Verein der Europäischen Radonheil-
bäder unter www.euradon.de

* mSv bedeutet Milli-Sievert und ist eine Maßeinheit für die Strahlendosis ionisierender Strahlen. Zum Vergleich: Die Strahlendosen einer Sibyllenbader Radonbalneotherapie (bei ca. 10 Einzelwannenbädern bis zu 2mSv) sind vergleichbar mit der mittleren jährlichen effektiven Dosis der Bevölkerung in Deutschland von 2,4 mSv mit einem Schwankungsbereich von 1 bis 10 mSv und somit unbedenklich.