



rheuma-online Erfahrungsaustausch

rheuma-online » Forum

rheuma-online Erfahrungsaustausch > Erfahrungsaustausch: Leben mit Rheuma > Hilfsmittel
Infrarotkabine

Benutzername Angemeldet bleiben?
 Kennwort

[Registrieren](#) [Blogs](#) [Hilfe](#) [Community](#) [Kalender](#) [Heutige Beiträge](#) [Suchen](#)

Hilfsmittel Hier dokumentieren User praktische Hilfsmittel, mit denen sie den Alltag besser meistern können.



[Themen-Optionen](#) [Thema bewerten](#) [Ansicht](#)

18.03.2005, 09:35 #1

cora
 Gast
 Beiträge: n/a

Infrarotkabine
 Gast

hallo,

ich bin neu hier. seit 4 jahren habe ich cP, nehme mtx und bin immer auf der suche nach zusätzlichen methoden, meine schmerzen zu lindern. da ich sehr kälteempfindlich bin, oft muskelverspannungen habe und auf wärme gut reagiere , überlege ich mir die anschaffung einer infrarotkabine, die laut den werbeprospekten (sofern frau keinen schub hat) die beschwerden lindern kann.

hat jemand schon erfahrung damit?

es gibt auch eine variante inkl. lichttherapie? hat das schon jemand versucht?

ich wäre sehr dankbar für erfahrungsberichte!

liebe grüße
 cora



19.03.2005, 11:50 #2

VerenaHH
 KrankeSchwester
 Registriert seit: 04 2003
 Ort: Hamburg
 Beiträge: 547

Hallöchen;

ich habe so eine Infrarotkabine in einem öffentlichen Bad getestet, war aber nicht so sehr begeistert. Ich gehe, wenn ich es irgendwie einrichten kann, einmal die Woche in die Sauna und das tut mir sehr gut, weil man dabei auch sehr schön abschalten und entspannen kann. Ich hätte aber auch weder Geld noch Platz für eine eigene Kabine.

An Deiner Stelle würde ich erst mal versuchen ob es so etwas irgendwo öffentlich gibt und es austesten bevor ich mir eine eigene anschaffe. Die Wärme ist ein wenig anders als in einer herkömmlichen Sauna, geht angeblich tiefer als normale Saunawärme und ist nicht so heiss.

Gruss



19.03.2005, 14:23 #3

Koko
 Registrierter Benutzer

 Registriert seit: 05 2004
 Ort: Puppenkistentown
 Beiträge: 89

Hallo Cora,

auf der Jagd nach einer Infrarotkabine bin auch ich schon seit längerem. Hab mich aber auch noch nicht dazu durchringen können, was zu investieren. Bei uns in der Nähe gibt es auch keine zum Testen, denn wenn es einem nicht bekommt, hat man die Kohle nunmal beim Fenster rausgeschmissen.

Übrigens der letzte/neueste Schrei in dieser Sache scheint eine solchige Art von Infrarot zu sein:

<http://www.physiotherm.com>

Nun ja, aus dem Össiland kommen nicht nur "unsere" Chat-Mädels (Monsti, claudiaah, sunnyside...), sondern auch die Kabine. Ob das für Qualität bürgt?;-)

Suche

Startseite
rheuma-online TV

Aktuelles
 rheuma-news
 Termine

Rheuma von A-Z

Forum

Krankheitsbilder

Was ist Rheuma?
 Arthrose
 chronische Polyarthritis
 mehr...

Rheumatherapie

Moderne Rheumatherapie
 Rheumafrüherkennung
 Medikamentöse Therapie
 Radon-Heilstollen
 Akupunktur bei rheumatischen Erkrankungen
 Radiosynoviorthese

Medikamente

Adalimumab (Humira)
 Anakinra (Kineret)
 Ciclosporin (Immunosporin)
 Cortison
 Etanercept (Enbrel)
 Leflunomid (Arava)
 Methotrexat (Lantarel)
 Rituximab (MabThera)
 Sulfasalazin

Selbsthilfe

Formularecke
 Erfahrungsaustausch
 Chat
 Online-Tests
 Online-Monitoring
 Selbsthilfegruppen
 Empfehlenswerte Rheumatologen
 Schmerztagbuch

Archiv

Der aktuelle Kommentar
 Moderierter Expertenchat
 Was ist eigentlich...?
 Fragen und Antworten
 Patientenschulung
 Neu bei rheuma-online?
 User-Workshop 2005
 User-Workshop 2006
 User-Workshop 2007

Bereich für Fachkreise

rheuma-news für Fachkreise

[Zum Chat](#)

[Foren-Startseite](#)

[Kleine Auflösung?](#)

» **Andere im Chat treffen**
 0 Personen im Chat.
[Am Chat teilnehmen](#)

12:29 Ich kann nicht mehr!...
 12:09 Fibro
 11:32 Wer hat Lust auf ein...
 11:18 Arthrose und die Sch...
 11:14 musik-thread
 11:10 ~Olla all~~
 11:00 "Neue" wün...

10:50 "Neu" gier...
10:42 Blutwerte passen all...
08:58 rheumatische Beschwe...
08:53 Abspeck-Club bei rhe...
05:42 TBC -Test nicht in O...
03:24 Merre hat Geburtstag...
02:00 Egal wie man das Kin...
22:11 Bin so ziemlich am E...
22:10 Ansichten ändern sic...
21:54 **Der ultimative Ess...
20:23 Und noch ne Neue
20:08 Hep-C-AK und Borreli...
19:00 Kind und Krücken?

Gruß
Koko

Vielleicht möchte Go , daß Du im Laufe Deines Lebens viele falsche Menschen kennen lernst, damit Du, wenn Du die richtigen triffst, sie auch zu schätzen weißt und dankbar für sie bist



20.03.2005, 09:58

#4

cora
Gast

Beiträge: n/a

sauna???

Zitat:

Zitat von **VerenaHH**
Hallöchen;

*ich habe so eine Infrarotkabine in einem öffentlichen Bad getestet, war aber nicht so sehr begeistert. Ich gehe, wenn ich es irgendwie einrichten kann, einmal die Woche in die Sauna und das tut mir sehr gut, weil man dabei auch sehr schön abschalten und entspannen kann. Ich hätte aber auch weder Geld noch Platz für eine eigene Kabine.
An Deiner Stelle würde ich erst mal versuchen ob es so etwas irgendwo öffentlich gibt und es austesten bevor ich mir eine eigene anschaffe. Die Wärme ist ein wenig anders als in einer herkömmlichen Sauna, geht angeblich tiefer als normale Saunawärme und ist nicht so heiss.*

Gruss

danke für den tipp.
ich wundere mich sehr, dass dir die sauna gut tut. die hat mir der rheumatologe ausdrücklich verboten und feuchtigkeit tut mit auch nicht gut.

liebe grüße

cora



20.03.2005, 11:47

#5

VerenaHH

KrankeSchwester

Registriert seit: 04 2003
Ort: Hamburg
Beiträge: 547

Hallöchen,

Mein Rheumadoc hat überhaupt keine Probleme mit Sauna. Es ist einfach auch eine Gewohnheitssache. Angefangen habe ich mal in den etwas weniger heißen Saunen und inzwischen gehe ich immer in die heißeste. In dieser wird nie ein Aufguss gemacht, daher ist die Luftfeuchtigkeit auch sehr gering. Ich denke das muss jeder für sich ausprobieren und sehen ob es gut tut. Ich bin lediglich mit dem Abkühlen etwas vorsichtig. Früher bin ich immer ins Tauchbecken, davon haben sich aber sehr viele Muskeln verkrampft. Inzwischen kühle ich nur noch per Schlauch ab und eben nicht den ganzen Körper. Speziell den Rücken lass ich aus. Wichtig ist auf jeden Fall dass man den Kopf gut abkühlt, sonst kann es Kopfschmerzen geben. Inzwischen möchte ich auf Saune wirklich nicht mehr verzichten. Oft freue ich mich schon die ganze Woche darauf und genieße es sehr.

Gruss



26.03.2005, 15:38

#6

cora
Gast

Beiträge: n/a

Infrarotkabine

dear all,

inzwischen war ich beim rheumatologen, der mir dringend abgraten hat, eine infrarotkabine zu kaufen. eine patienien hätte einen schweren schub darauf bekommen.

ich finde es nicht ok, dass drei hersteller speziell auch für arthriti-patienten weben . in einer broschüre gibt sogar ein arzt eine empfehlung dafür ab.

frohe ostern an alle

cora

 Antworten

Lesezeichen

 Mister Wong

 YiGG.de

 Google

 del.icio.us

 Digg

« Vorheriges Thema | Nächstes Thema »

Aktive Benutzer in diesem Thema: 1 (Registrierte Benutzer: 0, Gäste: 1)

Forumregeln

Es ist dir **nicht erlaubt**, neue Themen zu verfassen.
Es ist dir **nicht erlaubt**, auf Beiträge zu antworten.
Es ist dir **nicht erlaubt**, Anhänge hochzuladen.
Es ist dir **nicht erlaubt**, deine Beiträge zu bearbeiten.

BB-Code ist **an**.
Smileys sind **an**.
[IMG] Code ist **an**.
HTML-Code ist **aus**.

[Foren-Regeln](#)

Gehe zu

Hilfsmittel

Los

Alle Zeitangaben in WEZ +1. Es ist jetzt 11:37 Uhr.

[Kontakt](#) - [rheuma-online](#) - [Archiv](#) - [Datenschutzerklärung](#) - [Nach oben](#)