



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](#)

[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](#)

Formularckeck
Erfahrungsaustausch
Chat
Online-Tests
Online-Monitoring
Selbsthilfegruppen
Empfehlenswerte
Rheumatologen
Schmerztagebuch

[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...



[Antworten](#)

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

18.03.2005, 09:35

#1

cora

Gast

Beiträge: n/a

[Infrarotkabine](#)

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 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.physiotherapist.com>

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

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 Boreli...
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 heisste. 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 verkrampt. 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 Sauna 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 patienten hätte einen schweren schub darauf bekommen.
ich finde es nicht ok, dass drei hersteller speziell auch für arthritis-patienten weben . in einer broschüre gibt sogar ein arzt eine empfehlung dafür ab.

frohe ostern an alle

cora

**Lesezeichen**[!\[\]\(4729e517bc6a7cd81c8025b9646574fb_img.jpg\) Mister Wong](#)[!\[\]\(cbe80b694ebd74fcfe136a095b608235_img.jpg\) YiGG.de](#)[!\[\]\(a03a7eb2f4046e1d3c76772003e549ea_img.jpg\) Google](#)[!\[\]\(cbe2492b119e39e02a1dab2af4a4b296_img.jpg\) del.icio.us](#)[!\[\]\(e474458956c9a37fbf9586ddb60a7fa1_img.jpg\) Digg](#)[« Vorheriges Thema](#) | [Nächstes Thema »](#)**Aktive Benutzer in diesem Thema: 1** (Registrierte Benutzer: 0, Gäste: 1)**Forumregeln**[Gehe zu](#)[Hilfsmittel](#)[Los](#)

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](#)

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

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

Powered by vBulletin® Version 3.8.1 (Deutsch)
Copyright ©2000 - 2009, Jelsoft Enterprises Ltd.