

Fragenkatalog Hydrotherapie

01. Definieren Sie den Begriff „Hydrotherapie“.

Hydrotherapie ist die methodische Anwendung des Wassers in seinen verschiedenen Temperaturen und Aggregatzuständen zu diätetischen, prophylaktischen und therapeutischen Zwecken.

02. Nennen Sie die in der Hydrotherapie wirksam werdenden Faktoren.

Die Temperaturen; der hydrostatische Druck; die Auftriebskraft des Wassers; den Reibungswiderstand; mechanische Faktoren und die chemischen Faktoren.

03. Was ist Balneotherapie?

Die Anwendung von Bädern mit darin enthaltenen natürlichen oder zugeführten Wirkstoffen, sowie Trink- und Inhalationskuren, die Anwendung von ortsgebundenen Kur- und Heilmitteln, wie die Heilquellen oder –gase und Peloiden, oder etwa den Liege- und Bewegungskuren.

04. Was sind Pelioide?

Als Pelioide bezeichnet man natürliche, durch geologische oder biologische Vorgänge entstandene feinkörnige Substanzen.

05. Nennen Sie einige Pelioide.

Badetorfe (Moor); Faulschlämme; Schlicke; Kreide und Kalke; Heilerde und Sand.

06. Wie wirken sich die Temperaturen auf den Körper aus?

Sie beeinflussen fast alle Funktionen des Organismus, insbesondere die Wärmeregulation und das Gefäßvolumen.

07. Wie wirkt der hydrostatische Druck?

Kräftigend auf die Atmung, komprimierend auf die Blutgefäße.

08. Wie wirkt die Auftriebskraft?

Scheinbare Reduzierung des im Wasser befindlichen Körpers um die verdrängte Wassermenge. Fördert die Entspannung der Muskulatur und erleichtert die Bewegungen.

09. Wie wirkt der Reibungswiderstand?

Bewegungshemmend und somit muskelkräftigend.

10. Nennen Sie Beispiele für mechanische Faktoren.

Applikationsdruck bei der UWM oder den Blitzgüssen; Düsenquerschnitt, sowie Reibungen und Bürstungen.

11. Nennen Sie ein Beispiel für gegensätzliche Wirkungen bei den wirksamen Faktoren.

Warmes Wasser = Gefäßerweiterung, hydrostatischer Druck = Gefäßverengung – beide Wirkungen heben sich zum Teil auf.

12. Nennen Sie ein Beispiel für gleichsinnige Wirkung von Faktoren.

Kaltes Wasser und hydrostatischer Druck = beide wirken verengend auf die Blutgefäße.

13. Benennen Sie die Temperaturskala.

Brunnenkalt	10° - 15° C
Kalt	unter 30° C
Lau oder kühl	30° - 33° C
Indifferent	34° - 35° C
Warm	36° - 37° C
Sehr warm	38° - 40° C
Heiß	40° - 45° C

14. Was ist der Toleranzpunkt in der Hydrotherapie?

Mit dem Toleranzpunkt bezeichnet man jenen Punkt im Temperaturbereich, an welchem der menschliche Körper bzw. die Haut keinen Schaden nimmt.

15. Was bedeutet die Bezeichnung „indifferent“?

Indifferent bedeutet, dieser Temperaturbereich wird von der Haut weder als kalt noch als warm empfunden, da sie in etwa der Körpertemperatur entspricht.

16. Begründen Sie die Kollapsgefahr bei einem warmen Vollbad.

Durch die Wassertemperatur kommt es zu einer Erweiterung der Blutgefäße, besonders in der Peripherie, während durch den hydrostatischen Druck die Gefäße komprimiert werden. Somit heben sich beide Reaktionen in einem gewissen Maß auf. Bei gefäßlabilen Patienten kann es zu einem Kollaps kommen, wenn durch zu schnelles Aussteigen aus der Wanne plötzlich die Wirkung des hydrostatischen Druckes wegfällt und dadurch das Blut auf Grund der Gefäß-erweiterung in der Peripherie versackt.

17. Wie können Sie diese Kollapsgefahr mindern oder verhindern?

In dem man das Wasser nur langsam aus der Wanne ablaufen lässt, während der Patient in der Wanne sitzen bleibt. Der Patient verlässt die Wanne erst, wenn der hydrostatische Druck abgenommen hat. Außerdem sollte der Patient kurz kalt abgeduscht werden.

18. Nennen Sie natürliche chemische Faktoren.

Sole (Kochsalze); Meersalz; Schwefel; Kohlensäure; Sauerstoff; Radiumemanation (Radon – Edelgas)

19. Nennen Sie Beispiele für künstliche chemische Faktoren.

Kamillenblüten; Melisse; Heublumen; Eichenrinde; Kastanien; Fichtennadel; Latschenkiefer; Weizenkleie; Eukalyptus.

20. Was ist die konsensuelle Wirkung bzw. Reaktion?

Als konsensuelle Wirkung oder Reaktion bezeichnet man folgen. des: Die Wirkung der Temperaturen bleibt nicht nur auf den Ort ihrer Anwendung beschränkt, vielmehr breitet sie sich je nach Reizstärke und Reizdauer über die Körperoberfläche aus und zeigt sich somit auch an nicht direkt behandelten Körperteilen, -partien und Körperorganen. Diese Reaktionen werden jedoch abgeschwächer sein. Diese konsensuelle Wirkung entsteht auf Grund von nervös – reflektorischen Verbindungen der Haut.

21. Auf welche Organe können Sie vom Nabel abwärts, im Sinne der konsensuellen Reaktion, Einfluss nehmen?

Becken – und Unterleibsorgane; Keimdrüsen; Nieren und Harnblase.

22. Auf welche Organe können Sie einwirken, im Sinne der konsensuellen Reaktion, zwischen TH 8 und dem Darmbeinkamm?

Leber; Galle; Magen; Därme; Milz und Bauchspeicheldrüse.

23. Auf welche Organe können Sie einwirken, im Sinne der konsensuellen Reaktion, bei der Behandlung des Oberkörpers und der Arme?

Wirkung auf Herz und Lunge.

24. Auf welche Organe können Sie einwirken, im Sinne der konsensuellen Reaktion, bei der Behandlung des Nackens und der Gesichtshaut?

Wirkung auf Nasenschleimhäute und Nebenhöhlen.

25. Was besagt die Hauffe`sche Regel?

Bei einer Ganzkörperbehandlung, zum Beispiel im warmen Vollbad: Durch die gleichmäßige Erwärmung der Hautoberfläche erweitern sich die oberflächigen Blutgefäße, wodurch mehr Blut der Körperoberfläche zugeführt wird. Da die Blutmenge im menschlichen Körper begrenzt ist, muss zwangsläufig Blut aus dem Körperinneren (Organe) abgezogen werden, d.h. die Gefäße im Innern müssen sich zusammenziehen, da sonst die Gefahr eines Kollaps droht. Im umgekehrten Sinne, bei Verengung der Gefäße der Körperoberfläche wandert die Blutmenge ins Körperinnere, wo sich folglich nun die Gefäße erweitern.

26. Auf Grund der Hauffe`schen Regel nimmt man folgende Unterteilung vor:

Kesselgebiet und Peripherie. Was zählt zum Kesselgebiet und was zur Peripherie?

Kesselgebiet: Das Herz; die Lungen; die Leber und die großen Blutgefäße bis zum Eintritt in die Organe.

Peripherie: Die Gefäße der Haut; Gefäße der Muskulatur; die Herzkranzgefäße; die Nierengefäße und die Gefäße der meisten Organe.

27. Wie nennt man die Gefäßreaktion auf einen plötzlichen, kurzzeitigen Temperaturreiz, unabhängig ob dieser warm oder kalt ist?

Reaktive Hyperämie.

28. An welchen äußerlichen Anzeichen kann man eine reaktive Hyperämie erkennen?

An der meist frischen, hellen Rötung der Haut.

29. Wie reagiert ein gesundes Gefäßsystem auf einen plötzlichen, kurzzeitigen Wärme- oder Hitzereiz?

Primär mit einer kurzzeitigen Kontraktion, sekundär mit einer raschen Erweiterung der Gefäße.

30. Wie weit erstreckt sich die sekundäre Gefäßreaktion?

Die sekundäre Gefäßreaktion erstreckt sich bis in die kleinsten Gefäße, die Kapillaren. Man spricht von einer echten oder aktiven Kapillarisation, d.h. ruhende Kapillare und Kapillargebiete werden aktiviert.

31. Welcher Unterschied besteht in der Gefäßreaktion zwischen einem plötzlichen und einem einschleichenden Wärmereiz?

Bei einschleichender Wärmewirkung bleibt die primäre Gefäßreaktion aus, es kommt somit sofort zur Erweiterung der Gefäße.

32. Was geschieht mit den Gefäßen bei einer längeren Wärmeeinwirkung?
Der Gefäßtonus lässt nach, es kommt auf der Basis einer Gefäßerschaffung zu einer starken Hyperämie mit einer möglichen Volumenzunahme der behandelten Körperpartie. Darüber hinaus sinkt die Erregbarkeit der motorischen Nerven.

33. Wie lässt sich diese Erscheinung ändern?
Durch eine abkühlende Maßnahme, wie z.B. durch eine kalte Dusche oder einen kalten Guss.

34. Welche Gefäßreaktion zeigen plötzliche, kurzzeitige Kaltanwendungen?
Primär mit einer kurzzeitigen Kontraktion, sekundär mit einer raschen Erweiterung der Gefäße.

35 Welche Gefahr besteht bei einer längeren Kaltanwendung?
Nach der sekundären Gefäßerweiterung kommt es erneut zu einer Kontraktion der Gefäße und die Haut verfärbt sich bläulich. Dauert der Reiz noch länger an, so führt dies schließlich zu einem Gefäßkrampf.

36 An welchen äußeren Anzeichen kann man einen Kältebedingten Gefäßkrampf erkennen?
Sichtbares Zeichen ist eine wächserne Blässe an den Fingern und an den Zehen.

37. Was ist die „paradoxe Gefäßreaktion“?
Bei Gefäßen, die ihre Elastizität verloren haben, kommt es infolge eines plötzlichen thermischen Reizes, gleichgültig ob warm oder kalt, zu keiner sekundären Gefäßerweiterung. Es kommt zu einem Gefäßkrampf, welcher sich nur langsam wieder löst.

38. Warum sind im Zusammenhang mit der paradoxen Gefäßreaktion besonders die wechselwarmen Anwendungen zu vermeiden?
Während der Warmphase kommt es auf Grund der paradoxen Gefäßreaktion zu einem Gefäßkrampf, welcher durch den folgenden Kaltreiz und die nochmalige Wiederholung der beiden Reize noch verstärkt wird. Damit besteht die Gefahr einer Gangränbildung (Gewebsbrand), besonders an den Extremitäten.

39. Bei welchen Arten von Erkrankungen sollte man keine plötzlichen thermischen Anwendungen durchführen?
Diabetische, arteriosklerotische und angiospastische Erkrankungen.

40. Welche Anwendungen sind bei den unter Frage 39 angesprochenen Erkrankungen angezeigt?
Allmählich einschleichende Anwendungen.

41. Worauf sollte man bei Hypertonikern achten?
Beim Hypertoniker keine weiteren Blutdruck steigernden Maßnahmen .

42. Welche thermischen Anwendungen wirken am stärksten auf die Atmung?
Die kalten Anwendungen.

43. Wie wirken die thermischen Reize auf den Magen-Darm-Trakt?
Örtliche Wärme bei funktionierendem Magen-Darm-Trakt wirkt anregend, bei krankhafter Peristaltik (Darmtätigkeit) dämpfend und bei kolikartigen Beschwerden oder bei Spasmen krampflösend und schmerzlindernd.

44. Wie wirkt der hydrostatische Druck auf die Harnblase und wodurch wird diese Wirkung noch unterstützt?

Erhöhte Harnausscheidung, welche durch die Wärme der Anwendung unterstützt wird, besonders bei 36° - 37° C.

45. Durch welche thermischen Reize erzielen wir eine gleich starke anregende und erfrischende Wirkung auf den Tonus der Skelettmuskulatur, sowie eine Steigerung der Erregbarkeit der motorischen Nerven.

46. Die medizinischen Bäder mit vorwiegend pflanzlichen Zusätzen werden in 3 Gruppen eingeteilt, nennen Sie diese.

Hautreiz ausübende; Hautreiz mildernde und adstringierende (leicht gerbend) Zusätze.

47. Nennen Sie einige Hautreiz ausübende Zusätze und mögliche Indikationen.

Fichtennadel; Latschenkiefer; Rosmarin; Heublumen; Thymian und andere Kräuter- und Blütenzusätze werden u.a. bei folgenden Indikationen eingesetzt: rheumatische Beschwerden; Ischias; Lumbago; Arthrosen; Wirbelsäulen- und Bandscheibenschäden; Muskelschmerzen und Muskelzerrungen.

48. Nennen Sie Hautreiz mildernde Zusätze und ihre Indikationen.

Kleie- und Malzbäder zur Reizstillung bei juckenden Hauterkrankungen; Kamillenbäder bei schlecht heilenden Wunden (z.B. Decubitus).

49. Nennen Sie Beispiele für adstringierende Zusätze und Indikationen.

Eichen- und Fichtenrindenbäder zur Sekretionsminderung bei nässenden Hautveränderungen und zur Straffung des Gewebes.

50. In welche Gruppe gehört das Senfbad? Nennen Sie Indikationen und was Sie besonders beachten müssen.

Hautreiz ausübende Wirkung, sehr starke Gefäßerkrankungen, Frostschäden, Anregung der Herz- Kreislauffähigkeit. Es ist darauf zu achten, dass die Augen des Patienten durch feuchte Auflagen geschützt werden und dass nach dem Bad eine Reinigung der Haut vorzunehmen ist.

51. Was ist beim Stangerbad und dem Zwei- bzw. Vierzellenbad zu beachten?

Herzschrittmacher!, Metallimplantate, metallische Schmuckstücke am Körper, Hautschäden und Hautverletzungen.

52. Nennen Sie die allgemeinen Kontraindikationen für die Vollbäder und das Stangerbad!
Dekompensation des Kreislaufs; Zustand nach Herzinfarkt – solange ungenügende Belastungsfähigkeit besteht, Endo-, Myo- und Pericarditis, pulmonale Hypertonie und Lungenstauung, Thrombophlebitis, Aneurismen und Emboliegefahr.

53. Nennen Sie Kontraindikationen für die Unterwasserdruckstrahlmassage!

Alle unter Vollbad genannten Zustände, außerdem akut entzündliche Prozesse, Blutungsneigung, Gelenktuberkulose, tumorverdächtige Prozesse, Schwangerschaft und Varizen im Behandlungsgebiet.

54. Nennen Sie Kontraindikationen für die Hyperthermie!
Akut entzündliche Prozesse, Kreislaufinsuffizienz – besonders Coronarinsuffizienz und Zustand nach Herzinfarkt, Tuberkulose, Atmungsbehinderungen, Schwangerschaft, Diabetes mellitus, fortgeschrittene Arteriosklerose, Sudeck im Stadium I und II, neuralgische Erkrankungen.

55. Warum sind die Sitz- und Halbbäder von Vorteil bei Herzerkrankungen?
Der Vorteil liegt darin, dass die Herzregion nicht direkt durch den hydrostatischen Druck belastet wird.

56. Warum soll der Wasserstrahl bei Kneipp'schen Güssen drucklos auf den Körper gebracht werden?
Bei den Kneipp'schen Güssen soll nur der thermische Reiz wirken.

57. Was wird bei den Kneipp'schen Güssen am Ende der Behandlung gemacht?
Am Ende der Behandlung werden die Fußsohlen abgegossen.

58. Worauf sollte bei der Mehrzahl der Behandlungen in der Hydrotherapie und Balneotherapie geachtet werden?
Es sollte auf eine ausreichende Nachruhe geachtet werden.

59. Was bedeutet der Begriff „wechselwarme Anwendung“?
Als wechselwarme Anwendung bezeichnet man den Wechsel der thermischen Reize einer Behandlung in vier Phasen. Die erste Phase muss warm sein, die zweite Phase kalt bzw. deutlich kühler. Anschließend werden die beiden Phasen wiederholt. Wechselwarme Anwendungen werden immer warm begonnen und enden immer kalt.

60. Nennen Sie die Bereiche, die die Anwendung von Wasser in der Therapie bezeichnen!
Hydrotherapie und Balneotherapie.