

# Heilklimatische Kurorte

## Heilklima (Orotherapie)

Voraussetzung für die staatliche Anerkennung als Heilklimatischer Kurort ist die – durch Studien – nachgewiesene spezifische therapeutische Wirksamkeit des Ortsklimas: Nur unter dieser Voraussetzung wird das staatliche Prädikat verliehen. Der dafür ausgebildete Kurarzt (mit speziellen ökologischen Kenntnissen und seiner ärztlichen Erfahrung) kann die Klimaexposition – wie ein Medikament – dosieren. Dabei handelt es sich einerseits um

- die entlastenden Faktoren, insbesondere Luftreinheit mit weitgehendem Fehlen der natürlichen und vor allem der anthropogenen Belastungen, um andererseits
- Stimuli (physikalische und/oder chemische „Reize“), die dosisabhängig nach Reizart und -stärke, Applikationszeit und -serie Körperreaktionen auslösen und -funktionen stärken.

Das in Deutschland und Mitteleuropa am häufigsten therapeutisch genutzte Klima ist das Mittelgebirgsklima, das in der Regel gleichzeitig Waldklima ist. Der Wald hat dabei eine natürliche Filterfunktion. Dies gilt auch für Ozon. Daher ist auch in Gegenden mit hoher Ozonbelastung der O<sub>3</sub>-Gehalt im Wald niedriger als in freien Lagen. Außerdem ist im Waldklima der Temperaturtages- und -jahreslauf ausgeglichener und damit die Wärmebelastung für den Körper geringer. Bereits ab Höhen von 400 Metern ü. d. M. sind Inversionswetterlagen und Wärmebelastung deutlich seltener. Daraus ergibt sich, dass Patienten mit schwereren Erkrankungen beziehungsweise schwereren Stadien und speziell in der Phase der Rekonvalenz (d. h. der therapeutisch genutzten funktionalen Readaptation) rational begründbar, biometrisch signifikant und klinisch relevant in diesem Klima behandelt werden sollten.

Die Klimatherapie stimuliert aber gleichzeitig mit den natürlichen atmosphärischen Faktoren

- Lufttemperatur (ähnlich der Thermotherapie in Hydro- und Balneotherapie),
- Luftfeuchte,
- Wind,
- Strahlung (Infrarot, sichtbares und UV-Licht),
- Chemie (Aerosol, Sauerstoffpartialdruck).

Die höheren Mittelgebirge und die See („Thalassotherapie“) stimulieren

- Atmung,
- Zirkulation (Herz, Gefäße und Kreislauf),
- Stoffwechsel und das Neuro-Endokriniem sowie
- Immunsystem.

Der Kurarzt kombiniert diese dosierte Klimatherapie in der Regel mit der notwendigen Dauer-Pharmakotherapie, die qualitativ und quantitativ an die Expositionstherapie (et vice versa) anzupassen ist, sowie mit anderen Verfahren der physikalischen (wie Aerosol-Therapie, Krankengymnastik, Bewegungstherapie, Massage, Hydrotherapie) und Psychotherapie (chirurgische Verfahren sind manchmal an diesen Orten vorhanden [Beispiel: Kardio-Chirurgie], gehören aber nicht originär dazu).

Aus dieser Übersicht ergeben sich die (tabellarisch dargestellten) Indikationen und Kontraindikationen.

## Heilanzeigen der Heilklimatischen Kurorte

### Erkrankungen der Atemwege

Subakute und chronische Erkrankungen der Atemwege (Nasennebenhöhlen mit Ohrtrumpete, Bronchien): Rhinitis, Sinusitis, Bronchitis, chronisch obstruktive Ventilationsstörungen, Asthma bronchiale (Cave: bei exogener Allergie die potenzielle saisonale Verschiebung, bei restriktiven Ventilationsstörungen ergeben sich Indikationen und Kontraindikationen aus der speziellen Orographie).

### Herz-, Gefäß-, Kreislaufkrankheiten

Koronare Herzkrankheiten und Herzinsuffizienz ohne schwerere Dekompensationserscheinungen, Zustand nach Herzinfarkt (Frührehabilitation im Sinne der Anschlussheilbehandlung – AHB – in Spezialeinrichtungen),

Hypertonie bis Stadium III der Weltgesundheitsorganisation (WHO), Hypotonie, Orthostase, \* arterielle und venöse Zirkulationsstörungen (arterielle Verschlusskrankheit bis Stadium II, chronisch venöse Insuffizienz bis Stadium II), funktionelle und neural bedingte Herz- und Kreislaufbeschwerden.

### Hautkrankheiten

(speziell Oro- und Thalassotherapie: saisonale Witterung essenziell)  
Neurodermitis,  
Psoriasis.

(Weiterführende Literatur: B. Hartmann: Klimatherapie; in Hentschel, H.-D. [Hrsg.]: Naturheilverfahren, Deutscher Ärzteverlag Köln 1996.)

\* Wem dies widersprüchlich erscheint, kann sich in der Spezialliteratur informieren; z. B. Compendium der Balneologie und Kurortmedizin (Hrsg.: Schmidt, K. L., Steinkopff, Darmstadt 1989.)

### Allgemeine Indikationen

Rekonditionierung, Metabolisches Syndrom, Anti-Wetterfühligkeits-Training, Stärkung der Immunabwehr.

**Dosierung** und allfällige Kombinationstherapie nach Art und Schwere der Krankheit, im Kurverlauf Dosissteigerung, entweder solitär oder additiv vor allem mit zusätzlicher

- Mechanotherapie (Gymnastik, Bewegungstherapie und Massage),
- Hydro- und Thermotherapie (speziell mit heterothermalen Applikationen) sowie
- Psychotherapie
- Diät
- Gesundheitsbildung.

### Kontraindikationen sind

- schwere konsumierende Erkrankungen, (gegen Mittelgebirgsklima-Exposition besteht keine Kontraindikation)
- akute schwere Infekte,
- fehlende Reagibilität („Funktionsstarre“) (siehe oben),
- Lichtdermatose,
- Transportunfähigkeit.

(Hartmann)

Eine umfassende Darstellung der Grundlagen der Kurortklimatologie findet man in: G. Jendritzky, K. Bucher, G. Laschewski, E. Schultz, H. Stai-ger: Medizinische Klimatologie. In: Chr. Gutenbrunner, G. Hildebrand (Hrsg.), Handbuch der Balneologie und Medizinischen Klimatologie. Springer, Heidelberg (1997) 477-598.