



**CET CryoSpas**

RESEARCH | DESIGN | PERFORMANCE

**CET CryoSpa**

## Vorwort

Alle im Sport Engagierten, ob Trainer, Sportler oder Mitglieder des Medizinischen Teams, kennen die steigende Nachfrage nach hochentwickelten Ansätzen, um Wettkämpfe auf dem aktuellen Leistungsniveau erfolgreich zu bestehen.

Das professionelle Training und Coaching muss mit den passenden Geräten unterstützt werden, um optimale Erholungsstrategien durchführen zu können. Im Falle einer Verletzung ist es wiederum das Ziel, die Genesungszeit unter Verwendung der besten zur Verfügung stehenden Techniken zu minimieren.

Auch wenn die Prinzipien der Kryotherapie seit Jahrhunderten bekannt sind, ist es aufgrund der geringen Nebenwirkungen doch immernoch eine der am meisten favorisierten Methoden der Neuzeit.

### Geschichte der Kryotherapie

Der Einsatz von Kälte in der Therapie lässt sich bis zu den alten Griechen zurückverfolgen. Hippokrates, Aristoteles sowie Galen erwähnten die Anwendung von Kältebehandlungen bei akuten Verletzungen. Kalte Getränke und Bäder sowie natürliches Eis und Schnee wurden als erste Formen der Kältetherapie genutzt, ehe im Jahr 1755 das künstliche Eis erfunden wurde.

Seit den 1940er Jahren wurde Kälte weitverbreitet zur Behandlung von akuten und subakuten Verletzungen sowie zur Rehabilitation eingesetzt.

### Therapeutische Verfahren

Der Körper gibt Wärme durch Strahlung, Wärmeleitung (Konduktion), Strömung (Konvektion) und Verdunstung ab. Heutzutage nutzt man in der Kryotherapie meist Konduktion und Konvektion zur Kühlung von verletztem Gewebe.

Intramuskuläre Temperaturen können erheblich gesenkt werden, was zur Verminderung des lokalen Stoffwechsels, der Entzündung und des Schmerzes beiträgt. Die Kosten, Ausgereiftheit und Verfügbarkeit von oberflächlich anwendbaren Kälteapplikationen wie Eis, Kältepackungen, Kompressionssysteme, Sprays, etc., variieren enorm.

### Präventive Verfahren

Kryotherapie hat in vielen Sportarten bereits ihren Platz als die übliche Erholungsmethode nach dem sportlichen Einsatz gefunden. Insbesondere sind für gewöhnlich Eisbäder sowie kalte und warme Tauchbecken als Teil der Erholungsstrategie sowie zur Verhinderung von Komplikationen nach dem Sport im Einsatz.

### CET Kryotherapie

Das CET Cryotherapy Spa verfügt über die optimale Kombination aus Verwirbelung, thermostatisch kontrollierter Temperatur (von 1°C bis 14°C), Salzgehalt und Wasserdruck (aufgrund der Wassertiefe).

Es ist nicht nur eine hocheffektive Behandlungsmethode zu erschwinglichen Kosten, sondern bietet auch mehrere wesentliche Vorteile im Vergleich zu herkömmlichen Alternativen.

Beispielsweise besteht die Möglichkeit, gleichzeitig Kältetherapie und therapeutische Übungen mit und ohne Belastung durchzuführen - ein enormer Vorteil gegenüber Eispackungen oder Umschlägen.

Auch bietet der Einsatz von Salzwasser zusätzliche therapeutische Vorteile im Vergleich zu Eisbädern.

CET Limited  
Tel. Büro Deutschland: 0371 / 433 14 90  
Tel. Zentrale: 0044 / 28 / 92 69 00 56  
[www.cetcryospas.com](http://www.cetcryospas.com)

© CET Limited 2011, E&OE