



## Wärmepackung mit Moorauflage

**Moorpackungen** gehören zu den ältesten medizinischen Wärmeanwendungen, schon Paracelsus kannte die heilende Wirkung des Moores. Der wichtigste Wirkmechanismus ist die Wärme. Moor ist ein sehr guter Wärmespeicher und gibt seine Wärme langsam an den Körper ab.

In unserer Praxis werden mit besonders gutem Erfolg Wärmeträger, die eine Moorfüllung beinhalten, in Verbindung mit einer Moorauflage verwendet. Die Wärmeträger werden auf eine Temperatur von 60 °C im Wasserbad erhitzt. Die Moorauflage, auf der der zu erheizende Körperteil zum Beispiel der Rücken direkt liegt, erhält die Wärme durch den darunter liegenden Wärmeträger. Die ansteigende Wärme ermöglicht eine angenehme Gewöhnung an die Temperatur der Packung. Es kann eine konstante Temperatur von 45°C - 55°C über die gesamte Anwendungszeit gewährleistet werden.

Damit die Packung lange warm hält, wird der Körper in Lacken und Decken gehüllt. Die Verweildauer in der Packung beträgt ca. 20 Minuten.

In dieser Zeit dringt die Wärme in tiefere Gewebeschichten im Körper ein und erwärmt diese dauerhaft und wirkungsvoll. Der Stoffwechsel im Behandlungsgebiet wird gesteigert. Verbleibende Moorpartikel sind problemlos mit einem feuchten Tuch zu entfernen.

### Wirkungen der Moorpackung:

- Schmerzen können gelindert werden
- aktivierend
- die Durchblutung wird gesteigert und der Stoffwechsel angeregt
- entzündungshemmend
- Heilungsprozesse werden unterstützt
- die Muskulatur wird entspannt

### Anwendungsgebiete der Moorpackung:

- Verspannungen der Muskulatur
- Beschwerden an der Wirbelsäule und den Bandscheiben wie Ischias und Hexenschuss
- Nackenschmerzen, Kreuzschmerzen
- Gelenkbeschwerden, Arthrose, Arthritis an Schulter, Hüfte, Knie, ...
- bei Sportverletzungen
- bei Rheumatismus
- bei chronischen Entzündungen innerer Organe
- bei Magen- und Nierenschmerzen
- bei Monatsbeschwerden
- bei Erkältungskrankheiten

### Gegenanzeigen:

- chronischen entzündliche Krankheiten
- Herzkrankheiten, Bluthochdruck
- starken Krampfadern
- Krebserkrankungen
- nässende Ekzeme und offene Wunden, sehr empfindliche Haut
- Schwangerschaft