



Bitte lesen Sie diese Gebrauchsanweisung aufmerksam. Sie enthält wichtige Informationen darüber, was Sie bei der Anwendung dieses Medizinproduktes beachten sollen. Wenden Sie sich bei Fragen bitte an Ihren Arzt oder Apotheker.

Rheubalmin® Bad MED

Zusammensetzung

Methylsalicylat, Campher, Isobornylacetat, Isopropylmyristat, Lavendelöl, Natriumlaurylethersulfat, 2-Propanol, PEG-7-Glycerylcocoat, Propylenglycol, Natriumchlorid, E 514, Farbstoffe E 104, E 110, E 131, Wasser

Darreichungsform und Inhalt

Flüssiger Badezusatz in Flaschen zu 200 ml und 320 ml

Hersteller

Carl Hoerneck GmbH, Halberstädter Chaussee 22, D-39116 Magdeburg, Tel.-Nr. 03 91/63 54 60

Anwendungsgebiete

Rheumatische Beschwerden, insbesondere im Bereich der Hals- und Lendenwirbelsäule, Arthritis, Ischialgie, Lumbago, Muskelkater, Muskelverspannungen sowie Zerrungen.

Gegenanzeigen

Bekannte Überempfindlichkeit gegenüber einem oder mehreren Inhaltsstoffen. Außerdem keine Anwendung an Säuglingen und Kleinkindern. Bei größeren Hautverletzungen und akuten unklaren Hauterkrankungen, schweren fieberhaften und infektiösen Erkrankungen, Herzleistungsschwäche (Herzinsuffizienz) sowie Bluthochdruck (Hypertonie) sollten Vollbäder unabhängig von den Inhaltsstoffen nur nach Rücksprache mit dem Arzt eingesetzt werden.

Was müssen Sie in der Schwangerschaft und Stillzeit beachten?

Obwohl bisher keine Nebenwirkungen bekannt geworden sind, wird eine Anwendung in der Schwangerschaft, besonders in den letzten 3 Monaten, nicht empfohlen.

Vorsichtsmaßnahmen für die Anwendung und Warnhinweise

Das Medizinprodukt darf nicht unverdünnt angewendet werden und nicht mit den Schleimhäuten von Augen, Mund und Nase in Berührung kommen. Bewahren Sie das Medizinprodukt nicht bei Temperaturen über 25 °C auf!

Dosierungsanleitung, Art und Dauer der Anwendung

Rheubalmin® Bad MED wird dem einlaufenden Badewasser zugesetzt. Die Menge des Badewassers wird von der Wannengröße (Fassungsvermögen) und dem Körperbau des Badenden (Wasserverdrängung) beeinflusst.

Anwendungsweise für Vollbäder bei rheumatischen Erkrankungen

Es kommen 2 ml Rheubalmin® Bad MED auf 10 l Badewasser zur Anwendung. Abhängig von der Menge des Badewassers werden 4 - 6 Verschlusskappen in die Badewanne gegeben. Anfangstemperatur 36 °C. Nach Besteigen des Bades sollte die Wassertemperatur um 2 - 3 Grad erhöht werden. Gesamtdauer des Bades 15 - 20 Minuten. Im Anschluß an das Bad wird eine Schwitzpackung empfohlen.

Schwitzpackung: Nach dem Bad ohne Abtrocknen in ein Laken einhüllen und gut zugedeckt etwa 20 Minuten schwitzen. Danach gut abtrocknen. Eine Nachruhe von 30 Minuten wird empfohlen.

Sitzbäder

Ca. 4 Verschlusskappen in die Badewanne geben. Badetemperatur anfangs 36 °C, dann um 2 - 3 Grad steigern. Badezeit 15 - 20 Minuten. Anschließend Schwitzpackung. Danach gut abtrocknen und etwa 30 Minuten ruhen.

Teilbäder bei Schmerzzuständen am Bewegungsapparat

Hand- und Unterarmbäder: 5 - 10 ml (entspr. 1 - 2 Verschlusskappen) auf ein Gefäß mit ca. 10 l Wasser.

Fuß- und Unterschenkelbäder: 10 - 15 ml (entspr. 2 - 3 Verschlusskappen) auf ein Gefäß mit ca. 15 l Wasser. Badetemperatur 38 °C. Badezeit 10 - 15 Minuten, anschließend trocken-warmer Wickel und Bettruhe.

Wie lange sollten Sie Rheubalmin® Bad MED anwenden?

Über die Dauer der Behandlung, besonders bei Fortdauer der Beschwerden, entscheidet der behandelnde Arzt. Wenn Sie das Bad regelmäßig anwenden wollen, sollten Sie nach einer Kur von 10 Tagen eine Pause von 5 Tagen einlegen.

Nebenwirkungen

Bei bestimmungsgemäßem Gebrauch sind keine Nebenwirkungen bekannt.

Wenn Sie Nebenwirkungen an sich beobachten, die nicht in dieser Packungsbeilage aufgeführt sind, teilen Sie diese bitte Ihrem Arzt oder Apotheker mit.

Hinweise und Angaben zur Haltbarkeit des Medizinproduktes

Das Verfalldatum dieser Packung ist auf der Oberseite der Schachtel und auf dem Etikett aufgedruckt. Verwenden Sie diese Packung nicht mehr nach diesem Datum!

Stand der Information

März 2003



Eigenschaften

Die Erkrankung "Rheuma" hat viele Namen und Formen. Auch sportliche Betätigung kann zu schmerzhaften Verspannungen im Bereich der Muskeln und Gelenke führen.



Seit dem griechischen Mathematiker Archimedes (285 - 212 v.u.Z.) wissen wir, daß jeder Körper in einer Flüssigkeit scheinbar so viel an Gewicht verliert, wie die von ihm verdrängte Flüssigkeitsmenge wiegt. Dieser scheinbare Gewichtsverlust wird als Auftrieb bezeichnet. Durch die Auftriebskraft wiegt ein 70 kg schwerer Mensch in normalem Wasser nur noch 7 kg.

In einem Rheubalmin® Vollbad ist diese relative Schwerelosigkeit Teil eines komplizierten Wirkungskomplexes. Durch eine wesentliche Spannungsminderung verkrampfter Skelettmuskulatur werden weite Bereiche des Körpers (z. B. der Rücken), die sonst ohne fremde Hilfe schwer erreichbar sind, einer Behandlung zugänglich. Warmes Wasser wirkt gefäßerweiternd. So wird die Versorgung des Gewebes mit Nährstoffen verbessert und der Abtransport gewebschädigender Abbauprodukte begünstigt. Nach dem Baden mit Rheubalmin® führen Schmerzlinderung und Zunahme der Gelenk- und Wirbelsäulenbeweglichkeit zu gesteigertem körperlichen Wohlbefinden. Auch ein Teilbad mit Rheubalmin® ist eine moderne und sinnvolle Variante bei der Behandlung einzelner Körperteile mit relativ kleinflächigen Beschwerden.

Mit Rheubalmin® Bad MED hat Ihnen Ihr Apotheker bzw. Ihr Arzt ein Medizinprodukt empfohlen, mit dem eine intensive Behandlung auch dann durchgeführt werden kann, wenn Präparate zum Einnehmen nicht gut vertragen werden.

Wegweiser

Schnelle Hilfe bei Schmerzen in Muskeln und Gelenken

Sport und Rheuma - kein Gegensatz

Unter Muskel- und Gelenkschmerzen leiden Sportler ebenso wie Rheumakranke. Sportverletzungen können ähnlich heftige Schmerzen wie rheumatische Beschwerden verursachen.

Beide haben eines gemeinsam: Für den Patienten können die Beschwerden sehr quälend sein. Behandlungsmethoden, die sich bei Sportverletzungen bewährt haben, werden daher auch oft bei rheumatischen Beschwerden eingesetzt, und umgekehrt.

Rheuma: Was schmerzt denn da?

Der Begriff Rheuma kommt aus dem Griechischen und ist von dem Wort "fließen" abgeleitet. Man glaubte, ein im Körper umherfließender "Katarrh" (eine Art Erkältung) löse die Beschwerden aus. Die moderne Medizin spricht vom rheumatischen Formenkreis, der die vielfältigen Möglichkeiten, die zu Schmerzen und Bewegungseinschränkung im Bereich des Bewegungsapparates führen, zusammenfaßt. Die Unterteilung in einzelne Krankheitsbilder ist sehr komplex und reicht von harmlosen vorübergehenden Störungen bis zu bedrohlichen Krankheitsbildern, die allerdings zahlenmäßig nur einen kleinen Raum einnehmen.

Gelenke, Bänder, Knochen und Muskeln bilden mit den zugehörigen Abschnitten des Nervensystems eine Funktionseinheit. Deshalb führt die Erkrankung eines Systemanteils stets zu mehr oder weniger ausgeprägten Störungen des gesamten Apparates.

Rheuma hat also viele Namen und Formen. Betreffen die Beschwerden Muskeln, Sehnen, Sehnen-scheiden oder Schleimbeutel, die als "Polster" zwischen Sehnen und Knochen liegen (über den Körper verteilt haben wir über 150 dieser mit Flüssigkeit gefüllten Beutel), so spricht man von Weichteilrheumatismus.

Weichteilrheumatismus macht den größten Teil aller rheumatischen Beschwerden aus. Zu den häufigsten Ursachen zählen neben einseitiger Be- oder Überlastung

von Muskeln und Sehnen, sei es durch Sport oder berufliche Tätigkeit, häufig auch Unterkühlung (Nässe, Kälte und Zugluft).

Rheumatische Veränderungen an großen und kleinen Gelenken sind für den Patienten besonders schmerzhaft und sind schwierig zu therapieren. Es können alle Gelenke befallen sein, doch sind die entzündlichen Veränderungen in Schulter- und Kniegelenk sowie in den vielen kleinen Gelenken der Finger (Polyarthritits) besonders häufig.



Neben akuter Schmerzbehandlung ist die Feststellung der Ursachen wichtig. Da auch Infektionskrankheiten rheumatische Beschwerden auslösen können, und um eine ernstere Grunderkrankung auszuschließen, sollte man hartnäckige Beschwerden immer bei seiner Ärztin oder seinem Arzt abklären lassen.

Rückenschmerzen - Volkskrankheit Nr. 1

Der Rücken macht der Bevölkerung in den westlichen Industrieländern am meisten zu schaffen. Die Diagnose "Rückenschmerzen" wird millionenfach gestellt. Dies ist ein unspezifischer Begriff, hinter dem sich echte Gelenkveränderungen einschließlich der Bandscheiben, Weichteilrheumatismus oder Fehlbelastungen und Unterkühlungsreaktionen verbergen können. Fast ein Drittel aller Krankmeldungen erfolgt in Deutschland auf Grund von Muskel- und Skeletterkrankungen. Häufig sind Bandscheibenleiden und Beschwerden mit der Wirbelsäule. Wegen der langen Ausfallzeiten am Arbeitsplatz stellt dies ein kostenintensives sozialmedizinisches Problem dar.



Der Körper benötigt zum Stehen mehr Energie als beim Sitzen. Wir richten uns nach unserer Musku-

latur - wenn diese uns den Ein- druck vermittelt, wir sollten weniger tun, setzen wir uns hin. Nur zu oft müssen wir auch aus beruflichen Gründen sitzen. Zum guten Sitzen braucht man aber neben individuell korrekten Sitzmöbeln eine entsprechend ausgebildete Muskulatur. Gesundes Sitzen ist "dynamisches Sitzen".

Unverkraampftes, flexibles Sitzen ist die beste Vorbeugung gegen Verspannungen der Rückenmuskulatur, schädliche Belastung der Bandscheiben und damit gegen Schmerzen und Bewegungseinschränkung.

Entscheidend für Stabilität und Beweglichkeit ist die Funktion unserer Wirbelsäule als elastischer, in sich verdrehbarer Stab. Die Wirbelsäule ist ein kunstvolles Gebilde aus 24 aufeinanderliegenden Wirbeln. Durch den Wirbelkanal verläuft das Rückenmark, aus dem Nerven in den Körper und zu den Gliedmaßen hin abzweigen. Zwischen den Wirbeln liegen die Bandscheiben, die von Bändern und Kapseln umgeben sind und deren zahlreiche Nervenenden empfindlich auf Reißen und Zeren reagieren können.

Wen wundert es, daß so viele Menschen und die Hälfte aller Büroangestellten über Rückenschmerzen klagen?

Sport: Die Rettung mit dem Haken...

Einseitige Bewegungsabläufe am Arbeitsplatz, aber auch passive Freizeitgestaltung sind Zeichen der modernen Zeit. Um so wichtiger ist ein vernünftiges Maß an Sport für bessere Beweglichkeit, Kraft und Ausdauer zur Erhaltung von Gesundheit und Wohlbefinden.

Doch Sport birgt auch das Risiko von Verletzungen. Fast 2 Millionen Sportunfälle ereignen sich jährlich in Deutschland, jeder fünfte Unfall passiert beim Sport. Häufige Verletzungen sind Verstauchungen und Muskelzerrungen bei Ausdauer-sport sowie Quetschungen, Prellungen und Blutergüsse, besonders bei Spielsportarten.

Behandlung von Sportverletzungen - gewußt wie!

In diesen Fällen ist die erste Sofortmaßnahme die Anwendung von Kälte (in Eiswasser getränkte Binden oder kühlendes Sport-Gel). Kälte bewirkt eine Verengung der Blutgefäße und wirkt Gewebeschwellungen entgegen.

Kompressionsverband sowie Entlastung des verletzten Körperteils sind empfehlenswert. Beim ebenfalls wichtigen Hochlagern wird durch den verbesserten Blut-Rückstrom ein schnellerer Rückgang der Schwellung bewirkt. Man sagt, daß eine Stunde verzögerter Sofortbehandlung einen Tag zusätzlicher Nachbehandlung verursacht!

Neben diesen Akutmaßnahmen kommt der Behandlung mit Gelen, Einreibungen und Sprays auf Grund ihrer entzündungshemmenden und schmerzlindernden Wirkung eine wichtige Bedeutung zu. Aber auch zur Erwärmung des Muskelgewebes vor dem sportlichen Training (besonders in der kühlen Jahreszeit) können geeignete Einreibungen, Salben usw. angewendet werden und helfen, Verletzungen, wie z. B. Zerrungen zu vermeiden.

Knieschmerzen, der sog. Tennis-ellenbogen (außen am Ellenbogen) sind Beschwerden, deren Ursache in einer kleinen Verletzung, Überbeanspruchung oder auch Abnutzung speziell des Sehnenansatzes begründet sein kann, die oft aber auch ohne offensichtlichen Anlaß auftreten und sich bei starker Beanspruchung verschlimmern.



Wie so oft, ist auch hier das unterschiedliche rheumatische Krankheitsbild einer aus sportlicher Überbeanspruchung entstandenen Bewegungseinschränkung überaus ähnlich.

Erstes Ziel jeder Heilmethode muß die Beseitigung von Schmerz und Bewegungseinschränkung sein. Wie aber soll man diese unterschiedlichen Beschwerden gezielt, d. h. mit dem jeweils optimalen Arzneimittel behandeln? Mit Rheubalmin kommt man schneller auf den Punkt...

Archimedes, Rheubalmin und der schwerelose Badegast.

Ein Beispiel: Es ist bekannt, daß sich Rückenschmerz-Patienten bemühen, alles, was Schmerzen verursacht (also Bewegung), zu vermeiden. Dieses Verhalten aber



führt zu einer Steifigkeit, die ihrerseits den Schmerz verstärkt. Bewegung ist näm-

lich gerade für Rückenschmerz-Patienten überaus wichtig. Nun weiß man seit dem griechischen Mathematiker Archimedes (285-212 v.u.Z.), daß jeder Körper in einer Flüssigkeit scheinbar so viel an Gewicht verliert, wie die von ihm verdrängte Flüssigkeitsmenge wiegt.

Dieser scheinbare Gewichtsverlust wird als Auftrieb bezeichnet. Durch die Auftriebskraft wiegt ein 70 kg schwerer Mensch in normalem Wasser nur noch 7 kg. Sein Gewicht hat sich also auf 10 % reduziert. In der Schwerelosigkeit des Wassers sind daher Gelenkbewegungen, die einer Steifigkeit entgegenwirken, leicht möglich.

In einem Rheubalmin Vollbad ist dieses Prinzip Teil eines komplizierten Wirkungskomplexes. Durch eine wesentliche Spannungsminde- rung verkrampfter Skelettmuskulatur werden weite Bereiche des Körpers (in diesem Fall der Rücken) einer Behandlung zugänglich. Warmes Wasser wirkt gefäßerweiternd. Nach dem Baden mit Rheubalmin führen Schmerzlinderung und Zunahme der Gelenk- und Wirbelsäulenbeweglichkeit zu gesteigertem körperlichen Wohlbefinden.

Mit Rheubalmin kommt man schneller auf den Punkt...

So verschieden das Krankheitsbild, so differenziert muß also auch die Therapie sein. Wann ist eine Salbe, wann ein Spray das Mittel der Wahl? Das abgestimmte Rheubalmin Wirkstoffsystem ist für eine gezielte Behandlung

geschaffen. Eine große Auswahl verschiedener Anwendungsmöglichkeiten hat eines gemeinsam: Die Besserung Ihrer individuellen Beschwerden steht im Vordergrund. Eine Rheubalmin Behandlung kann auch dann durchgeführt werden, wenn orale Präparate nicht gut vertragen werden oder eine möglichst geringe Belastung des Gesamtorganismus erwünscht ist.

