

### Haltbarkeit und Lagerung:

Die Moorpackungen lassen sich nicht unbegrenzt lagern. Bei Nichtgebrauch kann er nach etwa einem Jahr eintrocknen, oder sein Inhalt kann wässrig werden, wenn Sie ihn bei Dauerbenutzung im Wasser liegen lassen. Solche Wärmeträger sind für eine Erfolg versprechende Behandlung nicht mehr geeignet.

Wird der Wärmeträger länger nicht gebraucht, lagern sie ihn zwischen zwei Frotteetüchern, somit könnte sich die Haltbarkeit etwas verlängern. Diese Empfehlung richtet sich speziell an Privatpersonen!

**Entsorgung:** Der Inhalt des Brügger-Wärmeträgers ist ein reines Naturprodukt und eignet sich hervorragend zur Kompostierung oder zur Verbesserung Ihrer Blumenerde.

Da der Wärmeträger **nicht über 65°C erwärmt** werden soll, empfehlen wir den Wärmekocher KA2001/E in hochwertiger Edelstahlausführung (siehe Bild). Er garantiert eine optimale Temperaturregelung bei leichter Handhabung und schützt somit Benutzer und Wärmeträger.

Das Aufbereitungsgerät eignet sich auch zum Erwärmen von Kompressen und Wickel, sowie auch in der Küche zum Zubereiten von Getränken oder zum Kochen von Speisen. Auch Kräuterdunsten (Inhalation der oberen Atemwege bei gleichzeitiger Überwärmung der Stirnhöhlen und Gesichtshaut), ist ein bewährtes Hausmittel gegen Erkältungen.

### Das Aufbereitungsgerät KA2001/E

eignet sich bestens zur Erwärmung von Kompressen und Therapie-Wärmepackungen.

- Temperaturregler mit Präzisionsthermostat
- Überhitzungs- und Trockengehschutz
- Kontrolllampe
- mit Einlegerost
- Wärmeisolierende Griffen
- geschlossener Topfboden
- hochwertiger Edelstahltopf
- integrierter Ablaufhahn zum einfachen Wasseraustausch

Technische Daten:

Leistung 230V / 2000W  
Inhalt 27 Liter Kabel (1,5m)  
Masse ca. 46 x 39 x 48 cm  
Gewicht ca. 6 Kg



## Wärmebehandlung nach Dr. med. Alois Brügger als vorbereitende Massnahme in der Physiotherapie oder als Eigenbehandlung zu Hause



Der **Dr. Brügger-Spezialwärmeträger** ist mit dickpastösem Naturmoor gefüllt. Dies verleiht ihm besondere thermophysische Eigenschaften. Er besitzt eine sehr hohe Wärme- und Kältespeicherkapazität (die Fähigkeit, die Wärme länger zu halten und sehr langsam wieder abzugeben). Wegen diesen besonderen Eigenschaften unterscheidet sich der Wärmeträger nach Dr. Brügger u.a. von Paraffin-Packungen oder Gel-Kompressen, welche keine Naturprodukte sind. So auch von der mit Wasser gefüllten Wärmeflasche, welche die gespeicherte Wärme sehr viel schneller abgibt und deshalb auch bald auskühlt. Solche Wärmeträger eignen sich nicht für Langzeitapplikationen von zwanzig bis dreissig Minuten.

In der Brügger-Therapie wird eine Wärmebehandlung als vorbereitende Massnahme eingesetzt. Sie dient auch zur Behandlung chronischer rheumatischer Beschwerden, zur Linderung von Menstruationsbeschwerden, zur Durchblutungsförderung, sowie bei Problemen des Magen-Darm-Traktes. Der Wärmeträger kann aber auch zur Entspannung und speziell als Vorbereitung für anschliessende sportliche Aktivitäten eingesetzt werden. Wenn Sie zu kalten Füßen neigen, können sie den Wärmeträger vor dem Schlafengehen im Aufbereitungsgerät erwärmen. Der Wärmeträger hält so die Wärme bis in den frühen Morgen.

Milde Kaltanwendungen mit Moor wirken entzündungshemmend, wärmeentziehend und abschwellend. Anwendungsgebiete der Kältetherapie sind akute Entzündungen, Verstauchungen und Prellungen.



Dr. Brügger - Therapiehilfsmittelvertrieb GmbH info@bruegger.ch

www.bruegger.ch

### Wärmebehandlung nach Dr. med. Alois Brügger

Untersuchungen im Dr. Brügger-Institut zeigten, dass Patienten, die sich für ca. eine halbe Stunde in aufrechter Körperhaltung einer Wärmebehandlung unterzogen, eine Zunahme ihrer Körpergrösse um 0,5 bis 1,5cm verzeichnen konnten. Mit gezielter Wärmebehandlung in aufrechter Körperhaltung kann der krummen Körperhaltung entgegengearbeitet werden. Wird diese Wärmebehandlung der aktiven Physiotherapie vorgeschaltet, so stellt sie eine optimale Vorbereitung für eine effiziente Behandlung des Bewegungsapparates dar.



Abb.1

Abb.2

### Die optimale Liegeposition in aufrechter Körperhaltung

Der Rücken wird von unterhalb der Schulterblattspitzen bis zum Becken mit einem Lendenkissen unterlagert. Auf diesem Kissen liegt ein grosser Wärmeträger. Im Nacken liegt ein kleiner Wärmeträger, alternativ kann er auch längs zur Wirbelsäule (vom Hinterkopf bis zur oberen Brustwirbelsäule) positioniert werden. Über diese beiden Moorpackungen legt man ein dünnes Handtuch oder ein Bettlaken, welches Benutzer und Wärmeträger trennt. Ein zweites Tuch wird direkt auf die Bauchseite des Benutzers gelegt. Darauf legt man einen kleinen Wärmeträger über das Brustbein und einen grossen Wärmeträger über Schambein und Oberschenkel (Hüftbeuger). Die Beine werden abgespreizt und nach aussen gedreht und die Arme über dem Kopf abgelegt (vgl. Abb.1).

### Die angepasste Lagerung in aufrechter Körperhaltung

Zu Beginn der Wärmebehandlung sollten die ersten ein bis drei Male kein Rückenkissen unter den grossen Wärmeträger im Rücken gelegt werden, da dies eine gute Streckung des gesamten Körpers voraussetzt. Benutzen sie die Rückenkissen bei fortschreitender Therapie als Steigerung. Falls Sie das Gefühl haben, dass Ihnen die Arme «einschlafen», dann nehmen sie diese über die Seite nach unten und lassen sie neben dem Körper liegen. Später können die Arme wieder nach oben genommen werden. Sollten Sie eine Spannung im Rücken spüren, so stellen Sie die Beine kurz an und strecken sie wieder, bis Sie es ohne Spannungszunahme können (vgl. Abb.2).

**Hinweis:** Bei der Anwendung sollte der Wärmeträger nicht direkt mit dem Körper Kontakt haben (Verbrennungsgefahr), tragen Sie ein T-Shirt, oder legen Sie ein Tuch zwischen Körper und Wärmeträger. Die Temperatur sollte für den Anwender angenehm sein.



### Gebrauchsanweisung:

Unsere Wärmeträger sind ausschliesslich für die Erwärmung im Wasserbad ausgelegt! Beachten Sie bitte, dass **der Wärmeträger nicht über 65 °C erwärmt** wird, da dies der PE-Hülle, vor allem der Schweiss-Naht schadet und somit die Lebensdauer herabsetzt. Vorsicht mit spitzen oder scharfen Gegenständen, sie können die Haut des Wärmeträgers ebenfalls beschädigen.

### Backöfen oder Mikrowellen sind zum Aufbereiten der Wärmeträger nicht geeignet.

Diese Geräte lassen eine ausreichende Temperaturregelung und Kontrolle nicht zu, sie erwärmen den Wärmeträger ungleichmässig und könnten ihn unter Umständen zum platzen bringen. Kochtöpfe sollten nur mit einem Bodengitter benutzt werden, damit die Hülle des Wärmeträgers nicht mit dem Pfannenboden in Berührung kommt. In Wärmeöfen mit Heißluft kann es sein, dass die Hülle mit der Zeit spröde wird und das Moor darin austrocknet und verklumpt. Eine lange Lebensdauer des Wärmeträgers ist von einer sachgerechten Behandlung abhängig.

Der Brügger-Wärmeträger ist **auch für eine Kaltanwendung geeignet**, dazu legen sie ihn für ca. 2 Stunden in den Kühlschrank.