

# Dompel je in een oase van kou

Op 28 februari ging in Merksem het CSC of Cryo Sauna Center open. Cryotherapie is aangewezen bij medische aandoeningen zoals artritis, inflammatoire en degeneratieve reuma, chronische pijnen, osteoporose, fibromyalgie... Bovendien heeft het ook een gunstige invloed op schoonheid. Onder ruime pers- en medische belangstelling opende Diana Horemans (Crystal Clear) haar nieuwe schitterende center. Wij van Les Nouvelles Esthétiques probeerden het trouwens zelf uit.

door Ronny Van Cutsem



Dr. Evelyne Vanderschueren - Dr. Didier Potdevin

## Extreme Cryotherapie

Gedurende enkele minuten wordt het lichaam blootgesteld aan temperaturen tussen  $-120^{\circ}\text{C}$  en  $-160^{\circ}\text{C}$ . Het brutale effect van deze thermische schok is verrassend, levendig en zelfs genezend te noemen. Deze nieuwe methode wordt vooral in Duitsland en in het noorden van Europa gebruikt. De Cryotherapie voor het hele lichaam wordt sinds de jaren tachtig gebruikt bij patiënten die lijden aan artritis (ontsteking van de gewrichten: inflammatoire reuma – ook bij jongeren en degeneratieve reuma) en chronische pijnen. Ook meer en meer sportlui gebruiken nu koudetherapie om het herstel na een inspanning te optimaliseren.

Duitse onderzoekers beweren dat men een verbetering van de sportieve prestaties mag verwachten indien Cryotherapie gebruikt wordt bij bv. duursporten. Na de training maken heel wat sportteams tegenwoordig gebruik van baden met ijskoud water. Het elimineert de spierpijnen en bevordert het herstel van de spieren. Met Cryotherapie bekom je hetzelfde resultaat, maar het effect wordt multipele keren versterkt omdat het werkt op het gehele lichaam. De koude lucht is veel beter te verdragen en is minder pijnlijk.

De Cryotherapie-cabine doet het vermoeidheidsgevoel verdwijnen, versoepelt stramme spieren en bevordert even-

eens de bloedtoevoer naar alle inwendige weefsels en organen. Daar bovenop wordt er minder oedeemvorming vastgesteld dankzij een betere hormonale werking binnen het lichaam. Uiteindelijk resulteert dit in een ontstekingswerend en helend effect.

Deze vorm van Cryotherapie is een uitstekend surplus bij de behandeling van aandoeningen aan het bewegingsorgaan (nek, rug, schouder, armen en benen), neurologische aandoeningen en bij posttraumatische en postoperatieve ongemakken.

Het is een doeltreffend hulpmiddel voor herstellende patiënten die veel pijn lijden of uitgesproken spastische spieren vertonen.

## Ook onze schoonheid heeft er baat bij

Er is ook een esthetische zijde aan deze behandeling, ze werkt op versteviging van het bindweefsel waardoor cellulitis minders zichtbaar wordt en de huid een verjongingskuur lijkt te ondergaan.

We kregen uitgebreid de gelegenheid om met onze aanwezige artsen Dr. Didier Potdevin en Dr. Evelyne Vanderschueren te praten over de medische werking van Cryotherapie. Een verhelderende namiddag.

Wenst u het zelf uit te proberen, contacteer dan het Cryo Sauna Center - Laarsebaan 78 - Merksem - 03 666 40 39 - 0496 55 05 33 - info@flow2see.be - www.flow2see.be