

# Wenn Bewegung schmerzhaft ist...



Thermo-  
Teilbad



Thermo-  
Vollbad

## AUS DEM INHALT DER BROSCHÜRE

- 3 Vorwort
- 5 Rheuma  
– ein schmerzhaftes Leiden
- 7 Behandlung rheumatischer Erkrankungen
- 8 Medizinische Bäder  
– eine uralte Tradition
- 9 Das Badezimmer als Kurort
- 10 Wärmebäder bei rheumatischen Muskel- und Gelenkschmerzen
- 12 Das kleine Bade-Einmaleins
- 14 Nur in der Apotheke:  
Pernionin® Thermo-Teilbad  
und Pernionin® Thermo-Vollbad
- 20 Pernionin®-Bäder:  
Sehr gut verträglich
- 21 Pernionin®-Bäder:  
Vorsicht!
- 22 Pernionin®-Bäder:  
Badeanleitung

## VORWORT

**Bewegungsschmerzen** sind ein weit verbreitetes Problem. Millionen Menschen leiden darunter. Meistens sind es rheumatische Erkrankungen, die zu Muskel- und Gelenkschmerzen führen.

Unter dem Begriff **Rheuma** werden von Patienten im weitesten Sinne verschiedene Beschwerdebilder zusammengefasst, die von einem einfachen Muskelkater oder einem kurzzeitigen Rückenschmerz bis hin zu schweren chronischen Veränderungen des Bewegungsapparates reichen. Rheumatische Beschwerden können in jedem Lebensalter auftreten.



Eine seit Jahrtausenden bewährte Maßnahme zur Behandlung von Bewegungsschmerzen sind Warmwasserbäder. Die wohltuenden Effekte werden auch in der modernen Schulmedizin von Ärzten und Patienten geschätzt. Richtig angewendet kann Wasser bestehende Beschwerden lindern und dem Fortschreiten von rheumatischen Krankheiten entgegenwirken. Gebrauchsfertige medizinische Badezusätze intensivieren die Wirkungen der Wasseranwendungen.

Zur gezielten Wärmebehandlung von Bewegungsschmerzen haben sich die medizinischen Badezusätze Pernionin® Thermo-Teilbad und Pernionin® Thermo-Vollbad bewährt. Beide Pernionin®-Bäder sind Bestandteil der Produktpalette von Krewel Meuselbach.

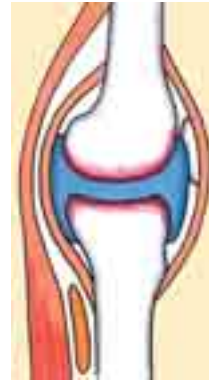
## RHEUMA – EIN SCHMERZHAFTES LEIDEN



Rheuma gehört zu den ältesten Krankheiten der Menschheit. Der Volksmund versteht unter Rheuma altersbedingte Schmerzen in Gelenken und Muskeln. Ganz so einfach ist die medizinische Erklärung nicht. Bis heute sind etwa 300 verschiedene Beschwerdebilder bekannt, die dem so genannten rheumatischen Formenkreis zugeordnet werden und auch junge Menschen betreffen können. Rheumatische Beschwerden reichen vom gelegentlichen Ziehen in der Schulter bis hin zu lebenslänglichen unerträglichen Schmerzen und allmählich verlaufenden Verformungen von Gelenken. Allen Erkrankungen ist gemeinsam, dass sie am Bewegungsapparat auftreten und mit Schmerzen und Einschränkungen der Beweglichkeit einhergehen.

Die verschiedenen Rheumaformen sind durch unterschiedliche Ursachen und Beschwerden gekennzeichnet. Nicht nur knöchernen Gelenke und Wirbel können betroffen sein, auch Weichteile wie Sehnen, Schleimbeutel, Muskeln und Nerven. In diesem Zusammenhang werden rheumatische Erkrankungen in folgende vier Gruppen unterteilt:

### Entzündliches Rheuma (*Arthritis*)



Das Wortende *itis* steht für Entzündung. Eine Arthritis ist eine akute oder chronische Gelenkentzündung, die ein einzelnes Gelenk, aber auch den gesamten Bewegungsapparat befallen kann. Die verschiedenen Formen der Arthritis haben unterschiedliche und teilweise noch unbekannte Ursachen. Charakteristisch für alle Arthritisformen ist eine Entzündung der Gelenkinnenhaut. Eine Arthritis kann schleichend, aber auch schubweise verlaufen. Zum entzündlichen Rheuma gehören auch der *Morbus Bechterew* (Versteifung der Wirbelsäule) und die *Psoriasis-Arthritis* (Arthritis bei einer Schuppenflechte).

### Degeneratives Rheuma (*Arthrose*)



Der Begriff *degenerativ* steht für Verschleiß und Abnutzung. So sind die weit verbreiteten Arthrosen meistens altersbedingte Erkrankungen, bedingt durch den Abbau von Knorpel- oder Knochengewebe an den Gelenken (Hüfte, Knie) oder der Wirbelsäule. Auch Vorschäden aus jüngeren Lebensjahren können das Entstehen einer Arthrose fördern, zum Beispiel Fehlbildungen von Gelenken, Knochenbrüche oder jahrelange körperliche Schwerstarbeit.

## Rheuma der Weichteile

Fast jeder Mensch leidet im Laufe seines Lebens mindestens einmal an weichteilrheumatischen Beschwerden. Die Hauptursachen sind Überlastung oder Reizung von Muskeln, Sehnen, Nerven und anderen Weichteilgeweben. Bekannte Beispiele sind Sehnenscheidenentzündung, eine schmerzhafte Schulter nach falschem nächtlichen Liegen, Tennisarm, Hexenschuss, Muskelkater und Rückenschmerzen durch Fehlhaltung (langes Sitzen vor dem Computer oder am Steuer eines Autos). Zum Weichteilrheuma gehören auch zahlreiche stumpfe Verletzungen wie Zerrungen, Prellungen, Quetschungen und Verstauchungen.

## Rheuma bei Stoffwechselerkrankungen

Zu den häufigsten Stoffwechselerkrankungen, die Beschwerden des Bewegungsapparates hervorrufen, gehören die *Osteoporose* (Knochenschwund) und die *Gicht* (Störungen des Harnsäurestoffwechsels). Die Osteoporose kann zum Einbruch von Rückenwirbeln und dadurch zu starken Rückenschmerzen führen. Bei der Gicht führen Anreicherungen von Harnsäurekristallen in den Gelenken zu Entzündungen und Schmerzen.

## BEHANDLUNG RHEUMATISCHER ERKRANKUNGEN

Die Hauptziele jeder Behandlung von Gelenk- und Muskelschmerzen sind

- **Schmerzlinderung** sowie
- **Wiederherstellung** und der **Erhalt der Beweglichkeit.**

Grundsätzlich gilt: Je früher die Behandlung einsetzt, desto größer sind die Erfolgsaussichten.

In vielen Fällen müssen die Medikamente langfristig angewendet werden.

In der Rheumatherapie gibt es kein Patentrezept. So vielfältig wie die Ursachen und Beschwerden der rheumatischen Erkrankungen sind auch die Behandlungsmaßnahmen. Dazu gehören neben speziellen Rheumamedikamenten vor allem schmerzstillende und entzündungshemmende Mittel. In der Regel handelt es sich dabei um hochwirksame Präparate, die vom Arzt verschrieben werden müssen.

Darüber hinaus gibt es verschiedene schonend wirksame Bäder und Einreibungen. Diese sind in der Regel rezeptfrei in der Apotheke erhältlich. Bäder und Einreibungen können leichte Beschwerden lindern und bei schweren rheumatischen Erkrankungen die Behandlung mit hochwirksamen Medikamenten sehr gut unterstützen. Nicht-medikamentöse Maßnahmen spielen ebenfalls eine Rolle. Bewährt haben sich physiotherapeutische und physikalische Verfahren, wie Bewegungstherapie, Massagen, manuelle Therapie (*Chiropraktik*), Wärme- und Kälteanwendungen.

## MEDIZINISCHE BÄDER – EINE URALTE TRADITION



Bäder zu Heilzwecken waren bereits im Altertum von großer Bedeutung. Später widmeten sich der Arzt Paracelsus (1493-1541), der Pfarrer Kneipp (1821-1897) und viele andere prominente Volksmediziner den gesundheitsfördernden Eigenschaften des Wassers. Bis heute – dem Zeitalter der modernen Schulmedizin – sind Wasseranwendungen eine unverzichtbare Heilmethode geblieben.

Die Bäderheilkunde wird in der medizinischen Fachsprache Balneotherapie genannt. Die „echte“ *Balneotherapie* ist an den Aufenthalt an einem speziellen (Rheuma-)Kurort gebunden. Ein Kurprogramm besteht nicht nur aus Bade- und Trinkkuren, sondern auch aus physikalischen und physiotherapeutischen Maßnahmen, speziellen Diäten und psychotherapeutischen Verfahren.

Der Begriff *Balneotherapie* bezeichnet aber auch Wasseranwendungen außerhalb der klassischen Kurorte, zum Beispiel in physiotherapeutischen Einrichtungen, in Rehabilitationskliniken oder zu Hause.

### DAS BADEZIMMER ALS KURORT

Im kleinen Rahmen lassen sich die wohltuenden Effekte der Balneotherapie auch in der eigenen Wohnung erzielen. Dazu bestens geeignet sind medizinische Badezusätze, die in der Apotheke gebrauchsfertig und ohne Rezept erhältlich sind. Damit können Vollbäder, Teilbäder und Kompressen einfach und bequem zu Hause zubereitet werden.

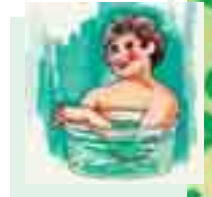
### Vollbäder

sind Wannengebäder, bei denen der gesamte Körper bis zur Brust oder zum Hals im Wasser liegt. Vollbäder eignen sich besonders zur Behandlung von Beschwerden, die größere Bereiche des Körpers oder den gesamten Körper betreffen.



### Teilbad

Bei einem Teilbad wird nicht der gesamte Körper, sondern nur das zu behandelnde Körperteil in Wasser getaucht. Zu Hause kann ein Teilbad in einer Schüssel oder in einem Eimer stattfinden.



Teilbäder eignen sich besonders zur Behandlung von Beschwerden an Fingern, Händen, Unterarmen, Unterschenkeln und Füßen.

### Kompressen

sind Auflagen aus feuchten zusammengefalteten Tüchern. Mit Kompressen können wie mit Teilbädern einzelne Körperteile behandelt werden, auch solche Körperteile, die für ein Voll- oder Teilbad schwer oder gar nicht zugänglich sind, zum Beispiel Kopf, Wange und Nacken.



Richtig angewendet sind Vollbäder, Teilbäder und Kompressen eine wirksame und schonende Behandlungsmaßnahme. Je nach Beschwerdebild und gewünschter Wirkung können die Wasseranwendungen kalt oder warm durchgeführt werden.

## WÄRMEBÄDER BEI RHEUMATISCHEN MUSKEL- UND GELENKSCHMERZEN

Bei der Behandlung von langwierigen oder chronischen Bewegungsschmerzen, insbesondere bei rheumatischen Krankheiten, haben sich Warmwasserbäder mit medizinischen Badezusätzen bestens bewährt. Die schmerzlindernden Effekte basieren auf den durchblutungsfördernden Eigenschaften des warmen Wassers und den Wirkungen spezieller Badekonzentrate.



### Wohltuende Wärme

Die Wärme des Badewassers steigert die Durchblutung der Körperoberfläche. Dadurch wird der Stoffwechsel – auch in tiefer liegenden

Körperregionen – angekurbelt. Gewebe und Organe werden besser mit Sauerstoff und Nährstoffen versorgt und belastende Abbauprodukte aus den entzündeten Gewebezellen schneller abtransportiert. Über die Steigerung des Zellstoffwechsels können Entzündungs- und Schmerzzustände spürbar gelindert und Heilungsprozesse gefördert werden.

Wärme lockert außerdem Muskelverspannungen. Verspannte Muskeln gehören zu den häufigsten Auslösern von Bewegungsschmerzen. Umgekehrt führen Bewegungsschmerzen zu Fehlstellungen und Fehlbelastungen von Gelenken, wodurch wiederum schmerzhafte Muskelverspannungen entstehen. Dieser Teufelskreis kann durch Wärmeanwendungen wirksam unterbrochen werden.

Wohltuende Wärme verbessert nicht nur das körperliche, sondern auch das seelische Befinden. Wärme signalisiert dem Körper, auf Entspannung zu schalten. Ein Effekt, der jedem Menschen sehr gut bekannt ist. Die positiven Wirkungen auf die

Psyche sind bei Schmerzen des Bewegungsapparates nicht zu unterschätzen, da lang anhaltende Schmerzen eine erhebliche seelische Belastung darstellen.

### Wärmewirksame Badezusätze

Die heilenden Wirkungen des warmen Badewassers können durch Badezusätze, die hyperämisierend wirkende Substanzen enthalten, gesteigert und verlängert werden. Hyperämisierende Substanzen wirken wie das warme Wasser durchblutungsfördernd – nur wesentlich intensiver.

Der aus dem Griechischen stammende Fachbegriff „**Hyperämie**“ beschreibt eine erhöhte Blutsammlung in einem Gewebe oder einem Organ. Der Wortteil *hyper* bedeutet so viel wie über oder darüber hinaus. Der Wortteil *ämie* steht für Blut. Hyperämisierende Substanzen üben ihre durchblutungsfördernden Effekte über eine Reizung der Haut aus. Die so genannte Hautreiztherapie gehört zu den ältesten Behandlungsverfahren von rheumatischen und anderen langwierigen Muskel- und Gelenkschmerzen.

Ein bewährter hyperämisierender Wirkstoff ist Benzylnicotinat. Benzylnicotinat erweitert die Blutgefäße, was in den behandelten Körperregionen zu einer erheblich besseren Durchblutung führt. Die durchblutungsfördernde Wirkung ist schon kurz nach dem Kontakt mit dem Körper deutlich spürbar. Benzylnicotinat erzeugt eine Rötung der Haut und ein lang anhaltendes wohltuendes Wärmegefühl. Benzylnicotinat durchdringt die Haut, deshalb erstreckt sich die intensive hyperämisierende Wirkung auch auf tiefer liegende Muskeln, Nerven, Sehnen und Gelenke.

## DAS KLEINE BADE-EINMALEINS

Bei der Anwendung von Warmwasserbädern mit hyperämisierenden Badezusätzen sind einige wenige Regeln zu beachten. Werden diese eingehalten, ist die häusliche Balneotherapie eine wirksame und zugleich schonende Behandlungsmaßnahme.

### Badetemperatur



Die Badetemperatur beeinflusst die Wirksamkeit, aber auch die Verträglichkeit eines medizinischen Bades. Mindest- und Höchstangaben sollten deshalb genau eingehalten werden. Zur Kontrolle der Badetemperatur empfiehlt sich ein spezielles Badethermometer.

### Dosierung



Wie bei jedem anderen Medikament entscheidet bei einem Bad die richtige Dosis über Wirksamkeit und Verträglichkeit der Behandlung. Empfehlenswert sind deshalb gebrauchsfertige Badezusätze, denen ein Dosierbecher beige packt ist.

### Reihenfolge der Badzubereitung

*Schritt 1:*

Badewanne bzw. andere Gefäße (Schüssel, Eimer) mit Wasser füllen.

*Schritt 2:*

Die gewünschte Konzentratmenge mit dem Messbecher zugeben.

*Schritt 3:*

Gründlich umrühren. Das Einhalten dieser Reihenfolge ist bei empfindlichen Oberflächen von Badewannen besonders wichtig.

### Badedauer

Die Dauer hat bei einem medizinischen Bad einen wesentlichen Einfluss auf Wirksamkeit und Verträglichkeit. Zur Kontrolle der Badedauer sollte eine Uhr, am besten ein Kurzzeitwecker, benutzt werden.

### Wiederholen des Bades

Die Wirkung medizinischer Bäder kann durch regelmäßige Anwendungen gesteigert werden. Dies betrifft vor allem die Behandlung chronischer Beschwerden.

### Entspannte Atmosphäre

Ruhe trägt entscheidend zum Erfolg eines schmerzlindernden Bades bei. Während des Badens sollten Stressfaktoren möglichst ausgeschaltet werden. Nach dem Baden ist eine Ruhepause von etwa einer halben Stunde empfehlenswert.

Nur in der Apotheke:



# Pernionin®

ist als **Pernionin® Thermo-Teilbad** und **Pernionin® Thermo-Vollbad** erhältlich. **Pernionin® Thermo-Teilbad** und **Pernionin® Thermo-Vollbad** sind gebrauchsfertige Badezusätze zum Herstellen medizinischer Wärmebäder.

Beide Pernionin®-Bäder enthalten den durchblutungsfördernden und wärmewirksamen Wirkstoff Benzylnicotinat. Außerdem ist den Pernionin®-Bädern natürliches Fichtennadelöl zugesetzt, das für einen angenehmen Geruch sorgt.



## PERNIONIN®-BÄDER ZUR RHEUMA-BEHANDLUNG

**Pernionin® Thermo-Teilbad** und **Pernionin® Thermo-Vollbad** haben bei der unterstützenden Behandlung rheumatischer Bewegungsschmerzen einen festen Platz. Beide Bäder tragen dazu bei, dass Muskel- und Gelenkschmerzen gelindert werden und die Beweglichkeit der angeschlagenen Bewegungsorgane wiederhergestellt wird.

Die gewünschten Effekte sind bereits nach der ersten Anwendung spürbar. Regelmäßige Wiederholungen der durchblutungsfördernden Warmwasserbäder erhöhen die Wirksamkeit. In einigen Fällen kann sogar die Dosis stark wirksamer Rheuma-Medikamente verringert werden.

Ob und in wie weit ein Einsparen anderer Rheuma-Medikamente möglich ist, kann nur der behandelnde Arzt entscheiden.



# Pernionin®

## Thermo-Teilbad



ist ein speziell für medizinische Teilbäder und Kompressen entwickeltes Badekonzentrat. **Pernionin® Thermo-Teilbad** ist zu bevorzugen, wenn **Bewegungsschmerzen** an solchen **Körperteilen** (Füße, Unterschenkel, Unterarme und Hände) auftreten, die in einem Teilbad ausreichend gut behandelt werden können.

Dazu gehören:

- Sehnenscheidenentzündung,
- Knöchelverstauchung,
- Beschwerden nach einem Bruch des Handgelenkes,
- Arthrosen der Hände und vieles mehr.



# Pernionin®

## Thermo-Vollbad



ist ein speziell für medizinische Vollbäder entwickeltes Badekonzentrat. **Pernionin® Thermo-Vollbad** ist immer dann empfehlenswert, wenn sich **Bewegungsschmerzen auf größere Bereiche** des Körpers erstrecken.

Das sind:

- Muskelverspannungen durch Überlastung,
- Hexenschuss
- sowie alle chronischen rheumatischen Beschwerden an den größeren Gelenken (Hüfte, Knie, Schulter) und der Wirbelsäule.



**Pernionin® Thermo-Teilbad** ist auch zur vorübergehenden Steigerung von Durchblutungsstörungen einsetzbar, zum Beispiel bei Kälte- und Schweregefühl oder Kribbeln in Armen oder Beinen (Teilbäder) oder bei Durchblutungsstörungen der Kopfhaut (Kompressen).

Außerdem ist **Pernionin® Thermo-Teilbad** zur Behandlung von Erfrierungsschäden ersten Grades (Frostbeulen) geeignet.

### Pernionin®-Bäder zur Krankengymnastik

Warme Pernionin®-Bäder sind auch dann sinnvoll, wenn lange Zeit ruhig gestellte Gelenke wieder bewegt werden sollen, z.B. nach Abnahme von Gipsmanschetten. Werden Bewegungsübungen im Wasser durchgeführt, sind diese in der Regel weniger schmerzhaft. Wasser trägt den Körper, wodurch die Gelenke entlastet werden. Dieser Effekt ist bei einem Vollbad wesentlich stärker ausgeprägt als bei einem Teilbad. Warmwasserbäder können auch zur Vorbereitung der Krankengymnastik dienen. Nach dem Baden ist die Muskulatur gelockert. Dadurch kann der Schmerz der anschließenden Bewegungsübungen ebenfalls gelindert werden.



#### Rheuma braucht Bewegung!

Bewegungsübungen und Krankengymnastik gehören mit zu den wichtigsten Behandlungsmaßnahmen. Nur durch ein konsequentes, aber schonendes Training kann die Beweglichkeit von Gelenken wiederhergestellt und langfristig erhalten werden.

### WICHTIG!

**Pernionin® Thermo-Teilbad** und **Pernionin® Thermo-Vollbad** enthalten unterschiedliche Wirkstoffmengen.

Der Benzylnicotinat-Gehalt ist bei beiden Badezusätzen genau auf die jeweiligen Verwendungszwecke abgestimmt. So kann **Pernionin® Thermo-Teilbad** nicht für Vollbäder eingesetzt werden und **Pernionin® Thermo-Vollbad** nicht für Teilbäder oder Kompressen.



#### Die Vorzüge von **Pernionin® Thermo-Teilbad** und **Pernionin® Thermo-Vollbad**

- langjährig bewährter Wirkstoff (*Benzylnicotinat*)
- vielfältige Anwendungsmöglichkeiten
- sofort spürbare wohltuende Wirkungen
- Verstärkung der Wirkungen bei kurmäßiger Anwendung
- sehr gute Verträglichkeit
- gute Kombinierbarkeit mit anderen Behandlungsmethoden
- bequeme Anwendung zu Hause
- einfache Dosierung durch beiliegende Messbecher
- zwei preiswerte Packungsgrößen

## PERNIONIN®- BÄDER: SEHR GUT VERTRÄGLICH

**Pernionin® Thermo-Teilbad** und **Pernionin® Thermo-Vollbad** sind sehr gut verträglich. Beide Badezusätze können während der Schwangerschaft und Stillzeit eingesetzt werden. Bei sehr empfindlichen Personen können eventuell leicht juckende Hautreaktionen auftreten.

### Hinweis

Leichtes Brennen und Rötung der Haut sind Zeichen für die Wirkung hyperämischer Bäder und kein Grund für einen Abbruch der Behandlung.

Wechselwirkungen mit anderen Medikamenten sind nicht bekannt.



### Zur kurmäßigen Anwendung geeignet!

Bei chronischen Bewegungsschmerzen ist eine regelmäßig wiederholte Anwendung empfehlenswert. Wegen der sehr guten Verträglichkeit können **Pernionin® Thermo-Teilbad** und **Pernionin® Thermo-Vollbad** so lange angewendet werden, wie die Beschwerden bestehen oder es der behandelnde Arzt für notwendig hält.

## VORSICHT BEI ...

Bei der Anwendung von medizinischen Bädern ist in einigen wenigen Fällen Vorsicht geboten. Dies gilt auch für **Pernionin® Thermo-Teilbad** und **Pernionin® Thermo-Vollbad**.

Patienten mit nachfolgend genannten Beschwerden sollten zu Beginn der Behandlung ihren Arzt befragen:

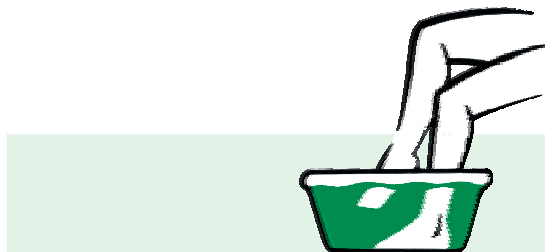
- größere Hautverletzungen
- plötzlich auftretende und unklare Hauterkrankungen
- schwere fieberhafte und ansteckende Krankheiten
- Herzmuskelschwäche und Bluthochdruck.

Patienten mit einer stark eingeschränkten Herz-, Leber- oder Nierenfunktion sollten auf eine Anwendung der Bäder ganz verzichten. Ebenso Menschen mit entzündlichen Hauterkrankungen, offenen Wunden, Arterienverengungen in Armen oder Beinen, Durchblutungsstörungen infolge eines Diabetes mellitus (*Zuckerkrankheit*) und einer bekannten Überempfindlichkeit gegenüber den Bestandteilen der Badekonzentrate. Für Säuglinge und Kleinkinder sind Pernionin®-Bäder nicht geeignet.

## PERNIONIN®-BÄDER: BADEANLEITUNG

Wenn vom Arzt nicht anders verordnet, gelten für die Anwendung von **Pernionin® Thermo-Teilbad** und **Pernionin® Thermo-Vollbad** folgende Vorschriften und Empfehlungen:

### Pernionin® Thermo-Teilbad



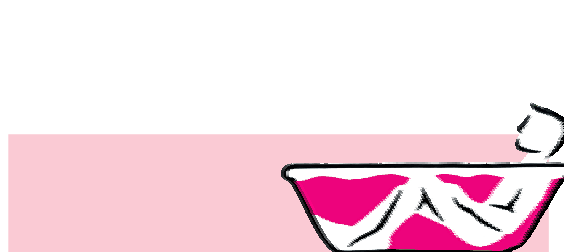
Die optimale **Badetemperatur** liegt bei **36 bis 39°C**. Bei der Behandlung frischer Erfrierungen sollte die Temperatur nicht mehr als 18 bis 20 °C betragen.

Bei einem Teilbad (Handbad, Armbad, Fußbad, Unterschenkelbad) beträgt die **Dosierung** etwa 5ml Konzentrat auf einen Liter Wasser. Zum Herstellen einer Kompresse werden 10 ml Konzentrat auf einen Liter Wasser gegeben.

Die **Badedauer**, ebenso wie die Anwendung der Kompressen, beträgt in der Regel 10 Minuten.

Empfehlenswert ist eine tägliche **Wiederholung** des Bades.

### Pernionin® Thermo-Vollbad



Die optimale **Badetemperatur** liegt bei **36 bis 39°C**. Bei der ersten Anwendung sollte die Temperatur jedoch nicht über 37 °C liegen.

Die **Dosierung** beträgt beim ersten Vollbad 10 ml. Bei den folgenden Bädern kann die Dosis – je nach persönlicher Ansprechbarkeit – auf 15 bis 20 ml erhöht werden. Die Empfehlungen zur Dosierung gelten für ein normales Wannensbad (etwa 150 l Wasser). Erfolgt das Bad in einer speziellen Sitzbadewanne, ist die Dosis zu halbieren.

Die **Badedauer** beträgt 10 bis 30 Minuten. Das erste Bad sollte jedoch nicht länger als über eine Zeit von 10 Minuten erfolgen.

Die Wiederholung des Bades kann etwa alle zwei bis drei Tage erfolgen.

**Achtung!** Eine sorgfältige Kontrolle von Badetemperatur und Badedauer ist – wie bei jedem anderen Vollbad auch – besonders für kreislaufflabile Menschen wichtig.

**Pernionin® Thermo-Teilbad / Pernionin® Thermo-Vollbad.**

Apothekenpflichtig. **Wirkstoff:** Benzylnicotinat. Anwendung: Zur unterstützenden Behandlung von Erkrankungen des rheumatischen Formenkreises; *zusätzlich bei Pernionin® Thermo-Teilbad:* zur vorübergehenden Steigerung der peripheren Durchblutung, bei Erfrierungsschäden 1. Grades (Frostbeulen).

**Stand: 08/02-1.** Krewel Meuselbach GmbH, Krewelstr. 2, 53783 Eitorf.

*„Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihren Arzt oder Apotheker“.*