

Karjalainen

Kylmällä höyryllä kipua vastaan

Keksintö: Huippukylmähoitoa on annettu Suomessa kymmenkunta vuotta.

Heli Sallinen

Rajavartiomestari **Jarmo Kuk-kosen** työpari Jake-koira kärsii selkävaivoista. Koira on alkanut aristaa myös oikean etujalkansa rannetta. Helpotusta vaivoihin haetaan Cryonic-huippukylmä-hoidolla.

- Hoito perustuu termosokkiin. Se saadaan aikaan puhaltamalla hoidettavalle kohdalle paineella kylmää, liki -80-asteista hiilidi-oksidia. Tämä käynnistää kehon luontaiset paranemismekanismit. Perinteiset kylmähoidot, kuten kylmäpussit, eivät saa aikaiseksi termosokkia, kylmähoitoihin erikoistunut fysioterapeutti **Atte Kärnä** kertoo.

Joensuussa huippukylmähoitoja antamassa käyvän Atte Kärnä mukaan hoidolla lievitetään kipua, poistetaan tulehduksia, kiihdytetään aineenvaihduntaa ja rentoutetaan lihaksia.

- Hoito tuo helpotusta moneen vaivaan. Hoitoa käytetään erittäin paljon palautumiseen.

Hoitomenetelmä on kehitetty Ranskassa 1990-luvun alussa. Suomessa huippukylmähoitoja on annettu vajaan kymmenen vuoden ajan.

- Alun perin hoitomenetelmä on kehitetty ihmisten hoitoon. Sitten menetelmällä on hoitanut hevosia ja nyt myös koiria.

Hoitomenetelmää on myös tutkittu paljon. Tutkimusten mukaan hoidolla on valtava teho, Kärnä mainitsee.



Atte Kärnä hoitaa rajavartiomestari **Jarmo Kukkonen**in työparia rajakoira **Jakea**. Koiralla on nivelsidevamma ranteessa ja ongelmia myös selkänsä kanssa. Hoito ei juuri hetkauta koiraa, kuonokoppa on vain kaiken varalta.

Kärnä mukaan huippukylmähoitolaiteella hoidon antaminen on nopeaa ja laitetta on helppo käyttää. Paleltumavammojen välttämiseksi hoitoajat ovat lyhyet. Käsiteltävän kohdan on lisäksi oltava kuiva, muuten seurauksena voi olla palovamma.

- Hevosille hoitoa annetaan maksimissaan 20 minuuttia ja koirille 5-10 minuuttia.

Fysioterapeutti **Atte Kärnä**

mukaan hoito soveltuu lähes kaikille, ja sitä voi myös käyttää normaaliin lihashuoltoon ennaltaehkäisevästi.

- Hoito kerran viikkoon tai kerran kuukaudessa riittää, riippuen mitä hoidetaan, huippu-urheilijoiden parissa työskentelevä **Atte Kärnä** huomauttaa.

- Hoito vaikuttaa asiakkaisiin eri tavalla, mutta useimmiten kivut lievittyvät jo heti ensim-

mäisellä hoitokerralla, ja monet ongelmat ovat parantuneet kokonaan 1-3 hoitokerran jälkeen.

Atte Kärnä lopettelee hoitoa. Suihke-ääni hiljenee ja höyry häviää. Jake-koira ravistelee itseään ja ottaa muutaman juoksuaskeleen.

- Nyt ainakin näyttäisi, että lihaksen on rentoutuneet, Kärnä sanoo.

- Eikä Jake enää arista jalkaansa niin paljon, Kukkonen huomauttaa.