

Wirkung und Nebenwirkung von Thermalwasser

Nicht nur in getrunkenen Form, auch **über die Haut als grösstes Organ** des Menschen wird Wasser aufgenommen und für den Stoffwechsel genutzt. Schon der griechische Arzt und Philosoph **Hippokrates riet zu Thermalbädern** und lobte in seinem Traktat "Über den Gebrauch der Flüssigkeiten" die **Heilkräfte der Mineralwässer** und der heissen Quellen. Die natürlichen Heilkräfte sind auch nach neuesten Studien zweifelsfrei belegt, wobei längst nicht alle Wirkungsweisen erforscht sind. Jede Thermal- und Heilquelle ist in ihrer Zusammensetzung **ein Original**.

Beim Baden und Schweben in warmen Mineral-Thermalwasser, das von den unterirdischen Quellen gespeist wird, werden die **wertvollen Mineralstoffe und Spurenelemente über die Haut aufgenommen** und können so Ihre wohltuende und Wirkung entfalten.

Mineral-Thermalbäder werden überwiegend von **Quellwasser aus grossen Tiefen** gespeist. Bäder in warmen Mineral-Thermalwasser wirken **beruhigend und ausgleichend auf den gesamten Organismus**. Während des Badens wärmt der Körper sich auf. Blutgefässe erweitern sich, der Blutdruck sinkt, Herzschlag und Stoffwechsel nehmen zu, die Sauerstoffaufnahme erhöht sich. Zwischen Körper und Wasser findet ein reger **Austausch von Mineralstoffen und Spurenelementen** über die Haut statt.

Nach aktuellem Stand des Wissens wirken **vier verschiedene Wirkungskomponenten** auf den Körper ein:

- **mechanische** (Auftrieb, Reibungswiderstand, hydrostatischer Druck)
- **thermische** (Wärmewirkung)
- **chemische** und
- **unspezifische** Reizwirkungen (Umstellungs-/Reiztherapie)

Im Wasser trägt der Mensch nur noch 10% seines Körpergewichts, wodurch unsere **Anwendungen wie Gymnastik und aktive Bewegungen sehr viel leichter fallen**. Thermalwasser wirkt entspannend auf die Muskulatur und **lindert mit seinen mineralischen Bestandteilen chronische Erkrankungen der Gelenke, auch Rheuma oder Allergien**.

Auch nach Operationen und Verletzungen am Bewegungsapparat sind Heilungsverbesserungen wahrscheinlich. Geeignet ist auch die Anwendung bei Erschöpfungszuständen, nervöser Überreizung, Schwäche und Rekonvaleszenz sowie allgemein zur **Verbesserung des Wohlbefindens**.

Empfehlenswert sind unsere Anwendungen und Kurse zum Beispiel bei:

- Erkrankung des Stütz- und Bewegungsapparates
- Arthrose, Arthritis, rheumatische Erkrankungen
- Bandscheibenschäden, Bandscheibenvorfälle (keine akuten)
- Hexenschuss, Ischialgie
- Degenerative Erkrankungen, Osteoporose, Gicht
- nach Operationen am Bewegungsapparat
- Bewegungsstörungen nach Unfällen und Verletzungen
- Nervenschmerzen
- Frauenleiden
- Erschöpfungszustände, Burnout, geschwächtes Immunsystem
- Diabetes

Weniger zu empfehlen und nur nach Rücksprache mit Ihrem Arzt sind unsere Anwendungen zum Beispiel bei:

- Herz- und Kreislauferkrankungen
- Schwere Hypertonie (Bluthochdruck)
- Erkrankungen der Schilddrüsen
- Venenentzündungen
- Nieren und Lebererkrankungen
- chronisch zehrende Krankheiten
- organische Hirnleiden
- ansteckende Hautkrankheiten
- offene Wunden
- infektiöse Erkrankungen, Fieber, akute Erkältung

Copyright by wasserzentrum 35°