

PRESSEMITTEILUNG

Wohlfühleffekt mit Mehrwert

Wirkungsweise eines Thermalbades

Von Stressreduktion über Schmerzlinderung bis zu Hilfe bei Allergien, Rheuma oder Rückenbeschwerden: Baden im Wasser der Kannevischer Collection-Thermen wirkt Wunder

Ab Anfang des 19. Jahrhunderts, der Blütezeit des modernen Kurwesens, verbrachten wohlhabende Gäste mitunter Monate in mondänen Orten von Baden-Baden bis Bad Ischl, um bei Bade- oder Trink-Anwendungen von der heilsamen Wirkung verschiedenster Thermalwasser zu profitieren. Nach dem Zweiten Weltkrieg wurde der Anspruch auf Kur zur Erhaltung der Gesundheit im Sozialgesetzbuch verankert und bescherte breiteren Bevölkerungsschichten in regelmäßigen Abständen wochenlange Kur-Aufenthalte. Damit ist seit der großen Gesundheitsreform im Jahr 2000 Schluss. Unter dem Stichwort „Vorsorge und Rehabilitation“ werden von Krankenkassen und Rentenversicherung dennoch weiterhin vor allem kürzere Maßnahmen bewilligt. Deutlich gestiegen ist dafür in den letzten Jahren der Anteil von Selbstzahlern, die auf eigene Kosten kommen – nicht wenige davon nur für ein Wochenende, tage- oder sogar stundenweise.

Einen positiven Effekt hat das Baden in warmem Thermalwasser nämlich erwiesenermaßen ab einer Dauer von 25 Minuten. Laut einer gemeinsamen Studie der Medizinischen Universität Graz und des Landesklinikums St. Pölten führt bereits diese Dauer zu einer signifikanten Senkung des Kortisol-Gehalts im Speichel, der als Stress-Indikator gilt. Darüber hinaus gaben Probanden an, dass sie sich beim Baden in wohltemperierten Becken deutlich relaxter fühlten als solche beim Praktizieren anderer Entspannungstechniken. Außerdem nahmen ihre Schmerzen an Gelenken und Wirbelsäule spürbar ab.

Optimal sind dabei circa 35 °C, die als thermisch besonders angenehm empfunden werden, weil der Körper ohne Bewegung weder auskühlt noch überwärmt. Aus medizinischer Sicht fördert der Aufenthalt im Wasser aber auch noch aus anderen Gründen die Wohlfühlwirkung: Der hydrostatische Druck fördert die Durchblutung des Gewebes sowie die Blutrückführung zum Herzen, was den Kreislauf anregt. Der Auftrieb und die damit verbundene Abnahme des Gewichts, das mit dem Kopf über der Oberfläche nur noch zehn Prozent dessen an Land beträgt, entlastet den gesamten Bewegungsapparat, der sich so erholen und lockern kann; Sole sorgt sogar für einen Schwebestand. Überdies verstärkt der Wasserwiderstand den Trainingseffekt, weil Bewegungen anstrengender sind und die Muskeln mehr gefordert werden – eine Begleiterscheinung, die bei Prävention und Rehabilitation eine wichtige Rolle zur Verbesserung der körperlichen Leistungsfähigkeit spielt.

Doch es gibt weitere Steigerungen: Sind im Wasser heilsame Mineralien enthalten, die durch die Wärme noch besser auf den Körper einwirken können, pflegen diese zum einen die Haut. Überdies dringen sie bei einem osmotischen Prozess durch die Poren in den Körper ein und sorgen für eine Tiefenwirkung auf Gelenke, Stoffwechsel oder Organe genauso wie auf das Herz-Kreislaufsystem. Je nach Quelle variieren die Indikationen quer durch Deutschland, wo es derzeit rund 100 Thermalbäder gibt.

Sechs von ihnen, verteilt auf fünf Standorte, decken bei der Kannevischer Collection ein breites Spektrum ab. Mit dem mineralreichsten Wasser in Baden-Württemberg speisen zwölf Quellen das

Friedrichsbad und die Caracalla-Therme in Baden-Baden. Besonders fluorid- und natriumchloridhaltig aktivieren, stimulieren und regenerieren sie den gesamten Körper, entspannen ihn aber auch. Mehr als 20 Mineralstoffe und Spurenelemente finden sich im Robert-Kampe-Sprudel der Bad Emser Therme, der die Heilung von Allergien und Atemwegen ebenso unterstützt wie bei Herz-, Gefäß- und Kreislauferkrankungen oder solche der Stütz- und Bewegungsorgane Gelenke und Wirbelsäule. Höchste Heilwasserqualität besitzt der Schönbornsprudel in der KissSalis Therme in Bad Kissingen, der als so genannter Natrium-Chlorid-Säuerling unter anderem bei Rheuma, Herz-Kreislauf- oder Atemwegsproblemen eine positive Wirkung hat. Äußerst reich mineralisiert ist die 24-prozentige Thermal-Sole der Spreewaldtherme in Burg, die Beschwerden des gesamten Bewegungsapparates lindert und sowohl bei Haut- als auch Atemwegs-, Herz- und Kreislaufproblemen hilft. Ebenfalls sehr salzhaltig ist die Sole in fast allen Becken der VitaSol-Therme in Bad Salzuflen, die bei einer Vielzahl an Beschwerden wohltuend ist. Sie regt die Durchblutung sowie den Stoffwechsel an, entschlackt und stimuliert das vegetative Nervensystem. Im Soleintensivbecken lässt sie mit einer Konzentration von zwölf Prozent Badende im warmen Wasser schweben – ein besonders intensives Beispiel dafür, wie man sich wie in allen Thermen der Kannevischer Collection verwöhnen und gleichzeitig etwas für seine Gesundheit tun kann.

Stand: Mai 2016

Ansprechpartner Kannevischer Collection:

Natascha Kiesel, natascha.kiesel@kisssalis.de, Tel.0971-826 620

Marketingleitung KissSalis Therme Bad Kissingen, www.kannevischer-collection.com

Pressekontakt:

creative navigation, Catharina Niggemeier, Kaiser-Ludwig-Platz 8, 80336 München

Tel. 0170 31 38 589, cn@creative-navigation.de, www.creative-navigation.de

Kannevischer Collection

Bewegung, wechselwarme Badeverfahren, körperliche und mentale Ruhephase – das sind die vier Bausteine, auf denen die Philosophie der Kannevischer Collection beruht. Hinzu kommt ein hoher Anspruch an Qualität, Sauberkeit und Service als Basis für das Wohlbefinden der Besucher. Architektonisch setzen alle sechs angeschlossenen Thermen auf außergewöhnliches Design, das regionale Besonderheiten aufgreift und je nach Standort einen eigenen Charakter hat – egal ob Caracalla-Therme oder Friedrichsbad in Baden-Baden, Emser Therme in Bad Ems, VitaSol Therme in Bad Salzuflen, Spreewald Therme und Spreewald Thermenhotel in Burg oder KissSalis Therme in Bad Kissingen. Mit dem Anspruch, führender Wellness-Dienstleister zu sein, hat sich das Familienunternehmen, dessen Leidenschaft seit über 40 Jahren Bäder sind und das von Dr. Stefan Kannevischer geführt wird, erfolgreich etabliert.