

Zeitschrift:	Der Heilmasseur-Physiopraktiker : Zeitschrift des Schweizerischen Verbandes staatlich geprüfter Masseure, Heilgymnasten und Physiopraktiker = Le praticien en massophysiothérapie : bulletin de la Fédération suisse des praticiens en massophysiothérapie
Herausgeber:	Schweizerischer Verband staatlich geprüfter Masseure, Heilgymnasten und Physiopraktiker
Band:	- (1951)
Heft:	117
Artikel:	Die Thermalquelle von Bad Ragaz-Pfäfers und ihre medizinischen Anwendungen
Autor:	Ott, Victor
DOI:	https://doi.org/10.5169/seals-930730

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. [Mehr erfahren](#)

Conditions d'utilisation

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. [En savoir plus](#)

Terms of use

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

Download PDF: 11.01.2026

ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>

Die Thermalquelle von Bad Ragaz-Pfäfers und ihre medizinischen Anwendungen

von *Priv.-Doz. Dr. Victor R. Ott, Bad Ragaz und Zürich*
*Leitender Arzt der Kuranstalten Ragaz-Pfäfers **

Ich möchte versuchen, Ihnen einiges über die Grundlagen der Anwendung solcher Heilquellen zu berichten, wie wir sie in Bad Ragaz-Pfäfers besitzen. Warme Quellen, deren Gehalt an gelöster Mineralsubstanz gering ist und jedenfalls 1 Gramm im Liter nicht überschreitet, nennt man einfache Thermalbäder, Akratothermen oder auch «Wildbäder». Ihre Anwendung zu Heilzwecken und zur Gesundheitspflege ist uralt. Berühmte ausländische Akratothermen sind diejenigen von Wildbad im Schwarzwald, Gastein, Plombières u. a. Der typische Vertreter dieser Gruppe von Heilquellen in der Schweiz ist die Quelle von Ragaz-Pfäfers. Sie hat eine Temperatur von 37 bis 38 ° C, enthält ungefähr 0,42 Gramm gelöste Mineralsubstanz im Liter, und ihr Ertrag ist sehr gross; bis zu 8 Millionen Liter warmen Thermalwassers fliesen in 24 Stunden aus der Quelle ab.

Praktische Erfahrungen

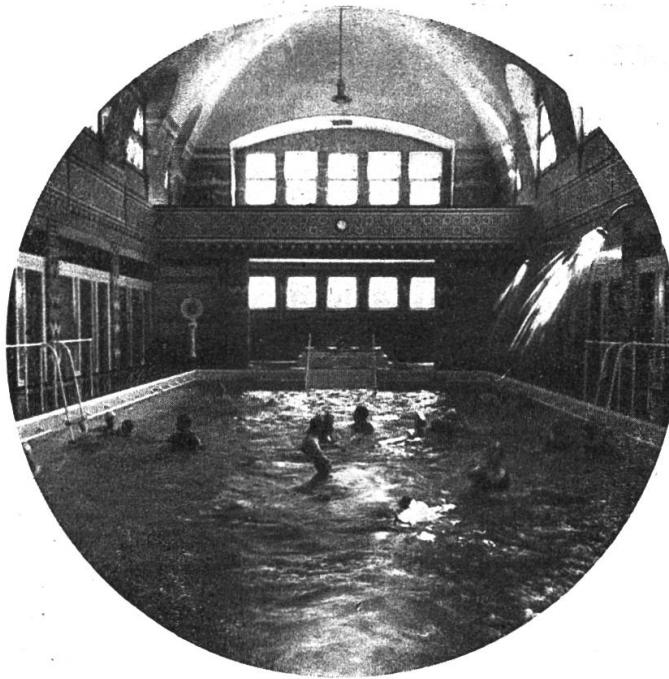
Seit Jahrhunderten haben die Quellen von Pfäfers zu jenen merkwürdigen Wildwässern gezählt, denen man eine verjüngende Wirkung auf den alternden Organismus neben Heilwirkungen bei bestimmten krankhaften Veränderungen zuschreibt. Als Heilmittel sind diese Quellen von jeher besonders bei Krankheiten des Bewegungsapparates, sowohl bei solchen rheumatischer Art wie bei Lähmungen verschiedener Ursache, angewandt worden. Aber auch die günstigen Wirkungen auf die Kreislauforgane und Rückwirkungen auf die Funktion der Drüsen mit innerer Sekretion sind schon lange klar beobachtet worden.

Die Wirkungen der Thermalbäder werden im wesentlichen von der Haut auf den gesamten Körper übertragen. Die Anwendung der Thermen als Bäder ist seit jeher im Vordergrund gestanden, während die Trinkkur kaum je eine überragende Rolle

gespielt hat und heute nur als unterstützende Behandlung durchgeführt wird. Es ist schon den älteren ärztlichen Beobachtern aufgefallen, dass kurmässige Anwendung dieses Thermalwassers zu merkwürdigen Allgemeinerscheinungen führt, die den Patienten oft sehr beunruhigen können. In neuerer Zeit bezeichnet man diese Wirkung als «Bäderreaktion» «Badereaktion» oder «Kurkrise». Man versteht darunter Störungen des Befindens wie grosse Müdigkeit, Herzklagen, Schwindel, Verdauungs- und Schlafstörungen, aber auch das Aufflammen von chronischen Krankheitsprozessen. Die alten Aerzte drückten sich bildlich so aus, dass sie von einem «Anklopfen» des Thermalwassers an alten Krankheitsherden sprachen. In der Ausdrucksweise der modernen Medizin wird diese Erscheinung dadurch beschrieben, dass man von Reizwirkungen auf das vegetative Nervensystem und die Drüsen mit innerer Sekretion spricht.

Ueber den Weg dieser Reizwirkungen werden wir noch einiges zu sagen haben. Es ist klar, dass die Haut das erste Empfangsorgan für die Reize darstellt, die vom Thermalwasser auf den menschlichen Körper ausgehen. Schon die Aerzte vergangener Jahrhunderte haben richtig beobachtet, dass die Haut im gesamten Heilgeschehen einer Thermalbadekur eine sehr grosse Rolle spielt. Bei der früher üblichen sehr langen Badedauer — im Gegensatz zu den jetzt als normale Höchstdauer eines einzelnen Bades betrachteten 20 Minuten wurde mehrere Stunden, ja tagelang anhaltend gebadet! — kam es häufig zu Ausschlägen, die trotz den damit verbundenen Beschwerden als erwünscht betrachtet wurden, weil sie eine besonders kräftige Wirkung der Badekur anzeigen.

* Nach einem Vortrag an der Verbands-Tagung des Schweiz. Verbandes staatl. geprüfter Masseure, Heilgymnasten und Physiopraktiker in Bad Ragaz, 10. September 1950.



Zugleich mit den Störungen der vegetativen Funktion kommt es im Verlauf der ersten 3 bis 6 Tage einer Thermalbadekur nicht selten auch zum Aufkommen chronischer Krankheitsprozesse, besonders zu vorübergehender Verschlimmerung chronischer Entzündungen. Am auffälligsten ist dies bei gewissen chronischen rheumatischen Krankheiten. Genaue Untersuchung zeigt, dass ein Teil gerade derjenigen Fälle, die durch die Thermalbadekur letzten Endes besonders günstig beeinflusst werden, den Weg über eine anfängliche lebhafte Badereaktion nehmen.

An objektiven Untersuchungen mit dem Ziel, über die Wirkungsweise der Thermalbäder Klarheit zu schaffen, hat es nicht gefehlt. Zunächst liegt ja der Verdacht auf der Hand, die einfachen Thermalbäder könnten eine blosse Suggestionswirkung haben, die vermeintlichen Heilerfolge seien also genau genommen entweder Täuschungen oder psychotherapeutische Erfolge, bestenfalls aber nur Erfolge der Wärmeanwendung, die an sich überall mit warmem Wasser erzielt werden könnten. Dass dem nicht so ist, ist von verschiedenen Forschern, zum Teil in grösseren Serienuntersuchungen, bewiesen worden. Das Thermalwasser erzeugt objektiv andere Wirkungen am Menschen als ebenso warmes, künstlich erwärmtes reines Brunnenwasser. Verschiedene Untersuchungen über

Veränderungen der Blutzusammensetzung, chemische Veränderungen des Bluteiweißes, Umstellungen der Kreislaufregulation usw. haben auch dazu beigetragen, die Wirkungsweise der Thermalbäder im einzelnen klarzustellen. In jüngster Zeit ist zu diesen Untersuchungen auch das Experiment am Tier und an der Pflanze getreten. Wie vor allem in pflanzenbiologischen Versuchen gezeigt wurde, hemmt Thermalwasser die Keimung von Pflanzen- und Tierkeimen, während es das Wachstum einmal ausgekeimter Pflanzen und Weichtiere deutlich beschleunigt.

Obwohl das Thermalwasser also auf den ersten Blick von gewöhnlichem Warmwasser nur wenig verschieden ist, besitzt es doch Eigenschaften, die gewöhnlichem, künstlich erwärmtem Brunnenwasser vollständig mangeln.

Die naturwissenschaftlichen Grundlagen

Welches sind nun die Ursachen dieser besonderen Wirksamkeit?

Rein *physikalisch* ist natürlich die Wärme des Thermalwassers ein wichtiger Faktor. An und für sich kennen wir ja alle den hohen Heilwert der Wärme in ihren verschiedenen Formen, und wenn uns die Natur in einer Thermalquelle jeden Tag Millionen von Kalorien spendet, so dürfen wir schon dieses Geschenk nicht gering achten. Wie Sie wissen, bewirken äussere Wärmereize Erweiterung der Hautgefässer, Schmerzlinderung und Dämpfung spastischer Zustände der Muskulatur. Es ist klar, dass diese zunächst die Haut betreffenden Veränderungen auf den ganzen Organismus zurückwirken. Neben der Wärme sind weitere physikalische Faktoren für die therapeutische Wirksamkeit der Thermalbäder wichtig, nämlich vor allem bei der Behandlung von Lähmungen und Versteifungen, nämlich die Verminderung des Körpergewichtes durch den Auftrieb des Wassers und die im Vergleich mit einer festen Unterlage sehr geringe Reibung. Auch die Möglichkeiten einer Massage mit dem körperwarmen Thermalwasserstrahl sind nicht zu vernachlässigen.

Im Gegensatz zu diesen physikalischen Faktoren kommen *physikalisch-chemische und chemische* Eigenschaften als spezifische Besonderheiten des Thermalwassers in Betracht. Es seien hier nur die wichtigsten herausgegriffen.

Sehr grosse Bedeutung hat man eine Zeit lang der *Radioaktivität* der Thermalwässer beigemessen. Bald nach der Entdeckung der Radioaktivität um die Jahrhundertwende stellte man nämlich fest, dass gewisse Thermalwässer bedeutende Mengen von Radiumemanation enthalten. Die biologische und therapeutische Wichtigkeit der Radioaktivität der Wildwässer ist in den letzten Jahren aber aus guten Gründen wieder recht fraglich geworden: einmal wirken solche Thermalwässer, deren Gehalt an Radioaktivität gering ist, ganz ähnlich wie diejenigen, die eine stärkere Radioaktivität aufweisen. Auch liess sich zeigen, dass dem stärker radioaktiven Thermalwasser von Gastein in früheren Jahrhunderten auf dem Weg von den Quellen zu den Bädern fast der gesamte Gehalt an Radioaktivität verloren gegangen sein muss, und trotzdem waren die Wirkungen dieser Heilquellen vor Jahrhunderten eben so stark und berühmt wie heute, wo die Leitungen einen Verlust an Radiumemanation weitgehend verhindern. Ausserdem lässt sich auch im Tierversuch und an der Pflanze zeigen, dass Thermalwasser, dem man die Radioaktivität künstlich entzieht, seine biologische Wirksamkeit nicht einbüsst.

Man hat deshalb weiter gesucht, physikalisch-chemische Besonderheiten der Wildwässer nachzuweisen. Während einiger Zeit fragte man sich, ob nicht das sogenannte «schwere Wasser», ein Stoff von der gleichen chemischen Formel wie Wasser, jedoch mit einem schwereren Wasserstoffatom, in den Thermalwässern besonders reichlich vorhanden sei. Genügende Beweise für eine solche Annahme sind allerdings bisher nicht beigebracht worden. So hat man eine neuere Theorie mit Interesse aufgenommen, die das Rätsel der Wirksamkeit der Akratothermen vielleicht eines Tages seiner Lösung zuführen wird. Man hat entdeckt, dass längere Zeit überhitztes Wasser ebenso wie kondensierter

Dampf von Hochdruckdampfmaschinen nach der Abkühlung eine biologische Wirksamkeit besitzt, die gewöhnliches erwärmtes Brunnenwasser nicht aufweist und die sehr ähnlich ist mit der Wirkung von Thermalquellen. Man hat auf diesen Beobachtungen die Theorie aufgebaut, dass das Thermalwasser während seiner Erwärmung in der Tiefe der Erdrinde, wo es ja unter hohem Druck steht, irgendwie in seiner inneren Struktur verändert werde. Sie werden in der Fachliteratur wohl in den nächsten Jahren darüber unter dem Begriff «Fervor-Effekt» noch manches hören. Die interessante Theorie ist, wie gesagt, durch Beobachtungen gut unterbaut, man muss sich darüber aber ganz klar sein, dass auch die Annahme des «Fervor-Effektes» noch keine endgültige Erklärung der beobachteten biologischen Tatsachen darstellt. Es ist aber wichtig, dass man mit dieser Theorie von der Vorstellung loskommt, die Heilkraft einer Thermalquelle könne nur darauf zurückgeführt werden, dass es sich dabei um frisch aus Dämpfen des heissen Erdinneren entstandenes Wasser handle; eine derartige Entstehung kommt z. B. für die Quellen von Ragaz-Pfäfers nicht in Betracht, weil es sich hier nachweislich um Thermen handelt, die ihre Entstehung dem Versickern von Niederschlagswasser in der näheren oder weiteren Umgebung verdanken; aus der Temperatur der Quellen lässt sich jedoch errechnen, dass das Wasser vor seinem Austritt mindestens tausend bis 1500 m unter die Erdoberfläche gesunken sein muss; unter hohem Druck ist es also auf seinem Lauf und während seiner Erwärmung auf jeden Fall gestanden.

Als weitere Erklärungsmöglichkeit für die Heilwirkungen des Thermalwassers kommen natürlich auch seine *chemischen* Eigenschaften in Betracht. Trotz dem geringen Gesamtbetrag gelöster Substanzen finden sich doch gewisse Elemente und Verbindungen in Spuren oder höheren Konzentrationen, die in gewöhnlichen Brunnenwässern nicht vorkommen, z. B. im Ragazer Thermalwasser Lithium und Fluorid in bemerkenswerten Quantitäten, und als «Spurenelemente» Rubidium und Caesium. Allerdings ist der Beweis, dass

gerade dieses oder jenes Element entscheidend für die besondere Wirkung der Akrathermen ist, vorderhand noch nicht erbracht.

Das Anwendungsgebiet der Therme von Ragaz-Pfäfers

Nachdem wir uns genügend über die Grundlagen der Anwendung der Akratherme von Ragaz-Pfäfers ausgesprochen haben, werden Sie das Bedürfnis empfinden, noch eine Uebersicht über die wichtigsten Anwendungen dieser Heilquelle zu bekommen.

Nicht umsonst stehen auf den Indikationslisten Zustände obenan, die man eigentlich nicht als Krankheit bezeichnen kann: *Atter, Klimakterium und allgemeine Erschöpfung*. Tatsächlich ist die «verjüngende Wirkung bei alternden Menschen oft recht eindrucksvoll, und die Erholung von überarbeiteten, abgehetzten Menschen ist oft rascher und nachhaltiger als bei einer blassen Ferienerholung; die «Auffrischung» und Anregung der Drüsen mit innerer Sekretion lässt sich besonders bei Frauen im beginnenden Klimakterium sehr gut beobachten.

Dann kommen wir zu wirklich krankhaften Zuständen, bei deren Entstehung Alterungs- und Aufbrauchvorgänge eine Rolle spielen. Es sind vor allem die *nicht-entzündlichen rheumatischen Veränderungen des Bewegungsapparates*, die wir unter dem Begriff der *Arthrose und Spondylosis* zusammenfassen, und in deren Verlauf ja so oft Komplikationen wie Ischias, Armeinalgien und Kopfschmerzen auftreten. Bessere Durchblutung, Schmerzlinderung, Dämpfung von Muskelspasmen und die Möglichkeit lockernder und kräftigender Bewegungstherapie im Thermalbad führen in vielen Fällen dieser Art zu Abnahme der Beschwerden und erheblicher Besserung der Beweglichkeit.

Die *entzündlichen* Gelenkrheumatismen, d. h. die *chronische Polyarthritis* und die Folgen des *akuten Gelenkrheumatismus*, bedürfen bei einer Thermalbadekur einer besonders sorgfältigen Ueberwachung, damit der therapeutisch wertvolle Reizeffekt der Thermalbäder nicht übers Ziel hinauschießt und zu neuem Aufflammen des

Krankheitsprozesses führt; die Fälle, in denen die Badekur besonders gut wirkt, sind hier jene, in denen Funktionsstörungen als Folge mehrweniger abgelaufener oder wenig aktiver Entzündungsprozesse bestehen, während fiebernde Fälle nicht ins Thermalbad gehören.

Kranke, die dem Arbeitsbereich des Physiopraktikers nicht so geläufig sind wie die Rheumatiker, die aber durch eine Badekur mit einer Akratherme sehr günstig beeinflusst werden können, sind die Patienten mit *hohem Blutdruck*, schlechtem peripherem Kreislauf und mit *Herzbeschwerden* ohne Zeichen echter Herzschwäche. Ihre subjektiven Beschwerden gehen bei einer sehr vorsichtig dosierten Thermalbadekur oft schön zurück. Bedingung ist allerdings sehr zurückhaltende Dosierung, d. h. kurze Dauer der Bäder, Einhaltung von langen Ruhezeiten und, wo sich die ärztliche Anzeige ergibt, auch Anwendung medikamentöser Behandlungsverfahren. Häufig sind die Behandlungsresultate dann besonders schön, wenn die Badekur mit den bewährten physikalischen Methoden kombiniert werden kann. Ich denke hier an die aufsteigenden Teilbäder nach *Hauffe-Schweninger*, aber auch an die Massage, die ja tiefgreifende Wirkungen auf die Kreislaufverhältnisse ausüben kann; auch eine vorsichtig dosierte Heilgymnastik unter besonderer Berücksichtigung der Atmungstechnik kann hier oft sehr wertvoll sein. Eine ebenso grosse Rolle spielt die Massage und Bewegungstherapie in der Nachbehandlung von *Venenentzündungen und Thrombosen*; allerdings müssen wir dabei sicher sein, dass der entzündliche oder thrombotische Prozess mindestens seit drei Wochen zum Stillstand gekommen ist, wenn wir Embolien vermeiden wollen.

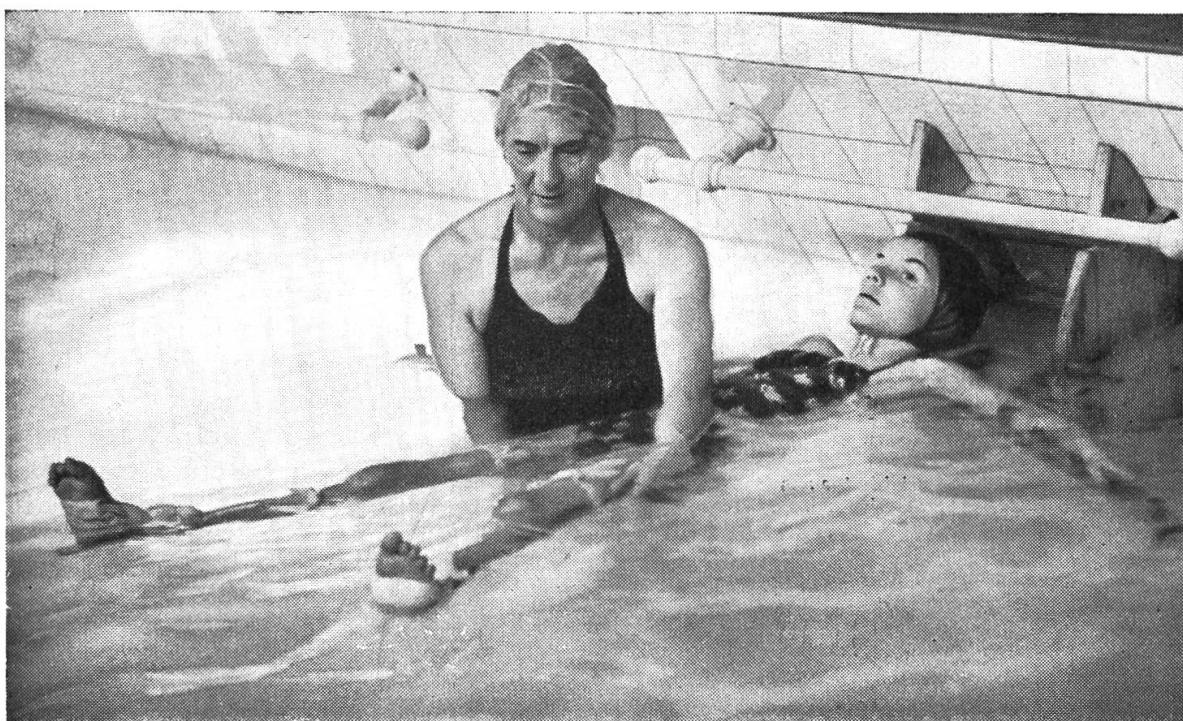
Die Gebiete, auf denen eine zweckmässige Verbindung der Thermalbäder mit sachgerechter physikalischer Therapie grössten Segen bringt, sind schliesslich die *neurologischen* Affektionen, vor allem die *schlaffen Lähmungen*, und die *Folgen von Unfallschäden*.

Wie Sie wissen, gehört die Nachbehandlung der *akuten epidemischen Kinderlähmung* zu den berühmtesten Heilanzeigen

der Akratothermen. Man muss sich aber ganz klar darüber sein, dass Hyperämie, Spasmusdämpfung und Anregung von Heilungsvorgängen hier nur sehr unvollkommen wirken können, wenn nicht die Thermalbäder durch zielstrebige, geduldige und dem einzelnen Fall auf genaueste angepasste Bewegungstherapie unterstützt werden. Nirgends gilt es so wie hier, nicht «einfach irgend etwas» zu tun, sondern nach genauerster ärztlicher Befunderhebung diejenigen Muskelfunktionen zu üben, die

bei der Untersuchung der Rückenmarksflüssigkeit im akuten Stadium charakterisiert ist. Diese Fälle zeigen recht oft eine ganz auffällige Beschleunigung des Heilungsverlaufs, die Patienten werden bald fähig, ihre Bewegungsübungen im Thermalbad allein zu machen.

Straffe Lähmungen wie die nach Schlaganfällen haben weniger günstige Aussichten; obwohl auch sie sehr dankbar für zweckmässige, nicht zu anstrengende physikalische Therapie sind, scheinen mir die



Unterwasserübungen. Aufnahme aus dem Thermalschwimmbad der AG der Bad- und Kuranstalten Ragaz-Pfäfers

überhaupt noch irgend welcher Uebung zugänglich sind. Die Verringerung der Schwerkraft, die wir im Thermalbad haben, bietet uns schönste Hilfe bei der Uebung solcher Muskeln, die noch zu schwach sind, ein Glied am Trockenen gegen die Schwerkraft zu bewegen.

Es gibt aber auch andere Lähmungen, bei denen die Erfolge gut sind. Weitauß am besten sind die Resultate bei der — meistens, nicht immer — gutartigen *Polyradiculitis*, der Guillain-Barré'schen Nervenentzündung, die im Gegensatz zur Kinderlähmung durch Störungen der Motorik und des Gefühls gekennzeichnet und durch ihr klinisches Bild und den Befund

Fortschritte oft doch nur subjektiv zu sein; immerhin stellt die Badekur mit ihrer Linderung der Muskelspasmen für viele von diesen bedauernswerten Patienten häufig einen Lichtblick in ihrem traurigen Dasein dar.

An die *Multiple Sklerose* denkt wohl mancher von Ihnen aus Erfahrung mit Schrecken; wie bei eingreifenden rein physikalischen Behandlungen, kann auch bei der Thermalbadekur ein neuer Schub auftreten; die Freude, die die Kranken oft an ihrer besseren Beweglichkeit im Thermalbadebassin und unter der Hand der Heilgymnastin haben, wird durch diese Gefahr leider gedämpft.



Everon- Haut- funktionsöl

ist ein Pflege- und Schutzmittel für die Haut in allen Jahreszeiten.

In seinem Grundstoff, dem reinen, süßen Mandelöl sind edelste natürliche Substanzen gelöst, die die Haut vor zu starken Wirkungen von Wärme, Kälte und Licht schützen, die Atmung und Blutzirkulation anregen und somit die richtige Ernährung der Hautzellen unterstützen,

Vier Pflanzen: Birke, Arnica, Rosmarin und Lavendel sind mit ihren öllöslichen und duftenden Ingredienzien in diesem Hautpflegemittel vereinigt.

Die chlorophylhaltigen Wachsharze junger Birkenblätter, erzeugt von Wärme und Licht des Frühlings, bilden eine hauchdünne Schutzschicht auf der Haut, die, langsam eindringend, Ablagerungen beseitigt und Neigung zu rheumatischen Affektionen verhindert.

Die goldgelben ölichen Wachsstoffe der Arnicablüten, an der Sonne der Johannzeit geblüdet, erwärmen die Haut und beugen entzündlichen Erscheinungen vor.

Das ätherische Öl der Rosmarinblätter aus den Macchien der Mittelmeerküste hat eine besondere Wirkung auf die Blutzirkulation.

Das kostbare ätherische Öl südfranzösischer Lavendelblüten, gesammelt in der Morgenkühe an den Hängen der Seetalpen, bringt eine beruhigende Note in die sonst erfrischende und kräftige Komposition des Everon-Hautfunktionsöles.

50 ccm Fr. 3.-

150 ccm Fr. 8.10

Spezialpreise für Masseure. - Pröbchen werden auf Wunsch kostenlos zugeschickt, wenn Sie nachstehenden Coupon einsenden an die

*Weleda a.g.
Arlesheim*

Verlangen Sie die kostenlose Zusendung der Weleda-Nachrichten.

Coupon

Senden Sie Massageöl-Muster kostenlos an:

Name:

Strasse:

Wohnort:

Ein Wort noch, schliesslich, zu den schon erwähnten Unfallfolgen. In der Nachbehandlung von Versteifungen und Lähmungen nach Knochenbrüchen der Extremitäten oder Wirbelsäulenfrakturen leistet schon die vom Kranken allein durchgeführte aktive Bewegung im Thermalbad Schönes; wenn die Kur durch Massage, aktive Bewegungen am Trocken unter Leitung des Heilgymnasten und eventuell auch durch örtliche Wärmeanwendungen unterstützt werden kann, so sind oft sehr befriedigende Resultate zu erzielen; und was besonders zählt, die Heilung erfolgt viel schneller als wenn der Patient, einmal spitalentlassen, sich zuhause allein damit abquält, mit seinen Funktionsstörungen fertig zu werden.

Ein Wort noch über die *Dauer der Thermalbadekuren*. Bei den Rheumapatienten müssen wir uns oft mit den traditionellen drei Wochen begnügen, es lässt sich aber klar beweisen, dass die Heilerfolge in vielen Fällen erheblich besser sind, wenn wenigstens noch eine vierte Behandlungswoche zur Verfügung steht. Bei den neurologischen Schäden und bei der Nachbehandlung von Unfallfolgen mit Versteifungen muss auf eine Behandlungsdauer von mindestens fünf, besser sechs Wochen gedrungen werden; Wiederaufbau erschlaffter Muskulatur, Lockerung versteifter Gelenke und Wiedergewinnung eines schwer gestörten Sicherheitsgefühls brauchen Zeit, und in drei Wochen sind oft erst Anfangserfolge erzielt.

Abschliessend muss ich Ihnen noch etwas über die Grundsätze sagen, die uns bei der Ablehnung von Thermalbadekuren für gewisse Krankheitsformen leiten: die wichtigsten *Gegenanzeichen* sind aktive Lungentuberkulose, fieberhafter Gelenkrheumatismus früher als vier Wochen nach endgültiger Entfieberung, bösartige Neubildungen aller Art, auch solche, die vor weniger als fünf Jahren operiert oder bestrahlt worden, also nicht sicher rückfallfrei geheilt sind, ferner das echte Asthma bronchiale und die wirkliche Herzinsuffizienz mit Atemnot und Oedemen, sofern der Patient nicht vorher medikamentös wieder ins Gleichgewicht gebracht worden ist.