

Zeitschrift: Prisma : illustrierte Monatsschrift für Natur, Forschung und Technik
Band: 2 (1947)
Heft: 11

Artikel: Über Wirkung und Durchführung von Badekuren
Autor: Heinemann, V.
DOI: <https://doi.org/10.5169/seals-654134>

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: 24.01.2026

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

ÜBER WIRKUNG UND DURCHFÜHRUNG VON BADEKUREN

Von Dr. med. V. Heinemann

Die natürlichen Heilbäder wurden seit Menschengedenken von Rheumatikern zur Heilung oder Besserung ihrer Leiden aufgesucht. Über alle Wandlungen ärztlicher Denkweise hinweg haben die Bäder ihre Bedeutung bis heute behalten. Alte Schriften berichten uns von den sorgfältigen Beobachtungen der Ärzte früherer Jahrhunderte, aus denen sich die Heilanzeigen der einzelnen Kurorte allmählich abgrenzten. Heute ist es teilweise möglich, diese empirisch gewonnenen Indikationen wissenschaftlich zu begründen. Auch in den Behandlungsmethoden haben sich an den einzelnen Kurorten durch Erfahrung Normen entwickelt, die sich mit Erfolg bis in unsere Zeit gehalten haben. In der Rheumabehandlung stehen die Bäder an erster Stelle der Kurmittel. Die Heilquellen enthalten kompliziert zusammengesetzte Lösungen. Die gelösten Minerale und Gase werden durch die Haut des Badenden in den Körperstoffwechsel aufgenommen. Trotzdem man die Wirkung der verschiedenen Elemente auf den menschlichen Organismus kennt, lassen sich diese in der kombinierten Wirkung einer Heilquelle nicht auseinander halten. Wir können nur deren *gesamte Komplexwirkung* auf den Körper beobachten und beurteilen. Die quantitativ wichtigsten Elemente geben aber der betreffenden Heilquelle den besonderen Charakter und klassieren sie nach chemisch-physikalischen Begriffen. So spricht man von Salz- oder Solbädern, Schwefelbädern, radioaktiven Bädern usw., wobei es sich aber stets um ein reichhaltiges Gemisch verschiedener gelöster Mineralien und Gase handelt. Auch die in kleineren Mengen vorhandenen Elemente, selbst die in kleinster Quantität vorhandenen sogenannten Spurenelemente haben ihre therapeutische Bedeutung. Es wird angenommen, daß sie sich gegenseitig in ihrer Wirkung verstärken. Ähnlich scheint auch die in verschiedenen unserer Heilquellen vorhandene Radium-Emanation die chemisch-physikalischen Einflüsse zu steigern.

Ganz allgemein, unabhängig von der chemischen Zusammensetzung haben warme Bäder physikalisch begründete Einflüsse, die bei angepaßter Dosierung günstig auf die innern Organe wirken: Herabsetzung der Pulsfrequenz, Erweiterung der arteriellen Blutgefäße und Senkung

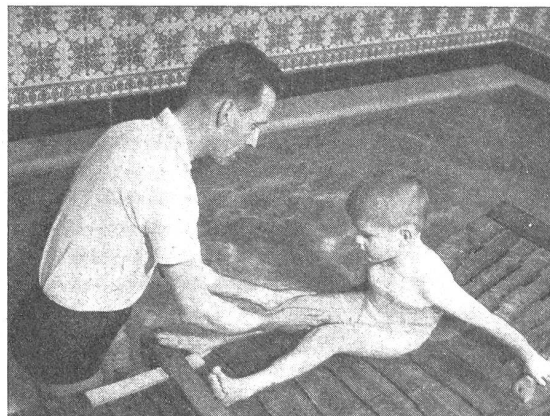
des Blutdrucks, Beschleunigung des venösen Blutrückstromes zum Herzen, Verbesserung der Nierenfunktion, Erhöhung der Erregbarkeit der peripheren, motorischen und sensorischen Nerven, Lösung der Muskelverkrampfungen usw. Bei gestörter Beweglichkeit der Rheumatiker, der Kinderlähmungspatienten und bei Gelenkversteifungen nach Unfällen erleichtert der Auftrieb im Bade die Bewegungen bei geringeren Schmerzen. Geschulte Masseure und Heilgymnasten bemühen sich um weitere Fortschritte und Kräftigung der geschädigten Muskeln und Bänder. Zur Badekur gehört in der Regel die *Trinkkur*, die an Kurorten für Magen-, Darm- und Leberstoffwechselpatienten zur hauptsächlichen Kurbehandlung wird. Für *Inhalationen* wird das Wasser der Heilquellen zerstäubt mit guter Wirkung bei chronischen Katarrhen und Asthma. Quellschlamm wird zu *Schlamm packungen* bei versteiften Gelenken und zur Resorption entzündlicher Ergüsse verwendet. So wird jeder Kurort seine ortsgebundenen Kurmittel zweckmäßig nach ärztlichen Verordnungen zum Wohl seiner Patienten einsetzen.

Die *Wahl des Kurortes* werden Patient und Hausarzt gemeinsam besprechen. Außer den Indikationen des in Frage kommenden Bades sind auch Allgemeinbefinden, Alter, Herz und Blutdruck zu berücksichtigen, ganz besonders bei der Aufstellung des Kurplanes und während der Überwachung durch den betreffenden Kurarzt.

Wichtig ist die Bestimmung des *Kurantritts*, der erst nach Abklingen der akut entzündlichen Symptome erfolgen soll. Die Kontrolle der Blutkörperchen-Senkung gibt in dieser Beziehung gute Anhaltspunkte. Jede Badekur hat eine Badereaktion zur Folge, die durch individuell angepaßte Kurvorschriften und entsprechende ärztliche Behandlung durch den Kurarzt gesteuert werden muß. Ob ein Bad mit leichter therapeutischer Wirkung, mit mittelstarkem oder stärkstem Effekt in Betracht kommt, hängt von Charakter und Schwere der Krankheit ab. Verschiedene klimatische Faktoren im Badort des Hochtales mit seinem anregenden Reizklima oder im Schonklima des Mittellandes und Tessins sind ebenfalls voraus zu berücksichtigen.

Jeder Arzt wird im Laufe der Jahre seine Erfahrungen mit den verschiedenen Kurorten machen. Den Kollegen am Kurort wird er über seinen Patienten, dessen Krankheitsverlauf und Kondition sowie über Behandlungsvorschläge orientieren. Der Kurarzt berichtet bei Abschluß der Kur über deren Verlauf. Solche Zusammenarbeit zwischen Haus- und Kurarzt mit Austausch der Beobachtungen und der Untersuchungsergebnisse wird im Interesse der gemeinsamen Patienten gepflegt. Allerdings ist der *Kurerfolg* nicht schon während oder unmittelbar nach der Kur zu beurteilen. Es ist allgemein bekannt, daß die volle Wirkung der Kur erst nach Wochen zu erwarten ist, je nach Form und Schwere der Krankheit. Über die *Kurdauer* besteht in weiten Kreisen die vorgefaßte Meinung, daß diese drei Wochen betrage. Dies mag für leichte Störungen genügen, doch richtet sich die Dauer der Kurbehandlung nach Art und Schwere der Krankheit. Die am Kurort tätigen Ärzte haben auch in dieser Beziehung ihre Kurpatienten objektiv zu beraten.

Badekuren werden auch häufig von gesunden Menschen zur *Erholung* durchgeführt. An Stelle ärztlicher Überlegungen rücken andere Gesichtspunkte in den Vordergrund: Vorliebe für diese oder jene Landschaft, Anregung oder Entspannung, Gelegenheit zum Besuch von Konzerten und Museen oder sportlicher Betätigung. Auch für diese Lebenskünstler, die das Angenehme mit dem Nützlichen verbinden, bieten unsere schweizerischen Bäder viele Möglichkeiten. Durch Badekur und leichte sportliche Betätigung geregelte Ferien lassen beste Erholung und Entspannung erwarten.



Von oben nach unten:

Bild 1: Unterwassermassage (Bad Ragaz)

Bild 2 und 3: Inhalationen (Lenk i. S.)

Bild 4: Moorbad (St. Moritz Bad)