

**Zeitschrift:** Gesundheitsnachrichten / A. Vogel  
**Herausgeber:** A. Vogel  
**Band:** 53 (1996)  
**Heft:** 8: Ein Virus namens Herpes

**Artikel:** Meerwasser + Klima = Thalasso  
**Autor:** [s.n.]  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-558167>

### **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:** 22.02.2026

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



## Meerwasser + Klima = Thalasso

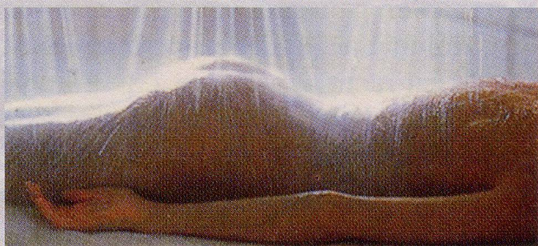
In England entdeckt, in deutschen Landen unter dieser Bezeichnung nahezu unbekannt, in Frankreich und der welschen Schweiz seit einigen Jahren *die grosse Mode*: Thalassotherapie, die «Heilung durch das Meer». Weltweit bekannt machte die Therapie Louison Bobet, Radweltmeister und mehrfacher Tour-de-France-Sieger, der nach einem schweren Autounfall seine Gesundheit erst durch die Heilverfahren an der Atlantikküste wiedererlangte.

Bei der Thalassotherapie spielen verschiedene natürliche Heilmethoden zusammen: Klimatherapie, Wassertherapie, Badekuren, physikalische Anwendungen, Packungen mit Algen und anderes mehr. Beim Klima der Atlantikküsten wirken die Temperatur, der Luftdruck, die Reinheit, die hohe Feuchtigkeit und der Ionen- und Jodgehalt der Luft stimulierend und anregend. Die Anreicherung der Luft mit Salzpartikeln, die bei Erkrankungen der Atemwege wünschenswert ist, kommt allerdings nur bei Strandspaziergängen im Bereich der Brandungszone zur Geltung. Aus diesen Gründen kann eine Thalassotherapie, die im Binnenland angeboten wird, niemals ihre volle Wirkung entfalten. Eine Hotel-Badewanne in den Schweizer Bergen, gefüllt mit Salzwasser, macht noch keine Thalassotherapie. Zumal die lebendige Substanz Meerwasser sich nur 48 Stunden hält und weder transportierbar noch rekonstruierbar ist.

Früher beinhalten eine Kur in Biarritz, der Bretagne oder auf Borkum das Trinken von Meerwasser. Anders bei der Thalassotherapie: hier handelt es sich nicht um eine Trinkkur, das Seewasser wird hauptsächlich äusserlich angewandt.

### Wasser ist zum Heilen da

Das Wasser der Ozeane enthält Salze, gelöste Gase und Mikroorganismen, die dem Körper helfen, wieder ins Gleichgewicht zu kommen und somit auch das Immunsystem zu stärken. Von den 62 im Salzwasser nachgewiesenen Elementen sind 49 nur in Spuren enthalten, eine grössere Rolle spielen, neben Wasserstoff und Sauerstoff, Chlor, Natrium, Magnesium, Schwefel, Kalzium, Kalium, Brom, Fluor, Bor, Strontium und Kohlenstoff. In den anerkannten französischen Thalassostationen muss das Wasser einen gleichbleibenden Salzgehalt von zwei Prozent aufweisen und in einer Entfernung von mindestens 400 Metern vom Ufer und in einer Tiefe von wenigstens zweieinhalb Metern abgepumpt werden. Das Grundprinzip der Therapie ist bei allen Behand-





lungsmethoden die Erwärmung des reinen Meerwassers auf 34 bis 36 °C. Das temperierte Wasser trägt nicht nur zur optimalen Entkrampfung der Muskeln bei, sondern fördert auch das Eindringen von Spurenelementen und Mikroorganismen, die antibiotische, hormonelle und bakterienhemmende Substanzen absondern. Die hohe Tragfähigkeit des Meerwassers – ein 80 Kilogramm schwerer Körper wiegt nur noch acht – verkürzt die Rehabilitationszeit nach traumatischen, orthopädischen und neurologischen Erkrankungen.

Dabei werden verschiedene Hilfsmittel eingesetzt, die den wohltuenden Effekt des Meerwassers verstärken: Behandlungen und Massagen mit Jet-Stream, Multistrahlduschen, Whirlpool, Unterwassermassagebänken, Sprühduschen, Wassergymnastik, Inhalationen eines Nebelgemischs aus Meerwasser und ätherischen Ölen (Aerosol), Fussreflexzonenmassagen mit verschiedenen Wasserstrahldüsen und wechselnden Temperaturen.

### Kuren mit Salzwasser und Meeresgemüse

Böse Zungen behaupten, das Meer sei ein riesiger mit Wasser gefüllter Behälter, an dessen Rändern die Preise gesalzener seien als das Wasser darin. Doch die Kosten bewegen sich absolut im Rahmen anderer Kurangebote. Eine Thalassokur, die nicht unter einer Woche dauern sollte, wird empfohlen bei allgemeiner Abwehrschwäche, chronischen Erkältungen, Herz- und Kreislaufproblemen, Durchblutungsstörungen, Hauterkrankungen, Allergien, Frauenkrankheiten und Wechseljahrsbeschwerden. Die Rehabilitation nach Knochenbrüchen und anderen Unfallfolgen wird zeitlich verkürzt und verbessert. Reines Meerwasser beschleunigt nicht nur allgemein die Wundheilung, sondern wird auch bei der Behandlung von eitrigen Wunden, Abszessen und Gewebsentzündungen gebraucht.

Zur Thalassotherapie gehören auch der Meeresschlick und die Meeresalgen, die in Bädern oder bei Packungen ihre entspannende, remineralisierende und schmerzlindernde Wirkung entfalten. Sie werden eingesetzt in der Schmerzbehandlung, bei Kreislaufstörungen, Rheuma und Hautkrankheiten.

Einige Thalassostationen bieten im Rahmen von Schönheitskuren bzw. Diätprogrammen auch Cellulite-Behandlungen an. Neben der allgemein anregenden und durchblutungsfördernden Wirkung des Schwimmens und der gezielten Meerwasserbehandlungen wird meist die mechanische Lymphdrainage (Pressotherapie) praktiziert: die Beine stecken in einer Art Stiefel-Apparat, der eine Venen-Lymphdrainage ausführt, die auf einer luftgesteuerten, zyklischen

Abfolge von langsam abnehmendem Druck beruht. Ergänzt wird die Behandlung u.a. durch Algen-Packungen, die den Blut- und Lymphkreislauf stimulieren.

• IZR



*Informationen zu  
Thalassostationen an  
der französischen  
Atlantikküste:*

*Maison de la France  
Löwenstrasse 59  
CH 8001 Zürich  
Tel. 01/211 30 85*

*Französisches  
Fremdenverkehrsbüro  
Westendstrasse 47  
D 60325 Frankfurt/M.  
Tel. 069/756 08 30*