

**Zeitschrift:** Zürcher Illustrierte  
**Band:** 10 (1934)  
**Heft:** 20

**Artikel:** Bade dich gesund!  
**Autor:** [s.n.]  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-754638>

### **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:** 26.04.2026

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



**Leukerbad.** Das an der Simplonlinie gelegene Leukerbad im Wallis stellt wie noch einige Schweizer Bäder eine ideale Vereinigung zwischen Höhen- und Badekurort dar. Der Ruf der Bäder in Leuk reicht bis in die Zeit der Römer und Gallier zurück. Die Quellen liefern täglich etwa 2 Millionen Liter Wasser, das an der Quelle eine Temperatur von 51 Grad Celsius aufweist. Das Leukerwasser ist gipshaltig und stark radioaktiv, und seine Anwendung wird hauptsächlich Ischias-, Rheumatismus- und Hautleidenden empfohlen.

Aufnahme Schuh



**Bad Weißenburg** besitzt die einzige warme Calcium-Magnesium-Sulfat-Quelle ihrer Art in der Schweiz. Seit über 3 Jahrhunderten ist sie anerkannt für ihre hervorragenden Wirkungen in der Behandlung von Nieren- und Blasenleiden, Leber- und Stoffwechselkrankheiten, chronischen Katarrhen der Atmungsorgane, Asthma, Exsudate, Rekoneszenz, hauptsächlich nach Brustfell- und Lungentzündungen. Ganz besonders angezeigt ist die Weißenburger Quelle für schwächliche Kinder, dank ihrer lebenswichtigen und aufbauenden Eigenschaften. Tuberkulose werden nicht aufgenommen.

Aufnahme Schuh

## Bade dich gesund!

Es soll diesmal nicht von vergnüglichen Strandbädern noch von reinigenden Wannebädern gesprochen werden. Uns interessieren heute allein die Kranken und die Leidenden, und ihnen soll gezeigt werden, daß die Schweiz nicht nur ein Hotel, sondern auch ein großes, sonniges Sanatorium ist.

Bekanntlich wurden im Altertum die heilkräftigen Quellen vergöttert. Die griechische Sage berichtet, daß Achilles, der Held des trojanischen Krieges, als Kind in die Fluten des Styx, eines griechischen Flusses, getaucht worden sei, dessen Wasser die Fähigkeit hatte, einen Menschen unverletzlich zu machen. Welch große Bedeutung die Römer den Thermen und heilkräftigen Bädern zulegten, ist daraus zu ersehen, daß in der Nähe bedeutender Badeorte immer wieder, auch in neuester Zeit, Funde von römischen Ansiedlungen gemacht wurden. Die Hindus pilgern alljährlich noch an die Ufer des Ganges; den Bädern von Lourdes werden übernatürliche Kräfte zugeschrieben, und welche Rolle das Wasser bei der christlichen Taufe spielt, ist bekannt. Im Verhältnis zu ihrer Größe besitzt die Schweiz im Vergleich zu anderen Staaten eine Unmenge heilkräftiger Quellen. Die geologische Verschiedenheit unseres Landes bedingt eine ungeheure Verschiedenheit des Mineralgehaltes.

Wie man eine wundertätige Reliquie mit einer Kirche überbaut, so hat man über die wunder-

tätigen Quellen schon vor Jahrhunderten und auch in neuester Zeit mehr oder weniger stilvolle Gebäude, die Hotels und Kurhäuser errichtet.

Dieser Artikel und die folgenden Bilder und Hinweise sollen weder Kurprospekt noch ärztliche Sprechstunde ersetzen. Nur auf die Heilkraft des Wassers sollen die Leidenden und Kranken aufmerksam gemacht werden. Es bleibt ihnen vorbehalten, den Arzt um Rat zu fragen, denn es ist eine schwierige Aufgabe, unter 150 Kurorten, die einander an Schönheit der Landschaft und Heilkraft der Quellen überbieten, zu wählen. Die Rheumatiker, die Gichtleidenden, die Neurastheniker, die Fettleibigen, die Magen- und Darmkranken, sie können wählen zwischen den kalten Disentiser-Quellen, den Thermen von Ragaz, den erdigen Wassern von Leuk und Yverdon, den Schwefelquellen von Baden und Schinznach, den Sauerlingen von Fideris oder der Sole von Bex und Rheinfelden.

Und dann ist noch zu sagen, daß die landschaftlichen Schönheiten in Verbindung mit der Anwendung des Wassers als Trinkkur oder Bad auch von Menschen geschätzt werden, die weder krank noch leidend sind, die aber ihre Ferien dazu benützen, um sich körperlich völlig auszurufen; denn sie wissen, daß der Kuraufenthalt an einem Badeort alle jene Annehmlichkeiten zu bieten vermag, die für einen ausruhebedürftigen Körper nötig sind.



Blick auf die Bäderstadt Baden.

Aufnahme Feuerstein



Das «Schwefelbrünnel» in Baden, eine öffentliche Quelle, an der jedermann im Vorübergehen einen Schluck des heilkräftigen Schwefelwassers trinken kann.

**Baden.** Schon der römische Geschichtsschreiber Tacitus hat die Bäderstadt Baden an der Limmat erwähnt. Funde von Tempelüberresten, Münzen und zahlreichen medizinischen Instrumenten zeugen dafür, daß Baden bereits zur Römerzeit der weitaus wichtigste Badeplatz diesseits der Alpen war. Baden besitzt 17 aktive Chlornatrium-Schwefelquellen von 48 Grad Celsius, deren Anwendung sich besonders bei Stoffwechselkrankheiten, Rheumatismen, Gicht, Ischias, Katarhen und Bewegungsstörungen bewährt. Badens Ruhm ist zu jeglichen Zeiten und von Dichtern aller Nationen in die Literatur eingegangen. Was über Baden gesagt werden konnte, hat der Zürcher Dichter David Heß in seinem berühmten Buche «Die Badenfahrt» zusammengefaßt. Und über das heutige Baden berichtet Hermann Hesse in seinen einzigartigen Aufzeichnungen: «Der Kurgast».



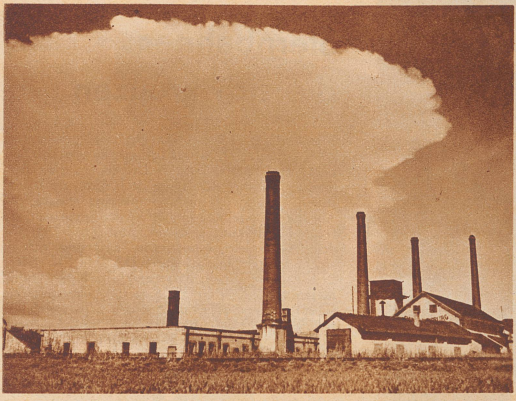
St. Moritz-Dorf vom Bad aus gesehen, nach einem Stich aus dem Jahre 1836.



100 Jahre später. St. Moritz-Dorf und sein Gesicht heute.

Aufnahme Steiner

**St. Moritz.** Die kohlensauren Eisenquellen von St. Moritz, die jahrhundertlang das Ziel erholungsbedürftiger Menschen waren und es heute noch sind, haben eine interessante geschichtliche Entwicklung zu verzeichnen. Als im Jahre 1907 unter der Leitung von Prof. Dr. A. Heim eine neue Quellfassung vorgenommen wurde, entdeckte man eine vorzüglich erhaltene prähistorische Quellfassung. Offenbar wurde die Heilkraft des Stahlwassers von St. Moritz schon in der frühern Bronzezeit oder bereits in der Steinzeit entdeckt. Und noch heute ist St. Moritz nicht allein weltberühmter Winterkurort, sondern hat ebenso sehr Bedeutung als Stahlbad.



Die Salinen von Rheinburg, unweit Rheinfelden.  
Aufnahme Schuh



Rheinfelden, vom Rheine aus gesehen, besitzt ein ganz mittelalterliches Gesicht.  
Aufnahme Leemann



Flirt auf dem Tennisplatz des Schinzbacher Bades.

**Schinznach.** Das aargauische Schwefelbad Schinznach, dessen Quellen zu den stärksten radioaktiven Schwefelquellen des Kontinents gezählt werden, liegt in der Nähe der Aare, inmitten eines großen Naturparks. Es sind in der Mehrzahl Hautleidende, denen die Schinzbacher Quellen Heilung von ihren oft nicht schmerzhaften, aber langwierigen Leiden bringen. Auch Stoffwechselkrankheiten, Drüsen- und Knochenkrankungen werden in Schinznach gepflegt und geheilt. Das Bad ist nicht nur eine ideale Heilstätte, sondern bietet Gelegenheit zu Golf- und Tennisturnieren, zu prächtigen Spaziergängen und Ausflügen zu Pferd.  
Aufnahme Schuh



Rheinfelden beherbergt nicht allein Kranke; in seinem modernen Strandbad tummeln sich auch hübsche Badenixen.

**Rheinfelden.** Die Salzlager, denen Rheinfelden seinen Ruf als Solbad verdankt, befinden sich etwa 120 Meter unter dem Erdboden. Ueber den Salzlagern liegt eine Muschelkalkschicht. Durch die Spalten dieses Gesteins dringt Wasser ein, welches eine natürliche Auslaugung des Salzes bewirkt. So entsteht die Sole, eine starksalzige und bitter schmeckende Flüssigkeit, die außer dem Gehalt an Kochsalz noch schwefelsaures Natrium, Calcium, Magnesium, Brom und Jod enthält. Die Heilwirkung der Solbäder kommt besonders bei Stoffwechselerkrankungen, Herzaffektionen, Kinder- und Frauenkrankheiten zum Ausdruck.  
Aufnahme Schuh