



Heilkräfte der Natur

Schwefelwasser | Naturmoor | Mineral-Thermalwasser

Als einziges Heilbad in Bayern verfügt Bad Gögging über gleich drei ortseigene, staatlich anerkannte Naturheilmittel und ist damit „dreifach g’sund“.

Neben der medizinischen Kompetenz unserer Gesundheitspartner in Bad Gögging nehmen unsere natürlichen Heilmittel eine ganz besondere Rolle ein. Dazu gehören wertvolle Moorvorkommen, hochkonzentrierte Schwefelquellen, sowie heiße Mineral-Thermalwasserquellen. Seit vielen hundert Jahren werden sie bereits eingesetzt, um Körper, Geist und Seele etwas Gutes zu tun. Auch heute noch werden mit diesen Schätzen der

Natur Krankheiten wirkungsvoll gelindert. Die intakte Natur rund um Bad Gögging trägt zudem dazu bei, dass die Gäste zur Ruhe kommen und Kraft schöpfen können.

Die Kur- und Badeärzte verschreiben die ortsgebundenen Heilmittel Moor, Schwefel und Thermalwasser bei vielen Erkrankungen bzw. Erkrankungsbildern.





Schwefelwasser

Schwefel ist essentiell für unseren Körper. Die Gelenke brauchen ihn als Schmiermittel. Fehlt er, kommt es zur Steifheit der Gelenke. Auch die Hormondrüsen und der Stoffwechsel können von ihm profitieren.

Die Inhaltsstoffe des Schwefelwassers werden bei einem Bad über die Haut und die Schleimhäute aufgenommen. Wichtig dafür ist ein hoher Gehalt an Sulfidschwefel im Wasser. Dieser liegt in Bad Gögging – je nach Quelle – bei etwa 5 Milligramm pro Liter und ist damit etwa fünfmal so hoch wie der Mindestwert. Das Bad Gögginger Schwefelwasser ist also ein bedeutendes Heilwasser und kann eine positive Wirkung bei bestimmten Erkrankungen erzielen. Anwendung findet Schwefelwasser z. B. in Form von Schwefelwannenbädern.

Die „Stinker“ der Römer

In Bad Gögging werden derzeit fünf Schwefelquellen genutzt. Sie sind 25 bis 120 Meter tief. Schwefelwasser kommt aber auch in natürlichen Quellen vor, sprudelt an verschiedenen Stellen aus Felsspalten aus dem Boden und bildet kleine Wasserläufe und Tümpel, die gleich am Geruch zu erkennen sind. Daher kommt auch der volkstümliche Name „Stinkerquellen“. So ging es auch den Römern vor etwa 2000 Jahren. Sie nutzten das natürliche Vorkommen, um eine der größten staatlichen Thermenanlagen nördlich der Alpen zu bauen. Man kann deren Reste heute noch im Römischen Museum für Kur- und Badewesen besichtigen.

Schwefelbrunnen in Bad Gögging finden Sie im Kurhaus Bad Gögging, im Kaiser Trajan Kurhotel & Klinik, in der Römerbad Klinik und in der Limes-Therme.

Für wen ist Schwefelwasser geeignet?

Anwendung findet das Heilmittel bei chronisch entzündlichen rheumatischen Erkrankungen (Formen von Rheuma), degenerativen Gelenk- und Wirbelsäulenleiden, außerdem bei Muskelrheumatismus, zur Nachbehandlung von Operationen am Haltungs- und Bewegungsapparat und bei Hauterkrankungen. Bei folgenden Indikationen kann es auch helfen:

Polyarthritis | Morbus Bechterew | Arthrose | Knorpel- und Knochenerkrankungen | Bandscheibenvorfällen | Muskelrheumatismus | Frauenleiden | Prostatabeschwerden | Schuppenflechte | Akne | trockenem Ausschlag | Ulcus cruris

Probieren Sie es aus!

Kaiser Trajan Hotel ***
& Klinik GmbH
Telefon 09445/96 60
www.kaiser-trajan.de

Römerbad Klinik GmbH & Co.
Betriebs-KG
Telefon 09445/96 00
www.roemerbad-klinik.de

Limes-Therme
Telefon 09445/200 90
www.limes-therme.de

Pension Martinus
Telefon 09445/956 20
www.pension-martinus.de

Praxis für Physiotherapie
Bircheneder und Schröpl
Telefon 09445/22 00

DER EISVOGEL ****S e. K.
Telefon 09445/96 90
www.hotel-eisvogel.de

The Monarch Hotel GmbH ****S
Telefon 09445/980
www.monarchbadgoegging.com



Patienten mit Asthma bronchiale, Platzangst und Problemen mit dem Gallenblasen-Gallengangsystem sollten mit einem Arzt sprechen, bevor Sie eine Therapie beginnen.



Naturmoor

Das Bad Gögginger Naturmoor, ein Jahrtausende altes Heilmittel, wird von Hand von den Moor-Meistern gestochen, mit Thermal- oder Schwefelwasser aufbereitet und ist reich an wertvollen Substanzen wie z. B. Huminsäuren. 10.000 bis 15.000 Jahre dauert es, bis das Naturheilmittel Moor entsteht.

Das **klassische Moorbad** verleiht einem nicht nur das Gefühl zu schweben. Es ist ein sehr guter Wärmespeicher, der die Wärme lange hält und bei einem klassischen Moorbad auf die Tiefenmuskulatur wirkt. Das 42° C warme Moor erzeugt ein leichtes, künstliches Fieber und mobilisiert damit die Selbstheilungskräfte des Körpers. Es kann bei folgenden Indikationen helfen:

Rheumatische degenerative Erkrankungen des Bewegungsapparates | Osteoporose | Arthrose | Wirbelsäulenveränderung | Gelenkerkrankungen (Verschleiß) | Entzündungen | Arthritis | Hautleiden | Schuppenflechte | Erkrankungen von Gallenwegen, Leber, Darm, Magen, Harnwegen und Nieren | Frauenleiden | Prostatabeschwerden

Eine **warme Naturmoorpackung** hilft bei Erkrankungen des Bewegungsapparates, zum Beispiel:

Arthrose | Rheuma | Morbus Bechterew | Weichteilrheuma | Muskelschwund | Lumbago | Ischialgie | Arthritis | Gelenkverschleiß | Multiple Sklerose | Lähmung | Spastik | Kontraktur | Tennisellenbogen | Schultergelenksentzündung | Verdauungsschwäche | Übersäuerung | Gicht

Eine **Moor-Kaltpackung** kann hilfreich sein, wenn Reizzustände, Hauterkrankungen und lokale Entzündungen auftreten. Auf Entzündungen wirken kalte Moorpackungen im Allgemeinen schmerzlindernd, abschwellend und entzündungshemmend. Sie senken gleichmäßig die Hauttemperatur. Es kann im Allgemeinen helfen bei:

Reizzuständen an Muskeln, Bändern und Sehnen | Ekzeme | Akne | Blutergüsse | Zerrungen | Prellungen

Beim **Naturmoor-Peeling** werden abgestorbene Hautschüppchen sanft entfernt und die Haut fühlt sich gestrafft und weich an. Es findet Anwendung bei:

Dermatitis | Schuppenflechte | Neurodermitis | Akne | Pickeln | Pusteln | Sonnenbrand | geschwächtem Immunsystem | Stoffwechselsproblemen | Adipositas | Magersucht | Nervosität | Stress | Hautirritation | Cellulite | Hautunreinheiten

Moortreten findet Anwendung bei Rheuma und Arthrose. **Moorkneten** bei 4-10° C wirkt gegen Entzündungen und Schwellungen.

Probieren Sie es aus!

Limes-Therme
Telefon 09445/200 90
www.limes-therme.de

Römerbad Klinik GmbH & Co.
Betriebs-KG
Telefon 09445/96 00
www.roemberbad-klinik.de

Kaiser Trajan Hotel ***
& Klinik GmbH
Telefon 09445/96 60
www.kaiser-trajan.de

DER EISVOGEL ****S e. K.
Telefon 09445/96 90
www.hotel-eisvogel.de



Wenn Sie unter Herzschwäche, Kreislauf-erkrankungen, Venenproblemen, fieberhaften, akut entzündlichen Erkrankungen oder Platzangst leiden, sollten Sie vor einem Moorbad mit einem Arzt sprechen.



Mineral-Thermalwasser

Das Mineral-Thermalwasser ist das dritte und jüngste Naturheilmittel des Kurortes Bad Gögging. Die Sebastiani- und die Laurentiusquelle wurden im Jahr 1976 über eine 650 Meter tiefe Bohrung erschlossen. Fachlich werden sie als fluoridhaltige Natrium-Chlorid-Hydrogencarbonat-Thermen bezeichnet.

Die Thermalwasserquellen

Durch zwei 650 Meter tiefe Brunnen wird seit der Quellbohrung 1976 Mineral-Thermalwasser aus der Sebastiani- und der Laurentiusquelle gefördert. Die Fördertemperatur der Thermalmineralquellen beträgt 21° C bzw. 26° C. Aus den Mineral-Thermalbrunnen werden für das Erholungs- und Therapiebad durchschnittlich 3,5 l/s gefördert und anschließend auf Badetemperatur bis zu 36° C aufgeheizt.

Warm und reich an Mineralien

Das Mineral-Thermalwasser enthält verschiedene wertvolle Mineralien. Natrium und Chlorid regulieren den Wasserhaushalt. Kalium und Magnesium sind dafür zuständig, die Erregungsleitung an Nerven und Muskeln herzustellen. Magnesium sorgt außerdem für psychische Ausgeglichenheit. Calcium ist wichtig für den Knochenaufbau und leitet Reize vom Nerv zum Muskel weiter. Fluorid ist bekannt dafür, die Widerstandsfähigkeit des Zahnschmelzes zu verbessern. Hydrogencarbonat schließlich hilft beim Säureabbau.

Für wen ist Baden im Mineral-Thermalwasser geeignet?

Besonders gute Effekte erzielt das Baden in Mineral-Thermalwasser bei Erkrankungen des rheumatischen Formenkreises, nach einer Operation an Gelenken, Bewegungsorganen und Knorpelscheiben oder bei Unfällen und Brüchen. Eine vom Bayerischen Landesamt für Gesundheit geförderte Studie im Auftrag der niederbayerischen Heil- und Thermalbäder hat gezeigt: Eine Woche Auszeit in Bad Gögging verbunden mit Thermalbaden hilft wirkungsvoll gegen den Stress des Alltags und hilft bei diesen Indikationen:

Arthrose | Entzündungen an Gelenken und Wirbelsäule | Nervenentzündungen | Bindegewebsrheuma | Frauenleiden | Nervenermüdung | Erschöpfung | Stress

Probieren Sie es aus!

Limes-Therme

Telefon 09445/200 90

www.limes-therme.de

Dorint Marc Aurel Resort

Bad Gögging **** S

Telefon 09445/95 80

www.dorint.com/marcaurel



Wenn Sie jedoch bereits an einer Herzerkrankung, Bluthochdruck, einer Störung des Kreislaufsystems, Schilddrüsenüberfunktion, Venenentzündung, Gefäßerkrankungen, Ohnmachtsanfällen, bösartigen Geschwulsten, extensiven Wunden, ansteckenden Hauterkrankungen oder infektiösen Erkrankungen leiden, sollten Sie vor dem Thermalbaden einen Arzt konsultieren.



Wussten Sie schon,

dass eine ambulante Vorsorgeleistung (früher ambulante Badekur) alle drei Jahre bei Ihrer Krankenkasse beantragt werden kann? Wenn es medizinisch notwendig ist, sogar auch öfter! Die Kasse übernimmt die Kurarztkosten, einen Großteil der Kosten der medizinischen Anwendungen und gibt für Übernachtung und Verpflegung in der Regel einen Zuschuss.

Wussten Sie auch,

dass einige Krankenkassen ihre Versicherten bei Präventionsangeboten mit den Schwerpunkten Bewegung, Entspannung und Ernährung finanziell unterstützen? Informieren Sie sich bei Ihrer Krankenkasse über eine Kostenbeteiligung und fragen Sie bei unseren Gastgebern in Bad Gögging nach Gesundheitsangeboten.

Und zu allerletzt!

Als Mitglied einer gesetzlichen Krankenversicherung haben Sie bei einer medizinischen Notwendigkeit Anspruch auf Heilmittel. Fragen Sie bei Ihrem Vertragsarzt / Kurarzt am Kurort nach.

Gerne steht Ihnen das Team der Tourist-Information Bad Gögging bei Fragen zur Verfügung: Rufen Sie uns an! Telefon 09445/95 75-0

Tourist-Information Bad Gögging

Heiligenstädter Straße 5

93333 Bad Gögging

Tel. 09445/95 75-0

tourismus@bad-goegging.de

www.bad-goegging.de

