



## Die Trinkkur – heilsam und vitalisierend

Seit über einhundert Jahren wird die Trinkkur zur Behandlung von Stoffwechselerkrankungen wie Gicht, Fettstoffwechselstörungen und Zuckerkrankheit eingesetzt.

Die Bad Orber Heilquellen erfüllen alle Anforderungen an ein Heilwasser. Sie enthalten wichtige Spurenelemente und Mineralstoffe, die die Lebenskraft des Menschen anregen und dabei tonisierend und vitalisierend auf den gesamten Organismus wirken.

**Die Zusammensetzung der Inhaltsstoffe der Bad Orber Heilquellen hat positiven Einfluss auf**

- Funktionelle Störungen im Magen-Dünndarmbereich
- Ernährungsbedingte Natrium- und Flüssigkeitsdefizite bei älteren Menschen
- Kreislauf-Regulationsstörungen

**Die Martinusquelle kann zusätzlich angewendet werden zur**

- Vorbeugung und unterstützenden Behandlung der Osteoporose
- Kalziumsubstitution bei Kalziummangel und erhöhtem Kalziumbedarf

*Die Wirkungsweise der Bad Orber Heilquellen basiert auf dem Balneologischen Gutachten der Medizinischen Hochschule Hannover vom 23. August 2012.*



## Trinkanleitung

Erwachsene trinken täglich je 100 ml Heilwasser 15 bis 30 Minuten vor dem Frühstück und vor dem Abendessen langsam und schluckweise (bei mind. 50 kg Körpergewicht im Rahmen einer 8-wöchigen Trinkkur).

Dabei empfiehlt es sich, entspannt zu gehen. Es ist von Vorteil, wenn das Wasser direkt am Sprudel entnommen wird.

Aus geschmacklichen Gründen und zur Erhöhung der Bioverfügbarkeit kann das Heilwasser im Verhältnis 1:1 mit naturbelassenen Vitamin-C-haltigen Fruchtsäften gemischt werden.

Die empfohlene tägliche Trinkmenge sollte aufgrund des hohen Arsengehalts nicht überschritten werden.

Für Säuglinge, Kleinkinder und Schwangere ist die Trinkkur nicht geeignet.

Öffentlich zugängliche Trinkbrunnen befinden sich an der Stadtmauer am Quellenring, in der Konzerthalle, am Gradierwerk und in der Alten Lesehalle.

Bad Orb Kur GmbH/  
Tourist-Information  
Kurparkstraße 2  
63619 Bad Orb  
Tel.: 06052 83-0  
Fax: 06052 83-39

info@bad-orb.info  
[www.bad-orb.info](http://www.bad-orb.info)



Stand: 09/2021





**Bad Orb verfügt über 3 Heilquellen:** die Philippsquelle, die Ludwigsquelle und die Martinusquelle. Während die Sole früher der Salzgewinnung diente, hat sie sich heute längst als natürliches Heilmittel bewährt und kommt in unseren Gesundheitszentren zur Anwendung.



Im Therapiebereich wird eine Mischung der Philippsquelle und der Ludwigsquelle in Form von Wannenbädern und Inhalationen verabreicht. Zudem werden die Solebecken der Toskana Therme und das Gradierwerk mit der Bad Orber Sole gespeist.



Das Wasser der Martinusquelle wird zur Trinkkur verwendet und kann direkt am Brunnengebäude der Quelle in der Martinusstraße und an der Stadtmauer am Quellenring entnommen werden.

## PHILIPPSQUELLE

In einem Liter Wasser sind enthalten:

<b>Ausbautiefe der Quelle</b>	73,5 m	<b>Kationen</b>	mg/Liter
<b>Schüttung</b>	30m <sup>3</sup> /Std.	Lithium	6,88
Förderkraft der Unterwasserpumpen		Natrium	6173
		Kalium	393
<b>Wassertemperatur</b>	14,0 °C	Ammonium	2,79
<b>Solegehalt</b>	1,7 %	Magnesium	230
<b>pH-Wert</b>	6,09	Calcium	1285

		Strontium	15,4
		Mangan	1,78
		Eisen	22,1
		Kupfer	0,007
		Arsen	0,358

<b>Anionen</b>	mg/Liter
Fluorid	1,16
Chlorid	10587
Bromid	5,76
Iodid	0,17
Sulfat	1458
Monohydrogenphosphat	0,01
Hydrogencarbonat	2306

## LUDWIGSQUELLE

In einem Liter Wasser sind enthalten:

<b>Ausbautiefe der Quelle</b>	58 m	<b>Kationen</b>	mg/Liter
<b>Schüttung</b>	30m <sup>3</sup> /Std.	Lithium	4,16
Förderkraft der Unterwasserpumpen		Natrium	4075
		Kalium	255
<b>Wassertemperatur</b>	8,5 °C	Ammonium	1,80
<b>Solegehalt</b>	1,1 %	Magnesium	138
<b>pH-Wert</b>	5,89	Calcium	711

		Strontium	9,8
		Mangan	1,65
		Eisen	15,02
		Kupfer	0,051
		Arsen	0,265

<b>Anionen</b>	mg/Liter
Fluorid	1,42
Chlorid	7027
Bromid	3,71
Iodid	0,19
Sulfat	814
Monohydrogenphosphat	0,02
Hydrogencarbonat	1589

## MARTINUSQUELLE

In einem Liter Wasser sind enthalten:

<b>Ausbautiefe der Quelle</b>	30,1 m	<b>Kationen</b>	mg/Liter
<b>Schüttung</b>	420l/Std.	Lithium	3,53
Förderkraft der Unterwasserpumpen		Natrium	3190
		Kalium	207
<b>Wassertemperatur</b>	13,2 °C	Ammonium	1,61
<b>pH-Wert</b>	6,06	Magnesium	154
		Calcium	996
		Strontium	11,4
		Mangan	1,21
		Eisen	12,5
		Kupfer	0,005
		Arsen	0,371

		Strontium	11,4
		Mangan	1,21
		Eisen	12,5
		Kupfer	0,005
		Arsen	0,371

<b>Anionen</b>	mg/Liter
Fluorid	1,04
Chlorid	4508
Bromid	2,64
Iodid	0,11
Sulfat	2173
Monohydrogenphosphat	0,01
Hydrogencarbonat	1789

Die Angaben sind aus der Heilwasseranalyse des Instituts Dr. Nuss GmbH & Co. KG vom 15.03.2021 (Probenahme) entnommen und werden in regelmäßigen Abständen überprüft.