











Heilwasser innerlich anwenden

Natürliche Heilmittel wirken grundsätzlich in zweifacher Hinsicht: Einmal über Soforteffekte, darüber hinaus aber bei kurorttypischer wiederholter Anwendung als Reizserie. Um diese längerfristigen Wirkungen in Gang zu setzen, ist nach gesicherten Erkenntnissen eine Mindestkurdauer von drei Wochen empfehlenswert.

Als Trinkkur kann der menschliche Organismus die im Wasser gelösten Mineralstoffe und Spurenelemente deutlich besser nutzen als aus Lebensmitteln mit vergleichbarem Mineralstoff-Gehalt. Diese leichte Aufnahmefähigkeit wird als „hohe Bioverfügbarkeit" bezeichnet.

Heilwasser trinken

Heilwasser-Trinkkuren können nachhaltig positive Anpassungsvorgänge im Körper auslösen, wie z.B. die Behandlung von chronischen Funktionsstörungen im Verdauungstrakt und des vegetativen Stoffwechsels, und wünschenswerte Änderungen im täglichen Trinkverhalten bewirken, wie das Erlernen und das positive Erleben eines ausreichenden Trinkens auf Wohlbefinden, Genesung und Gesundheit.

Mit Heilwasser gurgeln

Gurgeln mit Salz soll besonders bei kleinen Verletzungen im Mundraum und bei gereizten Schleimhäuten sowie Halsschmerzen helfen. Dem Salzwasser-Gurgeln wird eine desinfizierende, entzündungshemmende, abschwellende und antibakterielle Wirkung zugeschrieben und es gilt als sanftes und gut verträgliches Heilmittel.

Inhalieren mit vernebeltem Heilwasser

Die Nibelungenquelle und die Roland-Krug-Quelle speisen gemeinsam das Gradierwerk. Dort rieselt das solehaltige Heilwasser über Schwarzdornzweige, wobei die Luft mit Salz angereichert wird. Es entsteht eine Brise wie am Meer. Das Einatmen kann befreiend und hilfreich für die Atemwege sein.

Der Kurpark in Bad Salzhausen umfasst 52 ha und zeichnet sich durch seinen historischen Baumbestand und seine botanische Vielfalt mit seltenen Pflanzen aus. Alle sechs Quellen befinden sich im Unteren Kurpark.

Lithiumquelle (im Kurpark)

Gefasst 1890 in 8,45 m Tiefe, Sanierung 1906
Geländehöhe 140,99 m ü. NN, mittlere Temperatur 15,1° C

Charakteristik: Natrium-Chlorid-Wasser

Kationen:		Anionen:	
Natrium (Na^+)	2.460,0 mg/l	Chlorid (Cl^-)	4.244,0 mg/l
Calcium (Ca^{2+})	259,0 mg/l	Hydrogenkarbonat (HCO^3)	585,0 mg/l
Magnesium (Mg^{2+})	107,0 mg/l	Sulfat ($SO4^{2-}$)	379,0 mg/l
Kalium (K^+)	83,0 mg/l		
Lithium (Li)	2,40 mg/l		

Summe der gelösten Mineralstoffe: 8,15 g/l

Indikationen:
- hilfreich bei mangelnder Mineralisierung des Organismus
- zur Anregung des Appetits
- bei Störungen des Magens und des Dünndarms auf funktioneller Grundlage, insbesondere im Zusammenhang mit der Nahrungsaufnahme

Empfohlene Dosierung: max. zwei Gläser (200 ml) täglich

Södergrundquelle (in und vor der Trinkkurhalle)

Gefasst 1960 in 56,5 m Tiefe
Geländehöhe 141,33 m ü. NN, mittlere Temperatur 14,4° C

Charakteristik: Natrium-Chlorid-Wasser

Kationen:		Anionen:	
Natrium (Na^+)	3.640,0 mg/l	Chlorid (Cl^-)	6.697,0 mg/l
Calcium (Ca^{2+})	457,0 mg/l	Hydrogenkarbonat (HCO^3)	720,0 mg/l
Magnesium (Mg^{2+})	216,0 mg/l	Sulfat ($SO4^{2-}$)	563,0 mg/l
Kalium (K^+)	98,0 mg/l	Bromid (Br)	3,76 mg/l
Eisen (Fe)	6,25 mg/l		

Summe der gelösten Mineralstoffe: 12,44 g/l

Indikationen bei der Trinkkur:
- hilfreich bei mangelnder Mineralisierung des Organismus
- bei Stoffwechselstörungen
- zur Anregung des Appetits
- bei Störungen des Magens und des Dünndarms auf funktioneller Grundlage, insbesondere im Zusammenhang mit der Nahrungsaufnahme

Schwefelquelle (im Kurpark)

Gefasst 1890 in 7 m Tiefe, Sanierung 1906, Neufassung 1934/35
Geländehöhe 140,31 m ü. NN, mittlere Temperatur 11,5° C

Charakteristik: Natrium-Chlorid-Wasser

Kationen:		Anionen:	
Natrium (Na^+)	2.930,0 mg/l	Chlorid (Cl^-)	5.340,0 mg/l
Calcium (Ca^{2+})	422,0 mg/l	Hydrogenkarbonat (HCO^3)	631,0 mg/l
Magnesium (Mg^{2+})	198,0 mg/l	Sulfat ($SO4^{2-}$)	453,0 mg/l
Kalium (K^+)	83,0 mg/l		

Summe der gelösten Mineralstoffe: 10,09 g/l

Indikationen bei der Trinkkur:
- hilfreich bei mangelnder Mineralisierung des Organismus
- zur Anregung des Appetits
- bei Störungen des Magens und des Dünndarms auf funktioneller Grundlage, insbesondere im Zusammenhang mit der Nahrungsaufnahme

Dosierung: max. zwei Gläser (200 ml) täglich

Indikation bei der Gurgelkur:
- kann bei chronischen Atemwegserkrankungen Linderung verschaffen

Empfohlene Dosierung: zweimal täglich

Stahlquelle (im Kurpark)

Gefasst 1892 in 19,8 m Tiefe, Neufassung 1906
Geländehöhe 143,29 m ü. NN, mittlere Temperatur 13,5° C

Charakteristik: Natrium-Calcium-Chlorid-Hydrogencarbonat-Wasser

Kationen:		Anionen:	
Natrium (Na^+)	259,0 mg/l	Chlorid (Cl^-)	460,0 mg/l
Calcium (Ca^{2+})	83,0 mg/l	Hydrogenkarbonat (HCO^3)	371,0 mg/l
Magnesium (Mg^{2+})	30,0 mg/l	Sulfat ($SO4^{2-}$)	17,2 mg/l
Eisen (Fe)	6,83 mg/l		

Summe der gelösten Mineralstoffe: 1,26 g/l

Indikationen bei der Trinkkur:
- hilfreich bei mangelnder Mineralisierung des Organismus, insbesondere bei Eisenmangel
- bei Stoffwechselstörungen
- zur Anregung des Appetits
- bei Störungen des Magens und des Dünndarms auf funktioneller Grundlage, insbesondere im Zusammenhang mit der Nahrungsaufnahme
- unterstützende Behandlung bei Harnwegsinfekten
- zur unterstützenden Behandlung der Osteoporose

Empfohlene Dosierung: max. zwei Gläser (200 ml) täglich

Nibelungenquelle

Gefasst 1972/73 in 204,00 m Tiefe,
Geländehöhe 140,02 m ü. NN, mittlere Temperatur 17,6° C

Charakteristik: Solesäuerling

Kationen:		Anionen:	
Natrium (Na^+)	6.790,0 mg/l	Chlorid (Cl^-)	11.970,0 mg/l
Calcium (Ca^{2+})	728,0 mg/l	Hydrogenkarbonat (HCO^3)	1.086,0 mg/l
Magnesium (Mg^{2+})	343,0 mg/l	Sulfat ($SO4^{2-}$)	918,0 mg/l
Kalium (K^+)	202,0 mg/l	Bromid (Br)	6,99 mg/l
Eisen (Fe)	13,71 mg/l		

Gelöste Gase: Kohlendioxid (CO2) 890,0 mg/l
Summe der gelösten Mineralstoffe: 22,10 g/l

Unsere kleinsten Gäste können die positiven Effekte des Bad Salzhäuser Heilwassers während eines Besuchs in der SALZKISTE erfahren. Hier wird salzhaltiges Heilwasser vernebelt und beim Spielen eingeatmet. Weitere Infos unter: www.bad-salzhausen.de/salzkiste

Roland-Krug-Quelle

Gefasst 1977 in 197,3 m Tiefe,
Geländehöhe 142,83 m ü. NN, mittlere Temperatur 16,1° C

Charakteristik: Solesäuerling

Kationen:		Anionen:	
Natrium (Na^+)	6.340,0 mg/l	Chlorid (Cl^-)	11.810,0 mg/l
Calcium (Ca^{2+})	805,0 mg/l	Hydrogenkarbonat (HCO^3)	1.157,0 mg/l
Magnesium (Mg^{2+})	398,0 mg/l	Sulfat ($SO4^{2-}$)	909,0 mg/l
Kalium (K^+)	194,0 mg/l	Bromid (Br)	6,91 mg/l
Eisen (Fe)	11,58 mg/l		

Gelöste Gase: Kohlendioxid (CO2) 890,0 mg/l
Summe der gelösten Mineralstoffe: 21,67 g/l

Alle Daten zu den Quellen sind ein Auszug aus der Heilwasseranalyse des Institut Romeis Bad Kissingen (04.05.2017)

Grundsätzlich gilt für Inhalation, Trink- und Badekur mit Heilwasser: Nur nach vorheriger Absprache mit dem behandelnden Arzt!

BAD SALZHAUSEN
NIDDA

Heilwasser

Schatz aus der Tiefe

Kur und Erholung



Heilbäder und Kurorte in Hessen