

Heilbaden im Quellwasser

Die Kraft des Heilwasser hatte schon der Naturheilarzt und Alchemist Paracelsus vor 500 Jahren erkannt. Die Clinica Curativa lässt die alte Heilbädertradition neu aufleben.



Die Gemeinde Scuol ist ein Ort des Wassers - seine über 20 mineral- und kohlenstoffhaltigen Quellen wurden bereits im 14. Jahrhundert urkundlich erwähnt. Weltbekannt wurde Scuol zu Beginn des 20. Jahrhunderts als Kurort mit Trink- und Bäderkuren. Bis heute kommen Menschen aus aller Welt in unsere Ferienregion und geniessen das frische Quellwasser. Dieses sprudelt aus den Dorfbrunnen oder auch im Bogn Engiadina, wo man sogar in mineralhaltigem Quellwasser baden kann. Ein grosses Stück Lebensqualität bedeutet, dass das Trinkwasser im Unterengadin zu 100 Prozent aus dem Quellwasser stammt.

WÄRME UND HÜLLE

An der heilsamen Tradition der Heilbäder und Bäderkuren knüpft die Clinica Curativa an. Am Ospidal Scuol werden den stationären und ambulanten Patienten verschiedene therapeutische Bäder angeboten. Diese werden ganz auf die individuelle Krankheitslage des Patienten abgestimmt und verordnet. «Dabei ist es uns ein besonderes Geschenk, dass die Grundlage unserer therapeutischen Bäder das Quellwas-

ser dieser Region ist», sagt Rita Schönthaler, Leiterin Komplementärtherapie. Therapeutische Bäder vermitteln ein ganzheitliches Erleben von Wärme und Hülle. Sie beruhigen, stärken den Wärmehaushalt, die Lebenskräfte und das Immunsystem. Der Auftrieb des Wassers vermittelt eine körperliche Leichtigkeit, die auch eine seelische Leichtigkeit bewirken kann. In der Nachruhe kann der Körper die Wirkung des Bades nachklingen lassen und verarbeiten, der ganze Mensch wird durchwärmt und kann entspannen. «Badezeit und Nachruhe sind eine wirkliche Auszeit im belasteten Alltag», meint Schönthaler.

FÜR KÖRPER, SEELE UND GEIST

Zu den therapeutischen Bädern gehört das Öldispersionsbad. Dieses wurde vom Arzt Werner Junge entwickelt und wird daher auch Jungebad genannt. Der Mensch wird in Wasser, Wärme und Öl eingehüllt. Das Öl wird über die tieferen Hautschichten in den Organismus aufgenommen und bewirkt eine Wärmehülle, welche den Wärmehaushalt des Körpers unterstützt und harmonisiert. «Der Schlaf wird

verbessert, die Selbstheilungskräfte und das Immunsystem werden gestärkt», erklärt die Komplementärtherapeutin. Das Öldispersionsbad wirkt wohltuend bei Erschöpfung, bei Störungen im Wärmeorganismus und des Schlafes. Angeboten werden auch die Vier Rhythmischen Bäder nach Dr. med. Ita Wegman. Bei diesen Bädern wird das Wasser um den Badenden mit den Händen rhythmisch bewegt. Das in Bewegung gesetzte Wasser bildet kleine Wirbel und feine Strömungen, welche auf den Körper wirken und im menschlichen flüssig-wässrigen Organismus weiterschwingen. «Dabei wird der Wärmeorganismus angeregt, die rhythmische Mitte von Herz, Kreislauf und Atmung gestärkt, Körper, Seele und Geist werden harmonisiert», erklärt Schönthaler.

STÄRKUNG DES WOHLBEFINDENS

Ein wenig ungewöhnlich scheint das Nährbad. Es wird mit Milch, einem Ei, Honig, dem Saft einer Zitrone und einem für den Patienten individuell verordneten Öl zubereitet. «Es wurde unter dem Gesichtspunkt des wirklichen Nährens geschaffen für Menschen, die sehr schwer krank, ausgezehrt und tief erschöpft sind, unter Magersucht leiden oder nach einer schweren Zeit am Ende ihrer Kräfte sind», erläutert die Komplementärtherapeutin. Bei allen therapeutischen Bädern wird direkt nach dem Bad eine bis zu einer Stunde dauernde Nachruhe angeschlossen. Der Patient kann in warmen Tüchern eingewickelt ruhen oder auch schlafen. «Die Nachruhe ist ein wichtiger Teil der Badtherapie, denn in dieser kann das Bad mit seinen heilsamen Zusätzen seine Wirkung voll entfalten», meint Schönthaler. Der Mensch wird durchwärmt und tief entspannt, was die Stärkung des Wohlbefindens und der Selbstheilungskräfte unterstützt.