

Zeitschrift: Der Heilmasseur-Physiopraktiker : Zeitschrift des Schweizerischen Verbandes staatlich geprüfter Masseure, Heilgymnasten und Physiopraktiker = Le praticien en massophysiothérapie : bulletin de la Fédération suisse des praticiens en massophysiothérapie

Herausgeber: Schweizerischer Verband staatlich geprüfter Masseure, Heilgymnasten und Physiopraktiker

Band: - (1950)

Heft: 112

Artikel: Unsere Schweiz : Heilbäder

Autor: [s.n.]

DOI: <https://doi.org/10.5169/seals-930800>

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. 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. [Siehe Rechtliche Hinweise.](#)

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. [Voir Informations légales.](#)

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. [See Legal notice.](#)

Download PDF: 04.05.2025

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

Unsere Schweiz. Heilbäder

Orientierung über physiologische und therapeutische Wirkung der Mineralwässer unserer Schweiz. Heilbäder

Anmerkung der Redaktion: Einem Bedürfnis entsprechend lassen wir in der Folge eine Artikelserie über unsere Schweiz. Heilbäder erscheinen. Immer wieder werden wir von unseren Patienten in beratendem Sinne gefragt, betreffs der Wahl eines Kurbades. Obige Artikelserie soll dazu die-

nen, dass wir als Berufsleute unseren Patienten den Wert der *Schweiz. Kurbäder* klarstellen können. Die Leitung des Berufsverbandes wird bestrebt sein, immer wieder Exkursionen an solche Schweiz. Heilbäder durchzuführen.



Hallenschwimmbad Bad-Ragaz

Bad-Ragaz-Pfäfers

517 m ü. M. St. Galler-Oberland

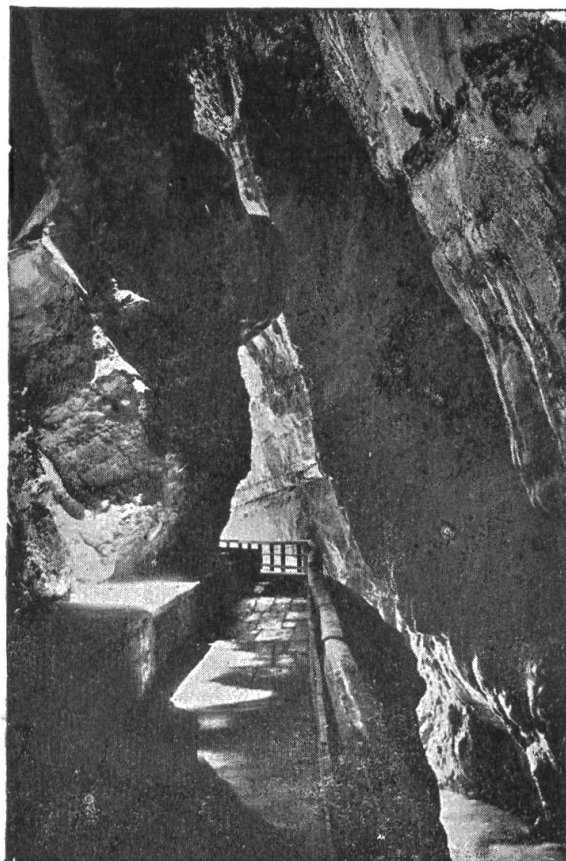
Jedes Jahr zwischen anfangs Mai und anfangs Oktober haben die Kurorte Bad Ragaz und Pfäfers ihre Saison; während dieser Zeit empfangen sie den Grossteil ihrer Gäste. Diese bleiben im allgemeinen drei Wochen lang in der Kur, in einzelnen Fällen 5—6 Wochen, und zwar mit ganz verschiedenen gearteten Hoffnungen: die einen Patienten suchen Befreiung von *chronischem Rheumatismus*, andere von *Kreislaufkrankheiten* wie z. B. *Blutdrucksteigerungen* und *Arteriosklerose*. Eine dritte Gruppe ist mit *Lähmungen* infolge von *Schlaganfällen*, *akuter Kinderlähmung* oder *Wirbelsäulenfraktur* behaftet. Zahlreiche Kurgäste unterziehen sich einer *Nachbehandlung von Operationen und Unfällen*, während eine letzte, bedeutsame Gruppe sich aus Leuten zusammensetzt, die — ohne eigentlich krank zu sein — allgemein die so-

genannten Wechseljahre oder das nahende Alter spüren, bei jeder Anstrengung früher erschöpft sind und, dem Beispiel mancher Generation folgend, eine *Badekur als Jungbrunnen betrachten*.

Grundlage aller dieser Kuren in Bad-Ragaz-Pfäfers bildet die natürlich-warme Therme, die in der romantischen Tamina-Schlucht dem Boden entspringt. Sie hat eine Temperatur von 37—38 Grad Celsius, entspricht also genau der Körperwärme, so dass für den Badegebrauch weder eine Abkühlung noch eine Aufheizung notwendig wird. Ausserdem weist die Quelle eine Schüttung von bis zu 8 Millionen Tageslitern auf, womit sie sich unter allen Thermen Europas durch den grössten Wasserreichtum auszeichnet. Diese Tatsache verdient weniger als Rekord gewürdigt zu werden, als im Hinblick auf ihre praktische Bedeutung.

Denn die grosse Wassermenge von 8000 Kubikmeter (1 Badewanne fasst $\frac{1}{4}$ bis $\frac{1}{3}$ Kubikmeter) ermöglicht die dauernde Durchströmung aller Bäder von Bad Ragaz und Pfäfers mit warmem Wasser.

Welchen Charakter hat nun eigentlich — wissenschaftlich betrachtet — dieses Wasser? Der Fachmann reiht die Therme von Bad Ragaz-Pfäfers unter die «Akrato-Thermen» mit geringer Minera-



lisation ein. In einem Liter Wasser findet sich 0,42 g Substanz, darunter wertvolle, seltene Elemente wie Bor, Silicium und Rubidium. Stellt man die mit geringer, aber deutlicher Radioaktivität ausgezeichnete Therme bekannten ausländischen Wildwässern zur Seite, dann denkt man in erster Linie an die verwandten Kurorte Wild-

bad (Deutschland), Bad Gastein (Oesterreich), Bagnoles de l'Orne und Plombières (Frankreich), Buxton (England) und Warm Springs (Georgia, USA).

Wer sich in Bad Ragaz oder Pfäfers aus eigenem Antrieb oder auf ärztliche Empfehlung zur Kur einstellt, kommt in erster Linie um zu baden. Hierbei wird für ältere Rheumatiker und Kreislaufkranke die Badewanne bevorzugt, während die körperlich robusteren Patienten das grosse Thermal-Schwimmbad aufsuchen. Hier wird der Kurgast angehalten, sich aktiv zu bewegen, was bei Kinderlähmungspatienten, die einer ärztlich geleiteten Bewegungstherapie unterworfen werden, zu besonders beachtlichen Erfolgen führt. Wichtig ist stets eine Ergänzung der Badekur durch Ruhestunden, Massage und Turnen, wofür nicht nur geschultes Hilfspersonal, sondern auch eine moderne medizinische Apparatur zur Verfügung steht. In Einzelfällen gesellt sich zum Baden noch eine *Trinkkur*, die eine vermehrte Harnabsonderung, d. h. eine bessere Durchspülung der Nieren zur Folge hat.

Wenn Bad Ragaz und Pfäfers ihre Bedeutung als Kurorte durch neun Jahrhunderte hindurch haben erhalten und festigen können, so ist das zwar in erster Linie dem Heilwasser zu verdanken, in zweiter Linie aber auch menschlichen Anstrengungen. Mit Hilfe der Wissenschaft wird dafür gesorgt, dass die Behandlung und Methoden in Bad Ragaz stets auf der Höhe der modernen Forschung bleiben; die medizinischen Institute der Kuranstalten verfügen über ausgezeichnete Einrichtungen für Diagnostik und Therapie. Immer mehr Kurgäste, die während des Jahres keine Zeit finden, sich ärztlich untersuchen zu lassen, benützen deshalb den Aufenthalt in Bad-Ragaz zu einer allgemeinen, gründlichen medizinischen Kontrolle, also gewissermassen zur Aufstellung der Bilanz ihres gesundheitlichen Zustandes. Dass dies nicht in einer trüben Atmosphäre geschieht, dafür sorgen einmal die landschaftlichen Sehenswürdigkeiten von der fruchtbaren Rheinebene bis zur wilden Taminaschlucht, dann aber auch ein mildes, nebel-freies Klima, ein Parkstrandbad und — u. a. — ein Kursaal, der mit Konzert- und Tanzveranstaltungen im Mittelpunkt des gesellschaftlichen Lebens steht.

VORANZEIGE

Die Schweiz. Berufs-Tagung 1950

findet voraussichtlich in
Bad-Ragaz statt

Mitte oder Ende September. Ein reichhaltiges Programm ist in Vorbereitung! Teilen Sie heute schon Ihr Ferien- und Reise-Budget so ein, dass auch die Berufstagung von Ihnen mitgemacht werden kann. Eine Berufstagung ist immer ein Gewinn

Im Auftrag des Zentralvorstandes Das Organisationskomitee