

Kundenmerkblatt zum Moorbad

Voraussetzungen für ein Moorbad

Unser Bad Wurzacher Moor ist ein anerkanntes medizinisches Heilmittel und bedarf somit einer ärztlichen Voruntersuchung.

Die notwendige Moortauglichkeitsbescheinigung können Sie sich bei einem unserer Ärzte im Haus ausstellen lassen oder Sie bringen diese in Form eines Privatrezeptes als Verordnung über ein Moorvollbad mit. In diesem Fall sollte Ihr Arzt den aufgeführten Kontraindikationen besondere Beachtung schenken.

Indikationen einer Moorbehandlung

- Arthrosen, Gelenkbeschwerden
- Erkrankungen der Muskulatur
- Erschöpfungszustände
- Osteoporose
- Beschwerden in den Wechseljahren
- Rheumatische Erkrankungen (nicht bei akutem Schub)
- Morbus Bechterew
- Kosmetische Effekte

Wirkungsweise des Moores

- Deutliche Erwärmung des Körperkerns durch die Wärme in Verbindung mit der dickbreiigen Konsistenz
- Entlastung der Gelenke durch den Schwebefeffekt, entspannend für die Muskulatur
- Entzündungshemmend, schmerzlindernd durch Substanzen wie Huminsäure
- Aktivierung des Immunsystems und des Stoffwechsels
- Positive Beeinflussung des Hormonhaushaltes

Kontraindikationen

Bei den folgenden Erkrankungen können Sie leider kein Moorbollbad nehmen.
Bezüglich möglicher Alternativen wie z.B. Moorpackungen sprechen Sie uns bitte an:

- Herzkrankheiten
- Starke Krampfadern
- Krebserkrankungen
- Nässende Ekzeme und offene Wunden
- Starker Bluthochdruck
- Schwangerschaft
- Akute Entzündungen

Was Sie sonst noch wissen und beachten sollten

Ein Moorbad sollte nicht mit nüchternem Magen genommen werden.

Die optimale Konsistenz eines Moorbades ist dickbreiig, so erreicht es die größtmögliche Wirkung.

Im Moorbad können Pflanzenfasern, kleine Holzstückchen oder Steinchen schweben. Das ist eine völlig normale Erscheinung, da Torf eine Substanz aus der Natur ist.

Nach dem Moorbad werden Sie mit Wasser abgeduscht. Die Substanzen, die dann noch auf der Haut verbleiben, bitte nicht mit Seife vom Körper waschen.

Unbedingt genügend Zeit zur Nachruhe nach dem Moorbad einplanen.

Bitte keine größeren Anstrengungen für den Moorbadetag einplanen.

Am selben Tag bitte nicht mehr zum Baden oder in Sauna gehen.

**Wir wünschen Ihnen viel Vergnügen
bei diesem einmaligen kleinen Abenteuer
mit dem „schwarzen Gold“ von Bad Wurzach**

Vitalium & Gesundheitszentrum am Reischberg
Karl-Wilhelm-Heck-Str. 8
88410 Bad Wurzach

Tel. 07564 – 304-250 oder -256
www.vitalium-bad-wurzach.de