



Balneologie

= Bäderheilkunde



Lehre von der Anwendung natürlicher Heilwässer, Heilgase und Peloide (Schlämme) in Form von Bädern, Trinkkuren und Inhalationen umfasst oft auch weitere ortsgebundene Heilmittel wie Klimakunde, Meerestherapie (Thalassotherapie) oder die sogenannte Kurortmedizin.

» Wirkungen von Thermalwasser-Bädern (äußerlich)

- Wärme entspannt und fördert die Durchblutung der Haut (ideal etwas kühler als Körpertemperatur, z.B. 34°C)
- Der Wasserdruck fördert den Rückstrom des Blutes zum Herzen und hilft somit bei Krampfadern oder „Wasser“ in den Beinen (Ödemen)
- Wärme und Wasserdruck senken den Blutdruck
- Der Auftrieb entspannt und hilft allen mit Übergewicht, oder älteren sturzgefährdeten Menschen
- Der Wasserwiderstand hilft bei allen Formen des Trainings, besonders bei schmerzhaften Zuständen oder der Regeneration

» Trinkkuren = Innere Anwendung von Heilwässern

Besonders wichtig für Störungen der Verdauung, Leber, Galle, aber auch Nieren, z.B. Harnwegsinfekte. Gut auch zur Ergänzung fehlender Minerale wie Magnesium, Eisen

» Wirkungen einiger Minerale (äußerlich)

- **CO²**: fördert Durchblutung der Haut, senkt Blutdruck, entspannt
- **Kochsalz**: Verstärkt die Effekte des Auftriebes und der Entspannung. Gut bei Hauterkrankungen, gerade in Kombination mit UV-Licht
- **Schwefel (Sulfat)**: Haut: setzt Histamin frei, dadurch mehr Durchblutung (teils auch Juckreiz), senkt Blutdruck, löst Hautschuppen, reguliert Immunantwort der Haut, bessert Bindegewebe (Knorpel) entgiftet Schwermetalle



(IBF) Balneologie

Interdisziplinäres Behandlungs- und Forschungszentrum



» Aufgaben und Ziele

- Erforschung der Therapie mit Heilwässern
- Weitergabe dieses Wissens an Ärzte, Studenten, Patienten und Menschen, die gesund bleiben wollen
- Integrative Behandlung von Patienten, d.h. mit einer Kombination aus „Schulmedizin“ und naturheilkundlichen Verfahren, insbesondere Bädern
- Prävention mit ganzheitlichen Maßnahmen, insbesondere Bädern
- Vernetzung der Balneologischen Zentren in Deutschland und weltweit
- Vernetzung der Balneologie mit anderen Fachgebieten der Medizin
- Erstellen von balneologischen Gutachten (z.B. für die Prädikatisierung von Kurorten)

» Forschung

Literatur-Recherchen zur Heilwasser innerlich und äußerlich
Studien zu Wirkung von Heilwasser bei relevanten Themen wie Bluthochdruck, Übergewicht, „Burnout“.

» Patientenversorgung

- Alle Erkrankungen
- Spezialfragen zur Bädertherapie, was für wen besonders geeignet, für wen nicht
- Untersuchungen auch im Wasser möglich
- Weitere naturheilkundliche Therapien wie:
 - Heilkräuter
 - Akupunktur
 - Homöopathie und andere

» Kontakt

Dr. med. Johannes Naumann

Herbert-Hellmann-Allee 12 | 79189 Bad Krozingen

Neben der Touristeninformation

Telefon: 07633 4008-501 | E-mail: johannes.naumann@uniklink-freiburg.de