

### Die balneologischen Kurmittel von St. Moritz

Die Heilquellen von St. Moritz und das Alpenmoor sind seit Jahrtausenden die natürlichen balneologischen Kurmittel von St. Moritz.



#### Die Kohlensäuremineralquellen

Die Kohlensäuremineralquellen von St. Moritz sind eisenhaltige, mit natürlicher Kohlensäure gesättigte Kalzium-Natrium-Hydrogencarbonat-Säuerlinge, die reichlich Kalzium, Natrium, Magnesium und Eisen enthalten. Der hohe Gehalt an verschiedenen physiologisch wirksamen Substanzen macht das Quellwasser zu einem sehr wertvollen, natürlichen Heil- und Mineralwasser für Bade- und Trinkkuren.

#### Kohlensäuremineralbäder

In Form von Kohlensäuremineralbädern bewirkt das Heilwasser eine starke Erweiterung der Blutgefäße und dadurch eine intensive Mehrdurchblutung. Solche Bäder werden bei Störungen der arteriellen und venösen Durchblutung, bei Hypertonie oder bei Herzerkrankungen, wie beispielsweise nach Herzinfarkt oder bei funktionellen Herzbeschwerden, empfohlen.

#### Trinkkuren

Für Trinkkuren eignet sich das Mineralwasser wegen seines Eisengehalts bei Blutarmut, weiter dank des Kalziums bei Osteoporose und durch den hohen Magnesiumgehalt auch bei entsprechenden Mangelzuständen.



#### Moorbehandlungen

Moor entsteht über Jahrhunderte durch Verrottung von im Wasser versunkenen Pflanzen. Es ist wie die Kräuter durch seine Heilkraft berühmt und eignet sich hervorragend zur Behandlung von chronischen, degenerativen und entzündlichen Erkrankungen des Bewegungsapparats. Ebenso trägt es zur allgemeinen Entspannung bei. Moor kann zudem gut zur Therapie von chronischen Unterleibskrankheiten bei Mann und Frau sowie bei funktionellen und klimakterischen Beschwerden der Frau eingesetzt werden. Durch die langsame Wärmeabgabe kommt es zu einer tiefgreifenden Überwärmung des Körpers mit starker Durchblutungssteigerung. Dies wirkt anregend auf die Nebennieren und die Ovarialtätigkeit. Über die Haut erfolgt ein für die Heilwirkung wichtiger Austausch von Substanzen zwischen Moor und Körper. Das im Medizinischen Therapiezentrum Heilbad St. Moritz anschliessend abgegebene Kohlensäuremineralbad dient der Erfrischung und Kreislaufanregung.