

## Wärmende Naturheilmittel aus der Ostseeregion

Posted on 27. Februar 2018 by Petra Pachler

Sprudelndes Solewasser aus den Tiefen der Mecklenburgischen Seenplatte, wärmende Sonnenstrahlen auf der Sonneninsel Usedom oder frisches Moor aus uralten Quellen in Bad Doberan – das Gesundheitsland Mecklenburg-Vorpommern hat einiges für die Gesundheit zu bieten. Vor allem auch das besondere Reizklima der Ostseeregion tut ihr Übriges, um Krankheiten wie Asthma, Akne oder Angina effektiv zu bekämpfen.

### Sonniger Nordosten: Natürliche Lichttherapien gegen Hautkrankheiten

Mecklenburg-Vorpommern ist Deutschlands sonnenreichstes Bundesland. Mit fast 2.000 Sonnenstunden, etwa auf den Inseln Rügen und Usedom, scheint die Sonne im Nordosten so lange wie nirgendwo sonst im Land und bietet damit beste Voraussetzungen für eine wirksame Therapie gegen Hautkrankheiten. Dabei ist es vor allem die Kombination mit frischer Ostseeluft, die Schäden und Symptome von chronisch-entzündlichen Erkrankungen wie Psoriasis (Schuppenflechte) oder Neurodermitis lindern kann. Alle, die etwas gegen ihr Hautleiden unternehmen und gleichzeitig erholsame Momente genießen möchten, finden zum Beispiel mit dem StrandResort Markgrafenheide, dem Hotel Hanseatic Rügen oder dem Bio Familienhotel Gut Nisdorf am Barther Bodden passende Einrichtungen. Weitere Informationen: [www.strandresort-ostsee.de](http://www.strandresort-ostsee.de), [www.hotel-hanseatic.de](http://www.hotel-hanseatic.de), [www.gut-nisdorf.de](http://www.gut-nisdorf.de)

### Schwitzpackungen und Moorbäder: Warmes aus der Erde

Entzündungshemmend, schmerzlindernd und entspannend: Mit einem Dreiklang aus heilenden Aspekten spielt Moor eine wichtige Rolle bei der Behandlung von Muskel-, Sehnen- oder Bändererkrankungen. Gleichzeitig stärkt das jahrtausendealte Heilmittel die Durchblutung und regt den Stoffwechsel wie auch das Hormonsystem an. Über eine lange Tradition in der Behandlung mit Naturmoor verfügt das Moorheilbad Bad Doberan, wo etwa die Dr. Ebel Fachkliniken aus einem klinikeigenen Torfstich das schwarze Gut gewinnen. Wer bei Bädern im warmen Moor oder bei Schwitzpackungen die Selbstheilungskräfte seines Körpers aktivieren möchte, kann in der spezialisierten Therapieeinrichtung zum Beispiel einen einwöchigen Gesundheitsurlaub mit Mooranwendungen, Massagen und Besuchen im Sauna- und Schwimmbadbereich buchen. Weitere Informationen: [www.ebel-kliniken.com](http://www.ebel-kliniken.com)



### Thalasso: Kraft schöpfen mit Algen und Schlick

Dank 2.000 Kilometern Küstenlinie: Zahlreiche Hotels und Gesundheitseinrichtungen in Mecklenburg-Vorpommern bieten die Möglichkeit einer so genannten Thalasso-Therapie (abgeleitet vom griechischen Wort „Thalassa“ für Meer), die auf einer Kombination von Anwendungen mit verschiedenen Meeresprodukten beruht. Bei Therapien mit Ostseewasser, aber auch mit wärmenden Schlick-, Sand- oder Schlamm-packungen werden die gesundheitsfördernden Vitamine, Mineralstoffe oder Aminosäuren der Meereseextrakte genutzt, um Wohlbefagen zu erzeugen und Krankheiten vorzubeugen. Eines der ersten, größten und gleichzeitig renommiertesten Thalasso-Zentren in Deutschland ist an das Hotel Neptun im Ostseebad Warnemünde angeschlossen. Seit 1996 profitieren Gäste von der einmaligen Lage am weißen Ostseestrand, einem Fünf-Sterne-Hotelstandard und einem hochspezialisierten Thalasso-Team aus Ärzten, Masseuren, Klimatherapeuten und Ernährungsberatern. Weitere Informationen: [www.hotel-neptun.de](http://www.hotel-neptun.de)

### Sprudelnde Wärmequellen: Entspannt gesunden mit Thermalsole

Warme Bäder mit heilender Wirkung können Gesundheitsurlauber im Nordosten nicht nur unmittelbar am Meer erleben. Thermen wie die des Kurzentrums Waren im gleichnamigen Soleheilbad in der Mecklenburgischen Seenplatte versprechen erholsame und ärztlich begleitete Therapien mit Heilwasser aus mehr als 1.500 Metern Tiefe. Die jodhaltige Thermalsole erzeugt eine positive, antibakterielle Wirkung bei zahlreichen Hautproblemen oder bei Lungenkrankheiten wie chronischer Bronchitis und Asthma. Mit dem Ostseebad Binz (Seehotel Binz-Therme Rügen) sowie dem Seehilbad Heringsdorf (OstseeTherme Usedom) gibt es zwei weitere Anlaufstellen im Land für Schwebebäder im warmen Solewasser. Das besondere dabei: Durch unterschiedliche Salzgehalte können in den Thermen in Mecklenburg-Vorpommern gleich mehrere Krankheitsbilder behandelt werden. So spüren in Binz vor allem Menschen mit Gelenkerkrankungen die Wirkung des unterirdischen Wassers, während in Heringsdorf auf Usedom etwa gynäkologische Beschwerden oder Herz-Kreislauf-Probleme im Fokus stehen. Weitere Informationen: [www.vivea-hotels.com](http://www.vivea-hotels.com), [www.binz-therme.de](http://www.binz-therme.de), [www.ostseetherme-usedom.de](http://www.ostseetherme-usedom.de)

[www.gesundes-mv.de](http://www.gesundes-mv.de)

Posted in [Naturmedizin](#)

← [Erstes Salzburger Symposium für Alpin- und Höhenmedizin](#)

[Auszeichnung Heiltherme Bad Waltersdorf](#) →

### AKTUELLE BEITRÄGE



Nach dem Yoga aufs Surfbrett



Mit dem Rad ins Bad



Unterwegs ohne Reiseapotheke



Leider reizend!



Heilklima-Steig im Schwarzwald

Search...

### FIT DURCH'S RADFAHREN



Radfahren kurbelt den Fettstoffwechsel an, die frische Luft versorgt die Lungen mit ausreichend Sauerstoff und die Muskulatur wird trainiert. Für das Radfahren gibt es ausreichend gesundheitliche Gründe und wo es die schönsten Routen gibt lesen Sie unter [www.genusszeit.at](http://www.genusszeit.at)

### „10.000 SCHRITTE“ AKTION IM CHIEMGAU



Wer im Chiemgau-Urlaub eine Woche lang täglich 10.000 Schritte geht, gewinnt mehrfach. Erstens gesundheitlich, denn Wandern ist die beste Prävention und zweitens bei der Nutzung der Smartphone-App "AnkerSteps". Denn dabei werden die Nutzer über eine Wette an täglichen Gewinnausschüttungen beteiligt. Jede Woche sucht die Region Chiemsee-Chiemgau außerdem den "Schrittekönig" mit der höchsten Schrittzahl. [www.chiemsee-chiemgau.info/10000schritte](http://www.chiemsee-chiemgau.info/10000schritte).



#### SERVICE

Allgemein  
Impressum  
Mediadaten  
Newsletter  
Pressewerkstatt  
Printausgabe

#### HAUPTMENÜ

Allgemein  
Angebote  
Gesundheitstourismus  
Home  
Mediadaten  
Medizintourismus  
Newsletter  
Thermentourismus  
Wellnesstourismus

#### NEUESTE BEITRÄGE

Nach dem Yoga aufs Surfbrett  
Mit dem Rad ins Bad  
Unterwegs ohne Reiseapotheke  
Leider reizend!  
Heilklima-Steig im Schwarzwald

#### UNSERE PARTNER

Design. Layout. Können.

[www.insa-seese.de](http://www.insa-seese.de)