



Die heilende Wirkung des Salzes



Foto: Parkresort Rheineelden

Schweben wie im Toten Meer im Intensiv-Solebecken mit zwölf Prozent Salzgehalt.



Sole – das ist ein mittelhochdeutsches Wort und bedeutet: Salzbrühe. Das klingt zunächst einmal sehr unspektakulär, allerdings werden Solebäder nicht von ungefähr in vielen Kurkliniken angeboten. Denn Solen sollen eine heilende Wirkung besitzen. So wird das Tote Meer, das einen Salzgehalt von bis zu 33 Prozent aufweist, auch wegen seiner heilenden Wirkung aufgesucht. Das in Wasser aufgelöste Salz soll gegen Neurodermitis oder Schuppenflechte helfen. Tatsächlich gilt es als erwiesen, dass Salzbrühen bei einigen Hautkrankheiten eine Wirkung erzielen. Dem Salzwasser werden allerdings noch viele andere Eigenschaften zugeschrieben, von denen man nicht wirklich weiss, ob sie auch tatsächlich zutreffen. So wird der Salzbrühe unter anderem nachgesagt, sie könne Krankheiten wie Rheuma, Gicht oder auch Gelenkerkrankungen lindern. Zudem soll sich ein Solebad positiv auf die Durchblutung und auf das vegetative Nervensystem auswirken. Wer ausprobieren möchte, ob dem so ist, kann sich ein Solebad selbst in der Bade-

wanne anrühren. Dazu braucht man nur warmes Wasser und Salz. Man lässt etwas heisses Wasser in die Badewanne einlaufen und streut ein Kilogramm Salz hinein. Dann wartet man etwa eine Dreiviertelstunde, damit sich das Salz vollständig mit dem Wasser verbinden kann. Danach steigt man in die Badewanne und lässt so viel Wasser in die Wanne einlaufen, wie man will. Wem das zu aufwendig ist, der kann auch ein Solebad aufsuchen. Eines davon ist in Rheinfelden zu finden: das Sole Uno. Die Natursole soll eine der stärksten Solen in Europa sein. Das Wasser wird aus rund 200 Metern Tiefe in der Saline Rheinfelden-Riburg gefördert und via Pipeline direkt ins Parkresort Rheinfelden geleitet. Dort wird die Sole mit dem kalzium- und magnesiumreichen Rheinfelder Trinkwasser vermischt und auf 33 bis 36 Grad erwärmt. So soll die Sole die für Wohlbefinden und Heilerfolge bekannten Wirkungen erst so richtig entfalten können. Das Solebad kann übrigens auch im Winter besucht werden.

Florencia Figueroa

Informationen

Parkresort Rheinfelden

Roberstenstrasse 31,
4310 Rheinfelden.

Eintritt

Der Eintritt beträgt für Erwachsene für zwei Stunden Fr. 29.–, für drei Stunden Fr. 35.– und für vier Stunden Fr. 40.–. Eine Tageskarte kostet Fr. 50.–. Für Kinder zwischen vier und 13 Jahren beträgt der Preis stets Fr. 20.–, egal wie lange sie im Bad bleiben.

Öffnungszeiten

Sole Uno hat täglich geöffnet von 8 bis 22.30 Uhr. Der Einlass wird aber nur bis 20.30 Uhr gewährt. Kindern unter vier Jahren wird der Zutritt verweigert. Kinder ab vier Jahren dürfen nur in Begleitung eines Erwachsenen erscheinen. Weitere Informationen unter www.parkresort.ch.