



Kuren - de schatten van de natuur

Een kuur versterkt zowel het lichaam als de geest. Talrijke verschillende kuren zijn geschikt als ziektepreventie, ten behoeve van rehabilitatie, het verlichten van klachten en het sterken van de algehele gezondheid.



SpaDreams Brochure Kuren



Kuren hebben een lange traditie. Ongeacht of u ervoor naar de bergen of de zee gaat, ter preventie of als therapeutische behandeling: voor elke behoefte is er een passende gezondheidsvakantie.

Helende en thermale kuren zijn de klassiekers onder de kuren en niet zonder reden. Ze vinden in of nabij speciaal geselecteerde oorden plaats die zich onderscheiden door de aanwezigheid van één of meerdere natuurlijke geneesmiddelen zoals thermaal water, klei of zoutbaden. Bij een Fangokuur wordt gebruik gemaakt van de helende en ontgiftende werking van mineraalhoudend slib om op wetenschappelijk bewezen wijze klachten te verlichten. Ook het klimaat oefent een bijzondere invloed op onze gezondheid uit. Klimaatkuren zijn speciaal bij problemen met de ademhaling, aan hart & bloedvaten en bij huidklachten bijzonder effectief. Een Thalassokuur stort zich op de helende kracht van de zee, bron van al het leven. Radon- en zwavelkuren maken gebruik van natuurlijke radon- en zwavelbronnen en kunnen de celgroei stimuleren, het immuunsysteem versterken en het zelfhelend vermogen van het lichaam activeren. Een Kneipp-kuur is daarentegen een holistische methode om het evenwicht tussen lichaam en geest te herstellen en zo nieuwe levenslust te stimuleren.

Afhankelijk van het doel van het verblijf en de klachten waar het om gaat bieden verschillende kuurmogelijkheden zich aan. De weg naar de kuur is daarbij eenvoudiger dan u zou denken: gaat het om een ernstige ziekte, dan kan de behandelende arts een kuur met een officiële verklaring bevestigen. Hij dient u van advies bij de keuze van een kuur, bevestigt de medische geschiktheid voor deelname en zorgt voor een schriftelijk bewijs van deze bevestiging. Dan kan de kuur bij uw zorgverzekeraar gedeclareerd worden. Na de ontvangen goedkeuring staat niets uw gezondheidsreis meer in de weg. Alternatief kunt u vanzelfsprekend ook op eigen verzoek een kuur doen. Wanneer u de kosten zelf draagt staat een uitgebreid kuuraanbod tot uw beschikking.

Het moederbedrijf van SpaDreams, FIT Reisen, heeft in de afgelopen 40 jaar een diepgewortelde expertise opgebouwd, die wij in deze adviesbrochure graag met u willen delen.

Inhoud

Helende & Thermale kuren	2
Wat zijn helende & thermale kuren?	
Wanneer is een helende & thermale kuur geschikt voor mij?	
Kuuroorden	
Fango & Modderkuren	3
Wat zijn Fango- en modderkuren?	
Wanneer is een Fango- of modderkuur geschikt voor mij?	
Kuuroorden	
Klimaatkuren	4
Wat is een klimaatkuur?	
Wanneer is een klimaatkuur geschikt voor mij?	
Kuuroorden	
Thalassokuren	5
Wat is een Thalassokuur?	
Wanneer is een Thalassokuur geschikt voor mij?	
Kuuroorden	
Radon-/Zwavelkuren	5
Wat is een Radon- of zwavelkuur?	
Wanneer is een Radon- of zwavelkuur geschikt voor mij?	
Kuuroorden	
Kneippkuren	6
Wat is een Kneippkuur?	
Wanneer is een Kneippkuur geschikt voor mij?	
Kuuroorden	
Kuuraanvraag	7

Helende & Thermale kuren



Wat zijn helende en thermale kuren?

Helende kuren worden al honderden jaren uitgevoerd. Al in de oudheid en de Middeleeuwen wisten de mensen van de gezondheidsbevorderende werking van natuurlijke geneesmiddelen en bezochten geneeskrachtige baden om ziekte te behandelen en klachten te verlichten. Vooral in de Romeinse tijd waren geneeskrachtige baden geliefd. Talrijke kuurbaden werden door hen aangelegd en uitgebreid.

Een helende kuur is zowel geschikt als preventief middel als ter behandeling van ziekte. Ze vindt plaats in of nabij oorden die over een natuurlijke aanwezigheid van gezondheidsbevorderende indicatoren beschikken. Hieronder vallen bijvoorbeeld klei- en pekelbaden, geneeskrachtige bronnen of zouthoudend zeewater. Thermaal water staat in het bijzonder bekend om haar therapeutische werking. Het kan in het kader van een drinkkuur, bij baden, inhalaties of bij massages worden ingezet. Het hyperthermale en jodiumhoudende mineraalwater bevat verschillende opgeloste zouten. Daarnaast kan het ook andere geneeskrachtige bestanddelen bevatten zoals zwavel, radium, calcium en magnesium. Het water ontspringt diep in de aarde en bezit bij de uitgangslocatie nog altijd een temperatuur van meer dan 20°C.

Om het effect van de therapie te ondersteunen worden gasten gedurende een kuur begeleid door professioneel medisch personeel. Ter plaatse wordt een persoonlijk behandelplan opgesteld dat voldoet aan de behoefte van de individuele patiënt. Een combinatie van de bewezen natuurlijke bronnen en een moderne medische handelswijze maakt een helende kuur geschikt om nieuwe kracht en energie op te doen voor het alledaagse leven en de algehele gezondheid te versterken.

Wanneer is een helende & thermale kuur geschikt voor mij?

De warmte van het thermale water ontspant de spieren en stimuleert de doorbloeding, de stofwisseling en de bloedsomloop. Dankzij de minerale bestanddelen is het water tevens geschikt om alle klachten behorende bij een chronische gewrichtsaandoening, reuma en allergieën te verlichten. Bij artrose, reumatische aandoeningen, artritis, osteoporose, myalgie, jicht en rugklachten of slechte doorbloeding is een helende kuur uitstekend voor ontspanning zodat uw lichaam rust krijgt. Het thermale

water verzacht de geïrriteerde huid en is derhalve ook geschikt bij huidaandoeningen zoals bijvoorbeeld neurodermitis. Maar ook uitputtingsverschijnselen, stress, burnouts, gynaecologische klachten en vele andere klachten kunnen door middel van een helende kuur behandeld dan wel verlicht worden. En last but not least verhoogt deze therapie het gevoel van welzijn en geeft nieuwe energie.

Kuuroorden

Niet alle oorden zijn geschikt voor een kuur. Om als kuuroord gedefinieerd te worden moet dit door de staat worden erkend, door het ministerie van het betreffende land of door de verantwoordelijke ambtenaar in een verklaring opgenomen worden en met een predicaat worden onderscheiden. Eerste voorwaarde voor een dergelijk predicaat is de aanwezigheid van een natuurlijke geneesmiddel. Daarnaast zijn er, bijvoorbeeld in Duitsland, eisen waaraan dient te worden voldaan om als kuuroord te worden erkend, kwaliteitsstandaarden die door het Duitse Heilbäderverband e.V. samen met de Duitse toerismebond zijn opgesteld.

Hongarije is beroemd vanwege haar helende bronnen: het is het land van de 1.000 warme bronnen. Een mild, mediterraan klimaat, aantrekkelijke vrijetijdsaanbiedingen en moderne baden maken dit land tot een ideaal gebied voor een ontspannen kuurvakantie. De kuuroorden Bad Hévíz en Bad Bük staan bekend als badplaatsen met een honderden jaren oude kuurtraditie. Het thermale meer van Hévíz is het grootste ter wereld en het lieflijke stadje Bad Bük beschikt over één van de grootste en bekendste geneeskrachtige baden van het land. De hoofdstad Boedapest heeft eveneens historische, nog uit de Romeinse tijd stammende thermale baden en draagt met recht de titel „Kuuroord hoofdstad van Europa“.

Ook in Tsjechië kan men trots zijn op een bijzonder lange badtraditie. Hier liggen de fameuze kuuroorden Fransenbad, Mariënbad en Karlsbad, wereldwijd geliefde bestemmingen voor een thermale behandeling met een uitstekende reputatie. Op basis van het hoogwaardige thermale water worden hier talrijke kuren, culturele programma's en medische competenties aangeboden. Fransenbad, een idyllisch klein stadje temidden van groene natuur, biedt een landelijke ambiance. Mariënbad met bijna 140 bronnen, biedt uitnodigende parken en traditionele architectuur

Fango & Modderkuren



en Karlsbad is een groots Tsjechisch kuuroord met een veelzijdig cultuur- en vrijetijdsaanbod. Gedrieën behoren ze tot de beroemde Boheemse baddriehoek.

In veel andere landen, onder andere ook in Duitsland, Polen, Slowakije en Slovenië, worden eveneens thermale kuren aangeboden.

Wat zijn Fango- en modderkuren?

Bij Fango gaat het om helende minerale modder van vulkanische oorsprong die al honderden jaren als natuurlijk geneesmiddel wordt gebruikt. Het begrip stamt uit het Italiaans en betekent feitelijk “modder” of “slijk”. Fango geldt als een bijzonder effectieve kuurbehandeling en kan bij talrijke klachten worden ingezet.

Een Fangokuur wordt door een arts voorgeschreven en deze legt de individuele behandeling, te behandelen plaats en temperatuur van de modderpakking vast. Een klassieke therapie bevat het aanbrengen van de pakking, aansluitend een thermaal bad, een rustperiode en een massage als afsluiting. In de regel duurt een Fangokuur één tot twee weken met zes tot twaalf dagelijkse behandelingen.

Er wordt onderscheid gemaakt tussen organische en anorganische Fango. Organische Fango bestaat uit een vast, een vloeibaar en een biologisch bestanddeel. Het mengsel van klei of leem, thermaal water en algen of micro-organismen rijpt gedurende 60 dagen in een speciaal bassin. De chemische samenstelling, het gedurende het proces regelmatig toegevoegde thermale water en de temperatuur van het mengsel spelen een belangrijke rol in de effectiviteit van het slib. Deskundigen, de zogenaamde Fanghini, zorgen voor een optimale geneeskrachtige werking gedurende dit intensieve en tijdrovende project. Organische Fango wordt voornamelijk in Italië gebruikt. In de rest van Europa wordt anorganische Fango ingezet. Dit doorloopt geen dergelijk rijpingsproces en wordt na gebruik weggegooid. Een vast component is vulkaansteen, dat tot een fijn poeder is verwerkt, vermengd is en dan als geneeskrachtige modder wordt ingezet.

Een interessante variant op Fangotherapie zijn modderbaden. Deze bestaan uit heet water met turf dat tot 38°C - 40°C wordt verhit. Het turf kan direct op de huid worden aangebracht of als

bad dienen voor een deel van het lichaam dan wel het gehele lichaam.

Wanneer is een Fango- en modderkuur geschikt voor mij?

Het positieve effect van Fango op talrijke medische klachten is wetenschappelijk bewezen. Ze komt voort uit het hoge natuurlijke mineraalgehalte van het geneeskrachtige slib. Bij een onder medisch toezicht plaatsvindende therapie worden de hete modderpakkingen met temperaturen tot wel 48° C direct op de huid aangebracht. De warmte dringt diep in het lichaam door, bevordert de doorbloeding en ontspant de spieren. De helende modder wordt derhalve in het bijzonder bij spierverspanningen ingezet. Ook bij aandoeningen aan het bewegingsapparaat geldt Fango als de geschikte behandelmethode, want de modder versoepelt gewrichten en zorgt voor een snelle en duurzame verlichting van pijn. Een ander belangrijk gebruik is bij huidaandoeningen zoals neurodermitis en psoriasis, die door de mineralen duidelijk kunnen worden verbeterd. Daarnaast beschikt het helende slib dankzij de in het thermale water aanwezige stoffen over een ontstekingsremmende en stofwisselingsstimulerende werking.

Modderbaden zijn geschikt voor het verlichten van talrijke klachten, voor het versterken van het immuunsysteem en om de stofwisseling te stimuleren. Aandoeningen zoals osteoartrose, osteoporose, gewrichtspijn, rugklachten, ademhalingsproblemen, chronische aandoeningen van de neus, keel en bronchiën, zenuwpijn, jicht, diverse soorten reuma en verkalking van het kraakbeen kunnen succesvol met Fango of een kleibad worden behandeld. Vooral het slib beïnvloedt nervositeit, psychosomatische en psychische stoornissen op positieve wijze. Het verlicht tevens gynaecologische klachten en is geschikt voor rehabilitatie na een medische ingreep.

Kuuroorden

Als land van herkomst staat Italië bekend vanwege haar kwalitatief hoogwaardige Fangokuren. In het bijzonder zijn hier de Abano Terme en de Montegrotto Terme te vermelden, die voor kuurgasten met reuma, osteoporose en gelijkwaardige klachten, een geliefde bestemming vormen. Beide kuuroorden hebben een duizend jaar oude kuurgeschiedenis en zijn de belangrijkste kuurcentra voor Fango in Europa.

Klimaatkuren



Abano Terme ligt centraal in de grootste kuurstreek van Italië, direct aan de Euganische heuvels met vulkanische oorsprong. Het kuuroord heeft een uitstekende reputatie en het geneeskrachtige water uit de thermale bron van de Euganische heuvels maakt het helende slib uniek in zijn soort. Montegrotto, eveneens gelegen aan de warme bronnen van de Euganische heuvels, is sinds 3000 jaar, tot op de dag van vandaag, één van de leidende thermale centra van Italië en biedt, naast de thermale baden en de Fangopakkingen, medische competentie.

Geliefde kuuroorden voor geneeskrachtige modderbaden zijn Fransenbad, Karlsbad en Mariënbad in het westen van Tsjechië.

Wat is een klimaatkuur?

Bij een klimaatkuur ligt de nadruk op de bijzondere klimatologische omstandigheden van een oord ter ondersteuning van de gezondheid. De therapeutische werking is afhankelijk van de zuiverheid van de lucht, de luchtvochtigheid, de temperatuur, de duur en de kracht van de zonnestralen, het weer en de weersinvloeden en nog veel meer dergelijke factoren. Veel mensen die in stedelijke gebieden wonen ondervinden hinder van de schadelijke en irriterende stoffen in de lucht, hetgeen de menselijke circulatie belast en een klimaatkuur noodzakelijk maakt.

In principe onderscheidt men bij een therapie drie klimaatzones: hooggebergte, middelgebergte en kuststreken. In het hooggebergte biedt zich zonlichttherapie aan, aangezien de zon hier duidelijk sterker binnenkomt dan op vlak, laag terrein. Daarnaast heerst er hier een goede, zuivere luchtkwaliteit. Het middengebergte onderscheidt zich door het bijzonder milde klimaat en de kuststreken door de duidelijk aanwezige zuivere, zouthoudende zeelucht alsook de krachtige binnenkomst van de zon. Afhankelijk van het ziektebeeld zijn diverse kuren aan te bevelen.

Wanneer is een klimaatkuur geschikt voor mij?

In de zuivere lucht van het hooggebergte kunnen ademhalingsproblemen zoals astma worden behandeld, daar de uitstekende luchtkwaliteit een positief effect heeft op de ademhalingsorganen en de ademhaling door het geringe zuurstofgehalte verbetert. Voor mensen met allergieën is een verblijf in het hooggebergte zinvol, daar hier geen pollen voorkomen. Ook problemen met hart en bloedsomloop kunnen effectief verlicht worden. De

verhoogde intensiteit van zonnestralen heeft een positieve invloed op zowel psychische gemoedstoestanden als huidaandoeningen.

Het milde klimaat van het middelgebergte biedt zich aan bij reumatische klachten, aandoeningen aan de luchtwegen, bij revalidatie en algemene gezondheidspreventie. Veel kuuroorden zijn gesitueerd in grote bosgebieden hetgeen garant staat voor gelijkmatige temperaturen en koele, zuivere lucht.

In de kustgebieden versterkt de zee de intensiteit van de zonnestralen waarvan bewezen is dat het tot een verhoogde aanmaak van serotonine voert in het lichaam en een verbetering van huidziektes tot gevolg heeft. De winderige, zoute lucht is bijzonder geschikt bij slijmvliesontsteking evenals bij aandoeningen aan de luchtwegen en het hart. Een verblijf aan de kust maakt tevens een combinatie van klimaat- en balneotherapie mogelijk.

Kuuroorden

Het kwaliteitszegel „Heilklima-Kurort“ is verbonden aan zeer strenge criteria die door het Duitse Verbond van Geneeskrachtige Baden en de Duitse toeristenbond zijn vastgelegd. Vooral de luchtkwaliteit moet regelmatig door de Duitse meteorologische dienst van een positief advies worden voorzien.

Het zonder twijfel meest geliefde en bekendste kuuroord voor een klimaatkuur is de Dode Zee. Dit meer ligt in Zuidwest-Azië tussen Israël en Jordanië en bezit geen natuurlijke afvoer. Om deze reden verzamelen talrijke zouten en mineralen zich in de Dode Zee, hetgeen leidt tot een mineraalhoudende slib, verrijkt met geneeskrachtig water en therapeutische zoutsoorten. Het zout- en mineraalgehalte van 30% is bijzonder geschikt bij huidaandoeningen. De broom- en zuurstofhoudende woestijnlucht is arm aan schadelijke stoffen en bezit een gering vochtigheidsgehalte, hetgeen gunstig is voor mensen die lijden aan allergieën.

Het zwarte slib verwent het lichaam door middel van pakkingen en baden. Dankzij het unieke drijfvermogen van het water worden tevens de gewrichten en de wervelkolom ontlast. Het meer biedt een buitengewone combinatie van zonintensiteit, zuurstofrijke lucht en mineraalhoudend zout water en biedt daarmee al meer dan 2000 jaar de ideale omstandigheden voor een klimaatkuur.

Thalasso- & Radonkuren



Wat is een Thalassokuur?

Een Thalassokuur is gebaseerd op de natuurlijke geneeskracht van de zee. Als bron van al het leven biedt de zee alle ingrediënten, zoals koud of warm zeewater, zeezout, zeelucht, algen, bodemslib en klei dat allemaal bij een therapie kan worden gebruikt. De naam komt van het oud-Griekse woord voor zee „thálassa“.

De beste ingrediënten uit de zee worden door het lichaam overwegend via de huid opgenomen. Tot de belangrijkste behandelingen tellen bijvoorbeeld algen-, slib- en kleipakkingen of zeewater dat tot 34 - 38°C wordt verwarmd en bij baden, douches en aquagym zijn werking demonstreert. Tijdens een klimaatwandering worden de negatieve ionen van de zuivere, zuurstofrijke zeelucht opgenomen via de luchtwegen.

De kuur wordt ingeleid door een gesprek met de arts waarbij een individueel behandelplan wordt opgesteld. Normaal gesproken duurt een Thalassotherapie een week.

Wanneer is een Thalassokuur geschikt voor mij?

De helende werking van de geneeskrachtige ingrediënten uit de zee komen van de opgeslagen sporenelementen, vitaminen, proteïnen, mineraalstoffen en aminozuren. Hiermee verhoogt u het welzijn, wint u aan vitaliteit en voorkomt u ziektes of u behandelt ze. Een Thalassotherapie is geschikt bij reuma, huidaandoeningen, zoals neurodermitis, storingen aan de doorbloeding, chronische verstoppingen, Morbus Crohn, rugklachten, aandoeningen aan de luchtwegen, stress en algehele uitputting. Daarnaast wordt de stofwisseling gestimuleerd en de afweerkrachten gesterkt. Door de bevorderde vetverbranding zijn Thalassokuren ook ideaal wanneer u gewicht wilt verliezen, wilt ontgiften en na een zwangerschap.

Thalasso wordt ook in wellnesslandschappen toegepast en biedt de gast diverse weldadige en ontspannende mogelijkheden.

Kuuroorden

Daar het zeeklimaat en de frisse componenten een belangrijke rol bij de kuur spelen bestaan originele Thalassokuren uitsluitend aan zee. Het Verband van Duitse Thalassocentra heeft in 2002 criteria opgesteld die een “echte” Thalassokuur in

de nabijheid van de zee onderscheidt van een kuur met gedroogde algen en zeezout.

De wereldwijd grootste aanbieder van Thalassokuren is Frankrijk gevolgd door Tunesië. Ongeacht of het gaat om de Atlantische Oceaan, het Engelse kanaal of de Middellandse Zeekust, het Franse kustklimaat is veelzijdig en rijk aan sporenelementen. Een eveneens geliefde bestemming voor Thalassokuren is Tunesië, waar u zeer moderne Thalassocentra vindt die een therapie niet zelden verbinden met Oriëntaalse stoombaden.

Wat is een Radon- of zwavelkuur?

Radon is een zeldzaam edelgas dat een indrukwekkend effect op de gezondheid van mensen kan hebben. Een Radonkuur gebruikt Radonhoudend water om klachten duurzaam te verlichten.

Zwavel is al sinds de oudheid een bekend mineraal dat van nature in ons lichaam voorkomt en als onmisbaar bestanddeel van diverse hormonen, enzymen en aminozuren een essentiële rol speelt met betrekking tot onze gezondheid.

Het kan zowel uitwendig ingezet worden, als badkuur, als ook inwendig, als drinkkuur of inhalaties. Een tinteling op de betreffende plaats op het lichaam verraadt dat de therapie effect heeft, hetgeen normaal gesproken al snel het geval is en tot wel negen maanden aanhoudt. Zwavelbaden waren bij de oude Romeinen al bijzonder geliefd.

Wanneer is een Radon- of zwavelkuur geschikt voor mij?

Radon kan de celdeling stimuleren en het zelfgenezend vermogen en lichaamseigen ontstekingsremmers activeren.

Bij een badkuur wordt in het bijzonder de celstofwisseling van de huid en de bijniere verbeterd. Een drinkkuur met Radonhoudend thermaal water is vooral bij reumatische aandoeningen aan te bevelen. Een Radonkuur werkt daarnaast zuiverend en ontziet het organisme. Alle soorten ontstekingen, diverse soorten reuma, aandoeningen aan de wervelkolom, zoals een versleten tussenwervelschijf of gewricht, zoals bij artrose, storingen aan het metabolisme, zoals chronische jicht of osteoporose, arteriële circulatiestoornissen, huidproblemen, zoals

Kneippkuren



neurodermitis en psoriasis, evenals gynaecologische klachten kunnen met een radonkuur behandeld worden.

Zwavel is een noodzakelijk bestanddeel van het organisme om het weefsel soepel te houden en huid, haar en nagels te verzorgen. Onderzoeken hebben eveneens het effect van een kuur aangetoond bij astma, artritis, reuma, ontstekingen, doorbloedingsstoornissen, rug- en spierpijnen en allergieën. Ook gevoelens van angst en neerslachtigheid kunnen worden teruggeleid naar een tekort aan zwavel en met therapie worden behandeld.

Een radon- of zwavelkuur werkt ontstekingsremmend en verlicht pijn. Beide kuursoorten versterken het immuunsysteem. De warmte helpt te ontspannen en regenereert en creëert een geheel gevoel van welzijn.

Kuuroorden

Aangezien er maar heel weinig natuurlijke bronnen zijn kunnen Radonkuren slechts in beperkte streken toegepast worden. Er is een bepaalde concentratie van het edelgas nodig om een helende werking tot stand te brengen en er zijn maar weinig kuurbaden die hierover beschikken. Radon komt bijvoorbeeld voor in Tsjechië, Polen, Slowakije en Duitsland.

Wat is een Kneippkuur?

Een Kneipp-kuur is gebaseerd op het concept van de Beierse dominee Sebastian Kneipp. De 150 jaar geleden ontwikkelde holistische therapie, op natuurgeneeskundige basis, bestaat uit vijf componenten: hydro-, phyto-, bewegings- en voedingstherapie en levenshouding. Met deze vijf elementen wordt de harmonie tussen lichaam en geest bereikt.

Bij hydrotherapie worden gietingen, baden, een waterparcours, spoelingen, wikkels en pakkingen gebruikt. Met behulp van het water worden daarbij koude en warme stimuli nauwkeurig gedoseerd. Phytotherapie bevat de werkende plantaardige ingrediënten die het lichaam in de vorm van theesoorten, badproducten, compressen, zalven en oliën, maar ook in de vorm van tabletten of poeder worden gegeven. Bij bewegingstherapie komen diverse vormen van beweging kijken zoals wandelen, nordic walking, fietsen of zwemmen evenals verschillende soorten massages. Het komt telkens aan op de juiste combinatie van rust en

activiteit. Een gebalanceerde en natuurlijke voeding moet ervoor zorgen dat het lichaam gezond en fit blijft. De levenshouding als vijfde element van de Kneipptherapie staat voor het principe van innerlijke orde. Het leven moet weer in balans worden gebracht en het evenwicht tussen lichaam en geest hersteld.

Wanneer is een Kneippkuur geschikt voor mij?

Een Kneipp-therapie is effectief bij problemen bij hart en bloedsomloop en kan worden ingezet bij chronische bronchitis, schouder- en rugklachten, stofwisselingsproblemen, chronische gastritis en vele soorten reuma en degeneratieve aandoeningen zoals artrose van heup- of kniegewricht, problemen door een slechte houding of osteoporose. Maar ook bij migraine, tinnitus, slaapstoornissen, zenuwpijn, stress en uitputtingsverschijnselen kan een Kneipp-therapie verlichting geven.

Kuuroorden

Een allesomvattende therapie, zoals die door Sebastian Kneipp bedacht is, vereist een Kneipp kuuroord en bijbehorende baden die over alle benodigde middelen en inrichtingen beschikken voor een succesvolle behandeling. Daarbij behoren bijvoorbeeld waterbronnen, een natuurlijke omgeving met geneeskrachtige planten en kruiden, rust en een goed klimaat, maar ook diverse baden, een Kneipp-bassin en opgeleide artsen om u te begeleiden.

Een bekend kuuroord voor Kneipp natuurgeneeskunde is Bad Wörishofen in Duitsland. Deze stad ligt in het Beierse Allgäu. Van hier uit verspreidde Kneipp zijn leer, stichtte instellingen en legde de basis voor het eerste Kneipp kuuroord. Ook vandaag de dag overtuigt Bad Wörishofen nog met haar traditie, competentie en de ideale omstandigheden voor een Kneipp-kuur.

Kuuraanvraag



Hoe vraag ik een kuur aan?

De eerste stap, wanneer u aan een kuur wilt deelnemen, gaat richting uw arts. Hij kent het verloop en de ernst van uw ziekte en weet welke therapieën al uitgevoerd zijn en welke kuur veelbelovend is. Hij dient u van advies bij de keuze van een kuur en bevestigt dat u fysiek in staat bent de kuur te ondergaan. Daarna kan de kuur bij uw zorgverzekeraar aangevraagd worden. Het benodigde formulier ontvangt u van uw zorgverzekeraar. De goedkeuring van uw aanvraag ontvangt u van de verantwoordelijke financiële instantie of pensioenfonds dan wel uw zorgverzekeraar. Wanneer de aanvraag wordt afgewezen, kunt u protest aantekenen.

Wat is een kuurtoeslag?

Wanneer aan bepaalde voorwaarden voldaan wordt, bijv. bij medische noodzaak, ontvangt u van uw zorgverzekeraar een toeslag. Vraag tijdig de nodige informatie hierover aan (circa twee maanden voor vertrek) bij uw huisarts of uw zorgverzekeraar.

Wanneer is een kuurtoeslag mogelijk?

Een kuurtoeslag kan aangevraagd worden wanneer u uw gezondheid goed wilt doen en uw welzijn wilt vergroten, ter verbetering van uw algehele gezondheidstoestand, als rehabilitatiekuur na overwonnen ziekte of als gezondheidsvoorzorg. Noodzakelijk is een medische goedkeuring van uw arts aangaande de medische noodzaak dat ten behoeve van een verbeterde gezondheidstoestand een kuur geschikt zou zijn.

Wanneer heb ik recht op een ambulante kuur?

In principe heeft u om de drie jaar recht op een poliklinische preventiekuur. Bij medische noodzaak kan deze ook voor afloop van de termijn goedgekeurd worden.

Hoelang duurt een kuur?

Een duur van drie weken wordt aanbevolen. Afhankelijk van de medische noodzaak en na overleg met de zorgverzekeraar kan de kuur korter dan wel langer zijn.

Hoe zit het met kuren in het buitenland?

Ook voor een kuur in een EU-land kan een kuurtoeslag onder bepaalde voorwaarden worden goedgekeurd. Voorwaarde is dat de kuur medisch zinvol is en dat de instelling aan de vereiste standaards voldoet. De kuur moet echter gewoonlijk vooruit betaald worden en wordt bij de betreffende instelling in detail gespecificeerd.

Krijg ik altijd geld terug van mijn zorgverzekering?

Nee. Houd er rekening mee dat SpaDreams onderdeel uitmaakt van het Duitse Fit Reisen. De meeste zorgverzekeraars staat alleen goedgekeurde kuurhotels toe die worden aangeboden vanuit een Nederlandse organisatie. Ook is vanaf 2016 het één en ander op het gebied van zorgverzekeraars en de teruggave van geld veranderd, hetgeen ook voor u van belang kan zijn. Daarom raden wij altijd aan contact op te nemen met uw huisarts en zorgverzekering, om te raadplegen of u via SpaDreams, dochteronderneming van Fit Reisen, uw geld terug kunt krijgen. In de meeste gevallen zal dit niet mogelijk zijn.