



## Hévízi ivókúra

A hévízi gyógyvíz alkalmas az ivókúrára, és a fürdőkúrával együtt alkalmazva fokozza a gyógyfürdő-kezelés hatását. A hévízi gyógyvíz kalcium- és magnéziumtartalmú, hidrogén-karbonátos, kénben gazdag, a speciális összetétele miatt nem palackozható, helyben fogyasztása ajánlott.

A gyógyvíz alkalmas ivókúra végzésére, amely 2-3 hétig étkezés előtt fél-egy órával napi 3 alkalommal 2-3 dl gyógyvíz elfogyasztását jelenti. Lassan, kis kortyokban, séta közben javasolt a termálvizet meginni, hogy a benne levő ásványok minél jobban fel tudjanak szívódni a bélrendszerben. Az ivókúra megkezdése előtt tanácsos a kezelőorvossal konzultálni.

A hévízi gyógyvíz sikerrel alkalmazható a bélműködés és a gyomorsav-képződés fokozására, amely hatékony gyógymódot jelent idült bélgyulladás, székrekedés vagy aranyér esetén a gyomor-bélrendszer működésének szabályzásán keresztül. Emellett elősegíti az epebántalmak enyhülését és kezelését, de segíti a légúti hurutok gyógyulását, és a vesekőképződés megelőzését is. Fogykúra kiegészítéseként is ajánlható, vércukor és koleszterinszint csökkentő hatás is jelentkezik.

### Javaslatok:

- Egyszeri ajánlott adag: 200-300 ml étkezés előtt.
- A gyógyvizet mindig szobahőmérsékleten fogyasszuk.
- Soha ne siessünk a gyógyvíz fogyasztásával! Mindig lassan, kortyonként igyuk!
- A gyógyvíz fogyasztásával kapcsolatban célszerű kikérni az orvos tanácsát.



## Trinkkur aus Hévíz

Das Heilwasser aus Hévíz ist für eine Trinkkur geeignet, welche mit einer Badekur zusammen die Wirkung der Behandlung steigert. Das Heilwasser aus Hévíz hat einen Calcium- und Magnesiumgehalt, Wasserstoff-Karbonat und ist reich an Schwefel. Es lässt sich wegen seiner speziellen Zusammensetzung nicht in Flaschen füllen und wird empfohlen, vor Ort zu trinken.

Das Heilwasser ist für eine Trinkkur geeignet, es heißt 2-3 Wochen lang eine halbe bis eine Stunde vor dem Essen 3mal pro Tag 2-3 dl Heilwasser trinken. Langsam, Schluck für Schluck. Vor dem Spaziergang wird empfohlen, das Thermalwasser zu trinken, damit sich die darin enthaltenen Mineralstoffe besser im Darmsystem entfalten können. Vor Beginn der Trinkkur ist ratsam, den behandelnden Arzt zu konsultieren.

Das Heilwasser aus Hévíz kann mit Erfolg für die Steigerung der Darmfunktion und der Bildung der Magensäure verwendet werden, was eine effiziente Wirkung für eine chronische Darmentzündung, Darmverstopfung oder Hämorrhoiden über die Regelung der Funktion des Magen-Darmsystems darstellt. Darüber hinaus fördert es die Milderung und Behandlung von Gallenbeschwerden, und fördert die Heilung von Bronchitis und die Vorbeugung der Bildung von Nierensteinen. Es kann auch als Ergänzung einer Diät empfohlen werden und hat sich verringernde Wirkung auf den Blutzucker- und Cholesterinspiegel.

### Empfehlungen:

- Einmalige empfohlene Dosierung: 200-300 ml vor dem Essen.
- Das Heilwasser sollte immer Zimmertemperatur haben und so getrunken werden.
- Trinken Sie das Heilwasser immer langsam, Schluck für Schluck!
- Es ist ratsam, den Rat des Arztes einzuholen.

