

AlpenSole schafft natürliche Erleichterung

28.05.2020, 13:24 | Gesundheit & Medizin

Pressemitteilung von: *Berchtesgadener Land Tourismus*

Presseagentur: *Angelika Hermann-Meier PR*



Bildnachweis: Berchtesgadener Land Tourismus

Etwa 15 Prozent aller Deutschen sind laut Robert Koch-Institut von Heuschnupfen betroffen, aktuell sind es vor allem Gräserpollen, welche die Freude am Frühsommer trüben. Doch obwohl die Natur derzeit manchen das Leben schwer macht, hat sie auch einiges zur Erleichterung anzubieten – allen voran die AlpenSole. Was viele nicht wissen: Im oberbayerischen Atemort Bad Reichenhall steht das größte Freiluftinhalatorium der Welt. Die fein zerstäubten AlpenSole-Partikel sorgen für erholsame Auszeit und wirksame Linderung der Symptome. www.bad-reichenhall.de
Foto: Inhalieren mit AlpenSole – das ist in Bad Reichenhall/Oberbayern ganz einfach bei einem Spaziergang im AlpenSole-Freiluftinhalatorium Gradierhaus möglich. Bildnachweis: Berchtesgadener Land Tourismus

Durchatmen bei jedem Schritt

Das 160 Meter lange Gradierhaus mit seinen überdachten „Wandelgängen“ zum Durchspazieren ist für jedermann kostenlos und frei zugänglich. Täglich durchlaufen es bis zu 400.000 Liter AlpenSole, welche durch mehr als 100.000 Schwarzdornbündel in ganz kleine, lungengängige Partikel zerstäubt werden. Diese feinen Salzwassertröpfchen reinigen den gesamten Atemtrakt von Bakterien und Allergenen wie Feinstaub oder Pollen. „Eine Pilotstudie zeigte, dass ein 30-minütiger Aufenthalt am Gradierwerk unmittelbar messbar zu einer beschleunigten Reinigung der oberen Atemwege führt“, so Dr. Arnulf Hartl von der Paracelsus Medizinische Privatuniversität Salzburg. Damit bringt die Inhalation vor allem Allergikern spürbare Erleichterung. Noch viel zu wenige Betroffene wissen, dass es eine solche natürliche Ressource in Deutschland überhaupt gibt.

Linderung „im Vorbeigehen“ – auch für Kinder

Bewusstes Inhalieren ist speziell für Kinder meist schwierig, Eltern wünschen sich für sie Linderung bei gleichzeitig möglichst wenig Medikationsbedarf. „Am Freiluftinhalatorium klappt das im wahrsten Sinne des Wortes im Vorbeigehen“, ergänzt die Bad Reichenhaller Kurärztin Dr. Beatrix Riedlsperger. „Daher ist es für Kinder und Erwachsene, die unter Heuschnupfen oder allergischem Asthma leiden, ein toller Ort für einen Ausflug“. Mütter mit Kinderwagen spazieren ebenso daran vorbei wie Urlauber und Einheimische, die das natürliche Heilmittel und seine Wirksamkeit schon lange zu schätzen wissen.

Erstmaliges Auftreten häufig erst im Erwachsenenalter

„Meist entwickelt sich der Heuschnupfen bereits in der Kindheit oder im Jugendalter. Immer häufiger wird allerdings auch ein spontanes erstmaliges Auftreten im Erwachsenenalter beobachtet“, erklärt Dr. Beatrix Riedlsperger. „Oft werden die Symptome dann einfach hingenommen. Ein Besuch beim Facharzt ist aber unbedingt empfehlenswert.“

Erkältungen vorbeugen und Widerstandskräfte stärken

Allergien führen zu Schwellungen der Schleimhäute und vermehrter Bildung eines zähen Sekrets, das für von außen kommende Keime, Bakterien und Viren ein guter Nährboden sein kann. Durch die abschwellende und befeuchtende sowie regenerierende Wirkung der natürlichen Sole kann die Widerstandsfähigkeit erhöht und damit die Infektanfälligkeit gegenüber Erkrankungen der oberen und unteren Atemwege auf natürliche Weise reduziert werden. Obendrein sorgt das langsame Gehen in allergenarmer Umgebung für eine Entschleunigung, welche für die Widerstandsfähigkeit des Organismus von besonderer Bedeutung sei, so Dr. Riedlsperger.

Expertentipps der Bad Reichenhaller Kurärztin Dr. Beatrix Riedlsperger für besseres Durchatmen:

Unbedingt austesten lassen! Lassen Sie unbedingt testen, auf welche Pollenarten Sie allergisch reagieren. Nur dann können Sie – abhängig von der Blütezeit und den klimatischen Verhältnissen – Regionen aufsuchen, die aktuell nicht belastet sind und sich damit Auszeiten schaffen.

Richtige Urlaubsplanung: Planen Sie Ihren Urlaub möglichst genau dann, wenn die Pollenbelastung zuhause für Sie am größten ist. So können Sie die Zeit der Beschwerdesymptomatik gut beeinflussen bzw. verkürzen.

Wandern und spazieren gehen in der Höhe: Suchen Sie möglichst oft eine pollenfreie klimatische Umgebung auf. Die Pollenbelastung ist im alpinen Bereich generell deutlich geringer und vor allem kürzer. „Im alpinen Atemort Bad Reichenhall wurde bewusst auch in der Bepflanzung auf Allergiker Rücksicht genommen“, erklärt Dr. Riedlsperger. Das mild-reizende Alpenklima bietet ideale Voraussetzungen für die Atemwege.

Meeresluft oder AlpenSole: Salz schafft Erleichterung. Wie die Meeresluft befreit auch die AlpenSole die Atemwege. Die Salzlösung hilft, den zähen Schleim zu verflüssigen. Sie befeuchtet die Schleimhäute, wirkt abschwellend und regenerierend. Der Nasen-Rachenraum wird durch das Einatmen und Spülen mit Salz abgehärtet und widerstandsfähiger gemacht.

Nach draußen: am besten morgens und nach Regengüssen. Zu diesen Zeiten ist die Pollenbelastung am geringsten. Wenn möglich durch die Nase einatmen.

Allergenfreies Schlafzimmer: Um nachts möglichst gut zu schlafen, sollten Sie zur aktiven Pollenzeit die Fenster geschlossen halten. Die Haare am besten abends waschen und die Kleidung des Tages nicht im Schlafzimmer ablegen. Was ist AlpenSole?

Die Bad Reichenhaller AlpenSole ist viel mehr als „Salzwasser“. Die stark mineralhaltige Heilsole hat einen Salzgehalt von 26,5 Prozent und befindet sich direkt unter der berühmten Salinenstadt. Im Unterschied zu Salz, das aus herkömmlichem Meerwasser gewonnen wird, ist sie frei von Umweltgiften und reich an Mineralstoffen: Die hohe Konzentration von Jodid, Fluorid, Magnesium, Kalium und Kalzium, die weit über den vorgegebenen Mindestwerten liegt, ist für die Zertifizierung Bad Reichenhalls als Heilquelle verantwortlich. Durch Soleleitungen gelangt die AlpenSole direkt zum Freiluftinhalatorium Gradierhaus im Königlichen Kurgarten, zur RupertusTherme, zu Kliniken und Kurmittelhäusern.

Weitere Auskünfte

Berchtesgadener Land Tourismus GmbH

Wittelsbacherstr. 15 D- 8335 Bad Reichenhall

Fon +49 8651 71511-0 info@bad-reichenhall.de www.bad-reichenhall.de

Über das Berchtesgadener Land. Im Südosten Oberbayerns erstreckt sich das Berchtesgadener Land vom sanft-hügeligen Rupertiwinkel im Norden bis zum Nationalpark Berchtesgaden an der Landesgrenze zu Österreich. Kultur von Weltrang, stilvolle Shopping-Möglichkeiten sowie vitale Auszeiten und Kur-Klassiker mit Salz und Sole zeichnen die Alpenstadt Bad Reichenhall aus. Im Süden wartet die Region mit hochalpinen Gebirgslandschaften und weltberühmter Naturkulisse um Königssee und Watzmann (2.713 Meter) auf. Tradition und Brauchtum sind fest verankert im Berchtesgadener Land, das sich als Filmregion einen Namen gemacht hat. Mit UNESCO-Biosphärenregion und als einzige „Alpine Pearls“ in Deutschland haben sich Bad Reichenhall und Berchtesgaden bewusstem Reisen, sanfter Mobilität und dem Naturschutz verschrieben. www.berchtesgaden.de, www.bad-reichenhall.de

News-ID: 1089006 • Views: 655 (Stand: 27.08.2026)

Link zur Pressemitteilung:

<https://www.openpr.de/news/1089006/AlpenSole-schafft-natuerliche-Erleichterung.html>