Zeitschrift: Gesundheitsnachrichten / A. Vogel
Herausgeber: A. Vogel
Band: 22 (1965)
Heft: 2

Artikel: Kuhnebäder
Autor: [s.n.]
DOI: https://doi.org/10.5169/seals-969103

Nutzungsbedingungen
Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Mehr erfahren

Conditions d'utilisation
L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. En savoir plus

Terms of use
The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. Find out more

Download PDF: 10.07.2025

ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, https://www.e-periodica.ch

Die Baunscheidt-Behandlung

Der soeben geschilderten chinesischen Ableitungsart ist die Methode von Baunscheidt verwandt. Er hat sie allerdings nicht von den Chinesen übernommen, sondern ist durch eigene Erfahrung auf die Zweckmässigkeit solcher Behandlungsweise gestossen. Zur Erlangung der Hautreizung benützt diese Methode einen Nadelapparat, bekannt als Lebenswecker. Nach der erfolgten Reizung reibt man das Baunscheidt-Öl ein, packt mit Watte zu und lässt die Anwendung die Nacht hindurch wirken. Am folgenden Tag nimmt die Behandlung ihren weiteren Verlauf, indem man eine Wollfettcrème, beispielsweise die Crème Bioforce, auflegt.
Bei vielen chronischen Leiden, sogar bei multipler Sklerose hat sich die Reiztherapie schon ausgezeichnet bewährt. Man behandelt dabei den Patienten links und rechts der Wirbelsäule entlang. Es ist indes nicht ratsam, eine Baunscheidt-Ableitung aufs Geratewohl durchzuführen, ohne damit gründlich vertraut zu sein und die richtige Anwendungsart zu kennen, denn sie muss unbedingt verstanden sein. Dies gilt für jede grössere Reiztherapie, weshalb es besser ist, einen Physiotherapeuten oder biologisch eingestellten Arzt, der die notwendige Erfahrung besitzt, zur Durchführung der Behandlung zuzuziehen. Wer mit dem Nadelapparat arbeitet, muss besonders vorsichtig sein, denn er darf damit nur Muskelpartien behandeln, niemals aber Drüsengegenden oder die Knochenhaut, denn diese darf man nicht reizen.

Reiztherapien können da mit Erfolg angewendet werden, wo die Medikamenteinnahme versagt, weil der Kreislauf in den betroffenen Körperpartien nicht mehr recht arbeitet, weshalb die Heilmittel nicht mehr auf dem Blutwege zu den erkrankten Stellen gelangen können. Die notwendige Anregung durch die Reiztherapie ist daher ein Ausweg, der sich als willkommene Hilfe auswirken kann.

Kuhnebäder

Noch immer ist Louis Kuhne in der Naturheilkunde bekannt, gehörte er doch zu jenen klugen Köpfen, die das Wasser zur Anwendung einer erfolgreichen Reiztherapie benützten. Er arbeitete seine Methode so gut aus, dass sein Lehrbuch, in viele Sprachen übersetzt, um die ganze Erde wanderte. Leider war ihm kein direkter Nachfolger beschieden, und auch keine Vereine nahmen sein Gedankengut auf, um die Kuhne-Methode zu verbreiten und allgemein bekanntzumachen, wie dies mit den Anwendungen von Priessnitz, Sebastian Kneipp und anderen Hydrotherapeuten geschah.

Das Reibesitzbad

Besonders wertvoll und wichtig ist das Reibesitzbad, das Kuhne ausgearbeitet hat. Dessen vereinfachte Methode kann man in jedem Hause leicht durchführen. Man beschafft sich einen gewöhnlichen Kessel, den man bis zu ¾ Höhe mit kaltem Wasser füllt. Nun legt man ein Brettchen, das die Hälfte des Kessels deckt, darüber und setzt sich mit entblösstem Unterkörper darauf. Eine Badebürste mit Stiel umwickelt man mit einem Lappen, taucht die Bürste ins kalte Wasser und fährt damit um die Partien der Sexualorgane. Damit die Kältereaktion nur eine Körperpartie erfasst, darf die Hand bei der Anwendung nie ins kalte Wasser tauchen, sondern muss stets ganz trocken bleiben. Während dieser Behandlung sollte man wegen der erwähnten Kältereaktion auch noch wie beim Schwitzbad unbedingt die Körperwärme durch warme Tücher, die man um sich schlingt, beibehalten.

Die Anwendung wird sich abends am besten auswirken, denn sie verschafft einen viel ruhigeren Schlaf, weil man das Blut vom Kopf in den Unterleib zieht, was ein leichteres Ausschalten der Gedanken ermöglicht. Wer schwer hat, einzuschlafen, sollte diese Methode einmal anzu-

wenden versuchen, denn oft genügen schon 5 Minuten, um das Blut in das Zentrum des Körpers zu führen und eine Hyperämie zu erzeugen. Je nach der Reaktion des Körpers und dem Zweck, der erreicht werden soll, muss man die Anwendung auf 10—15 Minuten ausdehnen. Dabei ist jedoch immer zu beachten, dass man nie zu frösteln beginnt, sondern schön warm behält, da sonst die gute Wirkung nicht zustande kommen kann. Wer Bedenken hat, er könne sich erkälten, weil er mit der Bürste immer wieder in das kalte Wasser eintaucht und die gleiche Körperpartie benetzt, wird sich irren, denn gerade diese Körpergegend ist sehr reich an Blutgefässen, weshalb sie auf Kälte nicht empfindlich ist. Man muss bei der Reibung nur vermeiden, die Blase zu treffen, da diese empfindlicher ist. Wer allerdings allgemein auf Kaltwasseranwendungen nicht günstig anspricht, indem er dadurch keine Wärmereaktion erzielt, wird beim Reibesitzbad sehr vorsichtig prüfen müssen, ob es für ihn dienlich ist.

Wer irgendwelche Kaltwasseranwendungen erfolgreich durchführen kann, wird auch aus der Kuhne-Methode den erwünschten Nutzen ziehen. Kopfweh, Kongestionen im Kopf, bleierne Müdigkeit, Magenverstimmungen, Appetitlosigkeit und viele andere Leiden werden durch das Reibesitzbad günstig beeinflusst. Auch Frigidität sowie sexuelle Überreiztheit können dadurch gut bekämpft werden, so dass man die Funktionen mit der Zeit wieder ins normale Gleichgewicht bringen kann. Nach einigen Wochen können sich Depressions-, ja sogar Schwermutszustände bessern und bei längerer Anwendung oft zum Verschwinden gebracht werden.

Wer das Reibesitzbad nach der gegebenen Anleitung mit der notwendigen Vorsicht bei sich zu Hause anwendet, wird dadurch keinen Schaden erleiden. Man wird im Gegenteil, meist allen Grund haben, über die gute Wirkung, die es auslöst, überrascht zu sein.

Darmparasiten

Die Grossmutter früherer Zeiten, die mit wachsamen Augen und reicher Erfahrung ihre Enkelkinder beobachtete, hatte sich meist nicht getäuscht, wenn sie bei verschiedenen Symptomen, wie Schatten unter den Augen, stetiges Grübeln in der Nase, nervöses Benehmen, Mangel an Geduld zum Spielen und unruhiges Herumwälzen im Bett statt entspanntes Schlafen, Würmer vermutete. Sie verabreichte den Kindern in solchem Falle regelmässig Rainfarn- oder Wermuttee. Liessen sich kleine Fadenwürmchen feststellen, dann mussten die kleinen Patienten Milch trinken, in der die Grossmutter rohen Knoblauch zerdrückt hatte. Wenn auch manches Kind diese Arznei mit Widerwillen einnahm, half sie doch in der Regel, und wenn sie nicht genügte, wurde sie noch zu Darmeinläufen benützt. Es war sehr gut und angebracht, dass die Erwachsenen darauf bedacht waren, die Kinder rasch von der lästigen Wurmplage zu befreien, denn Würmer schädigen den kindlichen Organismus sehr stark.

Auch heute noch sollte man diese Vorsicht walten lassen. Manches bleiche Kind, das immer müde und schlecht gelaunt ist, beherbergt nämlich Würmer in sich und sollte daraufhin untersucht werden. Aber es können oft Jahre vergehen, bis jemand ernstlich auf die Übelstände achtet, bis womöglich eine Stuhl- oder Blutuntersuchung den Tatbestand von Würmern offenbart. Arme Kinder, die auf diese unachtsame Art jahrelang unter einer solchen Plage zu leiden haben. Das erschwert natürlich auch die Erziehung, denn gequälte Kinder haben schwer, freudig zu sein und willigen Gehorsam zu leisten.

Giftfreie, pflanzliche Wurmmittel

Der Umstand, dass man heute giftfreie,