

Zeitschrift: Das Rote Kreuz : officielles Organ des Schweizerischen Centralvereins vom Roten Kreuz, des Schweiz. Militärsanitätsvereins und des Samariterbundes

Herausgeber: Schweizerischer Centralverein vom Roten Kreuz

Band: 18 (1910)

Heft: 7

Artikel: Das Dampfbad

Autor: [s.n.]

DOI: <https://doi.org/10.5169/seals-545423>

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: 12.01.2026

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

Das Rote Kreuz

Schweizerische Monatsschrift

für

Samariterwesen, Krankenpflege und Volksgesundheitspflege.

Inhaltsverzeichnis.

	Seite
Das Dampfbad	73
Die Berufssarbeit und Augenverlegungen . . .	75
Die Krankenpflege des Roten Kreuzes in Japan	76
XII. Kantonalbernischer Hülfsslehrertag 1910 in Münzingen	77
III. Ostschweizerischer Hülfsslehrertag in Zug .	78
Aus dem Vereinsleben: Samaritervereinigung Zürich: Samariterverein Hägendorf und Uml-	
gebung: Vorstandserneuerungen in Samaritervereinen	78
An die Sektionen des schweiz. Samariterbundes	80
Erinnerungen an 1871 (Feuilleton) Forts. . .	80
Von der Kurpfuscherei	83
VI. ordentliche Hauptversammlung des Zweigvereins Bern Mittelland in Bern	84
Briefkasten	84

Das Dampfbad.

Zu den beliebtesten Anwendungssformen gegen Erkältungsrankheiten aller Art gehört das Dampfbad. Der Name Dampfbad ist zwar althergebracht, aber nicht ganz richtig; denn nicht der Dampf wirkt direkt auf den menschlichen Körper, sondern nur die durch den eintretenden Dampf erwärmte Luft. Würde der Dampf unmittelbar auf den entblößten Körper treffen, so würde dieser infolge der hohen Temperatur sofort verbrüht werden. Strömt der Dampf in den Baderaum, so wird er dort durch die in demselben herrschende niedere Temperatur in Wasser verwandelt, das in Gestalt kleinstter Bläschen herumfliegt. Die Luft im Baderaum erwärmt sich immer mehr, wird mit Wasserbläschen gefüllt und umgibt den Badenden mit einer Dunstschicht.

Das Dampfbad übt hauptsächlich eine reinigende und ausscheidende Tätigkeit auf den menschlichen Körper aus. Der Hautoberfläche anhaftender Schmutz und Fetteilchen werden erweicht, oft löst sich eine größere Menge der abgestorbenen Oberhaut ab, die

Hautporen öffnen sich, und die Haut wird gewissermaßen gelockert, so daß sie einer ihrer Hauptfunktionen, der Ausscheidung, im vollen Maße nachkommen kann. Bald stellt sich Schweiß ein, dessen Absonderung unterstützt wird durch die erhöhte Temperatur der Haut, veranlaßt durch Wärmestauung und Wärmezuführung.

Wie schon eingangs erwähnt, findet das Dampfbad vorzugsweise bei allen Erkältungsrankheiten Anwendung, bei Rheumatismus, Gicht und Katarrh. Außerdem leistet es sehr gute Dienste bei der Behandlung von Geschlechtsrankheiten und Arzneivergiftungen, wie auch bei akuten und chronischen Geschwüren, auf die es zerteilend einwirkt. Vielfach wird das Dampfbad auch vorbeugend gebraucht, und manche Leute haben sich daran gewöhnt, ihren Körper auf diese Weise von den „Schlacken“ zu befreien, eine Angewohnheit, die ihnen in den allermeisten Fällen zum Segen gereichen wird. Solche Personen empfinden es angenehm, wenn dem Dampf

bade sofort eine kühle Abwaschung oder eine eben solche Dusche folgt! Für Patienten aber, besonders für solche, die an Blutverderbnis leiden, dürfte es sich empfehlen, dem starken Schwitzen im Bade ein mäßiges Nachschwitzen in Ruhe in einer Trockenpackung — in Leinwand oder Rohseide mit umgebender wollener Decke — folgen zu lassen, wonach man ein laues Bad oder eine kühle Abwaschung verabreicht.

Um meisten bekannt dürften wohl die sogenannten russischen Dampfbäder sein, eine Einrichtung, die nicht nur in Russland, sondern auch in Deutschland schon im Mittelalter im Gebrauch war. Diese Art der Bäder sind jedoch geeignet, unter Umständen mehr Schaden anzurichten, als Nutzen zu stiften. Denn da einerseits mehrere Personen zugleich baden können, andernteils sich aber der Kopf des Badenden nicht außerhalb des Baderaumes befindet, so ist man gezwungen, seine eigenen Ausdünstungen sowohl, als auch die der andern Badenden einzutragen, was den menschlichen Atmungsorganen und somit auch dem ganzen Organismus nicht gerade zu träglich sein dürfte. Vorteilhaft ist es, daß im russischen Dampfbade sich der Patient je nach seinem körperlichen Befinden in höhere und niedere Temperaturen begeben kann, dadurch, daß er sich der in den meisten Anstalten an den Wänden angebrachten Terrassen bedient.

An Stelle des russischen Bades tritt in manchen Badeanstalten bisweilen das Kästendampfbad. Es hat den Vorteil, daß sich der Kopf und somit der Eingang zu den Atmungsorganen außerhalb des Baderaumes befindet. Der Dampf wird außerhalb des Kästens erzeugt und durch ein Rohr so hineingeleitet, daß er den Körper nicht direkt trifft. In einem Dampfbade soll man nicht zulange schwitzen. Stellt sich Schweiß im Gesicht ein, so soll man es nach fünf, mindestens aber nach 10 Minuten verlassen.

Ein guter Ersatz für das Kästendampfbad ist das sogenannte Rohrstuhldampfbad, das

sich in jedem Hause schnell und bequem einrichten läßt. Der Patient setzt sich völlig entkleidet auf einen alten Rohrstuhl. Die Füße, die übrigens vor Verabreichung eines Dampfbades nie kalt sein dürfen und die nötigenfalls vorher durch ein heißes Fußbad zu erwärmen sind, stellt er in ein flaches Gefäß mit warmem Wasser oder auf ein feuchtes Tuch, in welches man vorher eine mit heißem Wasser gefüllte Wärmeflasche oder einige tönerner Bierflaschen einwickelte. Dann stellt man unter den Sitz des Stuhles einen Eimer oder Topf, der mit kochendem Wasser gefüllt ist. Sodann umgibt man das ganze mit einer wollenen Decke, die vom Fußboden bis an den Hals des Patienten reicht und die hier, wie an allen Seiten, gut schließen muß. In Ermangelung einer Decke kann man sich auch eines Frauenrocks von dichtem Gewebe bedienen. Nach einiger Zeit gieße man vorsichtig kochendes Wasser in den Eimer nach oder wechsle diesen mit einem frisch gefüllten schnell aus. Da bei diesen Vor nahmen durch Lüftung der Decke eine dem Kranken unangenehme Zugluft entsteht, so ist es noch besser, den Dampf in einem außerhalb des improvisierten Baderaumes stehenden Dampftopf über einer Spiritusflamme zu erzeugen und durch ein Rohr an Ort und Stelle zu leiten.

Ein solcher Topf liefert auch Dampf für das sogenannte Bett dampfbad. Über den bettlägerigen Patienten wird ein leichtes Gestell aus dünnen Holzleisten oder aus spanischem Rohr gestülpt und dieses mit Decken allseitig dicht verhangen, doch so, daß auch hier der Kopf frei bleibt. Dann wird das dampfzuleitende Rohr am besten am Fußende angebracht. Eine einfachere und sehr milde Form des Bett dampfes verabfolgt man, indem man den Körper wie bei einer Ganz- oder Dreiviertelpackung in ein kühle feuchtes Laken einhüllt, dann aber, ehe man die wollene Decke darüber schlägt, an den Füßen des Patienten eine und an jeder

Seite zwei oder drei mit heißem Wasser gefüllte tönerne Bierflaschen legt, so daß sich diese zum Schluß zwischen der feuchten Packung und der wollenen Decke befinden. Um gefährliche Verbrühungen zu vermeiden, überbinde man die fest eingedrückten Körpe und umgebe die Flasche mit einem wollenen Tuche oder Strumpfe.

Nicht für alle Personen eignet sich das Dampfbad. Herzkranke sowie schwer Fiebernde dürfen es unter keinen Umständen nehmen. Ebenso sollen es solche Personen meiden, die zu Schlaganfällen neigen oder an Arterienverkalkung, Ohnmachten und Krämpfen leiden. Es muß auch entschieden gewarnt werden vor einer übertriebenen Anwendung der Dampfbäder und vor zu langer Ausdehnung des einzelnen Bades. Wird dem Patienten im Bade unbehaglich, so muß er dasselbe sofort verlassen. Auch sollte man nie, um unangenehme Zufälle zu vermeiden, ein Dampf-

bad ohne Beaufsichtigung oder Anwesenheit einer zweiten Person unternehmen. Kranke, die ein Dampfbad schlecht vertragen, finden einen guten Ersatz dafür im elektrischen Lichtbade.

Bei örtlichen Erkrankungen verabreicht man auch Teildämpfe: Fuß-, Bein-, Gesäß-, Rumpf-, Arm- und Kopfdampfbäder. Letztere jedoch sind mit Vorsicht zu gebrauchen. Angenehm wird die Anwendung des Dampfes durch die sogenannte Dampfdusche empfunden. Ist eine solche richtig konstruiert, so kann der Kranke nicht durch mit dem Dampfe zugleich aussprühendes heißes Wasser verletzt werden. Auch ist das Ausflußrohr des Dampfes für jede Höhe verstellbar und jeder beliebige Körperteil kann je nach Wahl stark oder schwach angedampft werden. Der Andampfung folge eine kühle Abwaschung der betreffenden Stelle.

(„Monatsbl. f. öffentl. Gesundheitspflege“.)

Die Berufssarbeit und Augenverletzungen.

Die Berufssarbeit bringt es mit sich, daß gerade bei Männern sehr häufig Augenverletzungen vorkommen, und zwar handelt es sich meistens um solches Material, bei dem Splitter abspringen und gegen das Auge fliegen können. Wenn die Fremdkörper in die Hornhaut eindringen, so sind sie für gewöhnlich gut entfernbare, womit aber nicht gesagt werden soll, daß die Arbeiter an sich selbst oder anderen mit unreinen Händen oder Instrumenten derartige Entfernungsversuche machen dürfen. Nur die Hand eines sachkundigen Arztes bietet Gewähr, daß keine weiteren Schäden bei der Entfernung entstehen. Schon seit einer ganzen Reihe von Jahren hat man als Schutz Brillen empfohlen, von denen sich solche aus Celluloid und aus leichtem Glimmer nicht bewährt haben; auch Drahtbrillen sind deshalb nicht zu empfehlen,

weil sie in ihren Maschen leicht Schmutz aufnehmen und zur Abhaltung kleiner Fremdkörper so engmaschig sein müssen, daß sie verrostern. Am besten sind Schutzbrillen aus dickem Glase, die dauerhaft sind und bequem sitzen. Es ist außerordentlich zu bedauern, daß die Abneigung der Arbeiter gegen sie eine sehr große ist, obgleich es in ihrem eigenen Interesse liegt, wenn sie solche bei gefährlicher Arbeit tragen würden. — Es soll hier noch ein Wort über die Kohlestäubchen gesagt werden, die in das Auge, d. h. in den Bindegaußack fliegen. Weil sie ein lästiges Druckgefühl erzeugen, so wird das betreffende Auge unwillkürlich gerieben und gewischt, wodurch die Beschwerden nur erhöht werden. Sitzt der Fremdkörper unter dem Oberlid, so zieht man dieses am besten an den Wimpern über das Unterlid herunter.