Zeitschrift: Sauter's Annalen für Gesundheitspflege: Monatsschrift des

Sauter'schen Institutes in Genf

Herausgeber: Sauter'sches Institut Genf

Band: 28 (1918)

Heft: 1

Artikel: Ueber das heisse Bad [Fortsetzung und Schluss]

Autor: Baelz, E.

DOI: https://doi.org/10.5169/seals-1037997

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: 14.12.2025

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

berechnet seine Lebensdauer auf 1760 Rahre zerfällt nachweisbar eine gasförmige Ausscheidung des Radiums, die stets an diesem festgestellt werden fann, die fog. Radiumemanation, schon in start 3 Tagen zur Balfte. Gine verwandte "Emanation", die fog. Aftiniumemanation, zerfällt gar icon nach 7,8 Gefunden gang vollständig. Ueberhaupt find viele ber "Strahlungsftoffe" nur bon äußerft furger, nach Sefunden und Minuten gablender Dauer. Naturgemäß entstehen bei diesen Borgangen wieder andere Energieformen ober Stoffe, benn nichts geht in ber Natur verloren; fo barf 3. B. heute als sicher angenommen werden die Umwandlung der Radiumemanation 1) in das Element Selium (baber ber Seliumgehalt mander radioaftiven Baffer, 3. B. Schwäb. (Schluß folgt.) Wildbad).

(Dr. Gustav Jaeger's Monatsblatt für Lebenskunde und Gesundheitspflege.)



lleber das heiße Bad.2)

Bon Profeffor G. Baely, Stuttgart-Tofio.

(Fortsetzung und Schluß)

Regeln zur Anwendung heißer Bäber. Der Baberaum nuß gut ventiliert sein, damit den Kopf immer frische Luft trifft; sonst kommt leicht schon nach wenigen Minuten Beklemmung und lästiges Hitzegefühl im Kopf. Erst dann ist es Zeit, kalte Umschläge auf den Kopf zu machen; von Anfang Kälte auf den Kopf zu applizieren, ist geradezu schäblich. Je

beifer das Bad ift, befto nötiger find vor bem Sineinsteigen beiße Uebergiegungen bes Ropfes. Das ift eigentlich felbstverftanblich, benn mas junächst bem Birn broben fonnte, ift Unamie (Blutleere), nicht Syperamie (Blutüberfüllung). Durch bas fehr warme Baffer erweitern fich nämlich rasch die Gefäße ber Saut und ber Gliebermustel, mahrend bie inneren Organe blutarmer werben. Der Umfang bes Bauches nimmt ab, ber Schenkel nimmt gu. Befonders aber wird bei ber rafchen Menderung ber Blutverteilung der außerhalb bes Baffers befindliche Ropf blutarm. Das wird verhindert, wenn man ihn, wie gesagt, vorher wiederholt mit bem Bademaffer übergießt, fo dag feine Befäße erichlaffen.

In den heißen Massenbädern von Ausatsu (45-54°) läßt der Bademeister keinen ins Bad, der sich nicht 100 Schöpflöffel des Badewassers über den Kopf goß.

Ich habe Tausende so baden gesehen, habe aber nie Ohnmacht oder Schwindel beobachtet. Gegen das durch den aufsteigenden Dampf bald eintretende Hitzegefühl im Gesicht kann man sich durch einen breiten Kragen aus Oelpapier schützen. Sitzend wird das heiße Bad besser und länger ertragen als liegend.

Wenn beim Aufstehen und beim Berlassen des Bades durch Senkung des Blutes in die schlaffen tieferen Gefäße Schwäche oder Schwindel eintritt, so verschwinden sie sofort durch Flachbiegen. Jest ist auch lebergießen mit kaltem Wasser angenehm und erfrischend. Vor Erkältung braucht man sich nicht zu fürchten, denn unmittelbar nach dem heißen Bad ist es unmöglich, sich zu erkälten. Die Hautgefäße sind nämlich paralysiert, so daß kalte Luft und kaltes Wasser keinen restektorischen Einfluß haben.

Ich (Baelz) habe das durch genaue Experimente und Sphygmogramme (Pulszeichnungen, nachgewiesen, Auf diese Weise erklärt

¹⁾ Von der Emanation des Radiums konnte in letzter Zeit durch Ramsan und Gray sestgestellt werden, daß sie sich bei sehr starker Abkühlung verslüssigt. Diese stüffige Modisikation siedet bei 62° Kälte und erstarrt bei noch weiterer Temperaturerniedrigung zu einem zuserst blau, hernach gelb leuchtenden Körper.

²⁾ Siehe Rummer 12, 1917,

sich die frappante Tatsache, daß sich Japaner im Winter oft nach dem heißen Bade ungestraft nacht der Kälte aussetzen. Erst einige Zeit nach dem heißen Bad ist der Körper in dem Zustand wie unmittelbar nach dem warmen Bad: daß nämlich die oberflächlichen Gefäße nicht gelähmt, sondern nur erschlafft sind, und dann werden sie durch Kälte verengt und es wird viel Blut plöglich in die Tiefe getrieben, wodurch allerlei "Erfältungsleiden" entstehen können. Denn fast jeder Mensch hat irgend ein schwaches, gegen plöglichen Blutwechsel besonders empfindliches Organ. Am häufigsten im Gebiet der Muskulatur, der Schleimhäute, der serösen Häute.

Bei Einhaltung obiger Vorschriften braucht man bei heißen Bädern keine üblen Folgen zu besorgen.

Heiße Bäber als Heilmittel. Nicht angezeigt sind sie bei Herzleiden, Atherom (d. i. Arterienerkrankung — die innere Abernwand bildet sich in eine breiartige Masse um), bei sehr reizbarem Nervensustem und bei organischen Nervenleiden, bei sieberhaften Leiden, bei Tuberkulose und bei Diabetes (Harnruhr).

Heiße Bäder sind aber zu empfehlen bei einer akuten Erkältung, mag es sich nun handeln um Muskel- oder Gelenkschmerz, oder um Schnupfen, oder Angina, oder Bronchitis. Hier ist ein heißes Bad mit nachfolgendem Schwigen unter wollenen Decken das beste aller Heißeilmittel. Auch Diarrhöen durch Erkältung hören nach heißen Bädern auf. Bei Rheus matismus. Wenn irgend möglich, sollte der Kranke 2—3 Bäder täglich nehmen, bei 40° von 10—20 Minuten steigend, bei 38° aber mindestens eine halbe Stunde im Wasser bleibend.

Sehr zu empfehlen sind endlich mehrstündige Bäber von Blutwärme (b. i. 36—39° C nach Camerer, nach Rante 37—38° C). Nach einem

solchen Bad nuß man sich aber rasch ankleiden, da man sich sonst leicht erkältet, im Gegensatzum wirklichen heißen Bad. Bei Gicht leisten heiße Bäder treffliches, wenn das Herz nicht affiziert ist.

Bei Sphilis stehen die Schwefelbäder mit Recht seit langem in gutem Ruf. Aber auch hier sollte häufiger und heißer gebadet werden.

Ich (Baelz) habe bei vierwöchigen Kuren von drei Bädern von 40° täglich meist großen Nutzen, aber niemals Schaben gesehen. Jedensfalls war der Erfolg vollständiger und rascher, als bei der in Europa üblichen Thermalkur.

Bei Strofulose, mag dieselbe nun in einsfachem Lymphatismus bestehen oder tuberkulöser Natur sein, erreicht man mit Sees und Sonnensbädern mehr, als mit heißen Wasserbädern.

Großartigen Erfolg haben die heißen Bäber bei vielen Krankheiten der Atemorgane, so bei Kroup und namentlich bei Pseudokroup; hier möglichst heiß und kurz, und daneben ein Brechmittel. Den gleichen großen Rugen haben die heißen Bäber bei Bronchitis (Bronchialskatarrh).

Emphyfem (Lungenblähung) und dronische Bronditis sowie Afthma (anfallsweise auftretende Atemnot) werden burch Schwefelbader von 38-40° meift fehr erleichtert, boch muß diefe Behandlung mindeftens zwei Wochen bauern. Die glänzenoften Resultate aber hat das beife Bad bei tapillarer Bronchitis (Bronchialkatarrh in den feinsten Blutäderchen) und bei Bronchopneumonie (eine beidränkte Lungenentzundung) ber Rinder, und zwar darf einen hier das Fieber nicht abschrecken. Rein anderes Mittel leiftet ähnliches. beife Bad wirft babei als starte Ableitung auf die Oberfläche und erzeugt fo eine große Entlastung des fleinen Rreislaufs. Chanose (blauliche Verfärbung ber Haut und anderer Bewebe infolge venöser Stauung beziehungsweise mangelhafter Oxydation des Blutes) und kleiner Puls sprechen also für, nicht gegen Anwens dung des Bades. Sie werden dadurch rasch günstig beeinflußt. Auch die Temperatur pflegt unter Schweiß zu fallen; die Atemfrequenz nimmt ab und es kommt erfrischender Schlaf.

Ift das Herz sehr schwach, so kann man vor dem Bad etwas Kampferöl subkutan einsprizen. Meist genügen zwei Bäder von ansangs 38°, die man allmählich auf 40—43° erwärmt. Das Kind wird im Bad halb sügend so gehalten, daß vordere Brustwand und Nacken nicht eintauchen; man besprizt vielmehr diese Teile und das Gesicht öfter mit kaltem Wasser zur Austösung tiefer Atemzüge. Die Dauer des Bades beträgt 3—10 Minuten; sobald die eingetauchte Haut lebhaft rot wird, nimmt man den Patienten heraus. Die Resultate der heißen Bäder sind denen der kalten weit überslegen, wie sie ja auch schon aus theoretischen Gründen logischer sind.

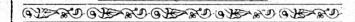
Bei afuter Nierenentzündung find heiße Bäder, bei gleichzeitiger Darreichung von Herzetonicis (Berg fraftigende Mittel), fehr nütlich.

Bei Tripper und Nebenhodenents zündung der Männer eignen sich heiße Bäder nicht; umso mehr aber bei chronischen Beckenersubaten (entzündliche Ausschwiguns gen) der Frauen.

Menftrualschmerzen werden, namentlich im Beginne der Periode, durch ein möglichst beißes Sithad (mindestens 42°) oft sofort besseitigt.

(Zeitschrift für Erziehung und Unterricht.)





Der alkoholisierte Sängling.

Bon Dr. 3mfeld.

Ein Bater und eine Mutter hatten ein fleines Rind, diefes fleine Rind hatte eine Amme.

Dieser Sängling war, soweit es im 20. Jahrshundert möglich ist, frei von jedem vererbten Fehler. Es war vollständig gesund, hatte ein blühendes Aussehen und zeigte bei jeder wöchentslichen Wägung eine der Zeit emsprechende Gewichtszunahme.

llnter dem wachenden Auge des Baters und der Mutter, sowie infolge der weisen Ratschläge des guten Doktors, genoß die Amme die für ihren Zustand entsprechende Nahrung und besobachtete eine kräftigende, ernährende und doch zugleich einfache Diät. Zur bestimmten Zeit nahm der Erbprinz regelmäßig seine Mahlzeit ein, nämlich alle 3 Stunden am Tag und zweimal in der Nacht, gerade so wie ein rechtschaffener Sängling es halten soll.

Merkwürdigerweise fam es aber doch zu einer febr bedeutungswerten Störung biefes idealen Buftandes. Bunachft zeigte ber junge Erbenburger eine auffallende Beränderung feines Charafters und seines Benehmens. Er, ber fonft eines fehr ruhigen Temperaments mar, - was ja das beste Zeichen einer blübenden Gesundheit und ber harmonischen Tätigfeit aller förperlichen Organe ift -, er, ber in feiner Ernährung geregelt war wie eine Uhr, wurde nervös und empfindlich, bald legte er eine überraschende Seiterkeit und eine erzentrische Lanne an den Tag, bald zeigte er fich fehr reigbar und ärgerlich. Er schlief schlecht. Dieser unruhige Zustand war aber fein beständiger, er war nur zeitweise zu fonstatieren und porwiegend an gewiffen Tagen,