

Zeitschrift: Appenzeller Kalender

Band: 271 (1992)

Artikel: Aus Innerrhoden

Autor: [s.n.]

DOI: <https://doi.org/10.5169/seals-376838>

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: 31.12.2025

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

ser liegen. Zur Steigerung der Wasserwirkung wird diesem zu Beginn des Bades noch ein Absud von Badekräutern beigefügt, deren Heilstoffe von der Haut aufgesogen werden. Auch wird der Patient gut gebürstet. Im Bade schwitzt er sehr stark, was ihm grosse Erleichterung bringt, werden doch dadurch viele Stoffwechselschlacken ausgeschwemmt. Nach dem Bade legt sich der Kranke für eine halbe Stunde ins Bett, wird gut in Woldecken eingehüllt, über den Kopf kommt eine Mütze. Das Nachschwitzen in entspannter Lage ist enorm wichtig und nützlich. Durch ein nachfolgendes lauwarmes Bad und Massage klingt die Temperatur wieder ab und der Patient fühlt sich wohl. – Sehr wichtig ist, dass alles richtig gemacht wird.

Verschiedene Universitäten haben das Schlenzbad einer exakten, wissenschaftlichen Prüfung unterzogen und es dann in ihren Instituten in die Therapie eingeführt. Prof. Dr. med. Hittmair

schrieb: «Das Überwärmungsbad (Schlenzbad) ist wissenschaftlich so gut fundiert, die Methode Schlenz so weithin bekannt, dass es wirklich nicht viel mehr bedarf, als dieses wertvolle, therapeutische Hilfsmittel wieder in Erinnerung zu bringen. Frau Maria Schlenz hat mit ihrem Werk der leidenden Menschheit einen grossen Dienst erwiesen.»

Sehr angezeigt aber ist die Verabreichung von Schlenzbädern bei der grossen Rheumagruppe, vertreten durch: Muskel-, Gefäss- und Gelenkrheuma (Arthritis), Arthrosis deformas, Ischias, Hexenschuss, Neuralgien, Neuritiden usw.; bei Gicht, gichtischen Arthropathien, Allergien, Furuunkulose und anderen Stoffwechselstörungen, zentralnervöse Störungen, Nieren- und Blasenentzündungen, Prostata, Frauenleiden, Erkältungskrankheiten der Atmungsorgane, Hautkrankheiten, Zirkulationsstörungen, sämtliche entzündlichen Prozesse.

In der neuesten Zeit mehren sich die Hinweise auf die Krebsverhütung (Bircher) und auf die zusätzliche Krebsbehandlung mit Schlenzbädern (Lampert und Zabel).

W.I.

Artikel von Otto Haller, Hydrotherapeut, zur Verfügung gestellt.

Naturmoorbad Gontenbad

geöffnet von April bis jeweils
Ende Oktober

Dienstag, Mittwoch, Donnerstag,
Freitag 8 bis 18 Uhr geöffnet

Telefon 071/89 12 85



S C H L Ä P F E R & C O A G

Kasernenstrasse 64
9101 Herisau

Ihr Partner für
alle Drucksachen

S A T Z ■ D R U C K ■ V E R L A G ■

Aus Innerrhoden

Wenn früener de Bischof vo St.Galle uff Appenzöll go feeme (firmen) choo ischt, het mer en mit em Landauer (Kutsche) em Sammelplatz osse abgholed. D Lüüt sönd a de Strooss kneued ond hend de bischöflich Sege entgegengoh. Emool – es hed abeghaue, was het möge – aber ischt de Bischof mit de Bah bis is Dorf abi gfahre. De Landauer hed möse lääre ond mit gschlossenem Vedeck omchere. Em Bläächewäldli enne het de Chapfbueb am Gutschner gfrooged, öb er töör uufhocke. Er hed töore, ond hed denn gaz vegnüeg zum Gutschefeeschteli usiglueged. D Lüüt aber hend globt, es sei de Bischof, wo ehre de Sege geb. Debei hed de Chapfbueb gad stendig mit beide Hende n abgwunke ond wele säge: «I bi n e nüüd, i bi n e nüüd.»