

Zeitschrift:	Illustrierte schweizerische Handwerker-Zeitung : unabhängiges Geschäftsblatt der gesamten Meisterschaft aller Handwerke und Gewerbe
Herausgeber:	Meisterschaft aller Handwerke und Gewerbe
Band:	20 (1904)
Heft:	20
Artikel:	Türkische und römisch-russische Bäder in eigenen Heim
Autor:	Ulbrich, C.A.
DOI:	https://doi.org/10.5169/seals-579640

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: 02.02.2026

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

Weidmann, Luzern, Aktuar, Joh. Lerch, Winterthur, Käffier, F. Brandenberg, Zug, als Beisitzer.

Diese Kommission hat nun die Aufgabe, Statuten zu entwerfen, Mitglieder zu sammeln und alles zu tun, was in ihren Kräften steht, um das Gefühl der Solidarität und des festen Zusammengehens bei den Meistern zu wecken und wach zu erhalten. Das Referat über den Streik in Basel hat den Anwesenden bewiesen, wie höchst notwendig dies sei, und wir wollen hoffen, daß die Meister sich nicht durch die Einigkeit der Arbeiter beschämen lassen, und daß auch die letzteren einsehen lernen, daß ein maßvollereres Vorgehen bei weitem einem Streit vorzuziehen ist und bei den Meistern eher zum Ziele führt, ohne einer gegenseitigen Erbitterung Raum zu gewähren.

Während die Meister tagten, fand die Protestversammlung in der Hardt statt, welche selbst nach Aussage des "Vorwärts" sehr mager aussieß und jedenfalls niemanden einen imponierenden Eindruck machte. Auch die mit Begeisterung angenommene Resolution hatte nur einen akademischen Wert, denn von schönen Worten werden weder Frauen noch Kinder satt.

Türkische und Römisch-Russische Bäder im eigenen Heim.

(Eingesandt.)

Mangel an Bewegung, an reiner Lust, mangelhafte Hautpflege, verkehrt Ernährung und Bekleidung, Verweichung, Sorgen, Überanstrengung u. c. wirken hemmend auf den Stoffwechsel, d. h. die Verarbeitung der Nahrung und Erneuerung des Blutes. Die verbrauchten Stoffe werden nicht alle ausgeschieden, lagern sich als "Selbstgäste" in den Geweben ab, die Organe in ihrer Tätigkeit hemmend, und bilden so eine beständige Gefahr. — Der Organismus sucht sich zwar häufig durch akute Krankheiten dieser Stoffe zu ent-

ledigen, was aber meist nur unvollständig gelingt. Es bilden sich darum mit der Zeit sogenannte chronische (in der Regel fieberlose) Leiden aus, die dann weit schwerer zu beseitigen sind.

Schwitzen ist das einzige Mittel, um den Organismus von den abgelagerten Stoffen zu befreien und die Hauttätigkeit anzuregen. Gewöhnlich läßt man den Patienten im Bett mit Hilfe eines Thees oder einer Packung schwitzen und erscheint dies als das Einfachste, was aber durchaus nicht der Fall ist, weil das Bettwärk selbstverständlich sehr dabei leidet. Außerdem sind Packungen umständlich und nur mit fremder Hilfe ausführbar.

Zum rationelleren Schwitzen bedient man sich des Dampfbades. Das Dampfbad ist weit wirksamer als warme und heiße Wasserbäder, weil in letzteren die Haut nur äußerlich gereinigt wird und der Badende nicht ausdünstet, während er sich im Wasser befindet. Im Dampfbad dagegen wird der Körper in 5 Minuten gleichmäßig erwärmt, der Blutstrom von den inneren Organen an die Hautoberfläche getrieben und der erleichternde Schweißausbruch eingeleitet — es kommt also eine Reinigung der Körperhäute zu stande. Die inneren Organe werden von den Ablagerungen befreit und dadurch befähigt, nach und nach ihre Tätigkeit wieder ungehindert zu verrichten. — Ein weiterer Vorteil liegt ferner darin, daß durch die üblichen warmen Bäder die Haut entschieden erschlafft, während durch Dampfbäder (richtig angewendet), die Haut in ihren Funktionen gestärkt und der Organismus, der durch den Schweißausbruch von dem überflüssigen Gewebewasser befreit wurde, abgehärtet, d. h. für Wittringseinfüsse widerstandsfähiger wird. Alles das kann durch das warme Bad niemals erreicht werden.

Wasserbäder im Hause sind meist kostspieliger und verursachen mehr Umstände; sodann sind im Winter die Badezimmer nicht genügend zu erwärmen und darum



eine Gefahr für die Badenden. Die Bäder werden aus diesem Grunde häufig unterlassen, zum Schaden der Gesundheit. — Wer jedoch einen Zimmer-Schwitzapparat besitzt, entschließt sich viel leichter einer Anwendung, weil sie im warmen Zimmer und in der Nähe des Bettes vorgenommen werden kann.

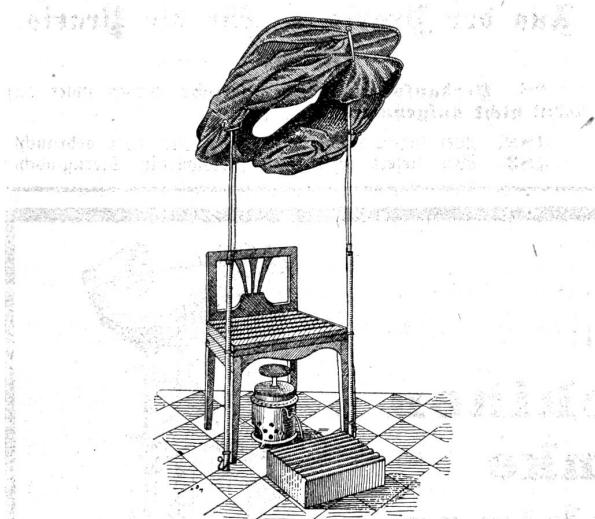
In öffentlichen Anstalten kostet ein Türkisches, ein Römisches-Russisches oder ein Kastendampfbad 15 bis 20 mal mehr als ein Dampfbad zu Hause. Es bedarf zu ersteren viel Zeit, kann nur am Tage vorgenommen werden, der Rückweg kann leicht zu Erkältungen führen, und entschließt man sich daher viel zu selten zum Besuch solcher Anstalten, die sich überdies nur in größeren Städten rentieren. Ein Dampfbad im Zimmer-Schwitzapparat läßt sich dagegen abends nehmen, ohne Berufspflichten versäumen zu müssen. Es ist in 30 bis 45 Minuten abgemacht und kostet zirka 15 Cts.

Ein mit allen Verbesserungen ausgerüsteter Zimmer-Schwitzapparat ist das Thermal-Kabinett „Rex“. Es zeichnet sich vor allen anderen ähnlichen Zimmer-Schwitzapparaten durch folgende Vorteile aus:

Der Heizer ist so eingerichtet, daß er zuerst die Füße erwärmt. Das ist besonders wichtig, weil bei allen akuten Krankheiten im ersten Froststadium, wo er am häufigsten zur Anwendung kommt, ein Blutandrang nach dem Kopfe besteht bei kalten Füßen und Händen. Andere Apparate haben für diesen Fall entweder gar keine Vorrichtung oder es müssen die Füße in ein Becken mit heißem Wasser gestellt werden, was unständlich ist und wobei die Füße nie zum Schwitzen kommen.

Das Thermal-Kabinett „Rex“ ist in zwei Ausführungen erhältlich:

Ausführung A ist nur für einfache Dampfbäder eingerichtet.



Ausführung B ist diejenige Konstruktion, welche als die vollkommenste bezeichnet werden darf, da mit dieser nicht nur gewöhnliche Ganz- und Teil-Dampfbäder, sondern auch Kräuter-Dampfbäder genommen werden können. Die vorzüglichen Heilwirkungen der Kräuter-dämpfe sind schon lange bekannt, jedoch noch nicht genügend im Gebrauch, weil es an geeigneten Apparaten fehlte. Das Thermal-Kabinett „Rex“ B ermöglicht es jedermann auf die einfachste und sicherste Weise, diese Kräuterdampfbäder in Anwendung zu bringen.

Das Neue und Eigenartige des Verfahrens besteht darin, daß zuerst durch die intensive Hitze des Brenners die Hautporen geöffnet und beschädigt werden, die Dämpfe

der in dem Kessel zum Sieden gebrachten Kräuter oder Substanzen aufzunehmen und auf die inneren Organe wirken zu lassen.

Die Umhüllung des „Rex“ ist aus einem unverwüstlichen Stoffe gefertigt, er wird nicht, wie die Gummistoffe, nach kurzer Zeit unansehnlich und brüchig.

Der Heizer ist für verschiedene Zwecke kombinierbar und kann sehr bequem für Kopf-, Arm-, Unterleibs- und Fußdampfbäder benutzt werden, eine Eigenschaft, wodurch er sich vor den meisten ähnlichen Apparaten vorteilhaft auszeichnet.

Das Thermal-Kabinett „Rex“ A und B braucht keine fremde Hilfe. Auch ist der Apparat ebensoviel für Dampf- wie für Heizluftbäder verwendbar.

Wegen seiner Vielseitigkeit hat dieser Zimmerschwitzapparat den Namen „Rex“ d. h. „König aller Schwitzapparate“ erhalten.

Reklamanten für den Wiederverkauf dieser zur Patentierung angemeldeten Apparate beziehen sich an die Firma C. A. Ulbrich & Co. in Zürich I zu wenden.

Verschiedenes.

Rickentunnel. Die Stollenstrecke ist nun auf der Wattwiler Seite bis zum Tunnelportal durchbrochen worden; zur Zeit wird an dem noch ganz in Holz gekleideten Portal gearbeitet. Jetzt ist auch damit begonnen worden, die Strecke unter dem Rickenbache, ca. 10 m, zu durchbrechen, was bis jetzt noch unterlassen worden war bis zur Fertigstellung der Holz- und Betonauschalung des Bachbettes über der Strecke; man befürchtete Wasserzufluss, obwohl der Bach 14 m über der Stelle kreuzt. Das Ende des jetzigen Stollenendes befindet sich unter der Wiese hinter dem „Schäffli“ Schönenberg. Die gesamte derzeitige Stollenlänge (von beiden Eingängen an gerechnet) beträgt zirka 2000 m, bezw. etwa 23 Prozent der 8600 m betragenden Gesamtlänge.

Dank dem weichen Material erzielte man mit dem bisherigen Handbetrieb fast ebenso große Fortschritte, als mit dem teureren Maschinenbetrieb gemacht worden wären. Mit dem 15. August begann der achtstündige Arbeitsstag und die teilweise elektrische Beleuchtung des Stollens.

Umbau in Bern. Das Gesellschaftshaus Museum zu Bern wird zur Zeit nach den Plänen des Architekten A. Brunner aus Zürich für Zwecke der Kantonalbank umgestaltet und soll bis Ende September 1905 zum Bezug fertig gestellt sein. Auch das Gebäude der Eidgenössischen Bank in Bern wird durch denselben Architekten einem Umbau unterzogen.

Projekt für ein Schulhaus in Herisau. Die Konkurrenz war ganz bedeutend; nicht weniger als 156 Projekte lagen der Jury zur Beurteilung vor. Mitglieder der Jury waren die Architekten Stadtbaumeister Geiser-Zürich, Dr. Schäfer-Herisau, Stadtbaumeister Pfeifer-St. Gallen, Vogt-Luzern, Dr. med. Meyer-Herisau. Einen ersten Preis von 1000 Fr. erhielt Architekt Kehler-Zürich, einen zweiten von 800 Fr. die Architekten Dr. und W. Pfeifer-Zürich, und je einen dritten von 600 Franken Prince & Béguin-Neuenburg und Architekt Gottfried Schneider, Mattenhof, Bern.

Postgebäude Sarnen. Vorletzten Mittwoch kam Bundesrat Dr. Zemp, Vorsteher des eidgen. Eisenbahn- und Postdepartementes, nach Sarnen, um die für Errichtung eines Postgebäudes daselbst in Frage kommenden Bauplätze in Augenschein zu nehmen. Ein definitiver Entscheid wurde allerdings noch nicht gefällt. („Gothp.“)