

Zeitschrift:	Der Heilmasseur-Physiopraktiker : Zeitschrift des Schweizerischen Verbandes staatlich geprüfter Masseure, Heilgymnasten und Physiopraktiker = Le praticien en massophysiothérapie : bulletin de la Fédération suisse des praticiens en massophysiothérapie
Herausgeber:	Schweizerischer Verband staatlich geprüfter Masseure, Heilgymnasten und Physiopraktiker
Band:	- (1938)
Heft:	1
Artikel:	Die Kräuterbad-Massage
Autor:	Heiz, Wilhelm
DOI:	https://doi.org/10.5169/seals-931046

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: 13.01.2026

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

Die Kräuterbad-Massage

Von Wilhelm Heiz, Olten

Es soll sich hier nicht um eine wissenschaftliche Abhandlung über die Kräuterbad-Massage handeln. Den meisten unserer Kolleginnen und Kollegen dürfte diese Spezialmassage bekannt sein und in ihrer Praxis Verwendung finden. Die vorzüglichen Resultate, die ich in der kurzen Zeit, in der ich sie zur Anwendung bringe, erzielt habe, veranlassen mich, hier über meine Erfahrungen mit denselben zu berichten.

Vorerst möchte ich für Diejenigen, die sie vielleicht noch nicht kennen, oder ihr bis jetzt ablehnend gegenüber standen, die Technik dieser Spezialmassage, wie ich sie ausfüre, mitteilen: Zuerst stelle ich einen Heublumenabsud, dem, je nach beabsichtigtem besondern Zweck und Wirkung, noch andere Kräuter, wie Kamille, Münze, Haferstroh, Wachholder, Farnkraut, Thymian, Holunder, Lindenblüten, Arnika, Schafgarbe, Zinnkraut usw. beigegeben werden können, her. Es empfiehlt sich Kräuterabsude statt -Auszüge zu verwenden, da den letztern das von den Patienten so angenehm empfundene natürliche, ursprüngliche Aroma fehlt und das Bade- wasser nicht jene Weichheit erhält, wie mit den Absüden. Beabsichtigen wir einen starken Schweißausbruch, so geben wir schweiß- treibende Kräuter wie Kamille, Münze, Wachholder, Lindenblüten etc. bei; handelt es sich um Rheumatismus, verwenden wir außerdem Haferstroh und Farnkraut. Dem Kräuterabsud kann auch noch Fichtennadelbalsam oder auch Thiorubrol beigefügt werden. Diesem so hergestellten Badewasser können wir ferner noch eine Tasse voll sandfreien Lehm beimischen, was, abgesehen von der besonders lösenden und aufsaugenden Wirkung des Lehms, dem Wasser eine ganz besondere Weichheit verleiht. Die Anfangstemperatur der Bäder beträgt 36—38 Grad Celsius und wird entweder (bei erhöhtem Blutdruck) auf konstanter Höhe gehalten, oder aber im Laufe der Behandlung, je nach Zustand des Patienten (Herz, Nerven), bis auf 40 Grad gesteigert. Vorerst bleibt der Patient einmal 15 Minuten ruhig im Bade liegen (eine Bewegung der Arme und Beine schadet selbstverständlich nichts, lässt aber die Badetemperatur ziemlich rasch sinken). Schon während dieser Zeit stellt sich in der Regel ein Schweißausbruch ein, der sich in den nächsten 15 Minuten, während welcher Zeit der ganze Körper durch kreisende Reibungen und Knetungen behandelt wird, noch steigert. Am Schlusse des Bades wird das Wasser langsam abtemperiert und vor dem Aussteigen aus der Wanne eine temperierte Dusche appliziert. Bei Herz- und Nervenschwachen empfiehlt es sich, neben niedrigeren Temperaturen, statt eines Vollbades nur ein Halbbad zu geben und gegebenenfalls auch die Badezeit abzukürzen. Nachher erfolgt je nach Leiden und beabsichtigtem Zweck eine Ganz- oder Teilmassage auf der Massagebank.

Worin besteht nun das Besondere der Kräuterbad-Massage bzw. welche Vorteile hat sie gegenüber der gewöhnlichen Massage? Die Hauptwirkung besteht, neben dem Schwitzen und der besonderen Wirkung der verwendeten Kräuter und des verwendeten Lehms, in einer sehr guten Entspannung der gesamten Muskulatur als Folge der Wärmeeinwirkung des Bades, wie sie auf anderem Wege kaum besser erzielt werden kann, was für einen guten Erfolg der nachfolgenden Ganz- oder Teilmassage die besten Voraussetzungen schafft. Die Kräuterbad-Massage eignet sich daher besonders zur Behandlung von Muskelverkrampfungen, wie wir sie bei Individuen mit stehender Beschäftigung in den Streckern der Oberschenkelmuskulatur, bei solchen mit sitzender Beschäftigung in deren Beugern feststellen können. In vielen Fällen sind diese Spannungen in der Oberschenkelmuskulatur die direkte Ursache von Krampfadern, indem die gespannten Muskeln einen zirkulationshemmenden Druck auf die Arterien und im besondern auf die Venen ausüben. Muskelspannungen können aber auch an andern Stellen des Körpers bestehen, die eine direkte Ursache für einen allgemeinen oder örtlichen Rheumatismus sein können. Spannungen in den Beinen, und im besonderen in den Oberschenkeln, sind aber auch, wie mich die Erfahrung gelehrt hat, oft die Ursache von erhöhtem Blutdruck und können sogar zu Schlaganfällen (Herz- oder Hirnschlägen) führen. Hierzu ein Beispiel aus der Praxis: Im Laufe des letzten Sommers wurde mir von einem Arzte ein Herr im Alter von 58 Jahren zur Anwendung der Kräuterbadmassage zugewiesen. Patient, der einen anstrengenden stehenden Beruf ausübte, klagte seit Monaten an heftigen Schmerzen in den Füßen und Beinen, die sich beim Sitzen und Liegen in vermehrtem Maße einstellten. Blutdruck 260! Rechtsseitige Lähmung als Folge eines Hirnschlag. Die Ursachen der Schmerzen in den Füßen und Beinen sowohl, wie des hohen Blutdruckes und der erfolgten rechtsseitigen Lähmung infolge Hirnschlag, waren in den überanstrengten, außerordentlich stark verkrampten Beinen, speziell der Oberschenkel (inkl. Glutäalmuskulatur) zu suchen. Mit der Lösung dieser Spasmen sank der Blutdruck, verschwanden die Schmerzen in den Füßen und Beinen, die dem Patienten seit langem den Schlaf raubten. Nach 15 Anwendungen konnte der Patient bereits aus der Behandlung entlassen werden.

Eine weitere vorzügliche und rasche Wirkung der Kräuterbadmassagen habe ich bei Quetschungen und Blutergüssen beobachtet. So hatte ich letzten Sommer einen Turner in Behandlung, der beim Stabhochsprung zufolge Stabbruches zu Fall kam und schwere Quetschungen mit starken Blutergüssen am Rücken und an den Beinen erlitt. Nach 8 Anwendungen war der Verunfallte bereits wieder hergestellt.

Warum führe ich diese Beispiele an? Weil sie eben mehr beweisen, als alle Behauptungen und wissenschaftlichen Erwägungen.

Daß die Kräuterbadmassagen bei traumatischem sowohl wie rheumatischem Lumbago, wie auch bei Ischias (eventuell in Verbindung mit Heißluft- oder Glühlichtbädern), vorzügliche Resultate ergeben, dürfte nach den obigen Ausführungen ohne weiteres klar sein.

Es wäre interessant zu erfahren, was für Beobachtungen und Erfahrungen andere Kolleginnen und Kollegen mit den Kräuterbad-Massagen machen bzw. gemacht haben. Ich wäre daher dankbar, wenn mir von guten Resultaten in hier nicht aufgeführten Krankheitsfällen berichtet würde, damit diese Berichte gelegentlich in unseren Verbands-Nachrichten mitgeteilt werden könnten.

Resumé élémentaire des glandes endocrines

Par Ph. Favre, Genève

avec la collaboration de F. Findeys, Genève

(Suite)

En 1917, il procéda à de vastes expériences sur des boucs et des bœufs; et en 1920 Voronoff eu l'idée de s'adresser aux singes antropoïdes adultes et pratiqua l'homéogreff. En 1924, il avait pratiqué 52 greffes chez l'homme, dont les résultats, rapportés par le Dr. Baudet, chirurgien des hôpitaux de Paris, au congrès français de chirurgie en 1923, se sont montrés concluants. Toutefois, il est encore impossible de préciser quelle sera la durée de la greffe, seule l'expérience du temps pourra résoudre la question.

Le Dr. Baudet déclare que la greffe testiculaire fait sentir ses effets en améliorant à la fois: les forces intellectuelles, physiques et génitales, la mémoire devient plus vive, l'aptitude au travail plus facile et la résistance au labeur plus durable.

Glande Epiphyse ou Pinéale

Cette glande n'a pas donné lieu jusqu'ici à une très grande attention. Cependant nous pensons qu'il est nécessaire d'en faire une petite description.

Elle est placée entre les tubercules quadri-jumeaux antérieurs, à la partie postérieure du ventricule moyen du cerveau, à laquelle elle est rattachée.

L'épiphysse est de la grosseur d'un pois, de teinte cendré, elle a la forme de pomme de pin; elle est enveloppée d'une membrane contenant des vaisseaux, dépendance de la piémère.

Il est établi que l'épiphysse joue un rôle important dans le développement physique et sexuel.

Des tumeurs de l'épiphysse ont été observées en particulier chez les enfants du sexe masculin, âgé de moins de 12 ans. Elles se manifestent par deux ordres de symptômes: 1. accroissement rapide de la taille; 2. augmentation considérable des organes génitaux. Ces enfants à l'âge de 8 à 10 ans, ont des érections et la