Zeitschrift: Gesundheitsnachrichten / A. Vogel
Herausgeber: A. Vogel
Band: 57 (2000)
Heft: 8: Gesunder Genuss : Artischocken

Artikel: Eine spezielle Form der Badetherapie
Autor: [s.n.]
DOI: https://doi.org/10.5169/seals-558109

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: 10.12.2025

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

Eine spezielle Form der Badetherapie

Sie gilt als «Geheimtipp», denn einer breiten Masse ist die Therapie noch unbekannt. Schon Sebastian Kneipp erkannte, dass die Reize, die Wasser auf die Haut ausübt, auf den ganzen Organismus einwirken. In der hier vorgestellten Therapie wird Wasser mit feinst zerstäubtem Olivenöl und individuell ausgewähltem ätherischem Öl kombiniert. Die Rede ist vom Jungebad®.

Man liegt im Badewasser, das im Vergleich zu einem normalen «Säuberungsbad» relativ kühl ist, nämlich «nur» 36 bis 37 °C beträgt (was im übrigen äusserst schonend für den Kreislauf ist). Im Wasser sind fünf Milliliter Olivenöl und einige Tropfen ätherisches Pflanzenöl so fein verteilt, dass die «Mischung» über lange Zeit stabil ist. Sie werden fragen, wie das möglich ist, wo sich doch Wasser und Öl normalerweise abstossen und ohne Emulgatoren oder chemische Zusätze gar nicht verbinden.

Erreicht wird dies durch ein patentiertes kleines Präzisionsgerät, das ganz einfach an den Schlauch der Handbrause angeschlossen werden kann. Das zuströmende Wasser bildet in dem Glasbehälter eine Wirbelströmung, in deren Zentrum das Öl langsam eingesaugt und zerstäubt wird. Das Badewasser besteht jetzt aus Millionen winzigster Wassertröpfchen, die von einer feinen Ölhaut umgeben sind. Das Öl, das dadurch eine maximale Oberflächenausdehnung erfährt, legt sich auf die warme Haut und dringt durch sie in den Körper ein. Die Haut «atmet» gewissermassen das Öl ein, es kommt zu einer Resorption bis in die Blutbahn. Die perkutane Resorption (Aufnahme durch die Haut) eines Jungebades® ist 50 Prozent höher als bei einem herkömmlichen Emulsionsbad – dies stellte das Institut für Medizinische Balneologie und Klimatologie der Universität München fest.

Das Gerät wurde von den medizinischen Bademeistern Franziska und Werner Junge seit 1937 entwickelt und 1971 in Deutschland patentiert. Seither wird es nicht nur in Deutschland in zahlreichen Praxen, Kliniken und Privathaushalten angewendet, sondern gewinnt auch in der Schweiz immer mehr Boden. Die Ita-Wegmann-Klinik in Arlesheim, das Paracelsus-Spital in Richterswil und die Aesculap-Klinik in Brunnen wenden das Jungebad® bei Indikationen wie Störungen des Wärmehaushalts, Schlafstörungen, Hauterkrankungen, allgemeine Immunschwäche, Stoffwechselstörungen, schlechte Atmung und Blutzirkulation an. Ärzte des anthroposophischen Krankenhauses in Herdecke (Ruhr) stellten fest, dass bei chronischen, degenerativen und rheumatischen Stoffwechsel-Erkrankungen diese Bäder einen deutlich schmerzlindernden Effekt erzielten: Bei chronischen Gelenkerkrankungen konnte der Gebrauch von Schmerzmitteln reduziert werden.

Während des Badens wird durch das Bestreichen der Körperoberfläche mit zwei Bürsten aus Palmborsten der Körper leicht massiert. Nach dem Liegen im Badewasser – je nach Wohlbefinden zwischen 10 und 20 Minuten – trocknet man sich nicht ab, sondern zieht sofort einen warmen Schlafanzug an oder wickelt sich in ein Bibertuch, legt sich hin, mummelt sich warm ein und ruht eine halbe bis eine ganze Stunde. Bemerkte man schon während des Badens eine deutlich freiere Atmung und eine wohlige Wärme, so werden diese Effekte jetzt in der Nachruhezeit verstärkt: ohne dass man schwitzt, kommt es zu einer spürbaren Wärmeentwicklung, die den ganzen Körper durchflutet.

Klinische Erfahrungen mit älteren Menschen belegen, dass bereits nach den ersten Bädern die (oft zu niedrige) Körpertemperatur über die Ruhezeit hinaus erhöht bleibt. Auf Dauer normalisiert sich der Wärmehaushalt, und der immunbiologische Rhythmus des Körpers harmonisiert sich.

Weitere Informationen über das Jungebad® erhalten Sie bei *GroMed, Oberer Zeltweg 4, CH 3250 Lyss, Tel./Fax CH 032/384 78 11*