Zeitschrift: Sauter's Annalen für Gesundheitspflege : Monatsschrift des Sauter'schen Institutes in Genf

Herausgeber: Sauter'sches Institut Genf

Band: 27 (1917)

Heft: 12

Artikel: Ueber das heisse Bad

Autor: Baelz, E.

DOI: https://doi.org/10.5169/seals-1037948

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: 02.07.2025

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

Ueber das heiße Bad.

Von Professor **E. Baelz**, Stuttgart-Tokio.

Auszug aus einem längeren Artikel in der „Monatsschrift für die Physikalisch-diätetischen Heilmethoden in der ärztl. Praxis" veröffentlicht.

Professor Baelz schreibt: „Heiß nennen wir Bäder, die wärmer sind als die Blutwärme, also über 37° C. Ihre Wirkung ist natürlich verschieden je nach der Dauer und der Temperatur. Eine volle Wirkung erreicht man erst bei 40° und darüber und bei einer allmählich steigenden Dauer von 10—30 Minuten. In Japans Hauptstadt baden täglich allein in den öffentlichen Bädern über 500 000 Menschen in Wasser von 42—45°. Eine solche Temperatur erscheint Europäern zunächst ungeheuerlich, daß aber auch viele von ihnen sie ertragen, habe ich in den heißen Schwefelsäure- und Salzsäurethermen von Kusatsu gesehen. Die dortige Kur ist sehr anstrengend, da nach einigen Wochen ein eiteriger Ausschlag auf dem ganzen Körper ausbricht. Dennoch kenne ich eine stattliche Zahl von Europäern, welche dort 3—4 Wochen lang täglich drei Bäder von 45° nahmen. Ja, eine leprose Amerikanerin aus Hawai brachte es in 100 Tagen zu der fast fabelhaften Zahl von 600 Bädern von 45°, von denen jedes 600 Gramm freie Salz- und Schwefelsäure enthielt. Sie konnte es freilich nur drei Minuten in diesem Wasser aushalten. Als ich sie sechs Wochen später sah, war ihre Ernährung tadellos, sie fühlte sich frisch und munter und war hocherfreut über die große Besserung ihrer Lepra.

Das ist und bleibt wohl ein Rekordfall, aber sicher haben unsere Vorfahren bei ihren Kuren in altberühmten Thermen auch länger und heißer gebadet, als die heutigen Patienten, denen die Bäder in Bezug auf Wärme, Zahl und Dauer in oft lächerlich ängstlicher Weise zudekretiert werden. In Japan gewöhnen sich die meisten Europäer an Bäder von 40—42° und fühlen sich, auch im Sommer, wohl dabei.

Beim mäßig heißen Bad von 40° und etwa 15 Minuten Dauer macht sich nach 5—10 Minuten ein lebhaftes Wärmegefühl geltend, auch am Kopf, der allmählich in Schweiß kommt. Die Blutwärme steigt um etwa 1°, der Puls steigt auf 90—100°, seine Welle ist voll, die Arterien erschlaffen. Das Sphygmogramm (Pulszeichnung) zeigt eine steile Kurve, oft mit Diskrotie, während das Wandzittern (die sogenannte Elastizitäts-Elevationen) undeutlich wird. Die Atmungsfrequenz steigt wenig, die einzelnen Atemzüge sind tief. Die Haut rötet sich und gerät nach dem Verlassen in angenehmen, erfrischenden Schweiß.

Im sehr heißen Bad von über 42° fühlt man beim Einsteigen zunächst etwas wie beim Einsteigen in eiskaltes Wasser: es tritt Erblassen der Haut und Gänsehaut, Verminderung der Pulsschläge und der Atembewegung ein, auf die nach ganz kurzer Zeit Hitzgefühl folgt; auch im Kopf, der sich in dem heißen Dunst wie im Dampfbad befindet, die Blutwärme steigt rasch an; ich beobachtete bei einem Japaner im Bad von 48° in sieben Minuten eine Steigerung unter der Lunge von 37° auf 40,7°. Der Puls steigt auf 100, 110, 120. Die Pulswelle ist voll und groß, die Schläfenarterien treten vor und schlängeln sich. Die Atmung wird überwiegend kostal, 20—30 pro Minute und wird allmählich mühsam. Die Haut ist intensiv rot. Beim Verlassen des Bades, das je nach der Temperatur 3—10 Minuten dauert, ist die Haut genau von der Farbe wie bei Scharlachfieber; es kommt sehr starker aber angenehmer Schweiß. Die Blutwärme sinkt im Verlauf von ½—1 Stunde zur Norm. Der Puls sinkt oft vorübergehend unter die Norm.

(Schluß folgt.)