

Eine spezielle Form der Badetherapie

Autor(en): **[s.n.]**

Objektyp: **Article**

Zeitschrift: **Gesundheitsnachrichten / A. Vogel**

Band (Jahr): **57 (2000)**

Heft 8: **Gesunder Genuss : Artischocken**

PDF erstellt am: **09.08.2024**

Persistenter Link: <https://doi.org/10.5169/seals-558109>

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Inhalten der Zeitschriften. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern. Die auf der Plattform e-periodica veröffentlichten Dokumente stehen für nicht-kommerzielle Zwecke in Lehre und Forschung sowie für die private Nutzung frei zur Verfügung. Einzelne Dateien oder Ausdrucke aus diesem Angebot können zusammen mit diesen Nutzungsbedingungen und den korrekten Herkunftsbezeichnungen weitergegeben werden. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Die systematische Speicherung von Teilen des elektronischen Angebots auf anderen Servern bedarf ebenfalls des schriftlichen Einverständnisses der Rechteinhaber.

Haftungsausschluss

Alle Angaben erfolgen ohne Gewähr für Vollständigkeit oder Richtigkeit. Es wird keine Haftung übernommen für Schäden durch die Verwendung von Informationen aus diesem Online-Angebot oder durch das Fehlen von Informationen. Dies gilt auch für Inhalte Dritter, die über dieses Angebot zugänglich sind.

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 abtossen 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 pa-

tentiert. 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*