Anleitung

zur

Erbauung und inneren Einrichtung

Russischer Dampfbäder.

Ehe ich hier die vom Königl. Regierungs-Bau-Conducteur Herrn Tolberg verfaßte Erklärung der drei Kupfertafeln folgen lasse, glaube ich, zur Erreichung des Zweckes, daß jene Abbildungen mit als Anleitung zum Bau zweckmäßiger Russischer Dampf-Bäder dienen mögen, hier einige allgemeine Bemerkungen vorangehen lassen zu müssen.

1. Ein Russisches Dampfbad, welches, mit Zweckmäßigkeit, Bequemlichkeit verbinden soll, muß enthalten:

a) ein Badezimmer,
b) ein Vorzimmer, d. h. ein unmittelbar vor, oder zwischen demselben und dem Ruhezimmer, liegendes Zimmer,
c) mindestens ein Ruhezimmer, welches zugleich zum An- und Auskleiden dient,
d) ein Flur, aus welcher man nur zu letzterem gelangen kann, und
e) ein Vorgelege oder einen Anbau zum heizen des Dampfofens von außen.

2. Rathsam ist es, die Wände des Badezimmers, bis auf den Theil derselben, wo der Ofen seinen Platz erhält, ganz aus Holz aufführen, oder, Falls sie massiv oder aus Fachwerk wären, von innen und außen verschalen zu lassen. Bestehen die Wände aus hölzernen Balken, die durch Feder und Nuthe dicht verbunden sind, so ist doch deren Verschalung von innen und außen unumgänglich nöthig.

Universitäts- und
Landesbibliothek Düsseldorf

Anmerkungen.

1. Holz ist bekanntlich ein schwächerer Wärmeleiter, als Stein. Hölzerne oder verschalte Wände nehmen eine ebenmäßigere Wärme an, als steinerne, und erhalten sich auch länger warm, als diese. An Erhaltung einer gleichmäßigen Wärme im Bade ist aber besonders gelegen. Hölzerne Wände dienen auch zu Beförderung der Reinlichkeit, indem sie täglich und stündlich leicht gereinigt werden können.
2. Unerfahren in der Bauart eines Russischen Dampfbades, ließ ich das im Jahre 1818 zuerst aufgeführte Bad, welches jetzt dem weiblichen Geschlechte gewidmet ist, mit starken massiven Wänden umgeben. Schon nach wenigen Monaten, von Eröffnung desselben an gerechnet, fiel aber der äußere Putz ab, und die entblößten Ziegelsteine zeigten deutlich, daß sie von Nässe durchdrungen seyen, das Betheren der Steine half nichts; der neu angelegte Putz aus Kalk und Sand fiel immer wieder ab. An der innern Seite hielt er sich zwar; nie wurden aber die Wände ganz durchwärmt, wozu noch der Uebelstand trat, daß sie, da sie nicht wie Holz abgewaschen werden konnten, ein schmutziges Ansehen gewannen, und bei der Berührung mit der Hand schlüpfrich-feucht zu seyn schienen.

   Seine Kaiserl. Hoheit der Großfürst Nicolaus nahmen eines Abends ein Bad, und bezeigten zwar Ihre Zufriedenheit mit der Einrichtung des Bades, bemerkten aber, daß die Wände des Badezimmers eigentlich mit Brettern bekleidet seyn müßten.

   Diese Erinnerung war für mich die kräftigste Aufforderung, die Wände von innen und außen unverzüglich mit Brettern bekleiden, und die Fugen noch mit Latten decken zu lassen.

   Seitdem leisten die Wände dieses Bades dieselben Dienste, als wenn sie ganz aus Holz wären.

   In dem hiernächst erbaueten zweiten, ausschließlich dem männlichen Geschlechte gewidmeten, Russischen Bade habe ich die Wände des Bade-Zimmers aus zehnzölligen Balken aufführen, und sie dann noch von innen und außen verschalen lassen.

   Diese starke Befestigung und das Decken jeder Fuge können doch nicht das Durchdringen der Dämpfe ganz verhindern. An den Stellen der eisernen Nägel dringt, wie die Erfahrung lehrt, einige Feuchtigkeit durch. Räthlich ist es daher, bei Befestigung der Schalen oder Bretter, hölzerne Nägel anzuwenden.

3. Die Decke des Badezimmers ist auch aus Holz zu construiren; dann mit trockenem Lehm zu belegen und von unten und oben gut zu verschalen. Besondere Sorgfalt ist auf Construction der Decke, wenn sie dauerhaft seyn, und das Entweichen oder Durchdringen der

Dämpfe verhüten soll, um so mehr zu verwenden, da die Dämpfe zuerst nach oben steigen und an oder unter der Decke am längsten verweilen. Gleichgültig ist es, das Bad mit einer gerade n oder gewölbten Decke zu versehen.

Anmerkung. Das Russische Frauenbad ist, in meiner Anstalt, mit einem hölzernen, dicht verschalten und gespundeten Gewölbe überspannt; die Decke im Russischen Männerbad ist aber gerade. Letztere halte ich deßhalb für besser, weil die Dämpfe, welche sich oben in der Mitte des Gewölbes sammeln, den Badenden nicht nützen können.

Oefter geschieht es, daß die Dämpfe, bei häufigem Gebrauche des Bades, Tropfen an der Decke bilden, die, beim Herabfallen, dem entkleideten Badegast, besonders ihrer großen Wärme wegen, unangenehm werden können. Durch Wölbung der Decken wird dieser kleinen Unannehmlichkeit nie ganz abzuhelfen seyn. Das beste und leichteste Mittel ist in einem solchen Falle, die Decke abfegen oder abtrocknen zu lassen, wozu kaum ein paar Minuten erforderlich sind.

4. Die Größe des Badezimmers richtet sich nach dem beabsichtigten Gebrauch desselben, und nach der zu erwartenden Menge der Badegäste, welche gemeinschaftlich zu baden kein Bedenken finden. Die Höhe ist dann für zureichend anzunehmen, wenn der größte Mann auf der obersten Estrade oder Pritsche bequem sitzen kann, ohne mit dem Kopf die Decke zu berühren. Eine Höhe, welche dieses Maß übersteigt, kann nur eine unnöthige Verschwendung der Dämpfe zur Folge haben.

5. Der Fußboden des Badezimmers ist mit Klinkern so zu pflastern, daß eine flache Rinne Statt findet, die wenigstens vier Zoll Gefälle hat, damit das viele zu verschüttende Wasser schnell ablaufen könne. Über diesen gemauerten Fußboden wird ein zweiter, von starken Dielen, so gelegt, daß das Wasser schnell auf den untern, mit einer Rinne versehenen, fallen kann. Das schnelle Ablaufen des Wassers vom hölzernen Fußboden kann, theils durch eine etwas schräge Richtung desselben, und theils durch Einbohren mehrerer

Löcher an der Stelle, wo das meiste Wasser verschüttet wird, befördert werden.

6. Das Badezimmer ist mit einem, vornehmlich zur Dampf-Erzeugung erforderlichen, Ofen zu versehen. Dieser ist zum heizen von außen und die Thüren zur Feuerung und zum Aschenfall sind zum festen Verschließen einzurichten. Der Schornstein kann unmittelbar über dem Ofen angelegt, oder außerhalb an dem Giebel in die Höhe geführt werden. Dieß ist gleichgültig. Der Dampfofen besteht im wesentlichen aus zwei übereinander befindlichen, von feuerfesten Steinen gemauerten, Rosten; auf dem untern brennt das Feuer, auf den obern werden piramidenförmig feste Kieselsteine von drei bis sechs Zoll Durchmesser, so gelegt, daß die Flamme durchspielen und sie so bis zum Rothglühen erhitzen kann. Räthlich ist es, den Ofen im Innern mit feuerfesten Steinen zu verkleiden; übrigens kann derselbe aus Mauer- oder Feldsteinen, mit Lehm verbunden, aufgeführt werden. An der freistehenden Seite des Ofens ist eine kupferne Blase von beliebiger Größe, zur Erwärmung des Wassers, einzumauern, weil viel warmes Wasser beim Bade gebraucht wird. An der vordern Seite, d. h. an der, der Öffnung zur Heizung entgegenstehenden Seite, ist der Ofen in der Mitte, da wo die Kieselsteine liegen, mit einer, durch eine eiserne Thür zu verschließenden, Öffnung zu versehen, durch welche das Begießen der Steine mit Wasser erfolgen kann. Auf derselben Seite, oben, sind zum doppelten Verschluß des Rauch-Abzugs eiserne Schieber einzusetzen, welche während der Heizung des Ofens nach dem Innern des Badezimmers ausgezogen werden. Die Rauch-Abzugsröhre erhält acht Zoll Breite und zehn Zoll Höhe. Außerhalb, im Schornsteine, ist auch diese Röhre mit einem eisernen fest schließenden Schieber zu versehen. Durch starke eiserne Anker ist der Ofen zusammen zu halten, und der Raum, in welchem die Kieselsteine liegen (der

sogenannte Steinkasten), zu überwölben. Über dem Ofen muß eine mit einem eisernen Schieber verschlossene Öffnung, von ungefähr achtzehn Zoll im Quadrat, seyn, um das Badezimmer nach Gefallen abzukühlen und die Dämpfe dann besonders entweichen zu lassen, wenn nicht mehr gebadet wird. Zur Erhaltung des Ofens, oder Sicherung desselben gegen Beschädigung, ist rathsam, ihn äußerlich unten herum mit einer Einfassung aus Eisenblech, oder mit einer hölzernen Bekleidung, versehen zu lassen; besonders nöthig ist aber, die Stelle unter der eisernen Thür, vor der Öffnung, welche zum Aufgießen des Wassers auf die glühenden Steine dient, mit einer eisernen Platte bedecken zu lassen.

Alles Übrige ist leicht aus den Detail-Zeichnungen des Ofens, nach einem größeren Maßstabe, zu ersehen.

Noch muß ich jedoch bemerken, daß der Ofen so zu stellen ist, daß die nach einem Wasser-Aufguß ausströmenden Dämpfe die Estraden, worauf die Badenden sich befinden, nicht unmittelbar berühren können.

Anmerkungen.

1. Unter feuerfesten Steinen sind solche zu verstehen, welche durch Feuer nicht zerstört, sondern in demselben eher noch fester werden. Diese Eigenschaft besitzen die beim Bau meiner Russischen Dampföfen angewandten weißen Schamottsteine, welche in der hiesigen Königl. Porzelan-Manufactur und im Kalkbergwerke Rüdersdorf, drei Meilen von Berlin, gefertigt werden.
2. Das Feuer im Ofen ist so lange zu unterhalten, bis, mittelst Oeffnung der eisernen Aufguß-Thür auf einen Augenblick, wahrgenommen werden kann, daß die Kieselsteine roth glühend sind. Ist dieß der Fall, so ziehet der Diener Brände und Kohlen aus dem Ofen, und verschließt die Thüren zur Feuerung und zum Aschenfall, ingleichen die aus dem Ofen in den Schornstein gehende Rauchröhre so sorgfältig als möglich. Hiernächst begibt er sich ins Badezimmer, verschließt auch hier, durch die vorgedachten eisernen Schieber, die Rauch-Abzugsröhre, und öffnet dagegen entweder das Fenster, oder den mittelst eines Schiebers verschlossenen Abzug über dem Ofen. Sodann öffnet er die zu den glühen-

den Steinen führende eiserne Ofenthür, und gießt zu mehreren Malen Wasser auf die Steine. Die sich dabei entwickelnde Dämpfe werden wilde Dämpfe deßhalb genannt, weil mit ihnen zugleich der Rauch und Kohlendunst, welche nach Verschluß des Ofens von beiden Seiten, nicht hatten durch den Schornstein entweichen können, ins Badezimmer ausströmen. Nachdem der Diener sich von erfolgter Entweichung der sogenannten wilden Dämpfe vollkommen überzeugt hat, verschließt er sowohl das Fenster, als die Oeffnung über dem Ofen und die Aufguß-Thür.

Von diesem Augenblicke an kann das Bad benutzt werden, jedoch darf kein Badegast eher eintreten, als bis der Diener, durch ein oder zweimaliges Aufgießen, das Badezimmer mit Wasserdämpfen erfüllt hat. Die trockene Hitze, welche der Ofen, bei Ermangelung der Dämpfe, gewährt, könnte nachtheilig, besonders auf Kopf und Lungen, wirken.

Rathsam ist, nicht ganz kaltes, sondern lauwarmes Wasser auf die glühenden Steine zu gießen. Nach kaltem Wasser bersten und springen sie leicht in Stücke, und kühlen sich auch zeitiger ab.

Zum Heizen des Dampfofens ist Fichtenholz, wenn es gleich schnell brennt und flammet, das unpassendste, deßhalb, weil es qualmt und viel Ruß gibt. Dieser setzt sich an die Kieselsteine, und beim Begießen der letztern ergibt sich leicht, daß die ausströmenden Dämpfe so viel davon mit sich in's Badezimmer führen, daß die Estraden und die Badenden dadurch beschmutzt werden.

Um dieß zu verhüten, bedient man sich im Mariannen-Bade eines trocknen Elsenholzes zur Heizung der Russischen Bäder.

Als vortheilhaft hat es sich bewährt, den Schornstein mittelst einer eisernen Klappe, unter der Rauch-Abzugsröhre, zu verschließen. Die Feuerung geht dann schneller von Statten und das Vorgelege zur Heizung bleibt frei von Zugwind.

3. Vor der Heizung muß die in den Ofen einzusetzende kupferne Blase (oder Kessel), welche mit einem zu öffnenden Deckel zu versehen ist, ganz mit Wasser angefüllt werden, damit sie nicht durch das Feuer beschädigt werden könne.

Der kupferne Behälter im Ofen des russischen Frauenbades, in meiner Anstalt, kann neunzehn, und der im russischen Männerbade ein und zwanzig solcher Eimer Wasser fassen, deren man sich in den hiesigen Haushaltungen zum Wasserholen bedient.

4. Mit der höchsten Vorsicht muß der Wasser-Aufguß geschehen, weil die augenblicklich darauf gewaltsam und in Masse ausströmenden Dämpfe so brennend heiß sind, daß sie die Haut eines entkleideten menschlichen Körpers zu versengen und abzulösen vermögen. Ein paar Mal ist der Fall vorgekommen, daß Badegäste beschädigt worden sind, die sich, wenn gleich gewarnt, dennoch mit dem Aufgießen befaßt haben. Wohl wird

man daher thun, das zum öftern, Behufs der Erzeugung neuer Dämpfe, zu wiederholende Aufgießen des Wassers auf die glühenden oder heißen Kieselsteine lediglich der im Bade vorhandenen Bedienung zu überlassen, die in diesem Geschäft geübt ist, und es ohne alle Gefahr zu verrichten vermag.

7. Das Badezimmer bedarf doppelter, nach dem Vorzimmer gehender Thüren. Nach der Stellung der Öfen in meinen Russischen Badezimmern, strömen die Dämpfe gegen die Thür, und dieser Fall wird auch bei andern Anlagen eintreten müssen, wenn, wie hier, die Wände des Zimmers zur Aufstellung der Estraden benutzt werden sollen. Das Ausströmen der Dämpfe, besonders wenn die Kieselsteine noch glühen, erfolgt öfters, einem Orkane gleich, so gewaltsam, daß, wenn das Bad nur mit einer einfachen Thür versehen wäre, diese sofort durch den Druck der ausgedehnten Luft würde zertrümmert werden können. Der berühmte Sanchez behauptet, daß ein Wassertropfen, bei völliger Zersetzung auf den glühenden Steinen sich vierzehntausend Mal vergrößere, und öfters mögen wohl Milliarden Tropfen mit einem Male aufgegossen werden, die, wenn sie auch nicht sämmtlich ganz zersetzt werden sollten, doch zu einer ungeheuren Ausdehnung der Luft das ihrige beitragen müssen.

Aber auch noch, zur Sicherung gegen Entweichung der Dämpfe, ist es nöthig, das Badezimmer, oder den Eingang zu demselben, mit zwei Thüren zu versehen. Es würde und müßte den sich im Rast- oder Aus- und Ankleide-Zimmer befindenden Badegästen unangenehm seyn, wenn die Dämpfe bis zu ihnen dringen könnten, wie nicht zu vermeiden seyn würde, wenn das Bad nur durch eine Thür von dem Vorzimmer getrennt wäre.

8. Auch ein doppeltes Fenster erfordert das Russische Bad. Die Erfahrung hat mich gelehrt, daß der beim Aufgießen entstandene Druck der Luft nicht selten eine gläserne, und selbst eine blecherne Scheibe zu der Zeit ausgestoßen hat, als das jetzige russische Frauen-

Universitäts- und
Landesbibliothek Düsseldorf

Bad nur mit einem einfachen Fenster von zwei Flügeln versehen war. Auf doppelte Fenster vermag der Luftdruck nicht so stark zu wirken. Bei doppelten Fenstern, von welchen alle Flügel nach innen aufgehen müssen, entstehet auch der Vortheil, daß das Bad gegen das Eindringen äußerer Luft mehr geschützt wird. Zu empfehlen ist, das innere Fenster mit Spiegelglas, auf einer Seite matt geschliffen, so wie in meinen Bädern, versehen zu lassen, weil dieses es unmöglich macht, daß jemand von außen in das Bad sehen und darin irgend etwas erkennen könne.

9. An den Wänden, mit Ausschluß derjenigen, an welcher der Ofen steht, sind terrassenartig Bänke oder Pritschen, von gut gehobelten Brettern oder Bohlen, aufzustellen, und mit schrägen Erhöhungen, statt Kopfkissen, so wie mit mehreren Handhaben, zum bequemen Auf- und Absteigen, zu versehen. Diese Estraden oder Pritschen dienen den Badenden, theils zum Lager, und theils zum Gesäß. Von der Bestimmung des Bades und der anzunehmenden Menge der Besuchenden hängt es ab, wie viel Abstufungen Statt finden sollen. Auf jeden Fall ist diesen eine solche Richtung zu geben, daß das aufzugießende, oder sich sonst darauf sammelnde, Wasser leicht abfließen, und bis auf den untersten Fußboden aus Klinkern fallen kann.

Anmerkungen.

1. In meinen beiden Russischen Dampfbädern, die ich keines Weges als fehlerfreie Muster betrachtet wissen will, finden drei Abstufungen Statt. Die untere dient ausschließlich zum sitzen; die mittlere und obere aber zum liegen, zwischen welchen man nach Gefallen wechseln kann, je nachdem man einen höhern oder mindern Grad von Wärme wünscht oder für zuträglich hält. Wollte man die untere Bank auch zum Lager einrichten, so würde, da die Dämpfe beim Ausströmen in die Höhe steigen, eine weit größere Masse derselben, als sonst erforderlich, entwickelt werden müssen, um dem auf der untern Stufe ruhenden, die nöthige, nur mäßige, Wärme zu schaffen, während niemand, wegen übergroßer Hitze in der höheren Region, die oberen Estraden würde benutzen können.

2. Nur Holz, als der schwächste Wärmeleiter, eignet sich zu den Estraden, und der Vornehmste muß sich, gleich dem Geringsten, beim Gebrauch dieses Bades, gefallen lassen, auf glattem Holze zu sitzen, zu liegen und zu ruhen.

Weder mit Kissen, noch mit weichen Stoffen, können die Estraden zur Bequemlichkeit des Badenden belegt werden, weil diese unmöglich trocken erhalten werden können. Jedes Ausströmen der Dämpfe nach einem Wasserguß auf die glühenden Steine nässet die Estraden, weil ein immerwährender Niederschlag der Dämpfe Statt findet. Dieß trägt aber zu mehrerer Erwärmung des Holzes bei, und da die Benetzung desselben mit Wasserdämpfen zugleich seine Glätte erhöht, so findet auch der zarteste Körper — wie die Erfahrung gelehrt hat — kein Mißbehagen beim Ruhen auf den mäßig erwärmten nassen Estraden. Dagegen würde es einem Jeden wohl höchst unangenehm seyn, im Bade auf nassen Kissen und Decken zu ruhen, wenn sie auch aus den kostbarsten Stoffen beständen.

In der ersten Minute, nach dem Eintritt ins Badezimmer, wird auch jeder entkleidete Badegast über und über naß, nicht von Schweiß, sondern vom Niederschlag der Dämpfe.

Glaubwürdigen Versicherungen zu Folge schicken vornehme Russen und Besitzer eigener Bäder, wenn sie selbst baden wollen, zuvor ihre Dienerschaft in das Bad, um zu bewirken, daß, vor ihrem eigenen Eintritt die Estraden durch den, keine memphitische Dünste oder Stickluft duldenden, Niederschlag der Dämpfe gehörig erwärmt und glätter werden, als sie es im trockenen Zustande seyn können.

10. Zu den wesentlichen Erfordernissen eines zweckmäßigen Russischen Dampfbades, besonders wenn es zum öffentlichen Gebrauche dienen soll, gehört ein unversiegbarer Zufluß von fließendem Wasser. Flußwasser ist weicher und der Haut zuträglicher, als Brunnenwasser, daher letzteres nur im Nothfall die Stelle des ersteren vertreten kann. Durch Röhren ist das Wasser so zu leiten, daß es sich, bei Öffnung eines Hahns, in die im Ofen befindliche kupferne Blase, ingleichen, bei Öffnung eines andern Hahns, in die eine, weiter unten zu gedenkende, Wanne ergießt, und wenn dieß nicht veranlaßt wird, durch eine Röhre bis an die Decke des Badezimmers steigt, um als Douche, in Form eines Regen-, Spritz- und Tropf- oder Sturz-Bades, benutzt werden zu können.

Universitäts- und
Landesbibliothek Düsseldorf

Anmerkungen.

1. Der Belehrung des Kaiserl. Russ. Leibarztes, Herrn Staatsraths Ruhl, habe ich die, meinen Russischen Dampfbädern gegebene, Einrichtung zu verdanken, daß solche auch als Regen-, Spritz- und Trauf- oder Sturzbad benutzt werden können, welches auf die Herstellung mehrerer Kranken von dem wohlthätigsten Einflusse gewesen, und noch ist.

   Die Vorrichtung zum Regenbade wird von vielen, welche die Russischen Dampfbäder besuchen, sie mögen gesund oder krank seyn, bei jedem Bade benutzt, weil kalte Uebergüsse in diesem Bade in der Regel so wohlthätig als erquickend und stärkend wirken. Ausgenommen bleiben die vom Herrn Dr. Schmidt in seiner kurzen Anweisung zum Gebrauch dieser Bäder besonders bemerkten, so wie diejenigen Fälle, in welchen andere Herrn Aerzte die kalten Uebergüsse wiederrathen oder untersagen.

2. Der allerhöchsten Gnade Sr. Majestät des Königs von Preußen habe ich die Benutzung des, an der obern Spree belegenen, Pumpwerks des vormaligen Lagerhauses zu danken, welches in unerschöpflichem Maße das reinste Spreewasser in meine Russischen Dampfbäder führt.

   Ungemein viel Wasser wird in diesen Bädern erfordert. Nicht selten braucht ein Badender allein dreißig und mehrere Eimer desselben.

   Bei jedem Bade finden mehrere Uebergießungen mit lauwarmen oder kühlem oder kaltem Wasser, nach der Wahl der Badenden, oder nach ärztlicher Vorschrift, besonders dann Statt, wenn der Körper mit Seife beim Reiben bedeckt worden ist. Ein jeder Badegast ist berechtigt, so viel Uebergießungen zu verlangen, als ihn zuträglich oder behaglich dünken.

   Während des Bades werden auch die Estraden, wenn Spuren von Seife auf ihnen zurückgeblieben sind, oder ein anderer Badegast ein schon besetzt gewesenes Lager einnehmen will, durch Ueberguß mehrerer Eimer Wasser, gereinigt; auch wird durch gleichmäßigen Ueberguß die oberste Stufe der Estrade abgekühlt, wenn ein Badegast dieselbe besteigen und den Eindruck der größeren Wärme auf derselben gemindert wissen will. Ferner werden nach jedesmaligem Schluß der täglichen Badezeit, sowohl Vormittags als Abends, sämmtliche Bänke, Stufen und Estraden mit Wasser sorgfältigst abgewaschen, und durch Uebergüsse abgespült.

   Endlich verbraucht die Dienerschaft, welche mehrere Stunden hinter einander im Bade bedienen, und stehend einen weit größeren Wärmegrad ertragen muß, als der horizontal ruhende Badegast, eine sehr große Menge kalten Wassers, weil dieses das einzige, aber auch unfehlbare Mittel ist, sie bei aller Anstrengung im heißen Bade, gesund und kräftig zu erhalten. Dieß gilt sowohl von den Dienern im Männer-, als von den Dienerinnen im Frauenbade. Während der sechs Jahre des Bestehens meiner Anstalt, hat noch niemand der Dienerschaft, bei Benutzung

der kalten Uebergießungen und der Traufe, in Form eines kalten Regens, über Ermüdung im Russischen Bade oder über Schwäche nach demselben geklagt. Mein ältester Diener, der seit sechs Jahren täglich, wenigstens einen halben Tag hindurch, im russischen Bade bedient hat, bediente eines Tages vier und dreißig Personen, vom frühen Morgen bis zum Abend, nahm also selbst vier und dreißig Bäder mit, und fand doch keine Veranlassung über Ermattung zu klagen, so hatten ihn die kalten Uebergüsse gestärkt und erquickt.

11. Zwei Wannen sind erforderlich und finden am besten ihre Stellung an der Wand, wo der Ofen steht. Die kleinere derselben dient, nachdem sie mit lauwarmen Wasser gefüllt worden, zur Aufbewahrung des, an einem Tage zu brauchenden, belaubten Birkenreises, damit dasselbe darin erwärmt und ganz geschmeidig werde. Die Bestimmung der größeren ist, darin sowohl kaltes als warmes Wasser fließen zu lassen, welches zu den Übergießungen nöthig ist.

Diese Wanne muß in den hölzernen Fußboden, bis zum steineren eingesenkt, mit einem Ventil zum Ablassen des Wassers versehen, und von der Größe seyn, daß sich auch ein Badender darin niederlegen kann.

Über dieser Wanne müssen zwei Hähne, der eine zum Einlassen des kalten, und der andere zum Einfluß des warmen Wassers, befindlich seyn, weßhalb aus dem, an der freistehenden Seite des Ofens eingemauerten, kupfernen Behälter zu warmen Wasser, eine Röhre zu derselben geführt werden muß.

Anmerkung. Nicht selten steigen Badende, unmittelbar nachdem sie sich in einer Wärme von vierzig Grad Reaumur befunden haben, in diese mit kaltem Wasser gefüllte Wanne, und verweilen darin mehrere Minuten, besteigen aber dann wieder die Estraden, wo jener oder ein ähnlicher Wärmegrad Statt findet. Nie hat dieser große Wechsel zwischen Wärme und Kälte irgend einen Nachtheil zur Folge gehabt; vielmehr ist die Benutzung der Wanne mit kaltem Wasser, als eine erquickende und stärkende Abkühlung, gerühmt worden.

Universitäts- und
Landesbibliothek Düsseldorf

Sobald die Wanne in dieser Art benutzt worden, ist das Wasser in derselben durch Oeffnung des Ventils auf den mit einer Rinne versehenen steinernen Fußboden ab-, und frisches Wasser durch die an derselben befindlichen Röhre einzulassen.

12. Ein Thermometer ist im Badezimmer in der Höhe aufzustellen, daß in jedem Augenblicke erfahren werden kann, welcher Wärmegrad auf der obersten Stufe der Estrade Statt findet.

13. Im Badezimmer müssen sich mehrere kleine hölzerne Gefäße, sogenannte Füllfässer, befinden, welche dazu dienen, einmal, die Aufgüsse auf die glühenden Steine zu bewirken, zweitens, die Badenden zu übergießen, dafern sie nicht die Überschüttung einer größeren Menge Wassers, mittelst eines Eimers, verlangen, und drittens, den eintretenden Badegästen dargereicht zu werden, um sich den Kopf, mittelst eines Schwammes, naß zu machen.

Anmerkungen.

1. Zu letzterem Behuf können auch metallene Schalen benutzt werden. Im Mariannen-Bade findet man dergleichen neben den sogenannten Füllfäßchen immer in Bereitschaft.
2. Einem jeden Badegaste ist angelegentlichst zu empfehlen, gleich nach seinem Eintritt in das Dampfbad, den Kopf mit lauwarmen oder mit kühlem oder kaltem Wasser so naß zu machen, daß die Haare triefen. Dieß verhindert den Andrang des Bluts nach dem Kopfe.

14. Bündel belaubten Birkenreises, dessen schon zu 11. gedacht worden ist, müssen in gehöriger Menge vorräthig gehalten und in lauwarmen Wasser, in der dazu bestimmten Wanne, erweicht werden, um zum Streichen oder Reiben der Badenden benutzt werden zu können.

Anmerkungen.

1. Das Birkenreis, wenn es gegen Ende des Frühjahres oder zu Anfang des Sommers geschnitten wird, läßt die Blätter nicht abfallen. Es hält sich mit den Blättern Jahr und Tag, wenn es auf einem Boden so aufbewahrt oder aufgehängt wird, daß kein Stocken Statt finden

kann. Nach Einweichung des Reises, in lauwarmen Wasser, erscheint es mit grünen Blättern so frisch, als wenn es erst unlängst geschnitten worden wäre.

2. Ehe ein in lauwarmen Wasser geschmeidig gewordenes Bündel Birkenreis zum Streichen oder Reiben angewandt werden kann, muß es von der Bedienung so mit Seife gestrichen werden, daß jedes Blatt, wenigstens zum Theil, damit bedeckt werde.
3. Das, nach aller Erfahrung wohlthätige Reiben mit Birkenreis beginnt, in der Regel, nachdem der Badegast seinen Körper ganz durchwärmt fühlt, oder sobald derselbe es verlangt. Bei diesem Reiben wird der Körper gleichsam mit Seifschaum überzogen, welcher hiernächst durch die zu 9. gedachten Uebergießungen abgespült wird.

Auf jedesmaliges Verlangen des Badegastes wird dieses Reiben mit Birkenreis nach einem Weilchen wiederholt: sonst geschiehet das zweite Reiben entweder mit einem weichen Schwamm, oder mit einer Hand voll Bast, wovon das eine oder das andere zuvor in Seife gleichsam getränkt wird.

Deßhalb sind

15. Schwämme, Bast und Seife in gehöriger Menge im Russischen Badezimmer immer vorräthig zu halten.

16. Das sogenannte Vorzimmer, dessen zu 1. Anm. 2. gedacht ist, dient, vor dem Eintritt ins eigentliche Bad, zur Vollendung der Entkleidung, d. h. zur Ablegung des Bademantels oder Hemdes, und beim Zurückkommen aus dem Bade zum Abtrocknen und Wiederanlegung des Mantels oder einer andern gleichartigen Bedeckung. Riegel zum Aufhängen der Mäntel dürfen daher in diesem Zimmer nicht fehlen. Bis zu zwanzig und einige Grad Reaumur ist solches zu erwärmen, damit eines Theils der Badende zum Empfinden einer größeren Wärme gleichsam vorbereitet, andern Theils und vornehmlich aber, damit bei der Rückkehr aus dem wärmeren Bade die Verschiedenheit der Temperatur nicht zu stark gefühlt werde.

Angemessen ist es, dieses Zimmer mit einem etwas breiten, aber niedrigen Ofen aus Kacheln, der im Innern zu heizen ist, zu versehen, weil dessen Oberfläche alsdann auch dazu dienen kann

Universitäts- und
Landesbibliothek Düsseldorf

die zum Abtrocknen hier vorräthig zu haltenden Handtücher, ingleichen Bademäntel, auf Verlangen, zu erwärmen, und Kleidungsstücke, die etwa auf dem Wege nach der Bade-Anstalt feucht geworden sind, zu trocknen.

Das Licht erhält dieses Vorzimmer druch ein, nach dem Flur gehendes Fenster, welches auch zur Einlassung frischer Luft, nach Bedarf, benutzt wird.

17. Das zu 1. Anm. 3. gedachte Ruhezimmer, in welches man vom Flur und, nach genommenen Bade, aus dem Vorzimmer gelangt, dient zugleich zum Aus- und Wiederankleiden. Es muß daher mir allen hiezu erforderlichen Bequemlichkeiten versehen, und so eingerichtet werden, daß es, bei großer Reinlichkeit, einen freundlichen Anblick gewähre.

Zu den Ruhebetten in Gestalt von Sophas, gehören Matratzen und gepolsterte Kopfkissen. Jedes Ruhebette muß aber mit einem reinen Laken, und mit zwei großen wollenen Decken belegt werden. Eine derselben dient zur Unterlage und die andern zur Bedeckung des ruhenden Badegastes, dessen nasses Haupt mit einem Handtuche zu bedecken ist. In diesem Zimmer bedarf es nur einer Temperatur von funfzehn Grad Reaumur, die bei kaltem und kühlem Wetter durch Heizung eines Zug-Ofens aus Kacheln zu beschaffen ist. Bei der starken Ausdünstung, welche in diesem Zimmer, wegen der Transpiration der Badegäste, Statt findet, ist es räthlich, über der Eingangs-Thür ein Fenster einzusetzen, welches nach Bedürfniß geöffnet werden kann, um die obere Luftschicht im Zimmer zu verbessern, ohne die ruhenden Badegäste Zugluft empfinden zu lassen. Zu empfehlen ist auch, dieses Zimmer mit doppelten Fenstern zu versehen, theils um Zugluft von dieser Seite abzuwenden, und theils deßhalb, weil dergleichen Fenster weniger schwitzen und frieren, als einfache.

Erfordert die Menge der das Bad besuchenden Vergrößerung des Lokals, so sind noch ein zweites oder mehrere Ruhezimmer zu beschaffen.

An Bedienung darf es denen, welche dieses Bad besuchen, weder im Bade selbst, noch nach demselben im Ruhezimmer, fehlen *).

Anmerkungen.

1. Jedes meiner Russischen Dampfbäder ist, weil der Besuch derselben zahlreicher geworden, mit zwei Ruhezimmern versehen, in welchen sich beim Frauenbade sechs, und beim Männerbade sieben Sophas oder Ruhebetten befinden.
2. Die zu denselben gehörenden Decken sind drei und eine halbe Elle lang, und fünf Ellen breit. Auf Reinheit dieser Decken muß vorzüglich gehalten, und deßhalb müssen sie, nach jedesmaligen Gebrauch, entweder gewaschen oder gewalkt werden.
3. Das Ruhen zwischen den Decken, nach dem Bade, hat in der Regel eine starke Transpiration zur Folge, während welcher die Dienerschaft dem Ruhenden zum öftern das Gesicht abtrocknen muß. Es sind Fälle vorgekommen, wo die Transpiration so stark gewesen ist, daß die Schweißtropfen nicht bloß Decken und Laken genäßt haben, sondern durch die Matratze bis zu dem Fußboden gedrungen sind. Soll nicht Ermattung die Folge der starken Transpiration seyn, so ist räthlich, alsdann sich vom Ruhebette zu erheben, wenn man keinen ungewöhnliche Pulsschlag weiter bemerkt, und fühlt, daß der Leib nur die gewöhnliche Wärme hat. Mit Handtüchern wird sodann der Körper so lange getrocknet, bis das Ausdringen des Schweißes nicht weiter bemerkbar ist. Vollständige Wiederbekleidung der Füße ist hiernächst zuerst vorzunehmen; sind diese bekleidet, so kann man mit dem entkleideten obern Theil des Körpers, bei fortgesetzter Reibung desselben mit Tüchern, ohne Gefahr vor Erkältung, so lange verweilen, bis das Ausbleiben des Schweißes zur Ueberzeugung geworden ist. Nur langsam muß jedoch hiernächst die übrige Wiederbekleidung erfolgen, und sollte dessen ungeachtet sich wieder Schweiß einfinden, so würde es unumgänglich nöthig werden, sich gleich nach der Zuhausekunft umzukleiden.

---

*) Da die Russischen Dampfbäder Aufwärter erheischen, welche mit den dahin einschlagenden Verrichtungen vertraut sind, so werde ich jederzeit mit Vergnügen den zur Aufwartung bestimmten Personen, welche mir von außerhalb werden zugewiesen werden, in meiner Bade-Anstalt die nöthigen Anweisungen ertheilen lassen.

Universitäts- und Landesbibliothek Düsseldorf

Allerdings schwitzt man schon im Bade selbst, nur vermag niemand anzugeben, wie stark, weil der Niederschlag der Dämpfe auch den Körper nässet: nur wenn man die obere Stufe im Bade beschritten hat, merkt man wohl, daß die große Nässe, welche alsdann die Haut bedeckt, nicht allein dem Niederschlag der Dämpfe zugeschrieben werden könne. Allen Kranken, welche in der Transpiration das Mittel zu ihrer Heilung suchen, oder nach ärztlicher Vorschrift finden sollen, und denen nicht von ihren Herren Aerzten die Anwendung eines höhern Wärmegrads untersagt worden ist, dürfte daher wohl zu empfehlen seyn, bei jedem Bade, wenn auch nur auf wenige Minuten, sich auf die obere Pritsche niederzulegen, welches ihnen besonders dann nicht mißfallen wird, wenn sie sich vor dem Aufsteigen mit kühlem oder kaltem Wasser begießen lassen. Dafür spricht die Erfahrung. Ueber dieß hängt der Grad der Wärme, welche in der obern Region des Bades Statt finden soll, in der Regel, von der Bestimmung des Badenden ab, besonders wenn er sich allein im Bade befindet. So nützlich das Ruhen und Schwitzen nach dem Bade unläugbar in den meisten Fällen ist, so ist es doch nicht als durchaus nothwendig in allen Fällen, ohne Ausnahme, zu betrachten.

Gesunde, die bloß in diätetischer Hinsicht baden, bedürfen keines Ruhebettes, und wenn sie sich niederlegen, so geschieht es nicht zur Beförderung des Schweißes, sondern bloß einer Gemächlichkeit wegen.

Auch ohne Einhüllung in wollene Decken und längeres Ruhen auf dem Sopha, zeigt sich Schweiß auf der Haut, selbst dann, wenn der Badegast sich noch beim Austritt aus dem Bade mit kaltem Wasser hat begießen lassen.

Derjenige, welcher ohne zu ruhen, sich sofort ankleiden will, muß doch sich durch Reibung mit Tüchern von Nässe der Haut und dem nach und nach ausbrechenden gelinden Schweiße befreien, und sich nur allmählig bekleiden, damit ein weiterer Ausbruch des Schweißes verhütet werde, und er mit trocknen Kleidern seine Wohnung erreichen könne.

National-Russen die das Mariannenbad besucht, haben sich in der Regel nicht nach dem Bade niedergelegt, sondern bloß die Haut durch Reiben getrocknet, und sich dann wieder bekleidet.

4. Nach bereits gefertigter Zeichnung des Russischen Männerbades habe ich, dem über der Eingangs-Thür zum Ruhezimmer befindlichen Fenster gerade gegenüber, oben in die entgegengesetzte Wand noch ein dergleichen kleines Fenster einsetzen lassen, welches den Vortheil gewährt, daß nunmehr täglich, wenn das Bad nicht besetzt ist, die Ruhezimmer von allen üblen Dünsten durch Zugluft gereinigt werden können. Zugleich verhütet diese Einrichtung die Sammlung von Feuchtigkeit an der Decke.

Universitäts- und
Landesbibliothek Düsseldorf

18. Der zu 1. Anm. 4. gedachte Flur ist mit einem Fenster über der Hausthür, und dieses mit einem Ventilator zu versehen, damit immer frische Luft eindringen und diejenige entweichen könne, welche sich aus dem Ruhezimmer durch das über der Eingangs-Thür derselben befindliche Fenster dem Flur mittheilt.

Ferner dürfte der Flur, so wie bei meinem Russischen Männer-Bade, zu Anlegung eines heimlichen Gemaches und zu einem Ruheplätzchen für die Dienerschaft zu benutzen seyn, welche sich einfindet, ihre Herrschaften aus dem Bade abzuholen.

Geschrieben Berlin, im April 1824.

Pochhammer.

Erklärung

der Buchstaben auf der Zeichnung des Frauen-Bades vom Königl. Regierungs-Bau-Conducteur Herrn Tolberg.

In der Badestube:

A ist der Dampfofen, woran x die Eingußthür, O die Feuerung, P der Schornstein, ggg die Köpfe der eisernen Anker, die den Ofen zusammenhalten, vorstellen; b ist der eingemauerte Kessel zum Erwärmen des Wassers.

aa sind die beiden Wannen zum Wasserschöpfen und Erweichen des Birkenreises.

c ist der, warmes, und

d der, kaltes Wasser gebende Hahn.

f ist die Röhre, durch welche das kalte Wasser zum Regen-, Spritz-, Trauf- oder Sturzbade, in die Höhe steigt, und sich an der Decke über dem leeren Raum des Zimmers so krümmt, daß an die Mündung derselben entweder eine zum Regenbade dienende Brause, oder ein Schlauch zum Spritzbade, angeschraubt werden kann. Die in der Zeichnung des Männerbades angedeutete Brause ist mit G bezeichnet. Zum Öffnen und Schließen dieser Röhre dient ein besonderer Hahn. H ist die Röhre, welche das kalte Wasser in den Kessel bringt, damit es erwärmt werde.

Y leitet das erwärmte Wasser aus dem Kessel zu dem Hahn c.

Von z bis zu z geht die innere Bretterverkleidung der Bade-Stube.

r ist die doppelte Thür und

q das doppelte Fenster der Badestube. Die innern Flügel dieses Fensters sind mit auf einer Seite matt geschliffenem Spiegelglase versehen.

Universitäts- und Landesbibliothek Düsseldorf

DD sind Bänke, worauf sich die Badenden zuerst setzen können, um sich in etwas an die Temperatur des Zimmers zu gewöhnen, und worauf der Badediener beim Reiben tritt.

CCC sind drei Pritschen, worauf drei Personen bequem, ohne sich zu hindern, liegen können. Damit der Kopf etwas erhöht liege, so sind hölzerne Kopfkissen EEE angebracht, die an beiden Seiten mit Handhaben zum Aufhelfen versehen sind. An den Rändern der Pritschen müssen hin und wieder noch mehrere solcher Handhaben angebracht werden, damit der Badende bequem hinaufsteigen, auch sich das Umwenden erleichtern könne.

BB sind noch zwei mit dem Kopfkissen E versehene Pritschen, die bedeutend über die vorigen erhöhet sind, damit der, dem die Temperatur auf den unteren Pritschen noch nicht heiß genug ist, sich hieher legen könne, wo die Hitze immer noch um mehrere Grad höher ist, als auf den Pritschen C.

LLL sind Öffnungen, die zu den Räumen unter den Pritschen führen.

M ist die in den Schornstein führende Öffnung über dem Ofen.

V ist ein blecherner Kasten zum Aufbewahren der Seife.

In den übrigen Zimmern sind:

l Öfen und m Schornsteine.

n ist das Fenster aus dem Vorzimmer nach dem Flur.

hhhhhh sind sechs Ruhebetten, k ist eine Badewanne, damit, wenn etwa Jemand nach dem Russischen Bade ein gewöhnliches Bad zu nehmen wünschen möchte, dieß in der Nähe sey.

I ist eine Reihe Haken, zum Aufhängen der Bademäntel und Hemden.

W ist die Zuleitungs-Röhre des kalten Wassers.

Universitäts- und
Landesbibliothek Düsseldorf

R ist das Fenster über der Thür des ersten Ruhezimmers, Behufs der Circulation der Luft.

Zu der Zeichnung des Männer-Bades.

Die Details bleiben mit denen im Frauenbade gleich, nur sind die Umfassungswände, bis auf die Feuerstelle, ganz aus Holz; ferner können hier vier Personen bequem zugleich baden, da die Pritschen länger, als im Frauenbade, sind.

Das große Ruhezimmer ist durch eine Spanische Wand in zwei Theile getheilt und wird durch zwei Öfen erwärmt. Über der Badestube und unter dem Dache sind Wohnungen für Badediener befindlich.

Die Zeichnung des Ofens ist durch die Einschreibung in die Detailzeichnung deutlich gemacht.

Universitäts- und
Landesbibliothek Düsseldorf

Kurze Anweisung

zum

Gebrauch des Russischen Dampf-Bades

von

Dr. J. G. Schmidt,
ausübendem Arzte zu Berlin.

Universitäts- und
Landesbibliothek Düsseldorf

Wie es den meisten Einrichtungen ergeht, welche bei ihrem ersten Erscheinen etwas Auffallendes, von den hergebrachten Gewohnheiten Abweichendes, haben, so ist es auch dem Russischen Dampf-Bade ergangen, durch dessen Einrichtung hier in Berlin der Herr Geheime Ober-Steuerrath Pochhammer sich um das Publicum ein Verdienst zu erwerben hoffte. Viele Stimmen haben sich gegen dasselbe erhoben, einige es für ganz unverträglich mit der menschlichen Organisation, also für absolut schädlich, erklärt, andere es barbarisch genannt und nur allein für Menschen passend, die durch ihre Lebensweise, von der frühesten Jugend an, eine an Gefühllosigkeit gränzende Abhärtung erhalten haben.

Es war dem Russischen Dampfbade nützlich, daß man, in solchen Vorurtheilen befangen, darüber absprach; denn dadurch entging es dem Schicksale so vieler Mittel in der Medicin, welche nur darum so bald verworfen und vergessen worden sind, weil sie bei ihrem Bekanntwerden zu viel gelobt und zu allgemein angepriesen wurden. Jemehr Widerstand eine gute Sache findet, desto überzeugender tritt sie aus dem Kampfe hervor. Während man mit Gründen aus einer für unumstößlich gehaltenen Theorie das Nachtheilige dieses Bades bewies, während man mit Sicherheit erwartete, daß in demselben Menschen, vom Schlage gerührt, sterben würden, und dann das Unwesen schnell ein Ende haben müsse, wurden durch dasselbe Kranke geheilt, deren Übel hartnäckig jedem andern Mittel widerstanden hatte, Kränkliche zum Genusse einer bessern Gesundheit gebracht, Gesunde gestärkt und vor vielen

Krankheiten bewahrt, denen sie sonst häufig unterworfen waren, ohne daß jene bestimmte Erwartung in Erfüllung ging. Diese Erfolge öffneten dann vielen die Augen, die Furcht vor dem Barbarischen verschwand, und die Anstalt erfreut sich einer Theilnahme, wie sie nur immer zu wünschen war.

Der Herr Geheime-Ober-Steuerrath Pochhammer hält es für seine Pflicht, das Publicum mit einigen Heilungen bekannt zu machen, die durch das Russische Dampfbad bewirkt, und welche theils von den Badenden selbst, theils von deren Ärzten, in dem dazu bestimmten Journal verzeichnet worden sind. Er fordete mich auf, diesen Fällen eine kurze Anweisung zum Gebrauch des Russischen Dampfbades hinzuzufügen, damit das Publikum vor dem Mißbrauche desselben bewahrt, und durch jene glücklichen Erfolge nicht verleitet werde, es für ein Universalmittel zu halten. Dieser Aufforderung konnte ich um so weniger mich entziehen, als ich ganz unbezweifelt die Erhaltung meines eigenen Lebens und die Fortdauer meiner Gesundheit nur allein dem Russischen Dampfbade verdanke. Wenn dieser Umstand die Vorliebe, welche ich zu demselben als Heilmittel habe, gewissermaßen rechtfertigt, so geht dieselbe doch nicht so weit, daß ich seinen Gebrauch zu viel ausdehnen und die Nachtheile verkennen sollte, welche es durch unrichtige und unzeitige Anwendung hervorbringen kann. Als Heilmittel betrachtet, hat das Russische Dampfbad, wie jedes andere Mittel in der Medizin, seine bestimmten Anzeigen, die um so genauer beachtet werden müssen, als es zu den sehr wirksamen Mitteln gehört, die eben darum, weil sie in gewissen Fällen, vermöge ihrer großen Wirksamkeit, höchst heilsam sind, in andern eben so großen Schaden verursachen müssen.

Jedoch gilt dieß nur von der Anwendung dieses Bades als Heilmittel in Krankheiten; dem gesunden Menschen, welcher es in

diätetischer Hinsicht gebraucht, schadet es durchaus nicht. Es ist auch nicht so angreifend, als der, welcher es nicht kennt, zu glauben geneigt ist. Greise, die über siebenzig Jahr alt sind, und Kinder in den ersten Jahren ihres Lebens, haben es genommen, ohne vorher daran gewöhnt zu seyn, und sich wohl darauf befunden. Meinem eigenen Sohne, als er noch nicht sechs Jahr alt war, konnte ich kein größeres Vergnügen machen, als wenn ich ihn mit in das Russische Bad nahm. Ein Beweis zugleich, daß aus dem Gesetz der Gewohnheit die Unschädlichkeit desselben nicht erklärt werden kann. Gewöhnen aber kann sich der Mensch, durch öftere Wiederholung, so sehr daran, daß es endlich zum Bedürfniß wird. Das ist indeß kein Nachtheil, denn die Befriedigung dieser Bedürfnisses hat jederzeit eine Erhöhung der Lebens-Kräfte, eine wahre Stärkung, zur Folge, nicht aber eine Aufregung, auf welche Abspannung und Schwäche folgt. Wohl ist es möglich, daß unmittelbar nach dem Bade, besonders, wenn es nicht vollständig, und nach der momentanen Stimmung des Körpers gebraucht worden ist, einige Ermattung gefühlt wird. Diese aber dauert nicht lange, die Kräfte heben sich sehr bald, und gewöhnlich gewährt am folgenden Tage das Gefühl eines ungemeinen Wohlseyns einen herrlichen Genuß.

Folgende drei Stücke gehören wesentlich zu einem Russischen Dampfbade:

1. der Aufenthalt in einem mit Wasserdämpfen erfüllten Raume, die durch das Aufgießen von reinem Wasser auf glühende Steine hervorgebracht werden,
2. das Reiben des ganzen Körpers, am gewöhnlichsten mit belaubten Birkenzweigen, und
3. das öftere Begießen desselben mit Wasser.

Universitäts- und
Landesbibliothek Düsseldorf

1. Das Badezimmer wird auf die genannte Weise mit Dämpfen erfüllt und durch dieselben bis auf einen beliebigen Grad erwärmt. Am angenehmsten und zuträglichsten ist die Temperatur vom 35sten bis zum 45sten Grade nach Reaumur. Bei einem niedrigeren Grade erhalten sich die Dämpfe nicht lange genug, ein höherer ist unangenehm und peinlich. Durch Gewohnheit kann der Körper es zwar dahin bringen, daß ein viel höherer Grad von Hitze nicht stark empfunden wird, und selbst, wie einige Beispiele bewiesen haben, 55° R. eine ziemliche Zeit hindurch, ohne Unbequemlichkeit, ertragen werden. Das sind aber Mißbräuche, die gewiß nicht ohne Nachtheil oft wiederholt werden dürfen. Übrigens ist die Temperatur in dem Zimmer jederzeit sehr verschieden von der Höhe der Bank, auf welcher der Badende sich aufhält, so daß es in eines Jeden Willkühr steht, sich in die größte Hitze zu begeben, oder in einer mäßigern Wärme zu verweilen.

Sogleich beim Eintritt in das Badezimmer schlagen sich die Dämpfe an dem Körper nieder, und verdichten sich zu Wasser, die Blutbewegung wird vermehrt und der Schweiß bricht schnell und reichlich hervor. Fühlt man sich, nach einem Verweilen von fünf bis zehn Minuten, während welcher Zeit die Dämpfe einige Mal erneuert werden, ermattet; so ist das Begießen mit lauwarmen, oder wenn einer bereits mit dem Bade vertraut ist, mit kaltem Wasser, ein wahres Erquickungsmittel. Hierauf folgt

2. Das Reiben der Haut. Dieß geschieht am besten mit belaubten Birkenzweigen, die vorher mit Seife eingerieben worden sind. Doch kann man auch andere Reibemittel: Flanell, den gewöhnlichen Badeschwamm, Bast und ähnliche Sachen, dazu nehmen; nur muß man darauf sehen, daß diesen Dingen nicht zu viel Seife anhängt, weil dadurch die Friction zu sehr vermindert wird. Das Reiben muß zwar ziemlich rasch, jedoch sanft, ohne starken

Druck geschehen. Die ganze Oberfläche des Körpers muß gerieben werden, nur allein das Gesicht darf, jedoch auch nicht immer, verschont bleiben. Hierauf wird der Körper, durch Überstürzen von mehreren Eimern lauwarmen oder kalten Wassers, von der ihm anhängenden Seife gereinigt. Diese ganze Operation bewirkt eine bedeutende Beschleunigung des Kreislaufs des Blutes, so daß die Zahl der Pulsschläge in einer Minute auf 150 bis 170 steigt. Gewohnheit mindert jedoch auch die Wirkung auf den Blutumlauf gar sehr. Jetzt kann der Badende das Badezimmer verlassen. Gefällt es ihm aber, so darf er noch darin verweilen und selbst das ganze beschriebene Verfahren wiederholen.

3. Das Begießen des Körpers mit Wasser, lauwarmen oder kaltem, geschieht nach jedesmaliger Reibung, außerdem aber so oft, als das Bedürfniß der Abkühlung empfunden wird. Es ist nicht zu leugnen, daß bei dem so bedeutend beschleunigten Kreislauf des Blutes, besonders bei denen, welche an das Bad noch nicht gewöhnt sind, der Kopf zuweilen etwas eingenommen wird. Dadurch entsteht ein Gefühl der Ermattung im ganzen Körper. Dem wird aber sehr gut vorgebeugt, wenn man den Kopf oft, mittelst eines Schwammes, mit kaltem Wasser benetzt. Wer indeß erst mehrere Bäder genommen hat, bei dem tritt dieser Zufall seltener ein, und er bedarf jenes Mittels nicht. Wohl aber fühlt auch dieser von Zeit zu Zeit das Bedürfniß, sich zu erfrischen, und das wird vollkommen befriedigt durch das Überstürzen von einigen Eimern Wassers. Wer nicht durch einen Krankheitszustand bestimmt wird, sich dazu des warmen Wassers zu bedienen, dem ist jederzeit kaltes anzurathen. Es ist unglaublich, welche Erquickung dieß gewährt. Nur muß der Badende in stehender, oder wenn er, wegen Lähmung oder Contracturen der untern Gliedmaßen, nicht zu stehen vermag, in sitzender Stellung das Wasser

sich so über den Kopf gießen lassen, daß es am ganzen Körper herabfließt. Einzelne Theile desselben dürfen nie kalt begossen werden, ohne daß jenes Verfahren vorhergegangen ist.

Eine sanftere Art des Begießens ist die durch das Regenbad, zu welchem die Vorrichtung in den Badezimmern des Marianen-Bades angebracht ist. Dabei ist die Einrichtung getroffen, daß das Sieb, durch welches das Wasser in vielen dünnen Strahlen herabfällt, abgeschraubt werden kann, worauf dieses in einem einzigen starken Srahl herabstürzt, und so ein Traufbad darstellt, dessen Anwendung in mehreren Krankheits-Zuständen von sehr großer Wirkung ist. Dieses Traufbad kann dadurch leicht in eine Douche verwandelt werden, daß man einen Schlauch an die Öffnung schraubt, dessen unteres Ende mit einem, dem Zweck entsprechenden metallenen Rohr versehen ist. Durch die Verbindung des Dampf-Bades mit einer von diesen Arten des örtlichen Bades sind herrliche Wirkungen hervorgebracht worden. Auch darf man, statt sich das Wasser über den Körper gießen zu lassen, in eine Badewanne steigen, welche mit kaltem Wasser gefüllt ist, nachdem man vorher den Kopf gehörig abgekühlt hat. In derselben darf man aber höchstens eine Minute verweilen, und während dieser Zeit muß der Körper in steter Bewegung seyn.

Welche von diesen Arten der Anwendung des kalten Wassers man auch wählen mag, alle bringen ein höchst angenehmes Gefühl von Wohlseyn hervor. Der Kopf wird heiter, das Athmen frei, die Füße bewegen sich mit Leichtigkeit, die Lebensthätigkeit des ganzen Körpers ist erhöht. Der Schweiß, welcher vor dem Begießen mehr oder weniger reichlich vorhanden war, wird durch dasselbe nur auf eine ganz kurze Zeit unterdrückt; er bricht sehr bald wieder, und zwar gleichförmig über dem ganzen Körper, hervor.

Universitäts- und
Landesbibliothek Düsseldorf

Dieser Theil des Russischen Bades ist es nun, welcher den meisten Anstoß gefunden hat. Wenn es schon bedenklich gefunden wurde, den menschlichen Körper einem so hohen Wärmegrade, als angezeigt ist, auszusetzen; so verkündigte man nichts geringeres, als Tod durch Schlagfluß, wenn dieser erhitzte, von Schweiß triefende Körper, plötzlich mit kaltem Wasser, dessen Temperatur öfters kaum mehr als fünf Grad R. beträgt, überschüttet wird, oder derselbe sich wohl gar in eine Badewanne voll eben so kalten Wassers stürzt.

Auffallend mag es freilich, nach der gewöhnlichen Ansicht von der Wirkung eines plötzlichen, starken Temperatur-Wechsels auf den menschlichen Körper wohl seyn, daß dieser bei dem Verfahren im Russischen Dampfbade keinen Schaden nimmt, aber so ganz unerklärbar ist die Sache doch wohl nicht, auch das nicht, daß dieses Verfahren sogar wohlthätige Folgen hat. Die sämmtlichen Gefäße des Körpers, besonders die der Haut, sind durch die Einwirkung der warmen Dämpfe in die größte Thätigkeit versetzt; die Lebensthätigkeit ist in einem hohen Grade erhöht. Dieß würde zuletzt, wenn dem nicht von Zeit zu Zeit Einhalt geschähe, eine nachtheilige Erschlaffung herbei führen. Durch das Begießen mit lauwarmen Wasser wird die Gefäßthätigkeit der Haut gemäßigt und dadurch der Erschlaffung vorgebeugt; durch den Eindruck ganz kalten Wassers aber wird Contraction der Haut und eine momentane Suspension der Haut-Function hervorgebracht, auf welche eine desto stärkere Reaction der Lebenskraft folgt, wodurch der Ton der Haut nicht allein wieder hergestellt, sondern sogar erhöht wird. Ein anhaltendes Zurücktreten der Säfte von der Peripherie nach dem Centrum ist darum nicht zu befürchten, weil die Bewegung von diesem nach jener zu stark, die Einwirkung der Kälte auf die Haut aber nur kurz und bald vorübergehend ist.

Mehr aber als alle Theorie, beweist die Erfahrung die Anwendbarkeit und Unschädlichkeit des Russischen Bades. Im Russischen Reiche, wo man sich dessen so häufig bedient, weiß man kein Beispiel eines nachtheiligen Erfolgs, und hier in Berlin sind alle, welche es gebraucht haben, in hohem Grade dadurch befriedigt, Falls nicht in dem Krankheits-Zustande des Einen oder des Andern eine Gegenanzeige zu diesem Bade gelegen hat. Am auffallendsten beweisen es aber die Diener, welche im Mariannen-Bade die Badenden bedienen. Sie müssen, ein jeder täglich sechs Stunden hintereinander, sich der größten, meistens einer größeren Hitze, als die Badenden, auszusetzen, und befinden sich sehr wohl dabei.

Es fragt sich, wie lange soll man baden? Im Allgemeinen läßt sich die Zeit, welche man mit Nutzen im Badezimmer zubringen muß, nicht angeben. Während der Eine in einer Viertelstunde hinreichend gebadet hat, bedarf ein Anderer einer halben, ein dritter einer ganzen Stunde und vielleicht noch mehr Zeit, um den vollen Nutzen aus dem Bade zu ziehen. Die Constitution des Körpers, die jedesmalige Disposition und die Gewohnheit bestimmen am Besten die Dauer und die Stärke des Bades. Ein sehr reizbarer, schwacher Körper kann nicht wohl länger, als eine Viertelstunde ausdauern, während welcher Zeit er hinreichend geschwitzt haben, ein Mal über den ganzen Körper gerieben, und zwei, höchstens drei Mal mit nicht ganz kaltem Wasser übergossen worden seyn wird. Ein ganz gesunder Mensch aber kann länger im Badezimmer verweilen, kann sich zwei Mal reiben, und so oft begießen lassen, als er das Bedürfniß dazu fühlt. Doch muß er es nicht bis zur Ermattung treiben; eine halbe Stunde ist für ihn vollkommen hinreichend. Wenn aber der Körper sich nicht wohl fühlt, ohne grade namhaft krank zu seyn, eine gewisse Schwere in den Gliedern

empfindet, der Mensch zum Denken nicht gehörig aufgelegt ist: dann muß das Bad so lange fortgesetzt werden, bis alle diese Beschwerden gehoben sind, und das gelingt häufig, selbst wenn der Badende schon an das Bad gewöhnt ist, erst nach einer vollen Stunde, oft noch später. Er lasse nur nicht nach, lasse mehrere Male den Körper reiben, den behaarten Theil des Kopfes ebenfalls, lasse recht oft mit kaltem Wasser sich übergießen, besonders die Traufe auf den Kopf fallen, und er wird gewiß heiter und erfrischt, und zu jeder Arbeit gestärkt, das Bad verlassen. Crede experto.

Überhaupt aber verlasse man das Bad sogleich, sobald man sich durch dasselbe erleichtert, gestärkt fühlt. Ein längeres Verweilen darin hat häufig eine Ermüdung zur Folge, die dann so schnell nicht wieder weichen will.

Nach dem Bade pflegen die meisten sich auf's Ruhebett zu legen, und unter wollenen Decken eine Zeit lang zu schwitzen. Aber muß es denn geschwitzt seyn? Ist denn wirklich der Zweck des Russischen Bades kein anderer, als zu schwitzen? Diesen erreicht man vollkommen im Schwitzkasten; dazu bedarf es nicht der Reibungen, der Begießungen des Körpers, des Einathmens der Dämpfe. Und hat man denn im Badezimmer nicht genug geschwitzt? Wer dieses mit leichten Gliedern, ohne Gefühl der Ermattung verläßt, der muß sich weiter nicht niederlegen. Er ziehe sich langsam, unter beständigem Abtrocknen des noch immer hervorbrechenden Schweißes, an, und begebe sich nach Hause, wo der Wechsel der Wäsche sein erstes Geschäft seyn muß. Ein längeres Nachschwitzen unter wollenen Decken, hat nichts, als Ermattung, zur Folge.

Ein anderes aber ist es, wenn Jemand bedeutend ermattet, das Badezimmer verläßt, wenn er die Pulse und das Herz stark klopfen

fühlt, was bei denen, welche zum ersten Mal das Russische Bad nehmen, häufig der Fall ist. Ein solcher mag sich niederlegen, um auszuruhen, und den ruhigen, unfühlbaren Herzschlag abzuwarten. Länger aber soll er nicht liegen bleiben, sondern sich dann sogleich ankleiden und das Local verlassen. Hierbei ist es für den, welcher den freien Gebrauch seiner Füße hat, nicht nöthig, daß er sich eines Wagens bediene. Vielmehr ist die Bewegung des Gehens nützlich, selbst bei kaltem und regnerischem Wetter. Das eben ist der Vorzug des Russischen Bades, daß die Haut, lange Zeit nach dem Gebrauche desselben, in Folge ihrer erhöhten Lebensthätigkeit, die Eindrücke der äußern Luft ohne Nachtheil ertragen kann.

Nach dem Bade empfindet man häufig einen starken Durst. Zur Stillung desselben sind nicht wohl kalte Getränke, als Wasser, Bier und dergleichen, anzurathen. Sie belästigen dadurch, daß sie den Magen sehr ausdehnen und den Unterleib auftreiben. Besser eignen sich dazu warme Getränke, denen man mit Vortheil, im Fall nicht eine Krankheit es verbietet, etwas Spirituöses beimischen kann, z. B. Thee mit Wein oder Rum, oder noch besser, ein Gläschen Grog, eine Mischung aus warmen Wasser, Rum und Zucker. Dieß letzte ist, wenn es nicht zu stark ist, das angenehmste und erquickendste Getränk nach dem Bade. Übrigens ist man im Stande, diesem, oft lästigen, Durste vorzubeugen, dadurch, daß man, kurz vor dem Eintreten in das Badezimmer, ein Glas Wasser trinkt.

In Hinsicht der Tageszeit ist es ziemlich gleichgültig, in welcher Stunde des Tages man badet. Wie bei jedem andern Bade es nützlich ist, die Zeit dazu zu wählen, in welcher man am meisten frei von Geschäften ist, damit man mit desto ruhigerem Gemüthe baden könne, so auch bei dem Russischen Dampf-

Bade. In Hinsicht der Wirkung ist zwischen dem frühen Morgen und dem späten Abende kein merklicher Unterschied wahrzunehmen. Wer jedoch von schlaflosen Nächten geplagt ist, der bade des Abends, er verschafft sich dadurch eine ruhige Nacht. Gewöhnlich wird gewarnt, kurz nach gehaltener Mahlzeit zu baden, und man hat in sofern Recht, als zu dieser Zeit die Neigung zu Congestionen des Blutes nach dem Kopfe größer ist, als zu jeder andern Zeit; aber falsch ist die Behauptung, daß dieß Bad die Verdauung störe. Sie wird vielmehr durch das Reiben des Unterleibes mit Birkenzweigen ungemein befördert. Wer nach dem Essen von Blähungen und Auftreibung des Unterleibes geplagt wird, darf dreist ein Russisches Dampfbad nehmen, wobei er sich vorzugsweise die Gegend des Magens und den ganzen Unterleib reiben, und den Kopf fleißig mit kaltem Wasser begießen lassen muß, und er kann versichert seyn, daß er, von den genannten Beschwerden frei, das Bad verlassen wird.

Die Wirkung des Russischen Dampfbades im Allgemeinen ist zunächst erhöhte Thätigkeit des Hautorgans, nicht allein, soweit es den Körper von Außen umkleidet, sondern auch, soweit die Dämpfe es in seinen Fortsetzungen in das Innere des Körpers, in die Nase, die Stirnhöhlen, den Kehlkopf, die Luftröhre, die Lungen, erreichen und berühren können. Ferner, vermehrte Bewegung im ganzen System der Blutgefäße, von den feinsten Endungen derselben in der Haut an, bis zu ihrem gemeinschaftlichen Stamme, dem Herzen. Die Gefäß-Endungen werden, während ihrer vermehrten Action, durch den Einfluß der Dämpfe, erweitert, krampfhafte Zusammenschnürungen, die hin und wieder Statt hatten, gehoben, und vorhandene Stockungen gelöst. Die krankhaft erhöhte Reizbarkeit der Schlagadern, so wie die zu große Empfindlichkeit der Nerven, werden herabgestimmt, so daß durch

die Einwirkung äußerer Reize keine zu starke und zweckwidrige Erregung hervorgebracht werden kann. Dadurch wird besonders die Haut zu ihren Verrichtungen, durch welche sie auf die meisten Organe des Körpers einen mächtigen Einfluß hat, geschickt gemacht.

Aus dem eben Gesagten ergibt sich, unter welchen Umständen das Russische Bad zulässig und anwendbar ist, unter welchen es vermieden werden muß. Da es auf die Haut, soweit sie in ihrer ganzen Ausdehnung von den Dämpfen berührt wird, da es ferner auf die Blutgefäße als ein mächtiges Erregungsmittel wirkt; so darf seine Anwendung nicht Statt finden:

1. in allen denen Krankheitsfällen, wo die zu große Gefäß-Thätigkeit vermindert werden muß, also
   a. in allen sogenannten hitzigen Fiebern, selbst wenn keine Entzündung irgend eines einzelnen Organs damit verbunden ist;
   b. ganz vorzüglich aber muß es vermieden werden, bei allen Entzündungen innerer Organe, sie mögen acuter oder chronischer Art seyn, besonders hat man sich bei der chronischen Leber-Entzündung vorzusehen, die zuweilen nicht erkannt, oft, wegen der mit ihr verbundenen, den gichtischen nicht unähnlichen, Schmerzen in entfernten Theilen des Körpers, für Gicht erklärt wird, gegen welche man die Anwendung des Russischen Bades für zweckmäßig hält. Die Wirkung davon ist jederzeit die Verwandlung der chronischen Entzündung in eine acute, die um so gefährlicher ist, weil die Ursache jener, gewöhnlich ein organischer Fehler in der Leber, dabei fortdauert;
   c. bei allen hitzigen, mit Fieber verbundenen Hautausschlägen, als Pocken, Masern, Rötheln, Scharlach, der Rose. So

sehr auch Sanchez in diesen, wie überhaupt in den hitzigsten Entzündungs-Krankheiten, den Gebrauch des Russischen Dampfbades empfiehlt, so ist ihm doch hierin nicht zu folgen, wenngleich er eine gemäßigte Hitze des Badezimmers dabei anräth. Ihm scheint es bei Heilung der genannten Krankheiten hauptsächlich nur auf Hervorbringung von Schweiß anzukommen, was indeß ganz verwerflich ist. Die unvermeidliche Wirkung der warmen Dämpfe, in Verbindung mit der immer hohen, wenn gleich gemäßigten, Temperatur des Badezimmers, ist Erhöhung der arteriellen Gefäß-Thätigkeit, wodurch in Entzündungs-Krankheiten, zu welchen die obengenannten Haut-Ausschläge gehören, jederzeit Nachtheil hervorgebracht wird.

2. In allen nicht fieberhaften Krankheiten, wo eine schnelle Aufregung der Thätigkeit des Schlagadern-Systems gefährlich ist.

Dahin gehören:

a. alle organische Krankheiten sämmtlicher Eingeweide des Körpers. Dem freien Durchgange des Blutes durch die Gefäße eines solchen kranken Organs stehen Hindernisse entgegen, wodurch bei schnellerem und bedeutenderem Blutandrang leicht Zerreißung eines Gefäßes und eine höchst gefährliche, selbst tödtliche Blutergießung bewirkt werden kann. Daher die Entstehung des Bluthustens, als Folge des Russischen Bades, bei solchen, deren Lungen an Verhärtungen, sogenannten Lungen-Knoten, leiden.

b. Stockungen in einzelnen Theilen des Gefäß-Systems selbst, wie dieß wahrscheinlich der Fall in der Hämorrhoidal-Krankheit ist. Wenn gleich Hämorrhoiden, die bloß eine Folge von Schwäche der venösen Gefäße des Unterleibes sind, das Russische Dampfbad nicht allein nicht verbieten, sondern im Gegentheil, dasselbe hierbei als kräftiges und sicheres Heilmittel

Universitäts- und Landesbibliothek Düsseldorf

in Anwendung gebracht werden kann; so muß man damit in der eigentlichen Hämorrhoidal-Krankheit sehr vorsichtig seyn. Solche Kranke leiden häufig an Congestionen des Blutes nach der Brust und nach dem Kopfe, und in diesen Fällen ist es ganz zu vermeiden, weil, bei dem mangelhaften Kreislaufe des Blutes im Unterleibe, und dem dadurch erschwerten Rückflusse desselben aus dem Kopfe und der Brust, leicht tödtlicher Schlagfluß und Bluthusten veranlaßt werden können.

Dagegen ist die Anwendung des Russischen Dampfbades von ausgezeichnetem Nutzen:

1. als diätetisches Mittel, zur Erhaltung der Gesundheit und Abwendung von Krankheiten. Der feindseligen Einwirkung des häufigen Temperatur-Wechsels in unserm Klima, des scharfen Ost- und Nordost-Windes u. s. w. widersteht selten einer so ganz, daß er nicht mehr oder weniger in seinem Wohlseyn dadurch gestört werden sollte. Mancher erkrankt ernsthafter aus dieser Ursache. Rheumatische, katarrhalische und Entzündungs-Fieber sind die gewöhnlichen Folgen. Nicht bloß die leichteren Unpäßlichkeiten, welche aus der genannten Quelle entstehen, werden auf das schnellste durch das Russische Dampfbad gehoben, sondern durch dessen richtige und zeitige Anwendung wird auch den schwerern Übelseynsformen vorgebeugt. Der Verfasser hat erst vor wenigen Monaten diese merkwürdige Wirkung des Russischen Dampfbades an sich selbst erfahren. Sein Wohlbefinden schwand in Folge des Temperatur-Wechsels der Atmosphäre, der Kopf ward ihm eingenommen und schwer, in den Beinen empfand er eine Mattigkeit, welche er durch den festesten Willen kaum zu überwinden vermochte. Nach einigen Tagen trat heftiger Kopfschmerz ein, das Athmen wurde schwer, die Brust war beklommen, eine entsetzliche

Mattigkeit hatte sich des ganzen Körpers bemächtigt. Jetzt traten Fieberschauer ein, der Ausbruch eines Entzündungs-Fiebers war ganz nahe. Ganz die nämlichen Empfindungen waren es, welche den heftigen Lungen-Entzündungen, an welchen der Verfasser in den Jahren 1814 und 1816 litt, vorhergingen. Nun aber säumte er keinen Augenblick, er eilte in das Russische Bad, mit dem Vorsatze, es nicht eher zu verlassen, bis die drohendsten Erscheinungen, Kopfschmerz und Schwerathmigkeit verschwunden seyn würden: und sie waren es nach einem anderthalbstündigen Aufenthalt im Badezimmer, dessen Temperatur 48° R. betrug. Von ausgezeichneter und fühlbar entscheidender Wirkung war hierbei die Anwendung des kalten Wassers, von welchem wenigstens Dreißig volle Eimer über Kopf und Körper gegossen wurden. Nach noch nicht vollen zwei Tagen waren die noch zurückgebliebenen leichten Beschwerden ebenfalls ganz gehoben und die Gesundheit völlig wieder hergestellt, ohne daß die Apotheke auch nur Einen Gran Arzenei dazu geliefert hätte.

Nach starken körperlichen Bewegungen und Anstrengungen wird das Gefühl der Ermüdung und die damit häufig verbundenen schmerzhaften Empfindungen in den Gliedern, wodurch der zur Erholung nothwendige Schlaf verhindert wird, durch ein Russisches Dampfbad sogleich verscheucht, Geist und Körper fühlen sich gestärkt, und zu neuen Anstrengungen aufgelegt.

Auch der unangenehme körperliche Zustand am Tage nach einem zu reichlichen Genusse von Speisen und Getränken, wobei die Thätigkeit des Geistes auf eine verdrießliche Art gehemmt ist, findet sein sicheres und schnelles Heilmittel im Russischen Dampfbade, so daß ein, ohne solches gewöhnlich nothwendiges, Brechmittel ganz entbehrlich wird.

Universitäts- und
Landesbibliothek Düsseldorf

Überhaupt ist die Hauptanwendung dieses Bades die diätetische. Wessen Körper ungewöhnlich reizbar und daher leicht geneigt ist, durch äußere Einflüsse zu erkranken, dem ist dasselbe ganz besonders zu empfehlen. Ein von Zeit zu Zeit genommenes Russisches Dampfbad ist ihm ein Schutzmittel gegen viele Krankheits-Anfälle, denen er sonst ausgesetzt seyn würde.

2. Als Heilmittel in Krankheiten, die nicht zur Klasse derer gehören, welche oben bereits, als das Russische Dampfbad verbietend, genannt worden sind. Die meisten, gegen welche es mit Nutzen gebraucht wird, gehören zu den langwierigen sogenannten chronischen Krankheiten, wobei der Körper sich zwar nicht mehr krank befindet, aber einzelne Theile desselben in ihren Functionen gehemmt sind. Doch kann es auch gegen mehrere hitzige Leiden angewendet werden, sobald sie nur nicht mit starkem allgemeinen entzündlichen Fieber verbunden sind. Die einzelnen Krankheitsformen, in welchen es sich bis hierher wirksam gezeigt hat, sind folgende:

   a. der einfache Katarrh, dessen Sitz sich auf die innere Haut der Nase und der Stirnhöhlen beschränkt und der nicht mit bedeutendem Fieber verbunden ist. Wenn seine Dauer durch die Anwendung des Russischen Dampfbades auch nicht abgekürzt wird, so wird seine Steigerung zu einer größern Höhe, und seine Verbreitung auf die Luftröhre und die Lungen doch dadurch verhindert, und der Körper von den, den hitzigen Katarrh gewöhnlich begleitenden, lästigen Beschwerden, besonders der unangenehmen Schwere in den Gliedern und der Appetitlosigkeit, sehr bald befreit. Aber auch selbst gegen den katarrhalischen Husten gibt es, unter den angegebenen Bedingungen, schwerlich ein Mittel, das so schnelle Hülfe leistet, als dieses Bad.

Ausgezeichnet wirksam ist es aber in dem langwierigen Katarrh, und besonders bei dem sogenannten Stockschnupfen, welcher letztere vorzüglich in den Stirnhöhlen seinen Sitz hat, sehr beschwerlich ist, und häufig, wenn er lange dauert, sehr schlimme Folgen hat. Es ist auffallend, mit welcher Schnelligkeit der, Jahre lang der Luft verschloßene Weg durch die Nase, geöffnet wird, so daß das Athmen durch dieselbe, welches vorher ganz unmöglich war, jetzt mit der größten Leichtigkeit von Statten geht. Um dieß zu bewirken, muß der Kranke zuerst zehn bis funfzehn Minuten die Dämpfe auf sich einwirken, und dann den Kopf und die Stirne schnell mit kaltem Wasser begießen lassen. Dieses Verfahren muß er einige Male bei jedem Bade wiederholen.

Eben so sicher weicht die Heiserkeit, wenn sie katarrhalischen Ursprungs ist, und nicht etwa durch Eiterung des Kehlkopfes nnd der Luftröhre bewirkt wird, dem Russischen Dampfbade. Eine große Empfindlichkeit dieser Organe bei einem jungen Manne, welche bei jedem Eindruck einer etwas kälteren Luft, als der des Zimmers, sogleich eine völlige Stimmlosigkeit hervorbrachte, wurde durch wenige Russische Bäder, und zwar mitten im Winter, so völlig geheilt, daß auch nicht eine Spur davon zurückgeblieben ist.

b. Rheumatismus, sowohl der neu entstandene, als der veraltete, und die Folgen desselben, Steifigkeit und Verkürzung der Muskeln und die dadurch verursachte Unbeweglichkeit der Glieder.

Es ist wahrhaft erfreuend, zu sehen, mit welcher Schnelligkeit das Russische Dampfbad in diesen Übeln Hülfe schafft, so daß es hierbei allen übrigen Mitteln, selbst dem eben-

falls wirksamen, aber doch sehr beschwerlichen thierischen Bade weit vorzuziehen ist. Es versteht sich übrigens von selbst, daß, wenn beim acuten Rheumatismus die schmerzhaften Stellen bedeutend entzündet sind, diese Entzündung, vor der Anwendung des Bades, durch schickliche Mittel gehoben werden muß.

Überhaupt besitzt dieses Bad eine sehr große schmerzstillende Kraft, so daß es in manchen schmerzhaften Krankheiten, welche es nicht geradezu zu heilen vermag, doch Linderung der Schmerzen auf einige Zeit bewirkt. Den rheumatischen Zahnschmerz schafft es sehr schnell fort, aber auch den selbst, welcher von Entzündung der die Zahnwurzel umkleidenden Haut entsteht, beruhigt es auf einige Zeit. Beim Gesichtsschmerz, dieser furchtbarsten aller schmerzhaften Krankheiten, hat es in einem Falle zwar nicht Heilung, doch merkliche Erleichterung bewirkt. Das nervöse Hüftweh ist einige Male geheilt worden, wiewohl es bereits lange Zeit gedauert hatte, und eine Menge Mittel vergeblich dagegen angewendet worden waren. In dieser letzteren Krankheit ist es zweckmäßig, die Douche mit dem Dampfbade zu verbinden; die Heilung erfolgt dadurch um vieles schneller. Die Vermuthung ist nicht ungegründet, daß auch in dem eben angeführten Falle von Gesichtsschmerz der Erfolg günstiger gewesen seyn würde, wenn zugleich die Douche angewendet worden wäre.

Gegen den Magenkrampf hat es sich in einigen Fällen nicht allein als ein besänftigendes, sondern als wirkliches Heilmittel bewiesen.

Auch die Schmerzen, welche oft Jahre lang nach Entzündungen, besonders in der Brust, und nach geheilten

Wunden und Verrenkungen zurückbleiben, und den sogenannten Kalender im Körper bilden, können auf keine Weise sicherer, schneller und leichter, und zwar auf immer, entfernt werden, als durch dieses Bad.

c. Die Gicht. Sobald diese Krankheit in ihrer ausgebildeten Form als Entzündung und Schmerz in den Gelenken vorhanden ist, darf das Russische Dampfbad als das sicherste und schnellste Heilmittel derselben angesehen werden, wenn nur zugleich, durch örtliche Blutentziehungen, für die Verminderung der Entzündung gesorgt wird. Kaum ist hierbei zu erinnern, daß ein allgemeines Fieber, wenn es einigermaßen bedeutend ist, vor Anwendung des Dampfbades, durch ein zweckmäßiges ärztliches Verfahren beseitigt werden muß. Sehr vorsichtig muß man aber seyn, wenn die Gicht noch nicht in ihrer Ausbildung als Krankheit der Gelenke aufgetreten ist, sondern sich erst in der Entwickelung, als Leiden der Digestionsorgane, befindet. Hier dem Ausbruche durch das Russische Dampfbad vorbeugen, die Krankheit gleichsam in ihrer Geburt ersticken zu wollen, könnte höchst gefährlich werden, indem sehr leicht statt der gefahrloseren Entzündung in den äußern Gliedmaßen, eine höchst gefährliche, in einem innern Organe, besonders in der Leber, entstehen könnte.

Also nur in der ausgebildeten Gicht ist das Russische Dampfbad anwendbar, aber in dieser auch jedem andern Mittel vorzuziehen. Es beseitigt die Krankheit nicht allein schnell und sicher, sondern verwahrt auch gegen einen baldigen Rückfall, und verhindert die Entstehung der höchst unangenehmen Nachkrankheiten in den Gelenken, die Contracturen, Gichtknoten u. dergl.; sind diese indeß bereits vor-

nden, so werden auch sie, aber freilich nur durch einen hr anhaltenden Gebrauch dieses Bades, beseitigt.

Die Hautwassersucht, welche in Folge gestörter Hautfunction entstanden ist, wich ebenfalls dem Russischen Dampfbade, und zwar sehr schnell, nachdem sie vorher allen andern Mitteln wiederstanden hatte. Fehlerhaft würde es indeß seyn, wenn man bei Wassersuchten, die ihren Grund in organischen Leiden, vielleicht gar in Eiterung innerer Organe haben, dieses Bad anwenden wollte, das in solchen Fällen den unglücklichen Ausgang nur beschleunigen würde.

e. Chronische Hautkrankheiten, und darunter vorzüglich das ganze Heer der Flechten in ihren verschiedensten Gestaltungen. Hiergegen scheint das Russische Dampfbad ein specifisches Mittel zu seyn, dem sie, ohne Ausnahme, sämmtlich weichen, und zwar so, daß keine andere schlimme Krankheit als Folge ihrer Heilung erscheint. Die Wirksamkeit dieses Bades in dieser Krankheitsform ist so groß, daß fast niemals, und nur in Fällen von Complication, andere, die Kur unterstützende, Mittel zugleich nöthig sind.

Eben so hat es seine Kraft in Heilung alter Fußgeschwüre, selbst von der fressendsten Art, durch sehr viele Fälle bewiesen. Daß zur Heilung dieser langwierigen, den besten Kurmethoden und den wirksamsten Mitteln oft hartnäckig wiederstehenden Übel mehr, als ein oder zwei Dutzend Bäder erforderlich sind, versteht sich von selbst.

Diese Krankheiten haben oft bereits viele Jahre gedauert und scheinen mit der ganzen Constitution des damit Behafteten so innig verbunden zu seyn, daß das höchste Unwohlseyn einzutreten pflegt, wenn sie auf einige Zeit verschwinden. Wie ist daher zu erwarten, daß einige wenige

Russische Bäder eine Heilung bewirken sollen, die der ganze übrige Heil-Apparat oft gar nicht hervorzubringen im Stande ist.

Diese Bemerkung würde ganz überflüssig seyn, wenn nicht einige Fälle vorgekommen wären, wo das Russische Bad für unwirksam erklärt und ausgesetzt wurde, weil nach acht- oder zehnmaliger Anwendung desselben die völlige Heilung nicht erfolgt war, ungeachtet die augenscheinliche Verminderung der äußern Krankheit bei vermehrtem allgemeinen Wohlbefinden, den besten Erfolg mit Sicherheit versprach.

Unzählige Erfahrungen haben bewiesen, daß gegen die Flechten-Krankheit und gegen veraltete fressende Geschwüre es kein Mittel gibt, welches schneller, sicherer und mit geringerer Beschwerde die Heilung bewirkt, als das Russische Dampfbad. Je neuer die Krankheit ist, desto eher weicht sie demselben. Der Verfasser selbst hatte vor einigen Jahren das Unglück, sich durch Ansteckung einen Flechtenausschlag zuzuziehen. Er hatte den von einer nässenden schuppigten Flechte ganz entstellten Arm eines Kranken berührt, und bald darauf sich, unvorsichtiger Weise, das Kinn mit den noch nicht gereinigten Fingern gerieben. Nach dreien Tagen brachen an dieser Stelle mehrere Pusteln hervor, die Haut des Kinnes entzündete sich und wurde von dicken Borken bedeckt. Das Übel griff gewaltig schnell um sich und würde wahrscheinlich sehr bald das ganze Gesicht überzogen haben, denn nach acht Tagen hatte es bereits die ganze Unterlippe und einen Theil der Oberlippe ergriffen, wenn das nun in Gebrauch gezogene Russische Dampfbad dem Fortschreiten nicht schnell Gränzen gesetzt hätte. Zwölf

Bäder, täglich eins genommen, bewirkten die vollständigste Heilung, ohne daß auch nur das Geringste von irgend einem andern Mittel angewendet worden wäre.

Auch die Folgekrankheiten der durch unschickliche Mittel vertriebenen Flechten lassen sich zuweilen durch das Russische Dampfbad noch heilen, und unter diesen Umständen würde es selbst bei der Lungen- und Luftröhren-Schwindsucht anzuwenden seyn, Falls diese Krankheiten nicht bereits zu starke Zerstörungen in den Organen hervorgebracht haben.

Eine recht hartnäckige Augen-Entzündung, die ihren Grund in der schnellen Vertreibung einer in der Kniebeuge des linken Fußes befindlichen Flechte hatte, wurde durch die alleinige Anwendung des Russischen Dampfbades geheilt.

Die Milchborke der Säuglinge und die noch langwierigere Crusta serpiginosa weichen dem Russischen Dampfbade schnell und leicht. Dabei ist es von Nutzen, wenn die stillende Mutter oder Amme das Bad ebenfalls gebraucht.

Es bedarf wohl kaum der Versicherung, daß auch die Krätze durch dieses Bad geheilt werden kann, und mehrere Male geheilt worden ist. In dieser Krankheit müssen die Reibungen mit mehr Seife, als sonst, und weit stärker vorgenommen werden, und die Begießungen nicht mit kaltem, sondern mit warmen Wasser geschehen. Täglich muß wenigstens ein Bad genommen werden, wenn es aber seyn kann, zwei. Auf diese Art sind Heilungen zu Stande gekommen, ohne daß irgend ein anderes Mittel zugleich mit gebraucht worden wäre. In sehr starken Graden des Übels kann man die gewöhnlichen Schwefeleinreibungen, oder, wenn man die Schwefel-Dampfbäder vorzieht, auch diese

mit den Russischen Dampfbädern verbinden, und wird auf diese Art weit schneller die Kur vollenden, als es durch die alleinige Anwendung des einen oder des andern Mittels geschehen würde.

f. Skropheln. Gegen diese hat das Russische Dampfbad, als Heilmittel, zwar einen sehr großen, jedoch immer nur einen bedingten Werth, wie jedes andere Mittel, welches gegen dieses Leiden angewendet wird. Der Zustand eines Körpers, welcher an der Skrophelkrankheit leidet, ist zu verschiedenen Zeiten so sehr verschieden, daß er oft die entgegengesetztesten Mittel erfordet; daher kein einzelnes unter allen Umständen als heilsam angepriesen werden kann. Bei einer großen Unthätigkeit des lymphatischen Systems in dieser Krankheit ist die Reizbarkeit der Arterien, so wie die Empfindlichkeit der Nerven relativ erhöht und beide werden oft zu einem solchen Grade gesteigert, daß heftiges Gefäß-Fieber und bedeutende Entzündungen in einzelnen Organen, selbst ohne bemerkbare äußere veranlassende Ursachen, entstehen. Es leuchtet ein, daß das Russische Dampfbad bei einem solchen Zustande nicht zulässig ist. Auch darf es nicht angewendet werden, wenn bei weniger starkem Gefäß-Fieber, die Gekrös-Drüsen, und überhaupt die angeschwollenen Drüsen in irgend einem Organ, sich in einem entzündeten Zustande befinden. Bei skrophulös angeschwollenen und verhärteten, wenn gleich nicht entzündeten Drüsen in den Lungen ist es in den meisten Fällen ebenfalls untersagt, weil die Gefahr, Bluthusten zu erregen, zu groß ist.

Aber wo die Lungen und die übrigen Eingeweide von Skropheln frei sind, diese sich hauptsächlich in den an der Peripherie des Körpers befindlichen Theilen vorfinden, darf

man zu der Zeit, wo das Blutgefäß-System nicht fieberhaft aufgeregt ist, das Russische Dampfbad gebrauchen und unter diesen Umständen gehört es — was Beobachtung bisher vielfältig gezeigt hat — zu den wirksamsten Mitteln, welche jemals gegen Skropheln angewendet worden sind. Es vermindert die zu große Empfindlichkeit der Nerven, stimmt die krankhaft erhöhte Reizbarkeit der Arterien herab, und erhöht dagegen die Lebensthätigkeit der Venen, so wie der lymphatischen Gefäße. Dadurch ist es im Stande, die stärksten und härtesten skrophulösen Anschwellungen zu zertheilen und die bösartigsten Geschwüre, die ihren Grund in der Skrophel-Krankheit haben, zu heilen. So wurde bei einem Mädchen von zwei und zwanzig Jahren, von skrophulösem habitus, eine große, harte Geschwulst im Unterleibe, durch welche sich dieser unförmlich ausdehnte, und welche deutlich aus dem Gekröse hervortrat, wogegen fast zwei Jahre lang sehr wirksame Mittel vergeblich gebraucht worden waren, durch vier und vierzig Russische Dampfbäder (in einem Zeitraum von drei Vierteljahren genommen) gänzlich zertheilt, und die Kranke auf einen hohen Grad von Gesundheit gebracht.

Ein anderes Mädchen, welches durch ein skrophulöses Geschwür am rechten Knie bereits in einen Zustand von Abzehrung versetzt war, ist allein durch den Gebrauch der Russischen Dampfbäder, deren sie über funfzig genommen hat, geheilt worden. Von der Bedeutung dieses Geschwürs zeugen heute noch die gewaltigen Narben, die es zurückgelassen hat, die aber durch den fortgesetzten Gebrauch der Dampf-Bäder schon sehr viel von ihrer früheren Häßlichkeit verloren haben. Überhaupt ist es bemerkenswerth, daß die Verwachsungen der Haut mit den darunter liegenden Muskeln, nach der Heilung beträchtlicher Wunden und Geschwüre, durch dieses Mittel nicht selten sehr gelöst worden, so daß die vorher fest aufsitzende Haut nun wieder beweglich wird.

Universitäts- und
Landesbibliothek Düsseldorf

Eine der unangenehmsten Wirkungen der Skrophel-Krankheit ist die Harthörigkeit. Auch gegen dieses Leiden hat das Russische Dampfbad sich mehrere Male sehr heilsam bewiesen. Bei einigen ist das Übel dadurch beträchtlich vermindert, bei einigen aber völlig gehoben worden.

Wenn gleich die Art von Balggeschwülsten, welche unter dem Namen der Ganglien oder Überbeine bekannt sind, nicht gerade zu den Zufällen der Skrophelkrankheit zu rechnen ist; so sind sie doch hier mit anzuführen, weil sie die große Wirksamkeit des Russischen Dampfbades in Zertheilung solcher Geschwülste beweisen.

Zwar hat man sich dieses Mittels wohl noch nie absichtlich gegen diese Übel bedient, aber wo sich zufällig dergleichen vorfanden, wenn um anderer Ursachen willen gebadet wurde, da sind sie, bei etwas anhaltendem Gebrauche des Bades, verschwunden, ohne daß auf sie besondere Rücksicht — etwa durch stärkeres Reiben — genommen worden wäre.

g. Variköse Ausdehnung der Venen. Es ist im Vorhergehenden bemerkt worden, daß das Russische Dampfbad die Lebensthätigkeit der zurückführenden Blutadern erhöhe. Den stärksten und am meisten in die Augen fallenden Beweis dafür gibt die Wirkung desselben auf den eben genannten Krankheits-Zustand dieser Gefäße, der mit so sehr vielen Beschwerden verbunden, und nach dem verschiedenen Sitze desselben im Körper mit mehr oder weniger Gefahr verknüpft ist. Die Gelegenheits-Ursache dieser Krankheit mag seyn, welche sie wolle: so ist die nächste Ursache derselben stets eine Schwäche und Erschlaffung der Wandungen der Venen, deren Lebensthätigkeit dadurch in höherem oder geringerem Grade vermindert ist.

Bis jetzt hat weder die Medizin noch die Chirurgie ein Mittel oder eine Methode angegeben, durch welche dieser Krankheits-Zustand geheilt werden könnte. Alle vorgeschlagene Mittel zu Einreibungen haben wenig geholfen, Entleerung des Inhalts

einzelner Aderknoten schafft nur an einzelnen Stellen Hülfe, und hat sogar nicht selten nachtheilige Folgen, Einwickelungen ganzer Glieder, deren Venen varikös ausgedehnt sind, schaffen nur so lange Linderung, als die Einwickelung dauert, zu geschweigen der Fälle, wo dieses Mittel, wegen der örtlichen Beschaffenheit des Übels, nicht einmal angewandt werden kann. Linderung der durch die Krankheit hervorgebrachten Leiden ist das Höchste, was man, mit der größten Mühe, bewirkt hat; Heilung der Krankheit selbst hat man nie erreicht.

Durch das Russische Dampfbad ist es geglückt eine vollständige Heilung der Art zu Stande zu bringen.

Eine Frau, welche bereits in ihrer ersten Schwangerschaft einige Beschwerden durch aufgetriebene Blutadern an den untern. Extremitäten gehabt hatte, und in jeder folgenden mehr daran litt, wurde in der vierten Schwangerschaft durch die enorme Ausdehnung der Venen, nicht allein der ganzen untern Extremitäten, sondern auch des Unterleibes, in einen wahrhaft bedauernswürdigen Zustand versetzt, der bis an das Ende der Schwangerschaft dauerte. Jede Lage des Körpers, auf dem Rücken sowohl, als auf den Seiten, verursachte Schmerzen, das Gehen war, theils wegen der schmerzhaften Spannung in den Füßen, theils wegen heftiger Stiche in den Hüftgelenken, unmöglich; bei jedem Versuch dazu war die Kranke in Gefahr, zur Erde zu stürzen. Alle Mittel, welche die Medizin und Chirurgie zur Linderung dieses, kaum zu ertragenden Zustandes darbieten, wurden ohne Erfolg angewandt, bis die, nach so langen und heftigen Leiden, dennoch glückliche Entbindung die Heftigkeit der Beschwerden minderte. Die variköse Ausdehnung der Gefäße dauerte aber in beträchtlichem Grade auch in der Folge fort, und die häufig eintretenden Schmerzen und flüchtigen Stiche in den Hüftgelenken ließen die Entstehung des furchtbaren Hüftwehes befürchten. Nach vergeblicher Anwendung einer Menge von Mitteln wurden endlich die Russischen Dampfbäder in Gebrauch gesetzt, deren Wirkung alle Erwartung übertraf. Das Leiden in den Hüften war schon nach einigen Bädern verschwunden, der fortgesetzte Gebrauch derselben hob auch

die Ausdehnung der Venen. Vier Jahre später, in der zweiten Hälfte der fünften Schwangerschaft, stellten sich wiederum einige Beschwerden der Art ein, wichen aber sogleich dem Russischen Bade, das bei jeder Rückkehr unangenehmer Empfindungen, bis nach vollendetem achten Monate der Schwangerschaft, mit erwünschtem Erfolge wiederholt wurde. Die Entbindung von einem sehr starken Kinde ging äußerst glücklich von Statten. Bemerkenswerth ist hierbei noch, daß diese Frau, welche ihre drei ersten Kinder, theils wegen mangelhafter Absonderung der Milch, theils wegen heftiger Schmerzen an den Brustwarzen, nur unvollkommen, ihr viertes Kind aber gar nicht säugen konnte, sondern einer Amme übergeben mußte, jetzt ihr fünftes Kind, bei hinreichender Milch-Bereitung, und ohne alle Beschwerden an den Brustwarzen, selbst nährt.

Auch die folgenden beiden Fälle sind hierher zu rechnen, bei denen zwar äußerlich keine variköse Ausdehnung der Venen, aber doch eine bedeutende Auftreibung derselben sichtbar, und diese der wahrscheinliche Grund der Krankheits-Erscheinungen war. Es ist möglich, und, wenigstens in dem ersten Falle, sogar wahrscheinlich, daß im Gehirn die Venen an variköser Ausdehnung litten.

Der erste Fall betrifft eine Frau, welche von ihrem acht und zwanzigsten Jahre an, in Folge starker und wiederholter Erkältungen, acht Jahre hindurch am Magenkrampf gelitten hat. Nach Verlauf dieser Zeit hörte plötzlich die Menstruation auf, welche bis dahin regelmäßig gewesen war, und zugleich verminderten sich die Anfälle des Magenkrampfs, sowohl der Menge als der Heftigkeit nach. Allein nun trat ein anhaltender Kopfschmerz ein, der mit jedem Tage stärker und endlich so heftig wurde, daß er die Kranke zu jedem Geschäfte unfähig machte. Nach Verlauf einiger Monate stürzte sie eines Tages epileptisch nieder. Jetzt war eine neue Krankheit eingetreten, welche in dem Verhältnisse zunahm, als die erste, der Magenkrampf, geringer wurde. Anfangs erschien nur alle vierzehn Tage ein epileptischer Anfall, dann kam er in jeder Woche ein Mal, dann öfter, endlich täglich, und zuletzt zwei

Mal im Tage, jeden Morgen und Abend. Dabei fand sich der Magenkrampf ebenfalls von Zeit zu Zeit ein. Zwei Jahre waren so, vom ersten Eintritt der Epilepsie an, unter beständiger Zunahme der Krankheits-Erscheinungen, vergangen. Eine Menge in dieser Zeit ganz planlos genommener Mittel hatte freilich in dem Gange der Krankheit nichts ändern können. Das Gesicht der Kranken war aufgetrieben und blauroth, das Auge matt und stier, das ganze Ansehn stupide, die Zunge bewegte sich mühsam beim Sprechen, die Sprache war undeutlich, die Haltung des Körpers nachlässig, wie die eines Blödsinnigen.

In diesem Zustande nahm sie ein Russisches Dampfbad, in welchem sie, der Vorschrift gemäß, während ihres Aufenthaltes im Badezimmer, alle fünf Minuten sich die Traufe auf den Kopf fallen lassen sollte. Dies letztere geschah indessen nicht, weil die Kranke, wegen des Schmerzes, den ihr der Fall des Wassers auf den Kopf beim ersten Versuche verursachte, nicht weiter dazu zu bewegen war. Man begnügte sich also mit den gewöhnlichen Übergießungen von kaltem Wasser. Der Erfolg übertraf die kühnste Erwartung; denn der Anfall, welcher seit länger als einem Jahre, alle Abend erschienen war, blieb am Abend nach dem Bade aus. Auch am folgenden Tage kam kein Anfall. Vier Monate sind nun verflossen, in welcher Zeit die Kranke wöchenlich zwei, selten drei Bäder genommen hat, und bis jetzt ist sie völlig frei von jedem, auch dem leisesten Anfall der Epilepsie geblieben. Selbst der Magenkrampf hat sich nicht wieder gezeigt. Ihr ganzes Ansehn ist verändert; das Auge ist lebhaft geworden, die durch Auftreibung der Gefäße entstandene Entstellung des Gesichts ist verschwunden, die Haltung des Körpers zeugt von innerer Lebens-Thätigkeit, die Verdauung geht leicht von Statten, und die Zunahme des Körpers an Fleisch beweist, daß das Ernährungs-Geschäft in Ordnung ist. Eins nur fehlt noch zur vollkommenen Gesundheit dieser Frau, der Eintritt des Monatlichen, wodurch jede Furcht vor einem Rückfall beseitigt werden würde. Es muß nun abgewartet werden, ob der fernere Gebrauch des Bades auch dieß zu Stande bringen wird.

Universitäts- und
Landesbibliothek Düsseldorf

Der zweite Fall ist folgender.

Ein junger starker, nie krank gewesener Mann von zwei und zwanzig Jahren ward im December des Jahres 1817, als er sich in Geschäften in Holland befand, zu einem Mittagsmahle geladen, wo des Weins gar viel genossen wurde. Wenigstens zwanzig Sorten der feinsten Weine erschienen, und wurden nicht bloß gekostet. Die Tafel dauerte von fünf Uhr Nachmittags bis zwölf Uhr um Mitternacht. Dann fuhr man, in einem schrecklichen Nebel, drei Meilen weit, nach dem eigenlichen Wohnort. Schon unter Weges befiel unsern jungen Mann heftiges Kopfweh, und am folgenden Morgen, nach dem Erwachen aus einem nicht erquickenden Schlafe, hatte dieser Schmerz eine, wie der Kranke sich selbst ausdrückt, über alle Begriffe gehende Höhe erreicht. Ein sogleich genommenes Brechmittel erfüllte seinen Zweck nicht, der Kranke verfiel, eine halbe Stunde nach dem Einnehmen desselben, in einen bewußtlosen Zustand, aus welchem er erst nach sechs Tagen, an allen Gliedern gelähmt, erwachte. Nach einem Krankenlager von sechs Wochen, war er zwar so weit wieder hergestellt, daß er kleine Wege zu Fuß machen konnte, aber zu Geschäften war er unfähig, und war es noch sechs Jahre nach jenem Freudentage. Es läßt sich denken, daß zur Wiederherstellung dieses jungen, hoffnungsvollen Mannes gar viel geschehen ist, aber der Zustand, in welchem er war, als er das erste sechswöchentliche Krankenlager überstanden hatte, blieb derselbe. Der rechte Fuß und der rechte Arm litten am stärksten an einer unvollkommenen Lähmung, der Rückgrath konnte die freie, aufrechte Stellung nicht lange ertragen, nach einer Bewegung von einer Viertelstunde entstand in der ganzen Länge desselben ein unbeschreiblicher Schmerz, dann fiel der Körper nach vorn über, und der Kranke mußte eilen, sich lang niederzulegen, wenn er nicht Gefahr laufen wollte, niederzustürzen. Die Zunge brachte nur mühsam und lallend die Worte hervor, das Auge war matt, die Gesichtszüge waren schlaff, und die Farbe des Gesichtes war graublau. Auch die Geisteskräfte hatten gelitten, ein Gedanke konnte nie ganz ausgedacht, und oft zu dem, was gesagt werden sollte, das Wort nicht gefunden werden. Nur

eine Äußerung der Geistesthätigkeit, das Rechnen, war ihm ungeschwächt geblieben.

Daß dieser Zustand nicht von einer Lähmung der Nerven, sondern von einer kranken Ausdehnung der Gefäße, und namentlich der Venen im Gehirn und Rückenmark bewirkt wurde, zu dieser Annahme berechtigen nicht allein die Veranlassung zur Krankheit, sondern auch die Erscheinungen in derselben, und besonders der Schmerz im Rückgrath bei aufrechter Stellung des Körpers.

Der Kranke fing nun, nach sechsjähriger mannigfach veränderter medizinischer Behandlung, den Gebrauch der Russischen Dampf-Bäder an, deren er bis jetzt neun und vierzig genommen hat. Die Lähmung des rechten Fußes, sowie die Leiden im Rückgrath sind gänzlich verschwunden; der Kranke kann Wege von drei Meilen, ohne Unterbrechung, zurücklegen, und er fühlt sich nicht ermüdet; der rechte Arm hat seine volle Bewegungskraft wieder, nur die Finger gehorchen noch nicht ganz dem Willen, daher er nur mit Mühe schreiben kann. Die Zunge bewegt sich mit Leichtigkeit, die Sprache ist deutlich und die Geisteskräfte sind vollkommen wieder vorhanden. Es ist nicht zu zweifeln, daß bei fortgesetztem Gebrauche der Dampfbäder die Heilung vollständig erfolgen werde.

Dieß möge für jetzt genug seyn, und dazu dienen, den Gesichtspunkt festzustellen, aus welchem das Russische Dampfbad theils als diätetisches, theils als Heilmittel in Krankheiten betrachtet werden muß. Es wäre leicht gewesen, die Reihe der Krankheitsformen zu vergrößern, in welchen dasselbe sich nützlich beweisen könnte. Beim Wechselfieber, kurz vor dem eintretenden Frost angewandt, in der Harnruhr u. m. a. läßt sich viel davon erwarten. Aber der Verfasser wollte nur das anführen, was er bis jetzt selbst beobachtet hat.

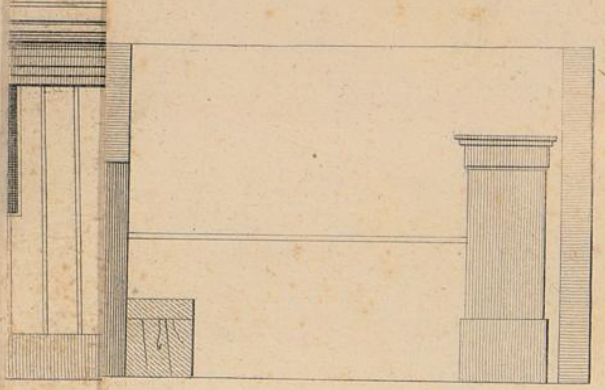
Übrigens wird der Nichtarzt aus dem Gesagten leicht ersehen, daß das Erkennen des Falles, wo die Anwendung des Russischen Dampfbades in Krankheiten zulässig und nützlich, nicht immer so leicht ist, und daß derjenige sich keiner geringen Gefahr aussetzt, welcher es auf's Gerathewohl, ohne seinen Arzt vorher um Rath gefragt zu haben, gebraucht.

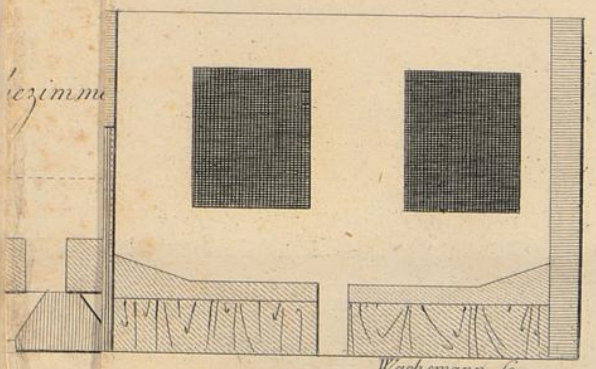
Universitäts- und
Landesbibliothek Düsseldorf

Druckfehler.

Seite 101 zu d. lies: welchem statt welcher.
" 109 Zeile 1 von unten ist das Wort: und zu streichen.
" 110 Zeile 4 von oben lies: Tropf- statt und Trauf-.
Ebendaselbst Zeile 24 lies: ihm statt ihn.
" Zeile 7 von unten, lies: bedienet statt bedienen.
Seite 115 zu 2. lies: zwei statt fünf.
Ebend. Zeile 17 von unten lies: ungewöhnlichen statt ungewöhnliche.
Seite 118 zu f. lies: Tropf- statt Trauf-.
" 126 Zeile 13 lies: nach statt von.
" 128 Zeile 9 lies: Strahl statt Srahl.

Universitäts- und
Landesbibliothek Düsseldorf



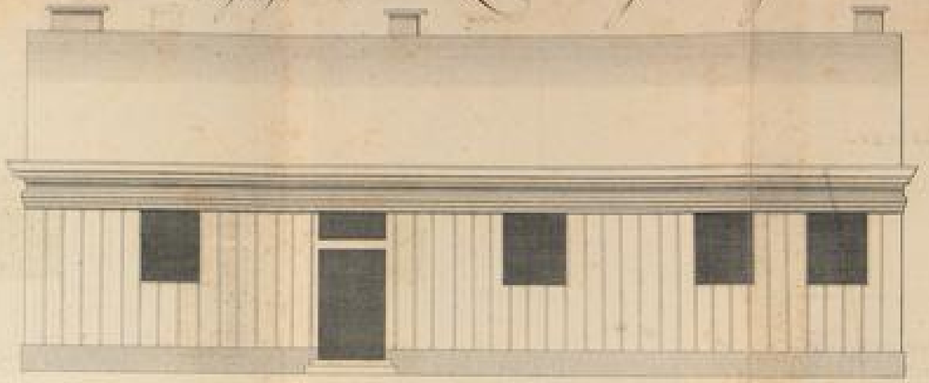


Wachsmann sc.

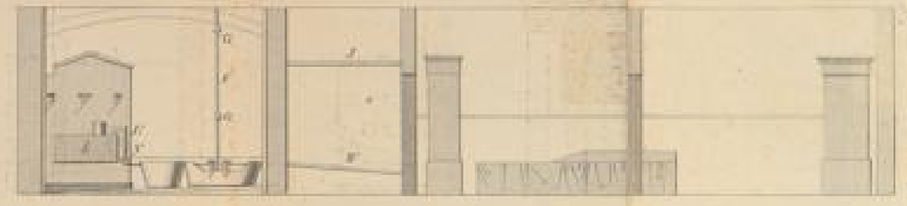
Universitäts- und
Landesbibliothek Düsseldorf

Zeichnung des russischen Frauen-Bades

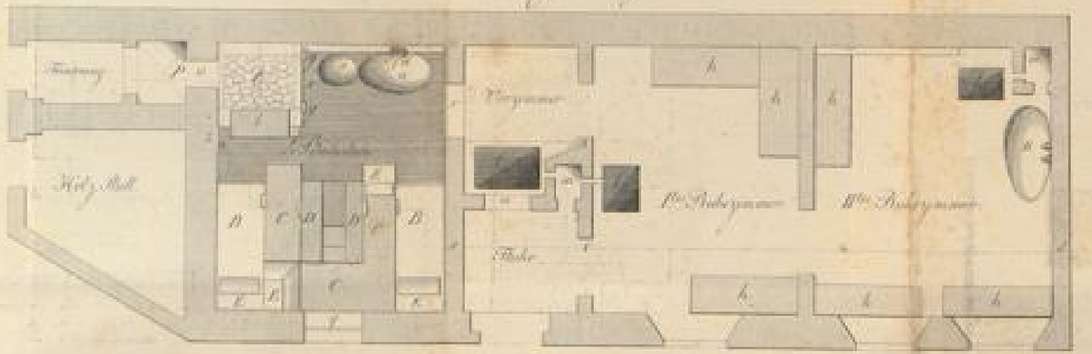
Aufriss



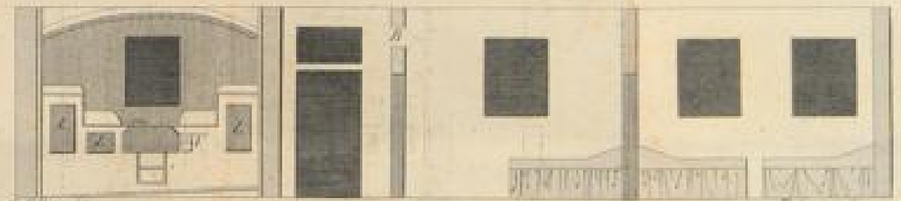
Durchschnitt nach a, b, c, d



Grundriss

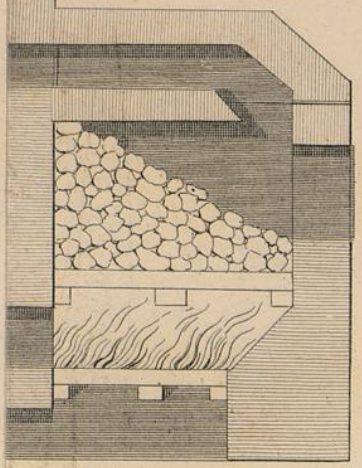


Durchschnitt nach e, f, g, h

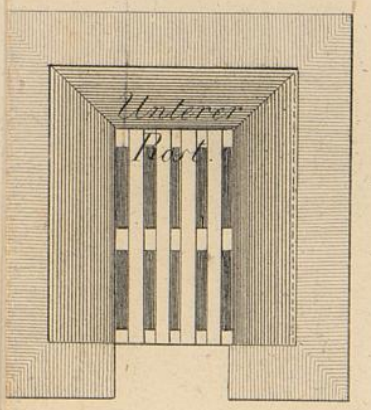


Universitäts- und
Landesbibliothek Düsseldorf

Durschnitt nach AB.

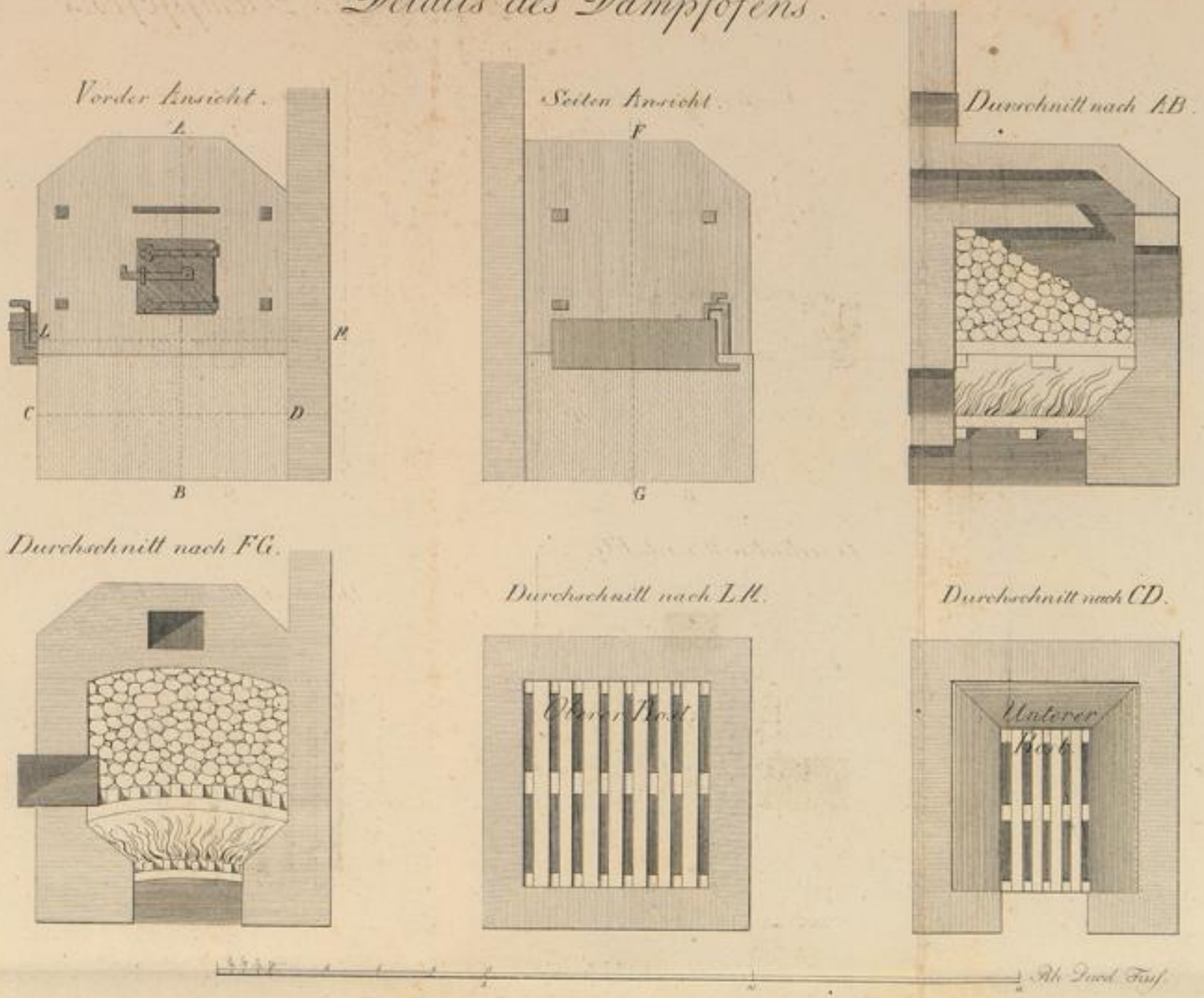


Durchschnitt nach CD.



Rh Quod. Fuss.

Details des Dampfofens.

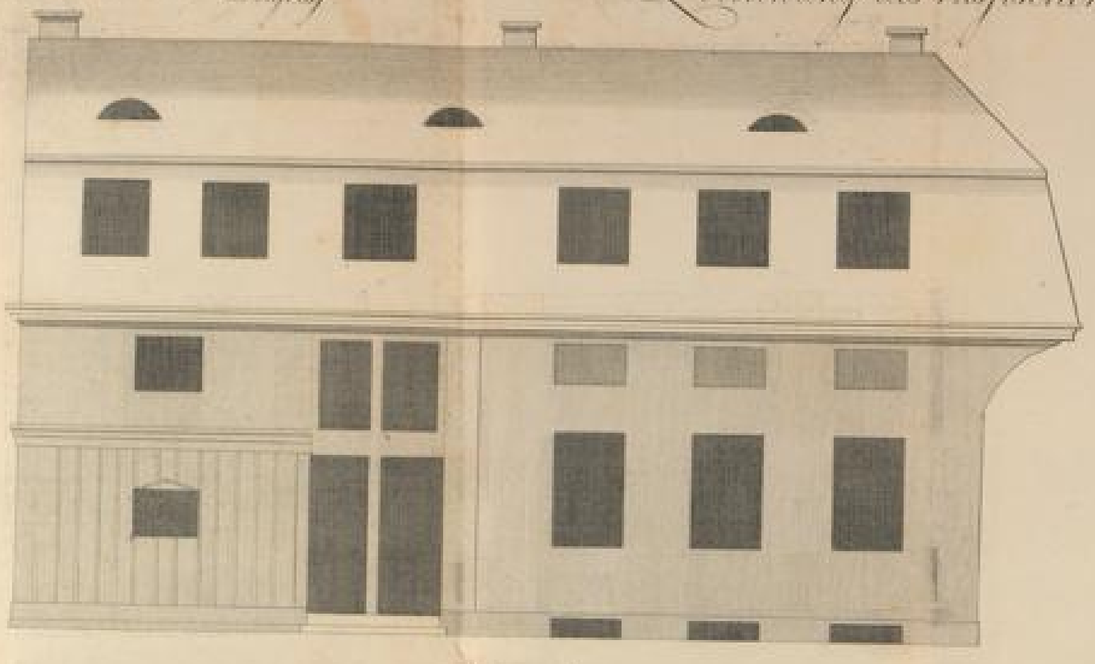


Universitäts- und
Landesbibliothek Düsseldorf

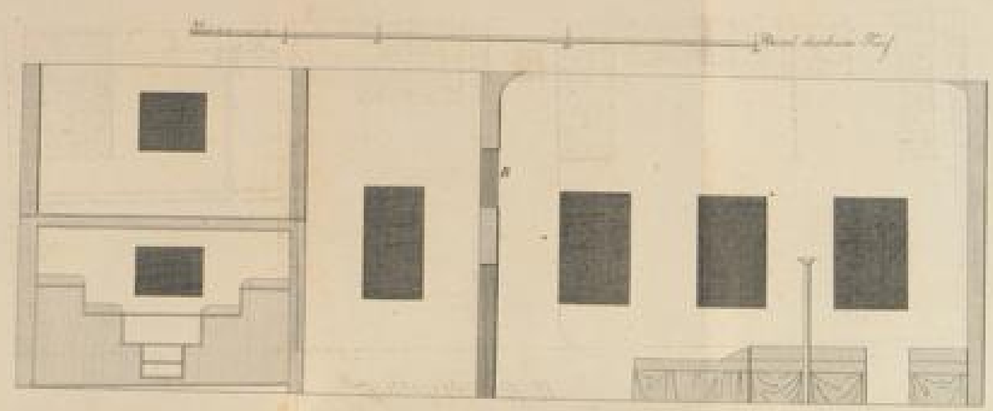
Universitäts- und
Landesbibliothek Düsseldorf

Zeichnung des russischen Mannes-Bades

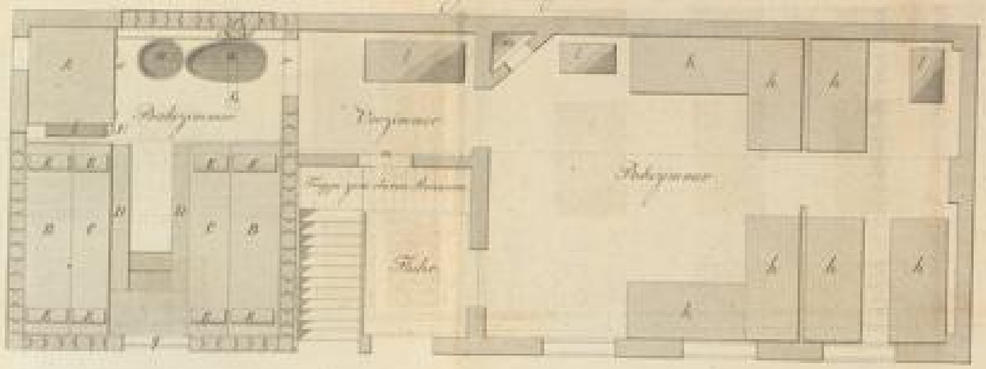
Aufriss



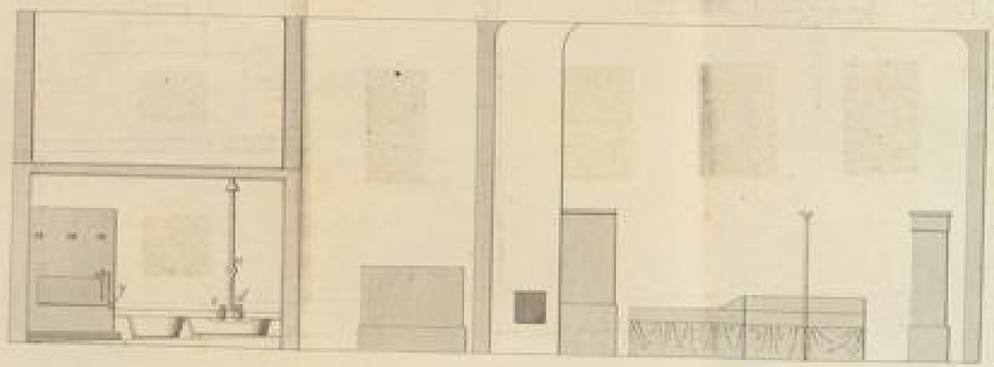
Durchschnitt I



Grundriss



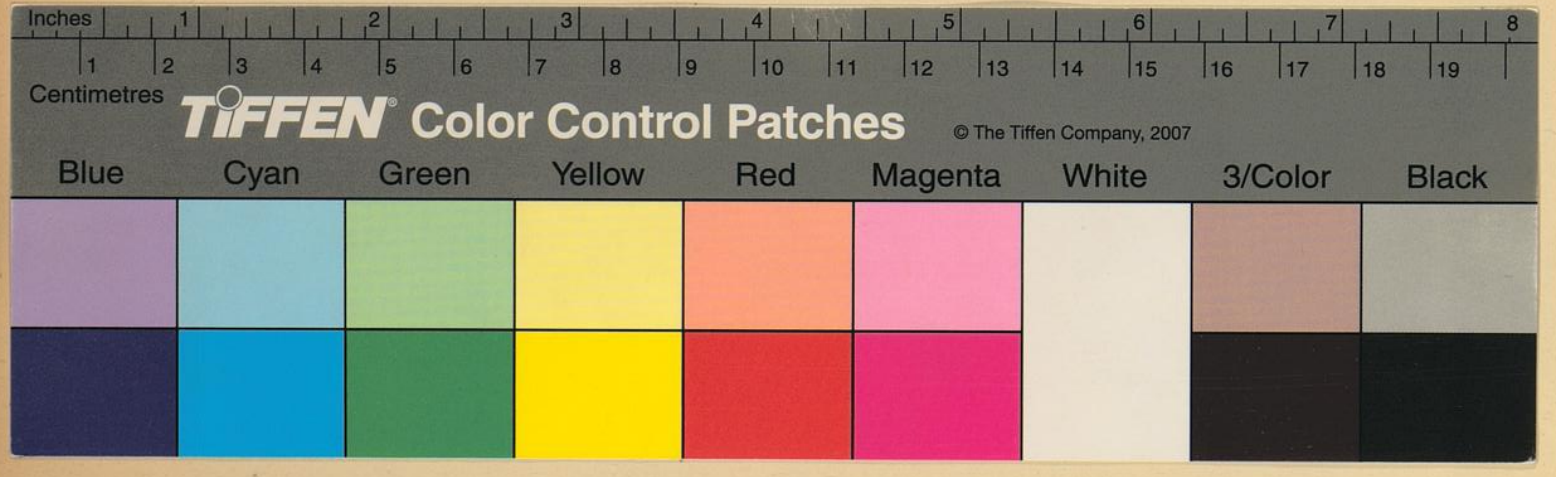
Durchschnitt II



Universitäts- und
Landesbibliothek Düsseldorf

2103. 5 Zeilen
1.65

Universitäts- und
Landesbibliothek Düsseldorf



2103. 5 Jahre
1.63

Universitäts- und Landesbibliothek Düsseldorf