

# **Badische Landesbibliothek Karlsruhe**

**Digitale Sammlung der Badischen Landesbibliothek Karlsruhe**

## **Neuer Bodensee-Führer**

**Staiger, Franz Xaver Konrad**

**Friedrichshafen, 1867**

Natur-Heilanstalt in Friedrichshafen. Türkische (römisch-irische) Bäder

[urn:nbn:de:bsz:31-245193](https://nbn-resolving.org/urn:nbn:de:bsz:31-245193)

Freiherren als Capitulare aufgenommen worden dürfen.  
und aus dem und seiner angelegenen Schule 18 Gg.  
Bische 60 Bischöfe und 22 Bische für andere Bische  
herverbringen. Was diese von der Frucht und Gerte  
lichter mit Ausnahme der Heurath — sah 11 1/2 Gg.  
die Heurath ist ein wahres Paradies; die Heurath  
die Heurath der Heurath. Heurathes ein Wundergarten und der  
Heurath der Heurath wird durch die Heurath der Heurath  
ganz entzückt.

# Natur-Heilanstalt in Friedrichshafen.

## Türkische (römisch-irische) Bäder.

Die türkischen Bäder vor wenigen Jahren durch  
den Engländer Urquhart aus dem Morgenlande  
nach Irland und England gebracht und durch  
Dr. Hartmann bekannt gemacht worden. Haben  
sich sowohl als in England als auch an  
andern Orten der Europäischen Länder  
in großer Anzahl verbreitet. In diesen Bädern  
werden die Krankheiten der Haut und die all-  
gemeine Schwäche der Natur geheilt. —  
Diese Bäder sind von der Naturrichtung einfacher  
Art, sondern schließen alle andern Badetformen in



### Prospectus.

Die unterzeichneten Aerzte haben in genannter Stadt eine auf die neueren Heilmethoden basirte Heilanstalt gegründet und zu diesem Zwecke auch verbesserte türkische Bäder gebaut und eingerichtet. Die Bäder vermitteln die einfachste, dabei aber wissenschaftlich und technisch am höchsten vervollkommnete und erfolgreichste Anwendungsweise der Priessnitz- und Schroth'schen Heilmethoden und finden sowohl in den verschiedensten Krankheiten als auch zur Erhaltung der Gesundheit ihre Anwendung.

Die türkischen Bäder vor wenigen Jahren durch den Engländer U r q u h a r t aus dem Morgenlande nach Irland und England eingeführt und durch Dr. B a r t e r daselbst wesentlich verbessert, haben sich sowohl als die wirksamsten als auch angenehmsten Mittel der Gesundheitspflege und der Heilkunst bewährt, so dass in genannten Ländern in kürzester Zeit eine grosse Anzahl solcher Bäder errichtet wurde, und auch in Deutschland die allgemeine Aufmerksamkeit auf sie gerichtet ist. — Diese Bäder sind nicht eine Badvorrichtung einfacher Art, sondern schliessen alle andern Badesformen in

einer gewissen Reihenfolge in sich ein. Gerade die rationelle Reihenfolge der verschiedenen Operationen, aus welchen das Bad besteht, ist es, die nicht nur die Annehmlichkeit, sondern auch die hygieinische und heilende Wirkung ausserordentlich erhöht.

Im ersten Zimmer entkleidet sich der Badende, bindet sich eine breite Schürze um den Leib und wirft sich ein grosses Tuch um die Schultern. Im zweiten Zimmer, das eine Temperatur von 33—36° R. hat, bleibt der Badende, bis die Transpiration begonnen hat. Von hier aus kommt er dann in das eigentliche Schwitzzimmer mit ca. 45—50° R. Während im morgenländischen Bade dieses Zimmer so mit Dampf gefüllt ist, dass man die Gestalten kaum unterscheiden kann, ist in unserm verbesserten türkischen Bade keine Spur von Dampf vorhanden. Hier fliesst nun der Schweiß in Strömen unter einem unaussprechlichen Gefühl körperlicher und geistiger Erleichterung, während die Oberfläche des Körpers der fühlenden Hand kühl erscheint in Folge des raschen Verdunstungsprozesses.\*) Nachdem der Badende hier tüchtig abgerieben wurde, erhält er im vierten Zimmer zuerst eine warme Douche, dann eine Abwaschung mit Seifenwasser, zuletzt folgt eine kalte Douche, worauf man sich einige Zeit im Abkühlungszimmer der Ruhe und dem Einflusse der Luft hingibt.

Schon ein flüchtiger Blick auf diese Prozeduren überzeugt uns, dass dieselben einen gewaltigen Einfluss auf den Stoffwechsel im Körper ausüben müssen. [Alle Theile des Organismus sind nämlich in einer steten Umwandlung begriffen, wovon selbst die fes-

\*) Für besondere Fälle ist ein Zimmer mit 60° R. vorhanden.

testen Theile, die Knochen, keine Ausnahme machen, so dass nach einer freilich nicht genau zu bestimmenden Zeit die Körpersubstanz völlig erneuert wird, welchen fortwährenden Verwandlungs- und Verjüngungs-Prozess, durch den alle Veränderungen im Organismus zu Stande kommen, man Stoffwechsel nennt]. Mit Recht wird in neuester Zeit alle Aufmerksamkeit auf diesen Stoffwechsel gerichtet, geht er regelrecht und ungehindert vor sich, so ist der Mensch gesund, tritt aber an irgend einer Stelle des Körpers eine Störung ein, so erfolgt Krankheit. So wird z. B. ein grosser Theil der Krankheiten dadurch hervorgerufen, dass der Stoffwechsel in einzelnen innern Organen gestört wird, wodurch Blutstauung, Congestion sich bildet, dadurch Ansammlung des Blutes im Innern des Körpers und als natürliche Folge davon Fehlen desselben in der äussern Haut. Auf diese Art können die schwersten und langwierigsten Krankheiten entstehen. Ein treffliches Beispiel, wie solche Erkrankungen durch die Lebensweise bedingt werden können, gibt eine Denkschrift des hydro-diätetischen Vereins in Dresden, das wir hier anführen wollen: „Die Bewohner grosser Städte sind bei der Lebensweise, der sie meistens gar nicht ausweichen können, einer Menge von Einflüssen ausgesetzt, welche ihr Körperleben, vorzugsweise aber im Winter, benachtheiligen. Die Gründe dazu sind innerlich, wie äusserlich vorhanden. Innerlich, insofern, als namentlich in der Winterzeit der Mensch in den Städten eine Masse Veranlassung hat, in einer weit höhern Weise, als es im Sommer der Fall zu sein pflegt, heisse Speisen und Getränke in sich aufzunehmen, aber auch

andern innern Reizen mannigfachster Art, namentlich denen von Wein, Bier und dem Genuss pikanter Speisen sich auszusetzen — alles Vorkommnisse und Handlungen, welche die innere Blutcirculation unverhältnissmässig gegenüber der äussern Haut steigern, Congestionszustände im Innern des Körpers hervorrufen und den Blutlauf in der äussern Haut benachtheiligen müssen. Alle diese Nachteile würden sich nun zwar zum grössten Theil ausgleichen lassen, wenn die äussere Haut in gehöriger Weise gepflegt würde; aber da begegnet man eben dem zweiten, dem äussern nachtheiligen Einflüsse, der auf den Städter und wieder vorzugsweise im Winter eindringt; das sind die Verhältnisse, die ihn gegen seine äussere Haut nachtheilige Handlungen begehen lassen: die Sitten der wärmeren Kleidung und des frühzeitigen Pelztragens, des Lebens in heissen Stuben, die Gewohnheit in warmen Federbetten zu schlafen, nur warme oder sogar heisse Bäder, also ohne nachfolgende kalte Abwaschung zu nehmen u. s. w. In diesen Handlungen des Städters liegen Ereignisse vor, die das äussere Hautleben in hohem Grade benachtheiligen, das innere Leben aber doppelt schlimm für den Körper gestalten müssen.

Man würde sich übrigens sehr täuschen, wenn man glauben würde, das hier Mitgetheilte passe bloss für die Stadtbewohner. Jeder aufmerksame Leser hat wohl schon gedacht, dass die meisten der genannten Verhältnisse auch mehr oder weniger

auf die Landbewohner passen, ja dass gar viele Umstände auf diese in ähnlicher Weise, ja in noch viel stärkerem Grade einwirken, wir erinnern nur an die so häufig vorkommenden Erkältungen, Erhitzung des Körpers und darauffolgende Durchnässung und Erkältung, an die starken Temperaturwechsel, denen die Landbewohner ausgesetzt sind u. s. w. Gegen alle durch solche Ursachen hervorgerufenen Krankheiten sind die türkischen Bäder souveränes Heilmittel.

Sie wirken aber nicht bloß dadurch, dass sie die unterdrückte Hautthätigkeit wieder herstellen, die krankhaften Anschoppungen auflösen und ausführen, die Ausscheidungen aus dem Blute, wodurch dieses gereinigt wird, hervorgerufen, sondern — und das ist ein Hauptmoment in ihrer Wirkung — dadurch, dass sie durch den grossen Wechsel von Kälte und Wärme electricische Strömungen erzeugen, dadurch die Nerventhätigkeit durch den ganzen Körper sehr erhöhen und den Stoffwechsel bedeutend befördern. Die Physik lehrt nämlich: „Wenn zwei verschiedene Temperaturen sich einander in's Gleichgewicht setzen, so entsteht ein elektrischer Strom“, und die Physiologie bestätigt, dass die auf solche Weise erzeugten, sogen. thermoelectricischen Strömungen belebende Wirkungen im Körper veranlassen; besonders der berühmte Dr. Du-Bois-Raymond hat gezeigt, dass die Thätigkeit der organischen Gewebe und vorzugsweise der Muskeln und Nerven durch electricische Strömungen be-



dingt wird. Diese electricischen Strömungen werden noch bedeutend erhöht durch die Reibungen, welche im türkischen Bade sowohl in Form der Manipulationen als durch den Fall des Wasserstrahles bei den Douchen vorkommen, denn wie die Physik lehrt, sind Wärme und Electricität, diese für das Leben so nothwendigen Reize, stets die Folgeerscheinungen einer jeden mit Reibung verbundenen Bewegung.

Noch müssen wir einer Wirkung der Bäder auf den Stoffwechsel erwähnen, die uns die neuesten Forschungen lehren. Bekanntlich wird der Stoffwechsel vermittelt und unterhalten durch den Sauerstoff der Luft, welcher beim Athmen vom Blute aufgenommen und mittelst der Blutcirculation in die kleinsten Gefäße durch den ganzen Körper geführt wird. Nun hat in jüngster Zeit Prof. Voit gezeigt, dass die Aufnahme des Sauerstoffs durch die Lungen nicht durch grössere Tiefe und Frequenz der Athemzüge, nicht durch das Athmen in reinem Sauerstoffgase oder unter stärkerem Luftdruck oder in der Kälte vermehrt wird, sondern einestheils durch die Quantität der Blutkügelchen, welche — sehr vergängliche Gebilde — im gleichen Körper zu verschiedenen Zeiten in sehr verschiedener Menge vorhanden sind, ein Wechsel, der sich unter verschiedenen Ernährungszuständen des Organismus ändert, andertheils dadurch, dass das Blut in den Lungen öfter mit der atmosphärischen Luft in Berührung kommt, dass die Thätigkeit des Herzens gesteigert wird. Diess ist im türk. Bade der Fall, die Herzcontractionen werden häufiger, das Blut wird öfter durch die Lungen getrieben, der Gasaustausch

zweisch  
stoff  
öfter  
In  
cult  
ten  
könn  
Prosp  
Ande  
unsere  
dies in  
von ge  
tionen  
stickst  
Stoffe  
der Lu  
abhän  
leiden  
in da  
scheid  
durch  
Störn  
gelha  
nicht  
müsse  
und e  
halten  
sen w  
um d  
leidet  
das B  
bleibt  
wohl

zwischen Blut und Luft, die Aufnahme von Sauerstoff und die Ausscheidung von Kohlensäure tritt öfter ein.

Indem wir auf die hohe Wichtigkeit der Hautcultur, welche Dr. Steinbacher den obersten Naturheilfactor nennt, nur hinweisen können aus Rücksicht auf den Raum, der für diesen Prospect bestimmt ist, erlauben wir uns noch einige Andeutungen zu geben, in welchen Krankheiten unsere Bäder vorzugsweise angezeigt sind. Es sind dies in erster Linie die Hautkrankheiten und die von gestörter Function der Haut abhängigen Alterationen innerer Organe, z. B. da die Haut nicht bloss stickstoffhaltige, sondern auch kohlenstoffhaltige Stoffe ausscheidet, verschiedene Functionsstörungen der Lungen, wie Catarrhe, Asthma und die davon abhängenden Blualterationen mit secundären Herzleiden (weit vorgeschrittene Herzfehler taugen nicht in das Bad.) Ferner in Folge mangelhafter Ausscheidung von Kohlenstoff durch die Haut und dadurch gesetzte übermässige Vicarirung der Leber, Störungen in diesem Organ, wie Hyperämieen, mangelhafte Gallenabsonderung etc. etc. Kann die Haut nicht gehörig als Ausscheidungsorgan wirken, so müssen die Nieren für sie als Stellvertreter wirken und es leiden dann diese Organe durch die unverhältnissmässig grosse Arbeit, welche ihnen zugewiesen wird. Sind die Nieren aber nicht kräftig genug, um die Function der Haut mitzuübernehmen, so leidet die Ernährung des ganzen Körpers, indem das Blut mit verbrauchten Substanzen überladen bleibt. Das grösste Contingent an Kranken liefern wohl die Nierenaffectionen, namentlich die chroni-

schen Nierencatarrhe. Diese Erkrankungen kommen viel häufiger vor, als man bisher wusste, sie wurden bisher nicht beachtet und erkannt, weil man die mikroskopische Untersuchung des Urins unterliess, durch welche sie vorzüglich erkannt werden können; sie sind meist die Folgen epidemischer Ursachen, und Erkältungen geben die Gelegenheit zur Erkrankung. Diese chronischen Catarrhe kommen häufig als Rückbleibsel der epidemischen Erkrankungen vor, sie sind die häufigsten und aber auch wichtigsten Nierenerkrankungen, weil sie, obgleich stets heilbar, häufig den Uebergang zu schwereren Nierenerkrankungen bilden, welche endlich nicht mehr geheilt werden können. Es ist daher von grösster Wichtigkeit, sie zeitig zu erkennen und zu heilen, um den Kranken vor weitem bedeutenderen Leiden zu bewahren. Diese Krankheiten haben noch die eigenthümliche Eigenschaft, dass sie nicht in spontane Genesung übergehen und dass sie sich unter den mannigfachsten und nach den einzelnen Individuen wechselndsten Erscheinungen und Krankheitsformen zeigen können, so z. B. als: Schlaflosigkeit, anhaltende; Geistesstörung, Melancholie, Hypochondrie, tonische Krämpfe, unvollkommene Lähmung, verschiedenartiger Kopfschmerz, Schwindel, Ohnmachtgefühl und wirkliche Ohnmachtsanfälle, Gesichtschmerz, Schlingbeschwerden, Gefühl eines Brockens im Halse, stinkender Geruch aus dem Munde, Angstgefühl, Sinnestäuschungen, Herzklopfen, Gefühl eines Zitterns des Herzens, Asthma, Dyspnoe, Brustdruck, Schmerzen an beiden Hypochondrien, in der Leber- und Milzgegend, Husten ohne und mit Schleimauswurf, Magenschmerzen geringer oder sehr heftiger

Art bis zur Form der Neuralgia cœliaca, anhaltende Uebelkeit, chronisches Erbrechen, Colikschmerzen, intermittirende Schmerzen im Unterbauche, anhaltende Stuhlverstopfung, chronischer Durchfall, Blutabgang durch den Stuhlgang, Schmerzen in den Extremitäten, dem Rücken, zwischen den Schultern, in den Lenden und im Kreutze, Gicht, Rheumatismus in einem oder in mehreren oder in allen Gelenken, Spinalirritation, lentescirendes Fieber, Abmagerung, nächtliche Schweißse, Dysurie, Strangurie, Ischurie, Incontinentia urinæ und beim weiblichen Geschlechte Metrorrhagie und hysterische Erscheinungen.

Bei Individuen, welche entweder von Haus aus ein geschwächtes Nervensystem haben oder bei denen durch geschlechtliche Excesse oder wiederholte schwere Wochenbetten oder Abortus die Funktionen des Nervensystems depontenzirt sind und aus diesem Grunde die von dem Nervensystem aus veranlasste Metamorphose der organischen Stoffe und somit auch die Ausscheidung stickstoff- und kohlenstoffhaltiger verbrauchter Substanzen vermindert ist, bewirken die türkischen Bäder die eclatantesten Erfolge; es werden desshalb Personen, die an Impotenz oder Excitation der Geschlechtssphäre (Hyperästhesie, Pollutionen, Spermatorrhoe, an flour albus oder habituellem Abortus oder an Unfruchtbarkeit leiden, mit bestem Erfolge diese Bäder brauchen. Bei letztgenanntem Uebel beobachtete man, namentlich in England, die auffallendste Wirkung. Der namhafteste Arzt für Frauenkrankheiten in England, Dr. Edward John Tilt zeigt in seinem kürzlich erschienenen Handbuch der Gebärmuttertherapie,

dass Metritis ungemein häufig Unfruchtbarkeit begründet und dass solche Leiden häufig durch das türk. Bad gehoben werden. Ein grosses Heer von Krankheiten hängt endlich ab, wie schon angedeutet wurde, von mangelhafter Kultur der Haut. Die physiologische Dignität der Haut macht es erklärlich, dass, wenn das Hautorgan geschwächt ist, auch die Centralorgane geschwächt erscheinen, wo gestärkt, auch diese gestärkt sind. Wo die Stärke, der Tonus der Haut herabgesetzt ist, sind die Hautgefässe erweitert und leiden deshalb solche Kranke an profusen Schweissen. an grosser Verkältlichkeit bei dem geringsten Luftzuge, an Hautausschlägen, schmutziger Haut, unreinem Teint. Der Tonus der Haut, die verminderte Elastizität der Hautgefässe wird am besten hergestellt mit Hintansetzung aller Medicamente durch die methodische Anwendung von Hitze und Kälte, wie sie am besten im türk. Bade vor sich geht. Expansion sämtlicher Hautgefässe mit gleichzeitiger Entleerung sämtlicher Absonderungen effectuirt sich rasch bei einer Temperatur, welche diejenige des Blutes um ein Bedeutendes übersteigt. Die so bewirkte Expansion der organischen, elastischen Membranen und Gefässe wird durch die darauffolgenden kühlern Uebergiessungen und kalten Douchen wieder auf den grössten Grad der Contraction geführt, welche sich noch steigert bei der allmäligen Abkühlung auf dem Ruhebetten, wo die ganze Hautoberfläche dem Zutritt der Luft ausgesetzt ist. So wird die Haut zur normalen Functionirung zurückgeführt und somit auch die Heilung wie Verhütung genannter krankhafter Zustände physiologisch möglich gemacht.

Der Unterschied zwischen dem verbesserten türkischen und dem russischen Bade ist folgender: In beiden wird der allgemeine Kreislauf angeregt, die Haut erhält mehr Blut, mehr Schweiss wird abgesondert; aber in der trockenen Luft des verbesserten türkischen Bades geht das Ausgeschiedene schnell durch Verdunstung fort und der Körper wird abgekühlt, im russischen Bade aber kann keine Verdunstung stattfinden; weil die Luft mit Wasserdampf geschwängert ist, so schlägt sich dieser Dampf auf der kühleren Körperoberfläche tropfbar flüssig nieder und scheint Schweiss zu sein, es kann also die Verdunstung nicht vor sich gehen und keine Kälte bewirken und muss man sich daher im türkischen Bade leichter und wohler fühlen, als im russischen. Indem im türkischen Bade der Kapillarkreislauf angeregt, die ganze Körperoberfläche der sauerstoffhaltigen Atmosphäre ausgesetzt wird, welche nach Entfernung der überflüssigen Epidermisschichten leichter mit dem Blute sich mischen kann, wird die Haut in den Stand gesetzt, einigermaßen als Ersatzmann für die Lungen auftreten zu können, wo Lungen und Bronchien erkrankt sind, ist daher das türkische Bad ein rationelles Heilmittel. Ebenso, wo das Blut mit abnormen Materien angefüllt ist, wie in Gicht und Rheumatismus; ausserdem in gewissen Fällen von Neuralgien.

Das Gefühl des wiedererwachten neuen Lebens äussert sich auf der äusseren Haut in der Unempfindlichkeit gegen äussere Hitze, gegen Witterungswechsel und gegen Kälte, aus welchem Grunde die türkischen Bäder zu jeder Jahreszeit und bei jeder Witterung gebraucht werden können. Ein einmal

genommenes Bad bringt Jedem die belebende Kraft für Haut, innere Organe und allgemeines Wohlbe- finden bald zum Bewusstsein. Der Kranke, der zum erstenmal mit Vorurtheil, Angst und Zagen in die heissen Gemächer geht, kann kaum die Zeit er- warten, wo er wieder davon Gebrauch machen kann. Welch günstige Wirkung die Bäder auf eine rasche Verdauung, ausgezeichneten Appetit und ruhigen Schlaf haben, wird Jeder bald erfahren, der einige solche Bäder genommen hat.

Es dürfte sonach unsere Heilanstalt in folgenden Krankheitszuständen sich empfehlen: In manchen Gehirn- und Rückenmarksleiden, bei manchen beginnenden Seelenstörungen, ver- schiedenen Nervenleiden, bei Melancho- lie, Hysterie und Hypochondrie, bei grossem und kleinem Veitstanz, Schlaf- losigkeit. In allen Fällen von akutem und chronischem Rheumatismus, von acu- ter und chronischer Gicht mit ihren Fol- geübeln, bei allen Beschwerden von Erkältung, von plötzlicher Durchnässung des erhitzten Körpers, bei Gesichtsnervenschmerz, Schwer- hörigkeit und Taubheit, die so häufig auf rheumatischer Grundlage beruht, ebenso rheumat. Zahnschmerz; bei den übeln Folgen unter- drückter Hautausschläge und den oft so gefährlichen Folgen unterdrückter Fusschweisse. In den meisten Haut- krankheiten und Ausschlagsformen, insbesondere dem so sehr verbreiteten und lästigen Friesel, bei Flechten, Nesselsucht und ihren Folgen; in Drüsenleiden, Scro-

phelsucht, in verschiedenen Affectionen der Leber, Milz und Pankreas; bei Bleichsucht und andern in Entmischung des Blutes und der Säftemasse ihren Grund habenden Krankheiten (Dyscrasien), bei Krebs. In den so häufig vorkommenden Arzneikrankheiten durch Missbrauch von Quecksilber, Jod, Blei etc. In der veralteten Syphilis jeder Art und Form, bei Menstruations- und Hämorrhoidal-Leiden, Samenfluss, Impotenz, Vorfal, Unfruchtbarkeit, Gonorrhoe und weissem Fluss. — Bei allen acuten und chronischen Krankheiten der Schleimhaut des Kehlkopfs, der Luftröhre und der Lungen, des Schlundes und der Speiseröhre, Tuberkulosis, Brustkrampf und Engbrüstigkeit (Asthma), bei Wassersuchten, besonders Brustwassersucht in den hartnäckigsten Fällen.

In vielen krankhaften Zuständen des Magens, Anschoppungen der Leber, Milz, in Nierenleiden, bei Harnruhr, Zuckeharnruhr und bei allen so tief greifenden Folgen der Unterleibsplethora in Folge abnormer Pfortaderthätigkeit, bei habitueller Leibesverstopfung und chronischer Diarrhoe, bei Lähmungen der Glieder, bei Lähmung der Blase, rheumat. und nervösem Hüftweh, bei Muskelschwäche und Altersschwäche, bei Krampfadern, Krampfadergeschwüren und Frostbeulen.

Dr. Brereton, ein englischer Arzt sagt, nach-



dem er von der Heilung der Lungensucht gesprochen, über die Gicht: „Was thut das Bad bei der Gicht? Es zieht das lösliche Krankhafte aus dem Körper und die unlöslichen Salze werden durch Zufuhr von Sauerstoff löslich gemacht. Wo bedeutende Gichtanlage vorhanden ist, kann durch das Bad ihrem Erscheinen vorgebeugt werden, und wenn die Krankheit entwickelt ist, wird sie hiedurch heilbar.“ Er spricht alsdann über die sichere Heilung vieler Nervenleiden, Lähmungen und Nervenschmerzen, Hüftschmerz, Gesichtsschmerz etc., und in Krankheiten des Blutes sagt er, „sehe ich keine nothwendigen Grenzen der Heilkraft dieser Bäder. Unter diese Categorie fallen unter andern die chronischen Krankheiten; in den meisten Fällen sind sie mehr oder weniger erfolgreiche Anstrengungen der Natur, Unreinigkeiten aus dem Körper zu schaffen; das Bad ist ihnen gewachsen.

Und Dr. U r q u h a r d t, der berühmte Orientreisende sagt: „Wo das Bad Volksgebrauch ist, da gibt es keine Hautkrankheiten; Gicht, Hüftweh, Rheumatismus können nicht aufkommen, wo dasselbe regelmässig genommen wird.“ In Bezug auf Lungenschwindsucht, das blasse Gespenst, welches an jedem zehnten Herde unter den hohen Ständen Englands sitzt, sagt er, sie ist ohne Bedeutung da wo das Bad eingeführt ist, selbst durch dasselbe heilbar.“

Wenn die Hygieine, die neuere Gesundheitslehre und Pflege, die Ueberzeugung, dass den Krankheiten vorzubeugen, unsere vollste Aufmerksamkeit verdient, derzeit immer mehr zur Geltung kommt und als höchst wichtig anerkannt wird, so fällt in die Augen, dass un-

serem Bade in dieser Beziehung ein grosses Feld der Wirksamkeit eröffnet wird, da die Erhaltung der Gesundheit durch den von Zeit zu Zeit wiederholten Gebrauch desselben ausserordentlich gefördert wird. Wer weiss nicht, (um nur Ein Beispiel anzuführen), dass das Erkälten die allerhäufigste, die allergewöhnlichste Ursache des Erkrankens ist? Wer kennt nicht, wie ihn Dr. Wolf richtig bezeichnet, jenen vielgestaltigen Proteus, den man unter dem Namen Rheumatismus zusammenzufassen pflegt, der durch Schmerzen und Behinderung der Beweglichkeit des betroffenen Theils sich bemerklich macht, jeden Augenblick mit Fieberanfällen droht, der so leicht die edelsten Organe, Herz und Lunge, Gehirn und Rückenmark ergreift, Herzbeutel, Rippenfell, Gehirnhäute und Bauchfell krank macht, Krämpfe aller Art erzeugt, erschöpfende Schweisse und lästigen Friesel herbeiführt? Desshalb -- je mekr das Erkälten unmöglich gemacht wird, desto sicherer verwahrt steht die Gesundheit da vor ihrem bisher mächtigsten Feinde! Ganz so verhält es sich mit jenem Heere von Krankheiten, die auf den Schleimhäuten ihren Sitz haben und mit dem Namen „Catarrh“ bezeichnet werden. Dieses Erkranken ergreift aufs Tiefste den ganzen Organismus und bildet „den Anfangspunkt des grössten Theiles aller bis jetzt bekannt gewordenen Leidensformen und ihrer schwersten, das Leben und die lebenslängliche Gesundheit in Frage stellenden Ausgänge.

In jenen Ländern, wo diese Bäder einheimisch sind, nimmt jeder gesunde Mensch, dem an Erhaltung seiner Gesundheit etwas gelegen ist, mindestens

alle 14 Tage ein solches Bad, und die Damen, die neben Erhaltung der Gesundheit auch noch auf Erhaltung eines schönen, feinen Teints ihr Augenmerk richten, nehmen wöchentlich 2—3 solcher Bäder.

Weil nun diese Bäder nicht nur die bei uns gar sehr vernachlässigte Pflege der Haut am besten und kräftigsten befördern, sondern auch das kräftigste Mittel sind, den Organismus zu vermehrten Ausscheidungen und energischem Stoffwechsel anzutreiben, so haben sie sowohl als gesunderhaltendes, als auch in allen Hautkrankheiten und den verschiedensten andern Krankheiten als heilendes Mittel den ausgezeichnetsten Werth, ja auch als prophylactisches Mittel haben sie sich bewährt, und insbesondere haben wir uns überzeugt, dass sie Schleim- und Nervenfieber im Vorläuferstadium zu coupiren im Stande sind.

Wenn Friedrichshafen schon seit Jahren durch seine reine Luft, seine herrliche und gesunde Lage, seine schönen Sommerspaziergänge, seine zweckmässig eingerichteten Seebäder, von denen wir auch umfassenden Gebrauch machen, durch seine Alpenmolken etc., in jedem Sommer eine grosse Anzahl von Besuchern angezogen hat, worunter manche Patienten und Reconvalescenten, welche in der gesunden Luft, in den Seebädern Restitution ihrer Gesundheit suchten, (es bedarf wohl nur der Andeutung, dass Jeder, der mit Nutzen Bodenseebäder brauchen will, alle paar Tage ein türk. Bad nehmen muss, um seinen Zweck besser und baldiger zu erreichen), so empfiehlt sich die Wahl dieses Ortes für unsere Heilanstalt wohl noch durch seine Lage an der Eisenbahn und Dampfschiffahrt, wodurch

es selbst entfernter Wohnenden leicht möglich wird, von Hause aus eine Kur zu machen, weil das türk. Bad nicht immer täglich, sondern in manchen Krankheitszuständen nur alle 3—4 Tage wiederholt zu werden braucht.

Schliesslich können wir nicht unterlassen, noch darauf hinzuweisen, dass unsere Bäder dadurch, dass sie nicht bloß einzeln, sondern von Mehreren, 8—10—12, zusammengenommen werden können, die Langeweile eines Einzelbades nicht haben, sondern in angenehmer Unterhaltung gebraucht werden können.

**Die Gründer und Aerzte der Anstalt:**

**Fischer** in Weingarten.

**Haarer** in Friedrichshafen.

