

Vrijgegeven bijdrage uit: „Beiträge zu einer Erweiterung der Heilkunst nach Geisteswissenschaftlichen Erkenntnissen“, Nummer 5, September/Oktober 1960.

Beiträge zu einer Erweiterung der Heilkunst nach Geisteswissenschaftlichen Erkenntnissen, Heft 5, September/Oktober 1960:

Erfahrungen mit den Öldispersionsbädern

Hermfried Kunze und Lisa Ehni

Wir machten in unseren Arbeitsbereichen in den letzten 3 Jahren mehr als zweitausend Ölbäder. Dies schien uns die Berechtigung zu geben, einiges über Ölbäder zusammenzufassen, was im Nachfolgenden vorgebracht werden soll.

In „Geisteswissenschaft und Medizin“ XV. Vortrag S. 222 heißt es: „Nun liegt im Irdischen derselbe Prozess, durch den das Ich vom Außerirdischen veranlasst wird, an seiner Innenorganisation, an seiner Zentralorganisation zu arbeiten, überall da vor, wo dieses selbe Außerirdische die Erde, entweder die mineralische Erde oder die pflanzenbedeckte Erde veranlasst, ätherische Öle zu bilden., überhaupt Öle zu bilden. Das ist der Weg, von dem wir uns führen lassen müssen. Geradeso, wie das menschliche Ich sich betätigt im Auge, wie es da wirklich in diesem vorgeschobenen Golf mit der Außenwelt sich in unmittelbare Beziehungen setzt, so müssen wir das Ich in Beziehung setzen mit dem Ölbildungsprozess. Das können wir wohl am besten dadurch, dass wir versuchen, fein zerstäubtes Öl im Bade zu verarbeiten und den Menschen zu behandeln mit den Ölbädern. Das ist etwas, was im hohen Grade wünschenswert wäre, dass vor allen Dingen versucht würde, welche Zerstäubung man braucht, wie oft usw. die Dinge vorgenommen werden müssen.“

Es wird gefordert „fein zerstäubtes Öl im Bade zu verarbeiten“. Was damit erreicht werden soll ist: die Öle über sich hinaus zu sulfurisieren. Dies geschieht im Falle der von uns gemachten Ölbäder mit dem Junge´schen Öldispersionsapparat (siehe Beiträge Heft 1 und 2 1957).

Was stehen nun für Öle zur Verfügung? Bei Rudolf Steiner heißt es: „... wo dieses selbe Außerirdische die Erde, entweder die mineralische oder die pflanzenbedeckte Erde veranlasst, ätherische Öle zu bilden, überhaupt Öle zu bilden.“ Gemeint sind also pflanzliche und mineralische Öle, nicht tierische.

Mineralische Öle fand ich nur eines: Oleum Petrae. Ich glaube nicht, dass man das Ichthyol-Rohöl im Sinne der obigen Angabe als ein Öl aufzufassen berechtigt ist; Versuche damit haben nichts Positives ergeben. Diese Bäder waren sehr anstrengend.

Pflanzliche Öle gibt es eine Menge, sowohl ätherische wie fette. Aus den vorhandenen Ölen wurden zunächst alle europäischen ausgewählt, weil es mir günstig erscheint, die Heilmittel da zu entnehmen, wo die Menschen leben, denen sie dienen sollen.

Der folgende Gedanke wurde leitend: im Menschen wirken zusammen Kräfte des Nerven-Sinnes-Systems, Rhythmischen Systems und Stoffwechsel-Systems. Alle drei Systeme können gestört sein im Sinne

1. eines zu starken Abbaues bzw. eines zu schwachen Aufbaues,
2. eines zu starken Aufbaues bzw. eines zu schwachen Abbaues,
3. einer zu stark oder zu schwach rhythmisierenden Mitte.

Zur Störungsform 1 passen Blütenöle.

Zur Störungsform 2 passen Wurzelöle.

Zur Störungsform 3 passen Blattöle.

Dazu kämen noch die Öle der Früchte wegen ihrer Beziehung zum Kreislauf. Im 20. Jahrhundert erscheint es notwendig, den Kreislauf zu beachten und immer wieder auch daran zu denken, das Ich ins Kreislaufgeschehen wirksamer eingreifen zu lassen. Das zentrale Öl ist das der Olive (*Olea europaea*): es ist dieses Öl das Grundlegendste, Zentralste und immer Hilfreiche: es durchdringt Same und Frucht. Es ist nicht störend, dass es bei den ätherischen Ölen als Grundlage erscheint.. Man kann doch von speziellen Wirkungen der ätherischen Öle sprechen, selbst wenn sie zu 90% oder mehr mit Olivenöl versetzt sind. Ätherische Öle 50%ig oder gar 100%ig zu nehmen, ist versucht worden: davon geht dann das meiste in die Luft statt ins Badewasser. Es ergab sich 5%ig als günstiges Verhältnis. Die teureren Öle wurden 1%ig verwendet (Kamille blau, Wurzelöle). Auf Samenöle kann man weitgehend verzichten, abgesehen von speziellen Fällen. Aus dieser Betrachtung ergibt sich folgende Gliederung:

Kopf: 1. Engelwurz = *Ol. Archangelicae* (rad.)

2. Latschenkiefern = *Ol. Pini pumilionis* (fol.)

3. Lavendel = *Ol. Lavandulae* (flor.)

Mitte: 1. Kalmus = *Ol. Calami* (rad.)

2. Salbei = *Ol. Salviae*, Rosmarin = *Ol. Rosmarini*,
Melisse = *Ol. Melissa* off., Pfefferminz = *Ol. Menthae pip.* (fol.)

3. Rosenöl = *Ol. Rosae* (flor.) bzw. *Ol. Aurantii e flor.* (Pommeranze)

Bauch: 1. Baldrian = *Ol. Valerianae* (rad.)

2. Lebensbaum = *Ol. Thujae* (fol.) (nur als Blätterauszug zu haben)

3. Kamille = *Ol. Chamomillae* (blaues äth.) (flor.)

Fruchtöle: 1. Wachholder

2. Lorbeer (*Ol. Lauri*)

3. Zitronenschalen (*Ol. Citri Limon.*) - zusammenraffend

4. Olive – zentral, menschlich, milde

5. Anis – Lungenkreislauf feiner Fe.-Prozess, Durchlüftung

6. Kümmel – Bauchkreislauf, entlüftend

7. Petersilie – Niere, Auge

Mineralische Öle: Ol. Petrae¹

Im Sinne der möglichsten Klärung der Zusammenhänge wurden nur Einzelöle (d.h. ein bestimmtes Öl 5%ig oder 1%ig in Olivenöl) verwendet. Alle Mischöle müssen mindestens im Anfang einer Ölbadetätigkeit nur verwirren.

Im Sinne der Angabe Rudolf Steiners zu den Ölbadern muss gefordert werden, dass nur Öle verwendet werden; er sagt: „wo dieses selbe Außerirdische die Erde ... veranlasst ... Öle zu bilden.“ Insofern ist ein Bad mit Kupferöl kein eigentliches Ölbad im Sinne Rudolf Steiners, ganz abgesehen davon, dass Kupferöl mit Paraffinum liquid. zubereitet ist (wegen der Grünspanbildung).

Unsere Versuche mit Paraffin waren die ungünstigsten, die wir machen konnten (Schwere, Müdigkeit, Kältegefühle). Es scheint auch zweifelhaft, ob Ol. Hyperici ein Ölbad-Öl ist; der rote Farbstoff des Hypericums ist nicht öliger Natur. Nicht ölbadegerecht sind auch alle Öle, die Pflanzenextrakte oder mineralische Bestandteile enthalten. Aus ähnlichen Gründen erscheint Ol. Arnicae (=Ölextraktion der Arnicablüten) zweifelhaft. Das wirksame Prinzip der Arnicablüte ist bis heute nicht restlos geklärt. Es wird nicht dem ätherischen Öl zugeschrieben.

Ölbäder sollten das mineralische oder pflanzliche Öl zur Wirksamkeit bringen, durch feine Zerstäubung. Dann und nur dann gibt es die Wirkung, dass man das Ich veranlassen kann, „an seiner Zentralorganisation“ zu arbeiten. Dieses „Ich“, das nicht eingefangen ist in irgend einem Punkte unseres Leibes, sondern das zu Hause ist im Bereich des „Über-Astralischen“, welches also noch weiter peripherisch beheimatet ist, als das bloß Astralische. Nur diese Wirkung ist die von Dr. Steiner gemeinte, wenn er von Ölbadern spricht. Die beobachteten Wärmereaktionen erscheinen als Bestätigung, dass der hier eingeschlagene Weg richtig ist. Damit ist die Ölbadtherapie eine Vorstufe zur mineralischen Therapie im Sinne der Ausführungen im 15. Vortrag in „Geisteswissenschaft und Medizin“.

Rudolf Steiner hat gewusst, dass das bewusste Ergriffenwerden von dem überastralischen Ich sich im Zeitalter der Bewusstseinsseele nicht so glatt vollziehen lässt wie vordem, als diese Dinge noch nicht bewusst gehandhabt werden mussten. Er gab seine Hilfe mit der Anregung zu den Ölbadern.

Anfangs wurde erwähnt, dass die Öle zum Ölbad nach der Sulfurseite verschoben werden müssen, nicht etwa durch Emulgatoren zur Salseite gedrängt werden dürfen. Daraus ergibt sich, dass man einem Ölbad, z.B. keine Seife oder sonstige mineralische Stoffe, keine Kräuterabkochungen zusetzen darf. Will man aber einmal ein Ölbad in seiner Wirkung aufheben, dann genügt es, anschließend ein Seifenbad machen zu lassen. Dies wurde bei einem Patienten, der wegen einer Fraktur nachbehandlung mit Latschenkiefernöl gebadet wurde und der jedes Mal sehr gute Angaben über die Wirkungen auch an der Bruchstelle machen konnte, probiert. Man sagte ihm, man wolle noch

¹ Die Öle sind z.T. bei der Weleda A.G., Schwäbisch Gmünd, und vollständig bei der WALA-Heilmittel Dr. R. Hauschka, Eckwälden/Göppingen zu beziehen.

eine Steigerung der Wirkung erreichen durch ein anschließendes Seifenbad. Er bestätigte das Gegenteil, nämlich das völlige Ausbleiben jedweder Reaktion, was zu beweisen war.

Die Badetemperatur spielt eine große Rolle. Es ist wohl kein Bad in dieser Hinsicht so heikel wie das Ölbad. Man sollte im Ölbad weder schwitzen noch frieren. Das bedingt, dass jeder einzelne Patient seine ganz bestimmte Temperatur braucht, die zu ermitteln ist; sie stimmt aufs Grad genau. Wer 35° braucht, wird eventuell bei 36° schwitzen und bei 34° frösteln. Diese einmal gefundene individuelle Temperatur ist für die ersten 10-20 Bäder konstant. Sie kann schwanken zwischen 32 und 40°. Der Normalwert wäre 37°. Liegen Patienten mit ihrer Badetemperatur darüber oder darunter, so sollte so lange ölgebadet werden, und wenn es 50 oder mehr Bäder sind, mit Pausen natürlich, bis die Badetemperatur von 37° erreicht ist. Ist dies geschehen, so ist von Ölbädern nichts mehr zu erwarten. Diese Tatsache kann auch zur Differenzierung zwischen Ölbädern und anderen therapeutischen Maßnahmen herangezogen werden. Friert ein Patient nach dem 3.-4. Ölbad immer noch im Bade oder in der anschließenden Packung und kann keine Modifizierung der Badeumstände dies ändern, so ist das Ölbad fehl am Platze. Es kann sein, dass, nachdem andere therapeutische Maßnahmen stattgefunden haben, ein Ölbadbehandlung doch zum Erfolg kommt.

Die Badedauer ist nicht zu lang zu wählen., 3-20 Minuten kommen vor; lieber kürzere Zeiten, vor allem bei Labilen. Es gibt deswegen noch lange keine schwächeren Wirkungen. Sehr „Robuste“ brauchen aber durchaus ihre 15-20 Minuten Badezeit.

Über die Zahl und den Rhythmus der Bäder kann noch nichts Abschließendes gesagt werden. 7-Bäder-Rhythmen wurden versucht. Es zeigte sich aber manchmal deutlich, dass 10 Bäder besser waren. Auch einzelne Bäder tun immer wieder erstaunlich gut.

Die zu einem Bade verwendete Ölmenge beträgt etwa 3 ccm, 1-4 ccm kommen vor.

Die Wirkung, die mit den Öldispersionsbädern zu erreichen ist, ist eine ganz spezielle, auf das Ich gerichtete. Sie deckt sich nicht mit den von der Homöopathie usw. her bekannten Wirkungen der Ausgangspflanzen. Genauere Indikationsangaben zu den einzelnen Ölen müssen einer noch tieferen Erkenntnis der Zusammenhänge vorbehalten bleiben; die prinzipielle Wirkung geht aus der Gliederung hervor.Z

Die Blattöle wurden am meisten verwendet und sind in der heutigen Zeit wegen des gestörten Rhythmus wohl auch die Wichtigsten. Allen voran das der Melisse, zum Ausgleich der Störungen in der Leber, dem Organ der Bewusstseinsseelenzeit. Um sie in Bezug auf ihren Chemismus durchzugestalten, sie in der richtigen Weise zu astralisieren, gibt es andere Wege; um sie aber vom Ich her durchzugestalten, ist das Melissenölbad eine neue, wichtige Hilfe. Anders gesagt, um aus dem Stickstoff-Leberorgan (12. Vortrag in „Geisteswissenschaft und Medizin“) ein Wasserstoff-Leberorgan zu machen (Vortrag v 22.10. 22. Med. Sekt. 1. Reihe, 2. Heft), kann die Ölbadhilfe nötig sein.

Wenn man das Gesagte noch einmal überblickt, so will es wahrhaftig keinen Anspruch auf Vollständigkeit erheben. Es ergibt sich aber eine neue Möglichkeit, das Ich so anzusprechen, dass

ganz spezielle Änderungen von ihm aus vor sich gehen können; Änderungen, die hervorgerufen werden durch eine Therapie, die von der Peripherie her wirkt und von der Peripherie her ihre Heilkräfte holt: „... so müssen wir das Ich mit dem Ölbildungsprozess in Beziehung setzen ...“, sagt Dr. Steiner.

Erfahrungen aus der Bäderpraxis

Eine wesentliche Wirkung des Öldispersionsbades ist, dass sich der Patient von innen heraus stark erwärmt fühlt und das Allgemeinbefinden gehoben wird. Es kam einmal ein dauernd frierendes junges Mädchen nach dem ersten Bad beglückt an und erzählte, es sei die Tage danach gewesen, wie wenn man ein Pelzchen um die Haut hätte. Eine andere Patientin fühlte sich tagelang „wie sonnendurchwärmt“. Die Intensität und Dauer der Durchwärmung wird natürlich verschieden erlebt. Das 1. Bad wird meistens als besonders wohltuend von allen Patienten bei jeglichen Beschwerden empfunden, wenn nicht gerade für den betreffenden Menschen ein völlig falsches Öl verwendet wurde. Bei den darauffolgenden Bädern muss entweder mit einer Abschwächung der Wirkung gerechnet werden, oder es kommt sogar bis zu schweren Reaktionen, meist zwischen dem 3. und 5. Bad, oft schon nach dem 2. Da ist es wichtig, dass der Arzt verstehend und unterstützend dahinter steht und erkenntnistmäßig die Ölbäder mitträgt. Denn nach besonders schweren Krisen, die den Patienten für Tage arbeitsunfähig machten, konnte bei Weiterführung der Bäder eine weitgehende Besserung bis zur Gesundung beobachtet werden und eine sichtbare Veränderung des ganzen Menschen (Verjüngung des Aussehens, Stärkung des Selbstbewusstseins, allgemeine Harmonisierung des Seelenlebens). Zum Übergang bei starken Reaktionen wurde gerne statt des speziellen Öles ein Olivenölbad als Zwischenbad eingeschaltet.

Im Anfang werden die Bäder von vielen Patienten als sehr anstrengend empfunden; man muss deshalb in der Temperatur und Dauer die unterste Grenze für jeden finden. Es hat sich mit einigen Ausnahmen gezeigt, dass es günstig ist, mit mittleren Temperaturen zwischen 34 und 36° zu beginnen. Wenn die Temperatur nur 1° zu hoch ist, kann es vorkommen, dass eine unnötige unangenehme Reaktion (Kopfschmerzen u.a.) auftritt.

Für manche Patienten (z. B. Herzpatienten) war sogar erst eine Badetemperatur von 32/33° die Geeignete. Erst wenn diese gefunden war, konnte man von einer helfenden, aufbauenden Wirkung der Bäder sprechen. Man konnte dabei die interessante Beobachtung machen, dass jetzt der Patient im Wasser und in der nachfolgenden Ruhe-Packung auch zu der erwarteten und angestrebten Durchwärmung kam, die vorher zu wünschen übrig ließ. Es ist in jedem Fall wichtig, dass der Patient völlig unbewegt im Bade liegt und anschließend die für ihn notwendige Ruhezeit (1-3 Stunden) einhält. Die Packung nach dem Bade muss so angelegt sein, dass die Durchwärmung gewährleistet ist. Der Patient wird unabgetrocknet in gut vorgewärmte Hüllen rundum anliegend eingepackt. Auch das Ruhebett wird vorgewärmt. Bei zarten und labilen Menschen empfiehlt es sich, die stark behaarten Körperteile leicht abzutrocknen. Die Bäder wurden durchschnittlich 1-2mal wöchentlich gegeben.

Es fiel besonders auf, dass im Wasser die verschiedensten subjektiven Körperempfindungen auftreten können. Es handelt sich dabei um Spannungen, „Verklammerungen“ oder ziehende, stechende Schmerzen an bestimmten Körperstellen oder auch umschriebene kalte Körpergebiete und Atemnot. Letztere kann mit dem Einsteigen ins Wasser spontan auftreten und beim Heraussteigen ebenso spontan wieder verschwinden. Die Kälteempfindungen treten vermutlich immer dort auf, wo kranke, undurchlässige, schwache Stellen im Organismus sind (Narben, auch im Ätherischen). Es wurde versucht, durch ganz kurzes Bürsten im Wasser diese Gebiete in das sich entwickelnde Wärmegeschehen mit einzubeziehen. Das hat sich gut bewährt. Zuweilen wurden auch die kalten Stellen durch einen heißen Wasserstrahl ausgeglichen.

Diese genannten Anzeichen zeigen sich zum Teil auch noch einmal während der anschließenden Ruhepackung. Sie sollten sich im Laufe der Badebehandlung verlieren. Wenn die gleichen Beschwerden in der selben Stärke bei demselben Bad immer wieder auftreten, dann muss das Öl gewechselt werden.

Bei gut vorbereiteten Patienten, sei es mit Mitteln der anthroposophischen, homöopathischen oder Naturheilmedizin, waren bei einer raschen, positiven Wirkung kaum schwere Krisen zu verzeichnen.

Es folgen nun praktische Beispiele.

Lavendel-Öl

Frl. E. R., 34 J., weiche, labile, zu Adipositas neigende, Leber betonte Pat. Zustand nach Heilschlaf (Megaphen) mit der Unmöglichkeit Gedanken zu verfolgen, große Gedankenlücken. Der Heilschlaf war gemacht worden wegen Schwäche der ges. W.S. Rücken-Organisation, Gedächtnisschwäche und Nervosität. Die Pat. wurde durch diese 20 Bäder, 38°, Dauer 12-15 Minuten, von den Folgen des Heilschlafes gänzlich befreit. Die Gedächtnislücken verschwanden, ebenso die Unsicherheit im Auftreten, das Selbstbewusstsein wuchs, die Gedankenführung straffte sich und alles wurde wieder normal. Sie ist heute wieder als Chefsekretärin voll berufsfähig. Zuvor wurden ohne Erfolg 5 Melissenbäder gegeben, (viel zu anstrengend). Danach Thuja-Bäder. 2 Tage nach dem 1. Thuja-Bad wurde der Rücken zum ersten Mal seit langer Zeit wieder schmerzfrei. Nach 3 Th.-Bädern kann sie sich wieder frei und ganz aufrichten, was ihr lange nicht möglich war. Sie empfand diese Bäder wesentlich wärmer als die Melissenbäder, obwohl sie in der Temp. gleich waren. Danach wurde die Behandlung mit Lavendel-Bädern weitergeführt, die die Heilschlafolgen beseitigen.

Fr. A. E. 74 J., mittlere Statur, ruhiger Mensch. Leidet seit ca. 10 Wochen unter starken Schmerzen in re. Schultergebiet und Arm mit Bewegungseinschränkung im Schultergelenk und Schweregefühl im Arm. 7 Bäder, Temp. 34°. Dauer 4-8 Minuten. Es handelte sich hier um unsere alte Putzfrau. Sie kann vor Schmerzen schon wochenlang kaum mehr schlafen und sieht völlig abgewirtschaftet aus. Sie will aber von medikamentöser Behandlung nichts wissen, da sie in ihrem Leben noch nie – außer bei einem Sturz – einen Arzt gebraucht hat.

Schon die Wirkung des 1. Bades war verblüffend. Allerdings steigerten sich die Schmerzen in der an das Bad anschließenden Packung derartig, dass sie es nach ½ Stunde nicht mehr aushielt. Sie wurde ausgepackt und verbrachte die notwendige Ruhezeit vollends in einem Sessel, wobei die Schmerzen

schnell verebten. Schon beim Weggehen, als sie den Mantel anzog, bemerkte sie ganz erstaunt, dass sie viel leichter hineinkommen konnte als sonst. Die darauffolgende Nacht war auch schon etwas besser für sie. Mit jedem Bad, - mit Ausnahme des 3. Bades – war eine längere schmerzfreie Nachwirkung verbunden und auch die Heftigkeit der Schmerzen während der Packung ließen langsam nach. Nach 7 Bädern war die Pat. völlig ohne Schmerzen und bewegungsfrei und blieb es bis heute. 12 Monate danach.

Eine erstaunliche Feststellung konnten wir eines Tages machen, als die Bade-Hilfe selbst in ein L.-Bad hineinstieg, weil die bestellte Pat. ausblieb. Sie hatte seit Wochen „Dauerkopfschmerzen“ im Anschluss an eine große Aufregung. Im Wasser schon fühlte sie sich plötzlich freier im Kopf. Während der Ruhezeit verschwand der Kopfschmerz vollends ganz und siehe da, er war und blieb weg bis zur nächsten Aufregung einige Monate später.

Rosen-Öl

Fr. M. M., 57 J., Allgemeiner Erschöpfungszustand bei graziler, kleiner Patientin. 10 Bäder, Temp., 35°, Dauer 4-10 Minuten. Es traten dabei keinerlei Störungen auf, auch nicht bestimmte Kälte, Druck- oder Schmerzempfindungen im Wasser, aber das Allgemeinbefinden wurde von Bad zu Bad besser. Verschiedene Beschwerden in Rücken und Beinen verschwanden. Die Wirkung war anhaltend. Rosenöl wurde noch in verschiedenen Fällen als „Zwischenbad“ gegeben. Es wurde in der Nachwirkung am anderen Tag immer als wohltuend oder auch stärkend empfunden.

Latschenkiefern-Öl

Fr. B. Geislingen, 66 J. Zustand nach Apoplexie mit Lähmung der gesamten re. Seite einschließl. Sprachlähmung und Herzrhythmusstörung. 10 Bäder, Temp. 38°, Dauer 15 Min. Die Bäderbehandlung erfolgte 7 Mon. Nach dem Insult und brachte erhebliche Verbesserung der Bewegungsfähigkeit, der Sprachstörung und der Herzstätigkeit.

Rolf E. H., 10 J., dünnes, überwachtes, modernes Kind arbeitender Eltern. Tetanische Kämpfe ohne sonstigen klinischen Befund. 21 Bäder, Temp. 37°, Dauer 8-20 Min. Bei sämtlichen 21 Bädern wurden im Wasser die Hände und Arme „pelzig“, wie er angab, hin und wieder auch die Beine sehr schwer. Nach 14 Bädern wurde eine 3wöchige Pause gemacht. Während der Bäderbehandlung selber trat kein Anfall auf, in dieser Pause dafür ein ganz besonders schlimmer. Seit den letzten 7 Bädern ist ein Zeitraum von 2 Jahren verstrichen und nie wieder ein Anfall aufgetreten.

Melissen-Öl

Frau M. Sch., 33 J., Regel schon immer schwach und mit großen Abständen. Hypoplasie des gesamten Genitalapparates, letzte Regel vor 8 Wochen, erhebliche Beschwerden aus diesem Grunde. Die Regel erschien schon auf das erste Melissenölbad und die Beschwerden verschwanden. Aristolochia, Argentum, Kal, acet. c. Stibio, Pulsatilla, Ovaria ohne jeglichen Erfolg.

Fr. L. M., 40 J., gelbblasse Haut, mager, müde. Im Magen-Lebergebiet gestört, ganze Konstitution sehr schwach, zudem starke seelische Belastung.

7 Bäder im Gesamten. Temp. b. 1. Bad 36° wurde zu anstrengend empfunden, beim 2. Bad zurück auf 35°, Dauer beide Male 5 Min. Danach sehr starke Reaktion mit großer Übelkeit, Erbrechen und Fieber, so dass Pat. 14 Tage arbeitsunfähig war und „nie wieder in ein solches Bad hineinsteigen wollte“. Der Arzt brachte sie doch wieder dazu. Es wurden zum Übergang zwei Thuja-Bäder gegeben. Dann wieder 3 Melissenbäder mit je 35° und 5 Min. Dauer. Pat. wurde von Mal zu Mal wohler. Sie war ganz erstaunt, dass sie viel mehr essen konnte und nicht mehr so müde war. Ihr Aussehen wurde in dieser Zeit erstaunlich frischer und jünger. Das Wohlbefinden hat fast ein Jahr angehalten, so dass sie erst jetzt wieder zu einer Wiederholung der Bäderkur kam und nicht, wie besprochen, nach 4-6 Monaten.

Herr R. M., 20 J., modern, intellektuell, lebhaft, plötzlich Ileitis terminalis, zunächst Medikation p. os. + p. injekt., dann bald Melissenölbäder. Wesentliche Besserung, schon nach 3 Wochen, trotz ans Katastrophale grenzender Schwere, wieder arbeitsfähig.

Bei Melissenöl haben wir immer bes. heftige Krisen beobachtet, gefolgt von eindrucksvollen Erfolgen. Die Ausdünstungen während der Packungen waren hier besonders stark.

Rosmarin-Öl

Gute Wirkung bei Diabetes

Fr. K. M., ca. 58 J. Äußerst grazil (45 kg), übersensibel und nervös. Fühlt sich sehr geschwächt und leidet unter Kreuz- und Hüftbeschwerden. 2x7 Bäder, Temp. 36°, Dauer bis 10 Min. Ein Versuch mit längerer Dauer war ungünstig. Nach dem Bad jedes Mal tiefer und erfrischender Schlaf. Pat. fühlt sich jedes Mal wie „neu geboren“ auch die Tage darauf. Nach 14 Bädern findet sich d. Patient wesentlich gekräftigt. Ein Versuch mit Thuja wurde nicht gut vertragen, machte nervös.

Fr. I. W., 30 J., Oberkörper zart, jedoch unförmiger, schwammiger Unterkörper (Bauch, Becken, Oberschenkel). Ptose, Vorfalbeschwerden, die durch Gymnastik wohl gebessert waren, aber jedes Mal nach der Menses erneut auftraten.

7 Bäder, Temp. 36°, Dauer bis 15 Min. Im Anschluss an das Bad jedes Mal kalter Leibwickel. Danach waren die gen. Symptome behoben. Der Gynäkologe bestätigte die wesentliche Besserung. Heute nach bald 2 Jahren, noch völlig beschwerdefrei.

Thuja- Öl

Frl. R. M., 20 J., zartes, kreislaufschwaches Mädchen ohne jegl. Ausdauer. Herzarhythmie und jahrelange Schmerzen im Rücken und beiden Armen. 10 Bäder, Temp. 35°, Dauer steigend 5-12

Min. Pat. fühlt sich nach fast jedem Bad am nächsten Tag bes. frisch und leistungsfähiger, Schmerzen im Rücken und Armen verringerten sich. Nur nach dem 3. Bad Steigerung der Beschwerden, die auch nach dem 4. und 5. Bad noch nicht ganz überwunden waren. 4 Wochen nach Abschluss der Bäder plötzlich völlig schmerzfrei. Erst nach ca. 1 Jahr wieder kleine Rückfälle. Daraufhin 2. Serie mit 7 Bädern. Die Bäder wurden etwas anstrengender empfunden, trotzdem stark belebend. Reaktion ebenfalls nach dem 3. Bad.

Frl. A. W., 42 J., Ischias, Thujaölbäder helfen bei akuten Anfällen und bei der chronischen Verlaufsform bei dieser Pat. Die Neigung zu Ischias besteht hier schon 5 Jahre. Auf Thuja-Ölbäder etwa 1 Jahr Ruhe.

Herr J. Sch., Geislingen, 32 J., unstillbares Sodbrennen seit Jahren. Allopath. wie homöop. nicht zu bessern. Nur große Mengen alkal. Magenmittel helfen vorübergehend. 20 Bäder, Temp. 38°, Dauer 20 Min. Baldige Besserung. Prakt. Beschwerdefrei nach 14 Bädern. Heute 1 Jahr nach der Bäderkur noch völlig beschwerdefrei.

Herr Dr. M., 68 J., großer, schlanker, übersensibler Typ. Geschäftsführer mit viel Reisetätigkeit im Auto. Leidet schon seit ca. 3 Jahren an ausstrahlenden Schmerzen im li. Iliosacralgelenk, denen auch mit Massage nicht beizukommen war. Kommt seit ca. 1 Jahr mit Unterbrechung zum Baden und bekommt vorwiegend Thuja-Bäder. Temp. 36°, Dauer 10-15 Min. die angegebenen Beschwerden haben sich inzwischen auf einen kleinen Punkt lokalisiert und belästigen den Mann im gleichmäßigen Alltag nicht mehr; nur noch spürbar bei bes. Belastungen. Fühlt sich geistig bes. leistungsfähig am Tag des Bades und richtet seine Konferenzen danach.

Frl. R. H.; 25 J., asthenischer, dunkler, blasser Typ ohne Kraft und Saft. Leidet seit Jahren unter viel Rückenschmerzen und neuerdings noch dazu unter hartnäckigen Armbeschwerden. Osteochondrose mit Cervicalsyndrom war die Diagnose. 10 Bäder, Temp. 33/34°, Dauer 3-8 Min. Die Bäder wurden sehr anstrengend empfunden, doch der sonst unruhige Schlaf war nach jedem Bad tiefer. Nach anfänglicher Erleichterung steigerten sich die Beschwerden nach dem 3. und 4. Bad fast bis zur Unerträglichkeit. Dann aber große Erleichterung nach jedem Bad länger anhaltend. Pat. hatte nicht erwartet, dass sie ihre schon seit Monaten bestehenden Armbeschwerden „so schön los werde“.

Archangelica-Öl

Schüler R. E., Geislingen, 11 J., blond, blauäugig, Anämie, dann dauernd Infekte etwa 8 Wochen lang (Otitis med. erst rechts dann links, dann wieder Bronchitis, wieder Ohren, dann wieder Pneumonie). Immer wieder Fieber. Nach 8 Wochen Behandlung mit inneren Mitteln Archangelica-Ölbäder, 10mal, einmal die Woche, 10 Min., Temp. 35°. Sie machten sehr müde, aber besserten den Allgemeinzustand und die Anämie, die vorher nicht zu beheben war. Seitdem nicht mehr krank gewesen. Beobachtungszeit 1 Jahr.

Oliven-Öl

Fr. A. N., 85 J., allgemeine Sklerose, Galle- und Leberbeschwerden, Herz und Kreislauf schwach. Mehrere kleine Schlaganfälle schon vor Jahren durchgemacht, meistens kam es dabei nur zu Paraesthesien, die sich dann immer wieder beheben ließen. Jetzt starke Kopfschmerzen, Stirn und Scheitel, miserabler Kreislauf, nicht mehr fähig aufzustehen, was sonst immer noch der Fall war. Allopathische Vertretung im Urlaub (sehr guter Arzt, gemäßigt in der Therapie, wusste nur noch Morphiumzäpfchen). Vollbad wegen des Alters nicht mehr möglich., also Olivenölfußbad bis Knie, einschließlich (nasse Tücher). Schon das erste Bad dieser Art brachte allgemeine Durchwärmung, fast völliges Verschwinden der Kopfschmerzen und guten Schlaf. Das Olivenöl-Fußbad wurde 2mal wöchentlich gemacht. Beschwerden verschwanden vollständig.

Olivenöbadl leistet uns auch als Zwischenbad sehr gute Dienste.

Zitronen- und Anis-Öl

Fr. H. St., 26 J., allg. Schwächezustand 8 Wochen nach Entbindung. Der Gynäkologe verordnete Gymn. und Massage wegen außerordentlich großer Gewebsschwäche mit völlig, schlaffer, überdehnter Bauchdecke. Mit dieser Behandlung allein war nicht beizukommen, es wurden Bäder genommen.

6 Bäder, Temp., knapp 37°, Dauer 15-20 Min. Beim 1. Bad im Wasser und Ruhelage keinerlei Anzeichen, jedoch am Nachmittag tritt heftige Bronchitis mit starker Heiserkeit auf, andern Tag 39,5 Fieber. 2. Bad eine Woche später. Schon beim Aufstehen aus der Packung ist Pat. heiser und hat Bronchitisbeschwerden. In der Nachwirkung: starker Husten ohne Fieber. Ein Zwischenbad mit Anis brachte diese Beschwerden zum Verschwinden. Beim folgenden Zitronenbad bekommt Pat. schon im Wasser Schluckweh und wird heiser, aber in der Nachwirkung beschwerdefrei. Die beiden weiteren Bäder verliefen ohne körperl. Sensationen. Im Ganzen war von Mal zu Mal eine Verbesserung des gesamten Gewebbefundes festzustellen. Pat. sprach jetzt ganz anders auf die Gymnastik an. Auch der Allgemeinzustand war so gebessert, dass das Stillen des Kindes, das vorher in Frage stand, beibehalten werden konnte.

Fr. M. M., dick, pastös, leidet seit Monaten an Stockschnupfen im Wechsel mit Bronchitis. Leber-Gallengebiete nicht in Ordnung. 7 Bäder, Temp. 36°, Dauer 20 Min. wegen Überbeanspruchung im Beruf (leitende Stellung i. d. Industrie) nur 1x wöchentlich. 3x Zitrone, 1x Anis, 2x Zitrone, 1x Anis. Nach jedem Bad mit Zitrone spürbare Befreiung der Nase, Anis wirkt günstig auf die Bronchien, so das Pat. von ihren monatelangen Beschwerden nach 7 Wochen frei war.

Petersil-Öl

Fr. H. Sch., 44 J. Choreoiditis. Neben der augenfachärztlichen Therapie Bäderbehandlung, die vom 1. Bad an schon eine wesentliche Verbesserung der Augen mit sich brachte. Die Bäder wurden in 7er-

Gruppen mit kleineren und größeren Pausen (1-6 Wochen) ein Jahr lang durchgeführt und werden noch weiter gemacht. Sie bewirken außer der Verbesserung der Augenbeschwerden und Gesichtsfeldeinschränkungen durch die Glaskörpertrübung vor allem auch eine bessere seel. Verfassung. Pat. merkte einfach bei den Bädern am deutlichsten, dass sich etwas besserte. Diagnose: Aderhautentzündung (mit einzelnen choreoiditischen Herden). Netzhaut-Ödem (Macula), Glaskörpertrübung (Dr. Lötterle), der Zustand ist jetzt nach Ansicht der Augenärztin trotz der Schwere der Erkrankung erstaunlich gut.

Fr. E. K., 37 J., frischer, bäuerlicher Mensch. Nierenbeckenentzündung als Folge einer Erkältung während körperl. und seel. Überbelastung. Wurde allopath. behandelt. Nach Abklingen des Fiebers 4 Bäder, Temp. 38°, Dauer 12 Min. Schon nach dem 1. Bad wesentliche Erleichterung; im Wasser selber wird starke Spannung im Nieren-Rückengebiet angegeben. Pat. fühlt sich nach jedem Bad wohler und gekräftigter in ihrem vorher schwachen, schmerzenden „Rücken“ und ist nach kurzer Zeit wieder voll arbeitsfähig.

Nach etlichen Monaten ergab sich, dass d. Pat. nachts noch unter Kältegefühlen in der Nierengegend leidet. Ein einziges P.-Bad behob auch diesen letzten Rest.

Fr. U. H., 26 J., labiler Mensch. Eine schon früher aufgetretene Nierenstörung kam durch Grippe wieder zum Vorschein. Mit einem Bad war diese Störung völlig beseitigt.

Petroleum-Öl

Frl. E. W.; 45 J., Herzkreislaufschwache, abgespannte Geschäftsfrau. Mäßige Adipositas. 10 Bäder. Temp. 36°, Dauer 8-20 Min., wirkten günstig auf ihr Befinden, brachten eine bessere Durchformung, aber keine Gewichtsabnahme. Derselbe günstige Einfluss wurde später mit Archangelika erzielt, während Thuja ungünstig war. Im darauffolgenden Winter zeigte sich, dass Pat. von den zu dieser Zeit sonst auftretenden hexenschussartigen Beschwerden vollständig frei war.

Herr A. St., 39 J., Adipositas, 10 Bäder, Temp. 36°, 20 Min. Hier war ein Anfangserfolg mit einer Gewichtsabnahme zu verzeichnen. Petroleum-Öl erscheint uns bei Adipositas im Klimakterium angezeigt.

Kombinierte Ölbäder

Fr. H. St., 35 J., berufstätig, Hepato-Cholezystopathie seit Jahren, sehr abgemagert. Allopath. Behandlung ohne jeden Erfolg. Das Einzige, worauf vor anthrop. Behandlung die Pat. ansprach, war ein Aufenthalt in Bad Mergentheim. 20 Bäder, 2 Melisse, 1 Thuja usw ... Temp.: 34/35°, Dauer 5-10 Min.

Pat. hatte wochenlang schlechten, dünnen Stuhl, der sich vom 1. Melissenbad an normalisierte. Dieser gebesserte Zustand hielt über die ganze Dauer der Bäder an. Die Melissenbäder wurden wesentlich anstrengender empfunden, als die eingeschalteten Thuja-Bäder, die jedes Mal kräftigend

und belebend wirkten. Eine erneute Kur in Bad Mergentheim, wo man leider auch eine Ganglienblockade wegen geringfügiger Restbeschwerden an der Leber machte, bracht die Pat. völlig außer sich. – Wir machten erneut 14 Bäder, einmal Thuja, einmal Melisse ... 35/36°, Dauer bis zu 20 Min. Wirkung: Wie beim ersten Mal, auch auf den wieder verdünnten Stuhlgang. Bei dieser Pat. traten keine unangenehmen Reaktionen auf. Thuja war nötig wegen der allgem. Schwäche, Melisse musste angewandt werden wegen der Leber.

Fr. M. N.; 40 J., Kindergärtnerin. Chronische Heiserkeit aus Schwäche seit Jahren durch nichts zu bessern, auch nicht durch Kuraufenthalt im Solbad. Klinisch ohne Befund. 28 Bäder pro Jahr, 7 Melisse, 7 Thuja im Wechsel, haben bewirkt, dass die Heiserkeit nur noch selten auftritt, die Berufsausübung glatter vor sich geht. Die Bäder, Ferrum c. Acexto praep. Per oss. und Ungt. cochlearea amoracea auf die Wade sind das einzige, was je geholfen hat und immer wieder hilft, obwohl die Pat. den Zustand wegen ihrer allgemeinen Schwäche wohl nie ganz überwinden wird.

Herr D. G., 33 J., Geislingen, Analfistel seit Jahren. Pykniker, Fistel ewig sezernierend. 14 Bäder, 1 Thuja, 1 Latschenkiefer im Wechsel, innerhalb von 3 Wochen hörte die Secretion auf; dann langsam Heilung. Beschwerdefrei seit 1 Jahr.

Herr G. W., 68 J., Pykniker. Parästhesien im re. Bein mit dauernden Schmerzen, geringer Peroneus-Lähmung nach leichtem apoplektischem Insult vor 4 Jahren. 14 Bäder, 2 Thuja, 2 Pinus im Wechsel, 35°, Dauer bis 20 Min. Pat. spürt schon beim 1. Bad für kurze Zeit eine Schmerzerleichterung, dann fortlaufende Besserung, auch am Gang sichtbar. Erleichterung des Atmens.

Herr K. K., 50 J., „robuste Konstitution“, amputationsreifes Bein (Prof. Bürkle de la Camp) bei Pseudarthrose im re. Unterschenkel. Nachdem schon durch anthr. medikamentöse Behandlung die Pseudarthrose sich zu verfestigen begann, waren die Ölbäder eine wesentliche Unterstützung der Therapie.

2x20 Bäder, mit einer Pause von 2 Monaten dazwischen. Temp. 37/39°, die Wirkung war je heißer desto besser, Dauer 20 Min. Die ersten Bäder waren ein Pinus und ein Thymian im Wechsel. Bei der 2. Serie wurden ab 8. Bad nur noch Pinus gegeben. Im Wasser empfand der Pat. schon vom ersten Bad an die Narbe, „wie im Schraubstock steckend“ (Verklammerung) mit anschließendem Rieseln bis zum Knöchel herunter und zum Knie herauf. Dasselbe während der Packung. Beim Weggehen war der bisherige Knöchelschmerz wesentlich leichter und setzte erst nach 2 Tagen wieder ein. Pat. fühlt sich nach jedem Bad etwas besser. Beim Thymian-Bad waren die Spannungsschmerzen immer etwas stärker und übertrugen sich später auch aufs gesunde Bein. Nach 10 Bädern konnte der Pat. sich schon den ganzen Tag auf den Beinen halten (mit Gehhülse), was vorher nur einige Stunden möglich war. Er besserte sich laufend weiter.

Frau M. W., 62 J., Spondylose der Hals- und Brustwirbelsäule, im ganzen schwächlich in der Konstitution und in ihren körperlichen Kräften. Ölbäder mit Thuja und Melisse im Wechsel. Guter Erfolg im Hinblick auf die Wirbelsäulenbeschwerden und das Allgemeinbefinden. Fast beschwerdefrei

für 1 Jahr. Jetzt Wiederholung derselben Bäder auf Wunsch der Pat., Dauer 20 Min., 39°
Wassertemperatur.

Sudeck

Beobachtungen an 5 Pat. – Mit vorwiegend Thymian-Ölbädern zeigte sich jedes Mal eine wesentliche Bewegungsverbesserung und Schmerzerleichterung. Ohne Ölbäder, mit nur krankengymnastischer Nachbehandlung konnten nicht dieselben Fortschritte erreicht werden. Es wurden Teil- und Vollbäder gegeben.

Beiträge zu einer Erweiterung der Heilkunst nach Geisteswissenschaftlichen Erkenntnissen, Heft 5,
September/Oktober 1960.