

Inhalt

Zum Geleit	17
Vorwort	19

KAPITEL I	Joop van Dam
-----------------	--------------

Das Gebiet der äußeren Anwendungen	21
Literatur	26

KAPITEL II	Albrecht Warning
------------------	------------------

Zur Kultur des Badewesens	27
1. Eine historische Übersicht	27
2. Die in der Anthroposophischen Medizin angewendeten Balneotherapien	29
Literatur und Anmerkungen	32

KAPITEL III.1	Sabine Gerber · Christa Meier · Albrecht Warning
---------------------	--

Rhythmische Bäder nach Ita Wegman	33
1. Einführung	33
2. Charakterisierung der einzelnen Bäder mit ihren Wirkungen	34
2.1 Das Rhythmische Bürstenbad	34
2.2 Das Rhythmische Reibebad	35
2.3 Das Wellenbad	36
2.3.1 Das rhythmische Wellenbad	36
2.3.2 Das absteigende Wellenbad	37
2.3.3 Das aufsteigende Wellenbad	38
2.4 Das Rhythmische Lemniskatenbad	38
Literatur und Anmerkungen	42

KAPITEL III.2	Angela Kuck
---------------------	-------------

Das Lemniskatenbad in der Geburtshilfe	43
1. Grundlagen	43
2. Indikationen	44
3. Wirkungsweise und Durchführung	44
4. Lemniskatenbad in der Schwangerschaft – Eine Fallbeschreibung	45
Literatur und Anmerkungen	47

KAPITEL III.3	Sabine Gerber · Albrecht Warning
---------------------	----------------------------------

Das Überwärmungsbad	49
1. Zur praktischen Durchführung des Überwärmungsbades	49
1.1 Indikationen	49
1.2 Durchführung	51

2. Zur Häufigkeit der Bäder	53
Literatur und Anmerkungen	54

KAPITEL III.4

Roman Huber

Überwärmungsbäder bei Depressionen	55
1. Depression	55
2. Korrelation von Depressionen und biologischen Rhythmen	55
3. Überwärmungsbäder	56
4. Physiologische Effekte von Überwärmungsbädern	56
5. Überwärmungsbäder und Depression	57
6. Nebenwirkungen und Kontraindikationen	59
Literatur	60

KAPITEL IV.1

Albrecht Warning

Das Armbad	63
1. Das kalte Armbad	63
2. Das ansteigende Armbad	64
3. Das heiße Armbad	65
4. Das Wechselarmbad	65
5. Zum generellen Verständnis der Wirksamkeit der Armbäder	65
6. Zum Verständnis der Wirksamkeit bei Angina pectoris	66
7. Weitere beachtenswerte Aspekte	67
Literatur und Anmerkung	68

KAPITEL IV.2

Albrecht Warning

Das Fußbad	69
1. Das warme Fußbad	69
2. Das Wechselfußbad	73
3. Das ansteigende Fußbad	74
4. Das kalte Fußbad	75
5. Wie lassen sich die Wirkungen der Fußbäder auf die Organe des Rumpfes verstehen?	75
Literatur	78

KAPITEL V.1

Albrecht Warning

Die Behandlung mit dem Nährbad	79
1. Rezeptur und Durchführung	79
2. Häufigkeit, Indikationen, Kontraindikationen	79
3. Die Komponenten des Nährbades und ihre Wirkungen	80
4. Zur Wirkung des Nährbades	82
Literatur	84

Das Brandungsbad	85
1. Einleitung	85
2. Die Herstellung der Kastaniensole nach Lieske-Usbeck	85
3. Zubereitung des Bades	86
4. Wirkungen des Brandungsades	87
5. Indikationen	88
Literatur und Anmerkungen	89

Das Levico-Wasser	91
1. Einleitung	91
2. Zur Entstehung und Geschichte des Wassers	93
2.1 Kupfer	97
2.2 Eisen	98
2.3 Arsen	100
3. Intuitionen für die Findung neuer Heilmittel	101
4. Therapeutische Hinweise	103
5. Die Qualität der Mitte	105
Literatur	107

Das Schwefelbad	109
1. Einleitung	109
2. Die Wirkungen im Bad	110
3. Indikationen des Schwefelbades	110
Literatur und Anmerkungen	112

Das Kohlensäurebad	113
1. Historisches	113
2. Anwendung und Befunde während des Bades	114
3. Indikationen für Kohlensäurebäder	117
Literatur	122

Die praktische Durchführung des Öldispersionsbades nach Werner Junge	125
1. Das Aufnahmegespräch mit dem Badegast/Patienten	125
2. Das Öldispersionsbad nach Werner Junge	126
2.1 Jungebad-Apparat	126
2.2 Die Vorbereitung	127
2.3 Zubereitung des Badewassers	128

2.4	Zur Dispersionsqualität.....	130
3.	Die Bürstung.....	133
3.1	Bürstenmassage als Kopf- und Gesichtsbehandlung nach Martin Frank.....	148
4.	Die Nachruhe.....	154
	Literatur und Anmerkungen.....	157

KAPITEL VI.2	Markus Krüger
--------------	---------------

Die Pentagramm-Bürstenmassage im Öldispersionsbad		159
1.	Durchführung.....	159
2.	Wirkung.....	160
3.	Zum Pentagramm	160
4.	Indikationen	161
5.	Das passende Öl	161
6.	Besonderheiten im Vergleich zur Ganzkörperbehandlung.....	162
	Literatur und Anmerkung.....	162

KAPITEL VI.3	Markus Krüger
--------------	---------------

Die Ätherisation des Badewassers		163
1.	Die vier Schritte des Wassers bei der Anwendung des Jungebad-Apparates.....	163
2.	Die vier Äther.....	164
3.	Potenzierung des Öls und Ätherisation des Wassers.....	166
3.1	Ist der Wirbel im Jungebadgerät als Verlebendigungsprozess des Badewassers denkbar?....	167
4.	Baden in Lebenskräften, baden in Heilkräften.....	167
	Literatur und Anmerkungen.....	168

KAPITEL VI.4	Markus Krüger
--------------	---------------

Regenerations- und Erneuerungsvorgänge der Leibesgrenze durch das Öldispersionsbad		169
1.	Die äußeren Schichten der Haut.....	169
2.	Wirkung des Öldispersionsbades auf die äußeren Schichten der Haut	169
3.	Bedeutung für den Badegast.....	171
4.	Zusammenfassung	172
	Literatur.....	172

KAPITEL VI.5	Reinhold Schön · Albrecht Warning
--------------	-----------------------------------

Zur Selbstbehandlung		173
1.	Anleitung zur Selbstbehandlung mit einem Öldispersionsbad	173
2.	Zur Selbstbehandlung des Therapeuten	174

Sonderbehandlungen mit Bürstenstreichungen 177

1. Indikationen 177

1.1 Variköser Symptomenkomplex 177

1.2 Neigung zu Obstipation 177

1.3 Förderung der Atemfunktion 178

1.4 Muskelschmerzen (Myalgien, Lumbago) 178

Literatur und Anmerkung 180

Werner Junge – Eine Biografie 181

Literatur und Anmerkungen 191

Das Öldispersionsbad bei Kindern und Jugendlichen 193

1. Praktische Durchführung und spezifische Krankheitsbilder in den verschiedenen Altersgruppen. 193

1.1 Säuglinge 194

1.2 Kleinkinder 195

1.3 Schulkinder 196

1.4 Jugendliche 197

Das Öldispersionsbad bei einem Jungen mit dem Förderschwerpunkt emotionale und soziale Entwicklung – Ein Fallbericht 199

1. Heilbedarf 201

2. Die Wahl der Öle und Max' Entwicklung während des therapeutischen Prozesses 201

Literatur 204

Fallberichte von Behandlungen mit Öldispersionsbädern im Rahmen einer Mutter-Kind-Kur 205

1. Fallbericht 205

2. Fallbericht 207

3. Fallbericht 208

4. Fallbericht 208

Literatur und Anmerkungen 210

Das Öldispersionsbad in der Heilpädagogik 211

1. Einleitung 211

2. Diagnostik 212

3.	Die heilpädagogischen Konstitutionsbilder	212
3.1	Erinnern und Vergessen – Eindrücke machen Schwierigkeiten	214
3.2	Sich verbinden und loslassen – Verhältnis zur Umgebung	216
3.3	Bewegen und Ruhen – Handlungen machen Schwierigkeiten	218
4.	Der Bezug zur Sinnesentwicklung und zu den Wesensgliedern	219
5.	Die Ölauswahl	220
6.	Die Durchführung des Öldispersionsbads im Haus Arild	221
7.	Fallbeispiele	223
7.1	Sarah: überbewegliche/leichte Konstitution	223
7.2	Emil: träge/schwere Konstitution	224
7.3	Das Öldispersionsbad als Krisenintervention	225
7.4	Mirco, Diagnose ADHS	228
	Literatur	230

KAPITEL VII.5

Jacqueline Goldberg · Sören Hirning-Goldberg

Anthroposophische Pflege und das Öldispersionsbad –		
Ein Erfahrungsbericht aus der ambulanten Pflege		231
1.	Die Beziehung des Öldispersionsbades zu den pflegerischen Gesten	231
1.1	Reinigen, Erneuern, dem Wesen zur Erscheinung verhelfen	232
1.2	Hüllen, Schützen, Wärmen	232
1.3	Aufrichten, Erheben	233
1.4	Nähren	233
1.5	Entlasten	234
1.6	Ausgleichen, Rhythmisieren	234
1.7	Anregen, Stimulieren	234
1.8	Belasten, Zumuten, Ermutigen	234
1.9	Raum schaffen, Ordnen	234
1.10	Erwecken	235
1.11	Bestätigen, Trösten, Hoffen	235
1.12	Abwehren, Schützen	235
2.	Die Anwendung des Öldispersionsbades in der ambulanten Pflege	236
3.	Praxisbericht über das Öldispersionsbad als Ganzkörperbad	237
	Literatur	240

KAPITEL VII.6

Anne und Markus Krüger

Das Öldispersionsbad in der Psychosomatik		241
1.	Trauma	241
1.1	Heilbedarf	242
1.2	Traumatherapie mit Öldispersionsbädern	242
2.	Angststörungen	244
2.1	Heilbedarf	244
2.2	Therapie der Angst	245
3.	Depression	246
3.1	Heilbedarf	247
3.2	Therapie der Depression	248

4.	Vegetative Erschöpfungssyndrome	249
4.1	Heilbedarf	250
4.2	Therapie der vegetativen Erschöpfung	250
5.	Esstörungen	250
5.1	Anorexia nervosa, Magersucht	251
5.1.1	Heilbedarf	251
5.1.2	Therapie der Anorexie	251
5.2	Bulimie, Fress-Brech-Sucht	252
5.2.1	Heilbedarf	252
5.2.2	Therapie der Bulimie	252
6.	Somatisierungsstörungen	252
6.1	Heilbedarf	253
6.2	Therapie bei Somatisierungsstörungen	253
	Literatur	256

KAPITEL VII.7

Gabriele Bäumlér-Warning

	Das Öldispersionsbad nach Werner Junge in der Altenpflege	257
1.	Wirkungsweise des Öldispersionsbades beim alten Menschen	257
2.	Der Baderaum	258
2.1	Die Vorbereitung im Baderaum	258
3.	Die Durchführung bei einem bettlägerigen Menschen	259
4.	Bewegungseinschränkungen im höheren Lebensalter: der Schmerz	260
4.1	Mögliche Schmerzformen und Anwendungsempfehlungen	261
4.1.1	Arthrose, Gelenk- und Muskelschmerzen mit Tendenz zur Entzündung, rheumatische Erkrankungen, Hämatome, Verstauchungen, Zerrungen	261
4.1.2	Gelenk- und Muskelschmerzen, die kalte, berührungsempfindliche Zonen vorweisen	261
4.1.3	Kontrakturen	262
4.1.4	Morbus Parkinson mit Tremor der Gliedmaßen, Schüttellähme	262
4.1.5	Schlaganfall mit Lähmung	262
5.	Das Öldispersionsbad für demenziell veränderte Menschen	264
5.1	Differenzierung der Indikationen	265
5.1.1	Menschen mit einer demenziellen Veränderung vom Alzheimertyp	265
5.1.2	Starke Unruhe mit wiederkehrenden Tätigkeiten	266
5.1.3	Starke innere Unruhe, ausgelöst durch eine suchende Haltung nach Menschen aus der Vergangenheit	266
5.1.4	Starke innere Unruhe durch den Verlust des gewohnten Umfeldes	267
5.1.5	Überreizung der Sinne durch nervliche Überlastung und innere Orientierungslosigkeit	268
5.1.6	Erregungszustände mit aggressivem Abwehrverhalten	268
5.1.7	Körperliches sowie seelisches Zerfließen	269
5.1.8	Antriebslosigkeit	270
6.	Depressionen im Alter – Die Bilanz des Lebens im Spiegel der Versäumnisse	270
6.1	Differenzierung der Indikationen	271
6.1.1	Gefahr der seelischen Hinfälligkeit	271
6.1.2	Düsterkeit durch Versäumnisse und Schuldgefühle	272

6.1.3 Unerlöstes Leid	273
Literatur und Anmerkungen	275

KAPITEL VII.8

Barbara Dürmuth

Erfahrungsbericht aus einer Behinderteneinrichtung	277
1. Die Ölauswahl	278
2. Der Ablauf der Bäder	279

KAPITEL VIII.1

Albrecht Warning

Die Indikation zur Therapie, abgeleitet aus der Biologie der Pflanzen und ihrer Öle ...	281
1. Zum Verständnis der Heilpflanze	281
1.1 Die Wurzel	284
1.2 Das Blatt	285
1.3 Die Blütenorgane	287
2. Tria Principia	287
3. Der Mensch als umgekehrte Pflanze	291
4. Die Beziehung der Heilpflanze zu den Erkrankungen des Menschen	292
4.1 Rosmarinus officinalis	294
4.2 Arnica montana	296
4.3 Calendula officinalis	299
4.4 Indikationen	301
4.4.1 Rosmarinus officinalis	302
4.4.2 Arnica montana	302
4.4.3 Calendula officinalis	303
Literatur und Anmerkungen	305

KAPITEL VIII.2

Albrecht Warning

Liste der Indikationen und Präparate	307
1. Indikationen der Öle für das Öldispersionsbad	307
2. Torföle	319
Literatur	320

KAPITEL IX.1

Markus Krüger

Der Olivenbaum und das Olivenöl	323
1. Der Olivenbaum (Olea europea)	323
1.1 Standorte	323
1.2 Äußere Erscheinung	323
1.3 Wurzel	325
1.4 Äste	326
1.5 Blätter	326
1.6 Blüte	326
1.7 Frucht	327
1.8 Vermehrung	327

2.	Der Ölbildprozess	327
3.	Das Olivenöl	328
4.	Zusammenfassung einiger Besonderheiten	328
5.	Ausblick	329
6.	Anwendung und Wirkung in der Öldispersionsbadetherapie	330
6.1	Spezifische Indikationen für reines Olivenöl	330
	Literatur	332

KAPITEL IX.2

Ulrich Meyer

Lein- und Schwarzkümmelöl	333
1. Leinöl	333
2. Schwarzkümmelöl	334
Literatur und Anmerkungen	337

KAPITEL IX.3

Albrecht Warning

Torföle	335
1. Entwicklung und Anwendung	335
2. Indikationen	336
Literatur und Anmerkungen	337

KAPITEL X. 1

Markus Krüger

Die vier Wesensglieder des Menschen – Ihre Entwicklung im Lebenslauf und die Wirkung der Badetherapien auf sie	339
1. Die vier Wesensglieder des Menschen	339
1.1 Der physische Leib	339
1.2 Der Ätherleib	340
1.2.1 Die vier Äther: Ätherische Kräfte, Lebenskräfte, Bildekräfte	340
1.2.2 Die sieben Lebensprozesse	341
1.2.3 Die Lebensrhythmen	342
1.3 Der Astralleib	343
1.4 Die Ich-Organisation	344
2. Die Entwicklung zur Autonomie im physischen, lebendigen, seelischen und moralischen Handeln – Von der Konzeption bis zum 21. Lebensjahr	344
2.1 Autonomie im Physischen	344
2.2 Autonomie im Lebendigen	344
2.3 Autonomie im Seelischen	345
2.4 Autonomie im moralischen Handeln	346
3. Die Wirkung des Öldispersionsbades auf die vier Wesensglieder des Menschen	347
3.1 Physischer Leib	347
3.2 Ätherleib	347
3.3 Astralleib	348
3.4 Ich	348
4. Die Wirkung der Rhythmischen Bäder nach Ita Wegman auf die vier Wesensglieder des Menschen	348

5. Die Wirkung des Brandungsbades nach Maria Lieske-Usbeck auf die vier Wesensglieder des Menschen.	349
6. Vergleichende Übersicht über die Wirkungen anthroposophischer Bäder auf die Wesensglieder.	350
Literatur.	352

KAPITEL X. 2

Markus Krüger

Dreigliederung von Mensch, Natur und Bildeprozessen	353
1. Die funktionelle Dreigliederung des menschlichen Organismus.	353
2. Dreigliederung der Seelenkräfte.	355
3. Tria Principia: Sal-Merkur-Sulfur.	356
3.1 Wie versteht sich Krankheit unter dem Aspekt der Tria Principia?	357
3.2 Blick auf die Blütenpflanze.	358
3.3 Öle und Wachse.	361
3.4 Tria Principia im Jahreslauf.	361
Literatur und Anmerkung.	362

KAPITEL X. 3

Albrecht Warning

Zur Wärme des Menschen im Hinblick auf das Öldispersionsbad	363
1. Der menschliche Wärmeorganismus.	363
1.1 Äußere Wärme.	364
1.2 Innere Wärme.	365
2. Differenzierte Verteilung der eigenen Körperwärme.	368
2.1 Räumliche Verteilung.	368
2.2 Zeitliche Verteilung.	371
2.3 Wir leben in der Wärme.	372
3. Die Wärme bei der Behandlung im Öldispersionsbad.	373
3.1 Zur Wärmebildung in der Nachruhe.	373
Literatur und Anmerkungen.	376

KAPITEL X.4

Albrecht Warning

Rhythmus als geistiger Impuls und als irdisch fassbarer Prozess	377
1. Geschichtlicher Hinweis.	377
2. Zum Wesen des Rhythmus.	377
3. Rhythmus als geistiger Impuls.	379
4. Die Bedeutung des Rhythmus in der balneologischen Therapie.	381
Literatur.	382

KAPITEL X.5

Markus Krüger

Die Bedeutung des Öldispersionsbades für die zwölf Sinne des Menschen	383
1. Inkarnationssinne – Die auf den Leib gerichteten Sinne des Menschen.	384
1.1 Tastsinn.	384
1.2 Lebenssinn.	384

1.3 (Eigen-)Bewegungssinn	386
1.4 Gleichgewichtssinn	387
1.5 Die Förderung und Ausbildung der Inkarnationssinne metamorphosiert zu Seelenkräften ..	388
2. Geschmacks-, Geruchs-, Wärme- und Sehsinn – Äußerlich-wie-innerlich gerichtet.	391
2.1 Geschmackssinn.	391
2.2 Geruchssinn	391
2.3 Wärmesinn	391
2.4 Sehsinn	391
3. Hör-, Wort- oder Sprach-, Gedanken- und Ich-Sinn – Sinn, die dem Menschen beim Erkennen dienen.	392
3.1 Hör-, Ton- und Klangsinn	392
3.2 Laut-, Wort- und Sprachsinn.	392
3.3 Denk-, Gedanken- und Vorstellungssinn.	393
3.4 Ich-Sinn.	393
4. Zusammenfassung der Wirkungen des Bades auf die Sinnesorganisation des Menschen.	394
Literatur und Anmerkung.	395

KAPITEL X.6

Lüder Jachens

Wirkungen des Bades auf das Hautorgan	397
1. Die Dreigliederung der Haut	397
2. Die Haut als Sinnesorgan	401
3. Die Hautbeschaffenheit verschiedener Körperregionen	403
4. Haut und Wärmeorganismus	404
5. Wirkungen von Badezusätzen auf Haut und Gesamtorganismus	405
5.1 Olivenöl	405
5.2 Ätherische Öle	408
5.3 Pflanzenextrakte	411
5.4 Mineralien	412
6. Wirkungen auf den Tastsinn	413
7. Grundsätzliches zur Bedeutung der äußeren Anwendungen in der Anthroposophischen Medizin.	414
Literatur und Anmerkungen.	415

KAPITEL XI

Albrecht Warning

Schulungsweg des Therapeuten	417
1. Der Übungsmodus während der Kurse zum Öldispersionsbad und der Rhythmischen Bäder ...	417
2. Zur inneren Haltung des Therapeuten	418
2.1 Die acht Übungen	419
2.1.1 „Die richtige Meinung“	419
2.1.2 „Das richtige Urteil“	420
2.1.3 „Das richtige Wort“	420
2.1.4 „Die richtige Tat“	421
2.1.5 „Der richtige Standpunkt“	421
2.1.6 „Das richtige Streben“	422
2.1.7 „Das richtige Gedächtnis“	422

2.1.8 „Die richtige Beschaulichkeit“	423
3. Die Therapiegesten	423
4. Zur Wärmemeditation	425
Literatur und Anmerkung	431

ANHANG	433
---------------	------------

Berufskunde für Badetherapeuten Ute Hild	435
1. Voraussetzungen	435
2. Grundprinzipien bei der Anwendung der Badetherapie	435
3. Vorgehensweise	437
3.1 Erstgespräch	437
3.2 Nachgespräch	438
3.3 Dokumentation	438
4. Umgang mit unerwünschten Wirkungen	438
5. Zusammenarbeit mit Kollegen und Fachkräften aus Medizin und Pflege	439
5.1 Fortbildungen	439
6. Rechtliche Grundlagen für die Durchführung der Badetherapie	439
6.1 Finanzbehörden und weitere Ämter	440
6.2 Datenschutz	441
Literatur	442

Leitfaden zur Dokumentation von Öldispersionsbädern Maren Wendt	443
1. Erstkontakt	443
2. Ersteindruck	444
3. Anamnese	444
4. Wesensglieder	445
5. Wärmeorganisation	446
6. Angaben zum Öl	447
7. Zum Therapieverlauf	447

Über den Herausgeber	451
-----------------------------------	------------

Über die Autoren	451
-------------------------------	------------

Personenverzeichnis	460
----------------------------------	------------

Sachwortverzeichnis	462
----------------------------------	------------

Adressen und Bezugsquellen	474
---	------------