

Wellness im 19. Jahrhundert

Der Zürcher Patrizier David Hess, 1770–1843, reiste ab 1805 regelmässig ins aargauische Baden zur Kur. Zehn Jahre später schrieb er «Die Badenfahrt», in schöner Kurrentschrift und reich illustriert, später liess er den Band mit einigem Aufwand binden. Heute wird die Schrift, zusammen mit dem Nachlass, in der Zentralbibliothek Zürich aufbewahrt. ([Link](#))

Hess beginnt seinen Bericht mit den Vorbereitungen und der Anreise von Zürich per Schiff auf der Limmat, beschreibt sodann Badens Gasthäuser, die Mahlzeiten, Spaziergänge und gesellschaftlichen Vergnügungen. Darüber hinaus bietet er einen Abriss der Ortsgeschichte von der Antike bis in die eigene Zeit.



1 – Selbstbildnis von David Hess; zw. 1800 u. 1820?
7,5 cm; Signatur: ZBZ, Hess D. ZE1 1.0018.007 Pp.
([Link](#))

Auf diesen Seiten beschränken wir uns in Wort und Bild aber auf den Badebetrieb. Unter der Überschrift «Das Bad» äussert er sich zunächst zur Bekleidung :

[Seite 70]

Ich möchte jedem, der sich am frühen Morgen in's Bad begeben will, die bequeme Kleidung empfehlen, deren ich mich seit Jahren zu diesem Behuf bediene. Sie hält warm und ist in einem Augenblick an- und ausgezogen und besteht einzig in einem Kamisol von feinem englischen Flanell für den blossen Leib, einem weiten Strumpfpantalon von dichterem Flanell, und einem Schlafrock von ähnlichem Stoff mit weiten Ärmeln, der vermittelt eines hinten befestigten Gürtels vorn mit einem Knopf geschlossen werden kann und einen aufstehenden Kragen hat, der unter dem Kinn eingeknüpft wird. Bey dieser aus drey einzigen Stücken bestehenden Kleidung braucht man weder Hemd, noch Strümpfe, noch Unterhosen, noch Halstuch, was alles sonst im Badgewölbe herumhängt und nur mühsam wieder angezogen wird. Nach dem Bad ist es auch besser in lauter Wolle eingewickelt zu seyn, deren sanfte Reibung besonders wohltätig auf die Haut würrt. ([Link](#))



2 – «Kamisol von feinem englischen Flanell»;
Signatur: ZBZ, FA David Hess 30a; Seite 68a
(Ausschnitt).



3 – «Das Fälllein im Hinterhof.»; Signatur: ZBZ, FA David Hess 30a; Seite 68a. ([Link](#))

[Seite 71]

Dem Badwascher ist [...] zu empfehlen dass er die Fenster nur so lange offen lasse, bis die Luft erneuert ist, welches über die Zeit geschehen kann wo er das Bad bereitet und da dieses wohl auf der Stelle wärmer, aber nicht kälter gemacht werden kann, wenn man nicht gemeines Wasser aus der Limmat beymischen will, so muss es 6 bis 8 Stunden, ehe man sich desselben bedienen will, gefüllt seyn und sich, bis auf etwa 23 Grad Réaumur, durch Verdunstung abkühlen können. ([Link](#))

[Seite 73-74]

Wer nach des Arztes Verordnung durch längeres Baden den so manchen Krankheitsstoff durch die Poren ausführenden, oft äusserst heilsamen Ausschlag bekommen soll, fängt mit zwei Stunden vormittags und einer des Abends an, steigt bis auf fünf Stunden im Tag und badet den Ausschlag dann allmählich abnehmend wieder weg, welches alles in einundzwanzig Tagen möglich ist. Viele Bewegung im Freyen und an der Sonne befördert diese Krise; allein man soll sich dabey sorgfältig vor jeder Verkältung hüten, welche den Ausschlag immer richtig wieder zurücktreibt und schwerere Krankheiten verursachen kann, als die war, für welche man in's Bad kam. ([Link](#))

[Seite 75-76]

Zwar sind hier die, in den Boden eingelassenen Bäder weder mit Marmor, noch mit Zinn oder Porzellan, wie in Pyrmont, sondern nur mit Holz ausgefüttert, und haben ringsumher etwa fusshohe Bänke; dagegen aber sind die meisten derselben und besonders die älteren so tief und weit, dass eine ganze Familie darin Platz findet. Die Kinder werden gewöhnlich im Wasser ganz ausgelassen. Sie jubeln und kreischen vor Freude; sie spritzen einander, tauchen unter und schwimmen, ihre Schiffchen vor sich herschiebend, wie Fische in dem Behälter herum. Oder wenn sie allmählich ruhiger werden, bilden sie mit den Badhemden grosse Blasen, drücken sie aus und treiben allerley mutwilliges Spiel. ([Link](#))



4 – Ein in den Boden eingesenktes Bad. Signatur: ZBZ, FA David Hess 30a; Seite 570 (Ausschnitt). ([Link](#))

[Seite 76-77]

Was enthält aber dieses herrliche Wasser? Welche Wunderkraft ist ihm gegeben, so mancherley Elend zu mildern, so viele Krankheiten zu heilen? Seitdem Herr Morell im Jahr 1788 eine Analyse bekannt gemacht, sind bedeutende Fortschritte in der Chemie und besonders in der Wasserscheidekunst gemacht worden. Herr Bauhof, Direktor einer Vitriolölfabrik in Aarau, ein geschickter Chemiker, hat im Lauf dieses Jahrs eine neue Analyse vorgenommen, aus welcher sich folgendes Resultat ergab:

Temperatur der Quelle 37 Grad über Null, Réaumur
Eigentümliche Bestandtheile in 300 Unzen Wasser (ungefähr 6 Mass)

48 Kubikzoll kohlen-saures Gas
Schwefel-Wasserstoff-Gas in geringer, unbestimmter Qualität
233 Gran schwefelsaurer Kalk (Gips)
186 Gran salzsaures Natrum (Kochsalz)
51 Gran salzsaure Bittererde

48 Gran schwefelsaures Natrum (Glaubersalz)
36 Gran kohlenaurer Kalk
31 Gran schwefelsaure Bittererde (Bittersalz)
11 Gran kohlenaurer Bittererde (Magnesia)
5 Gran Extraktiv-Stoff
1 Gran Eisenoxyd

Bestandtheile des Selenits oder Badsteins
In 1'000 Theilen desselben:

790 kohlenaurer Kalk
117 schwefelsaurer Kalk
51 kohlenaurer Bittererde
2 salzsaure Bittererde
3 Eisenoxyd
37 Wasser und etwas Extraktiv-Stoff

[\(Link\)](#)



5 – Durch die Camera Lucida gezeichnet; 13. und 14. September 1816. Signatur: ZBZ, FA David Hess 30a; Seite 577 (Ausschnitt). [\(Link\)](#)

[Seite 81]

Für welche Krankheiten diesea Bad dienlich sey, mögen die Ärzte bestimmen, welche alljährlich so viele Leute herschicken, die an den verschiedenartigsten Übeln leiden. Wer alle Schriften durchgeht, welche seit Konrad Gessner bis auf unsere Tage über diesen Gegenstand erschienen, findet ein so ungeheures Verzeichnis menschlicher Gebrechen darin aufgestellt, dass man daraus schliessen möchte, das Wasser zu Baden sey eine Universalarzney, was es doch schwerlich seyn kann. [\(Link\)](#)



6 – Grundriss sämtlicher Quellen, Leitungen, Bäder und Gasthöfe zu Baden.
 Signatur: ZBZ, FA David Hess 30a; Seite 586a (Ausschnitt). ([Link](#))



7/8 – Es werden Schröpfköpfe gesetzt. Signatur: ZBZ, FA David Hess 30a; Seite 570 (Ausschnitt). ([Link](#))

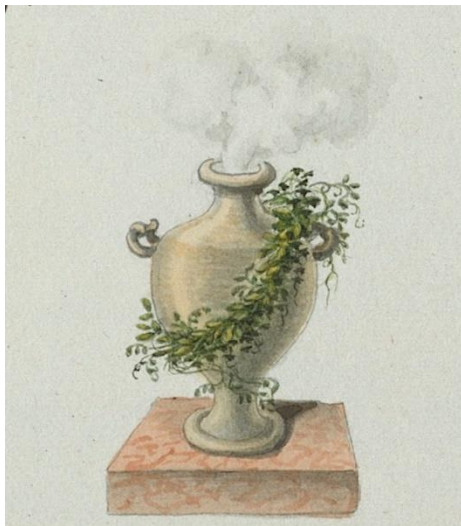
[Seite 83-84]

In den Privatbädern wird auch fleissig geschöpft und viele Leute glauben, nichts gehörig vollbracht zu haben, wenn sie nicht die mystische Zahl von sieben oder neun Wundmahlen auf dem Rücken mit heimtragen; sie wähnen damit ihrer Kur das Meistersiegel aufzudrücken. In der That leistet diese übrigens ziemlich unangenehme und fast eckelhafte Operation bedeutende Dienste bey Schärffen in den Lymphen, bey rheumatischen Beschwerden, Flüssen und Zahnschmerzen und nach vorher gebrauchten Bädern desto eher, weil die Haut weicher geworden und die Schweisslöcher offener sind. ([Link](#))



[Seite 84]

Seit einigen zwanzig Jahren wird das Wasser auch häufiger getrunken als vor Zeiten. Es löst in der Regel viel zähen Schleim im Magen und in den Eingeweiden auf. Man trinkt es entweder im Bade, so warm, wie es aus der Röhre fließt, oder auf- und niedergehend an dem Brunnen [...] ([Link](#))



9/10 – Symbole des Wohlbefindens. Signatur: ZBZ, FA David Hess 30a; Seite 505 ([Link](#)) und Seite 545 ([Link](#)) (Ausschnitte).

[Seite 88]

Es lässt sich auch ein sehr artiges und kurzweiliges Experiment im Bad anstellen. Ein verwelkter Blumenstrauß, den man in das warme Mineralwasser stellt, erholt sich in kurzer Zeit, die geschlossenen Blütenkelche entfalten sich allmählich zu neuem Leben und ihre Farbe stellt sich, wie durch Zauber, in ursprünglicher Frische wieder hergestellt. ([Link](#))

Chris Bünter