

Inhalts - Verzeichniss.

	Seite.
Historisches	1
Analyse der Insel - Quelle	5
Mächtigkeit und Eigenschaften der Insel - Quellen	6
Die Badeanstalten auf der Insel	14
Die Wirkung des kalten Bades auf den menschlichen Körper und das richtige Verhalten vor, während und nach die- sem Bade	16
Das warme Bad in Bezug auf seine Wirkung auf den Körper	21
Von dem Verhalten vor, während u. nach dem warmen Bade	23
Das russische Dampfbad und seine Wirkung auf den mensch- lichen Körper	27
Der Vorgang beim russischen Bade	29
Krankheiten, bei denen das Dampfbad nicht in Anwendung kommen darf	36
Von dem Verhalten vor, während und nach dem russischen Dampfbade	36
Meine Wünsche und Hoffnungen für die Zukunft	44

Anhang.

Gutachtliche Aeusserungen über diese Schrift.

I. Des Hrn. Hofrath Dr. Spengler zu Bad Ems	47
II. Des Hrn. Kreisphysikus Dr. Gerlach zu Paderborn	49
Qualitative Untersuchung einer neu entdeckten Eisen- Quelle	51
