

**КРАТКІЙ ОЧЕРКЪ**  
**ИСТОРИИ БАНЬ**  
**И ЗНАЧЕНІЕ ИХЪ**  
**ВЪ ГИГИЕНИЧЕСКОМЪ И ТЕРАПЕВТИЧЕСКОМЪ**  
**ОТНОШЕНІЯХЪ.**



Составилъ по различнымъ источникамъ  
врачъ **И. А. Карвасовскій.**

Изданіе **В. Изопольскаго.**



Цѣна **25** коп. сер.

**КІЕВЪ.**

Типографія **Б. Н. Милевскаго**, Прорѣзная ул., д. Эрста, № 7.  
**1884.**

Дозволено цензурою, Кіевъ, 4 Января 1884 г.

# ВСТУПЛЕНИЕ.

---

## I.

Важное гигиеническое и терапевтическое значение купаній и обмываній было извѣстно уже въ глубокой древности. Величайшіе законодатели Востока возводили тѣлесную чистоту въ подвигъ добродѣтели и предписывали своимъ послѣдователямъ ежедневныя омовенія. Браминисты еще и до сихъ поръ считаютъ Гангъ священою рѣкою, а купанія въ немъ—необходимыми не только для тѣлесной, но и для духовной чистоты; Египтяне поклонялись Нилу, какъ благодѣтельному божеству, подъ именемъ Озириса и считали своей обязанностію прибѣгать къ очищенію въ водахъ его ежедневно. Мойсей, сознавая всю важность чистоплотности, особенно въ жаркихъ странахъ, предписалъ евреямъ, на ряду съ другими гигиеническими правилами, ежедневныя омовенія, купанія и бани. Купанія въ священномъ Иорданѣ производили даже чудеса: сирійскій вождь, искупавшійся въ немъ по совѣту пророка Елисея 7 разъ, избавился отъ страшной болѣзни—проказы. Наконецъ, слѣдую по стопамъ сво-

его великаго предшественника, Магометъ съ своею очередь возводитъ ежедневныя омовенія въ степень важнаго религіознаго правила, предписывая правовѣрнымъ мусульманамъ многократныя омовенія и пользованіе банями.

Горе тому народу, который пересталъ заботиться о чистотѣ своего тѣла; судьба его плачевна: множество накожныхъ болѣзней, масса паразитовъ, буквально заѣдающихъ его, тѣлесная хилость и дряблость, наконецъ самая непродолжительность жизни—вотъ послѣдствія, которыя вызываются нечистоплотностью. Не даромъ теперь существуетъ мнѣніе, что степень культуры народа, хотя отчасти, можетъ быть опредѣлена количествомъ ежедневно потребляемой воды. Такъ на примѣръ—въ различныхъ городахъ Англіи водопроводы доставляютъ ежедневно среднимъ числомъ по 170 литровъ воды на каждаго жителя, во Франціи—около 200 литровъ, въ Сѣверо-Американскихъ Соединенныхъ Штатахъ—около 250 литровъ, въ Германіи—около 130 литровъ, а у насъ въ Россіи едва 56 литровъ въ день на человѣка! Кіевъ въ этомъ отношеніи стоитъ даже гораздо ниже средняго числа: у насъ водопроводное общество въ 1875—6 г. подняло всего 42 милліона ведеръ воды, что составляетъ меньше 15 литровъ на человѣка. Можно возразить, пожалуй, что съ того времени количество потребляемой въ Кіевѣ воды значительно увеличилось; но на самомъ дѣлѣ это возраженіе не можетъ имѣть никакого значе-

нія. Дѣло въ томъ, что вся сила существующихъ нынѣ машинъ можетъ поднять не болѣе 200,000 ведеръ въ сутки, а это составляетъ, если мы даже примемъ количество населенія Кіева въ 100,000, только два ведра на человѣка или 24,6 литра въ сутки. Но допустимъ даже, что часть жителей не пользуется водою изъ водопровода, то все таки получимъ число далеко ниже приведеннаго средняго числа.

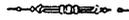
Что-же сказать о дикаряхъ? Хуже и отвратительнѣе жизни дикихъ австралійцевъ и индѣйцевъ Сѣверной Америки, по европейскому понятію, ничего не можетъ быть! Они не знаютъ, что значить обмываніе, что значить купаніе; чѣмъ старше человѣкъ, тѣмъ больше на немъ грязи. Самый нечистоплотный европеецъ въ сравненіи съ ними кажется верхомъ чистоплотности. Всѣ путешественники единогласно утверждаютъ, что эти народы издають такой отвратительный запахъ, что носъ европейца едва переноситъ общество этихъ несчастныхъ людей. За то и болѣзней у нихъ масса, за то и мрутъ они какъ мухи! Кто знаетъ, можетъ быть поразительно быстрое вымираніе упомянутыхъ народовъ главнымъ образомъ и обусловлено ихъ нечистоплотностью, ихъ неярешествомъ: европейцы занесли къ нимъ многія кожныхыя болѣзни, а эти послѣднія нашли здѣсь для себя весьма плодородную почву.

Съ другой стороны, тѣ народы, которые пользуются благодѣтельными купаніями и банями, освобождаютъ

свое тѣло отъ грязи и пыли, предупреждаютъ и даже исцѣляютъ многія болѣзни. Всѣ европейцы, которымъ приходилось купаться въ баняхъ на Востокѣ, гдѣ искусство—разминать члены и тщательно обмывать тѣло—доведено до высшей степени совершенства, утверждаютъ, что чувствовали себя въ это время невыразимо хорошо. Наконецъ терапевтическое значеніе бань сознавалось уже со временъ Гиппократъ, такъ-что бани примѣнялись древне-греческими врачами при леченіи многихъ болѣзней.

Изъ всего сказаннаго уже видно, какое важное значеніе должны имѣть бани въ жизни каждаго цивилизованнаго человѣка. Если это значеніе не веѣми у насъ сознается, то причина этого явленія заключается въ отсутствіи сколько-нибудь подходящаго популярнаго сочиненія, которое разъясняло-бы образованному читателю, какое дѣйствіе производитъ баня на организмъ, и убѣждало-бы, что баня иногда также необходима, какъ самая нища. Желая по возможности содѣйствовать восполненію пробѣла, я рѣшился выпустить въ свѣтъ эту небольшую книжку, въ которой старался по возможности ясно и популярно изложить сущность всего того, что печаталось о баняхъ въ спеціальныхъ сочиненіяхъ. Сознаюсь, что этотъ трудъ многихъ не удовлетворить, что онъ далеко не полонъ, но онъ является у насъ въ Россіи, кажется, еще первой попыткой въ этомъ направленіи. Можетъ быть найдется другой, болѣе досужій,

публицистъ, который разрѣшить эту задачу полнѣе и всестороннѣе, я же могу только сказать теперь: „quod potui—feci; faciant meliora potentes“.



## II.

### Греческія и римскія бани.

Классическій древній міръ (Греція и Римъ) въ отношеніи общественной гигиены и учрежденія бань стоялъ очень высоко: гораздо выше, чѣмъ народы новыхъ, а особенно среднихъ вѣковъ. Жители Греціи и Рима не довольствовались купаніемъ въ публичныхъ баняхъ; они устраивали въ каждомъ домѣ частныя бани, гдѣ купались послѣ сна, послѣ трудовъ и вообще отдыхали, нѣжились и проводили здѣсь пріятно время. Сами боги любили купаніе и сознавали могущественное значеніе его. Гера, желая отклонить Зевса отъ помощи Троянамъ, рѣшается обольстить его своей красотой и подъ шумокъ выхлопотать покровительство Ахейцамъ; лучшимъ средствомъ для усиленія своихъ прелестей она считаетъ купаніе и благовонія. Для этой цѣли она удаляется въ свои чертоги и

„Тамъ—амвросической влагой она до малѣйшаго праха

„Съ тѣла прелестнаго смывъ, умастилася масломъ  
чистѣйшимъ,

„Сладкимъ, небеснымъ, изящнѣйшимъ всѣхъ у нея благовоній“...

Нимфа Калипсо, снаряжая Одиссея въ путь, „баней его освѣжила, душистой облекши одеждой“, а Цирцея, готовясь отдаться тому-же Одиссею, послала его въ баню, покрытую драгоценнымъ мраморомъ, гдѣ онъ испытывалъ пріятную теплоту, а прелестная нимфа поливала его голову теплой водой и ароматными эссенціями. Въ это время, какъ самъ Одиссей говоритъ, „гдѣло и духъ его освободились отъ всякой усталости“.

По свидѣтельству Геродота, Платона и Аристотеля бани появились въ Греціи послѣ Троянской войны и были заимствованы Греками изъ Азіи. Послѣ того устройство бань было усовершенствовано Аѳинянами и Мессенцами, а отсюда уже бани распространились, вмѣстѣ съ развитіемъ греческой колонизаціи, въ колоніяхъ, при чемъ подвергались, сообразно съ мѣстными условіями, болѣе или менѣе важнымъ преобразованіямъ. Но особеннаго богатства, распространенія и удобства бани достигли въ древнемъ Римѣ. Здѣсь о баняхъ заботились сами императоры; плата за входъ опредѣлялась очень маленькая, а въ праздничные дни всякій могъ входить въ баню бесплатно. И все таки, не смотря на общедоступность, не смотря на заботы императоровъ о распространеніи общественныхъ даровыхъ бань, число частныхъ бань въ Римѣ было чрезвычайно велико. Каждый, даже небогатый, Римскій гражданинъ считалъ своимъ долгомъ ус-

троить свое **balnearium** (баня) или по крайней мѣрѣ ванну. Въ то время считалось необходимымъ купаться два раза въ день: утромъ и вечеромъ. Такая повидимому излишняя, чистоплотность объясняется тѣмъ, что бѣлья въ то время еще не носили, а широкія тоги и туники не могли защищать тѣло отъ пыли.

Общественныя бани устраивались съ большой роскошью; при нихъ находились площадки, обширные сады и аллеи, портики для игры въ мячъ, террасы, множество зданій, службъ и корридоровъ, библіотеки и т. д. Самыми обширными и роскошными банями считались бани Агриппины, Адриана, Каракаллы, а особенно Деоклеціана. Въ послѣднемъ помѣщалось 3000 купалень и три огромные бассейна, въ которыхъ сотни людей могли одновременно плавать совершенно свободно. Самыя бани заключали въ себѣ восемь отдѣленій: а) **Aquarium**, заль, посреди котораго находился огромный бассейнъ; б) **Vaporarium**, въ которомъ помѣщалось множество мѣдныхъ чановъ, наполненныхъ водою различной температуры; в) **Calidarium**—сухая потовая баня; д) **Tepidarium**—влажная потовая баня, въ которой мраморный полъ нагрѣвался снизу и поливался водою для образованія пара; е) **Hypocaustum**—огромная печь со сводами; ф) **Frigidarium**—отдѣленіе, въ которомъ опрыскивались и обливались холодной водою; г) **Elaeotheresium**—помѣщеніе для растираній и намазываній ароматными маслами и наконецъ h) **Apodytherium**—заль для одѣванія.

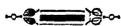
Римлянинъ входилъ сначала въ *calidarium* или *tepidarium* и оставался тамъ отъ 5 до 8 минутъ, послѣ чего переходилъ въ *varogarium* и здѣсь обливался, смотря по желанію, теплою или прохладною водою, или погружался въ бассейнъ съ теплою водою. Желавшіе могли прямо изъ паровыхъ бань отправляться въ *frigidarium* или даже въ *aquarium*, гдѣ бросались въ бассейны, наполненные холодною водою, плавали здѣсь нѣсколько минутъ и снова возвращались въ потовыя отдѣленія. Окончивши купаніе, римлянинъ переходилъ въ *elaethesium*, гдѣ его тѣло натирали ароматными маслами, а оттуда выходилъ въ *arodytherium*, гдѣ уже одѣвался. Для тщательнаго очищенія кожи, особы невольники скоблили тѣло римлянъ маленькими костяными или деревянными ножичками.

Число прислуживавшихъ въ баняхъ рабовъ было очень велико, и функціи ихъ—довольно разнообразны. Одни изъ нихъ распредѣляли воду (*aquarii*), другіе—нагрѣвали печь (*fornicatores*), третьи—натирали тѣло лебяжьимъ пухомъ (*jatratiptes*), четвертые—терли тѣло и скоблили его упомянутыми выше ножичками (*fricatores*), пятые—разминали мускулы, вытягивали члены и заставляли трещать сочлененія (*tractatores*), шестые—выдергивали безъ боли волосы (*alipilarii*), седьмые—вырѣзывали мозоли и затверденія (*dropacistes*), восьмые—выливали эссенціи и масло на выходившихъ изъ бани (*unctores*), девятыя очищали разныя отверстія тѣла (*paratiltres*), десятыя—убирали и мазали волосы и бороду (*picatores*).

Открытие бань возвѣщалось барабаннымъ боемъ или колокольнымъ звономъ. Стекавшійся народъ располагался на площадяхъ, въ портикахъ, аллеяхъ и залахъ. Одни забавлялись играми, другіе слушали ораторовъ, поэтовъ, музыкантовъ, пѣвцовъ и т. д. Здѣсь же продавались произведенія искусства, предметы роскоши и туалетныя принадлежности. Изящныя своды разныхъ отдѣленій опирались на іоническія колонны; полъ былъ испещренъ разнообразной и богатой мозаикой, а стѣны украшены скульптурными произведеніями и прекрасными картинами. Гардеробная и водопроводы украшались барельефами и статуями. Купальни устраивались изъ дорогаго мрамора, египетскаго гранита и порфира; однѣ изъ нихъ утверждались неподвижно, другія—подвѣшивались цѣпами, такъ-что купающійся, сообщая имъ толчки, могъ балансировать, какъ на висячихъ качеляхъ. Разумѣется, всему этому великолѣпію соотвѣтствовали и остальные принадлежности бани, какъ-то: вазы, утварь и т. д.

Подобныя только-что описаннымъ общественныя бани существовали въ Римѣ еще во время республики, но достигли цвѣтущаго состоянія только во времена Помпея. Съ этого времени число ихъ значительно возрасло, такъ-что каждая улица имѣла по крайней мѣрѣ одну баню. Страсть къ банямъ не ослабѣвала до времени Константина, который устроилъ нѣсколько бань и въ новой своей столицѣ—Константинополѣ. Но вдругъ

времена измѣнились; христіанскіе епископы рѣшили, что общественныя бани развращаютъ нравственность, и настояли на томъ, чтобы бани были закрыты. Власть епископовъ въ то время была уже на столько велика, что имъ легко удалось достигнуть своей цѣли: бани были закрыты и не появлялись въ Европѣ до времени господства аравитянъ. Правда, закрытіе банъ имѣло для христіанскихъ народовъ роковыя послѣдствія; оно вызвало ужасныя наказы болѣзни и потребовало учрежденія обширныхъ больницъ. Кажется, не трудно было сообразить, что хуже: болѣзни-ли и необходимыя для нихъ больницы, или воображаемый соблазнъ для нравственности, а между тѣмъ Европа на долго лишена была возможности пользоваться благодѣтельнымъ гигиеническимъ учрежденіемъ вслѣдствіе ревностной заботливости епископовъ о духовной чистотѣ своей паствы.



### III.

## Средневѣковыя и восточныя бани.

Наступило господство аравитянъ; Абубекръ устроилъ общественныя бани въ Испаніи, Омаръ—въ Левантѣ, а Абдеррамъ—во Франціи. Судьба этихъ банъ не лучше судьбы римскихъ банъ. Едва изгнали изъ Европы мусульманъ, какъ со стороны католическаго духовенства

снова начались гоненія на бани. Для духовенства достаточно было уже того, что мусульмане пользовались банями по предписанію Корана, слѣдовательно для христіанъ, по мнѣнію патероувъ, одно уже это служило истиннокомъ безнравственности и растлѣнія. Такимъ образомъ христіанамъ снова закрытъ былъ доступъ въ общественныя бани, и новыя бани не строились.

Между тѣмъ начались крестовые походы. Толпы крестоносцевъ устремились на востокъ и здѣсь получили возможность ближе ознакомиться съ благотѣльнымъ вліяніемъ бань. Мусульманскія бани отличались такою же роскошью, какъ и римскія. Онѣ обыкновенно состояли изъ четырехъ квадратныхъ отдѣленій со сводами, но въ богатыхъ баняхъ могло быть и больше отдѣленій, назначенныхъ для отдыха. Самыми важными, однако, были два отдѣленія, изъ которыхъ одно служило для мытья, а другое—для потѣнія. Последнее отдѣленіе, или теплица, отличалось высокой температурой и выстиралось мраморнымъ поломъ. Подъ поломъ происходило постоянное нагрѣваніе, такъ-что онъ былъ горячій, слѣдовательно босыми ногами туда входить нельзя было, а для этой цѣли надѣвались особые деревянные башмаки. Среди комнаты находилось возвышеніе, на которомъ ложились и потѣли. Паръ образовался, какъ и въ римскихъ баняхъ, поливаніемъ пола водою, и температура теплицы нерѣдко доходила до 60° R. Пропотѣвши нѣкоторое время (около 1/4 часа), моющійся переходилъ въ слѣдующее

отдѣленіе, ложился на доски, покрытыя рогожами и ковромъ, и здѣсь подвергался операціи мытья. Операція эта производилась особеннымъ банщикомъ, который въ турецкихъ баняхъ называется теллакомъ, т. е. гладильщикомъ. Теллакъ натиралъ сначала тѣло моющагося губкою, а потомъ, надѣвши на руку мягкую кожаную перчатку, теръ ею тѣло сначала тихо и нѣжно. затѣмъ все сильнѣе и сильнѣе. Когда кожа, вслѣдствіе тренія, краснѣла, теллакъ снималъ перчатку и разминалъ тѣло голыми руками. Разминаніе это онъ производилъ равномерно и умѣренно то правой, то лѣвой рукой, а затѣмъ вытягивалъ члены и заставлялъ хрустѣть сочленовныя поверхности; вся эта операція длилась отъ 15 до 20 минутъ, а затѣмъ все тѣло и волосы намазывались твердымъ ароматнымъ мыломъ. Моющійся садился на табуретъ, и теллакъ теръ его уже обѣими руками, быстро и очень ловко скользя ими по поясницѣ, возвращаясь на грудь и охватывая члены. Затѣмъ тѣло снова покрывалось мыльной пѣной и снова подвергалось нѣкоторое время тренію. Теперь только слѣдовала операція омованія теплой и прохладной водой, послѣ которой купающійся входилъ въ отдѣленіе для отдохновенія. Пробывъ здѣсь нѣкоторое время и отдохнувъ, купавшійся покрывался шерстянымъ одѣяломъ и переходилъ въ уборную, гдѣ банный мальчикъ вытиралъ его простынями до суха и помогалъ одѣваться. Послѣ одѣванія подавались трубка табаку и чашка кофе.

Восточныя бани отличались замѣчательной чистотой и опрятностью; стѣны ихъ были тщательно выбѣлены и содержались необыкновенно чисто. Комнаты для отдыха и одѣванія имѣли умѣренную температуру и убирались весьма роскошно; полъ устилался чистыми циновками и тростникомъ, матрацы покрывались коврами или бараными кожами съ тонкою бѣлою шерстью, а въ богатыхъ баняхъ среди залы находился большой мраморный бассейнъ съ фонтаномъ и роскошными растеніями. Сводъ иногда оканчивался куполомъ, убраннымъ цвѣтными стеклами, пропускавшими въ залу волшебный полусвѣтъ. Тутъ-же помѣщался родъ буфета, вокругъ котораго стояли мягкіе диваны, на которыхъ лежали мусульмане, разговаривая о дѣлахъ, покуривая трубки и запивая кофе.

По предписанію Корана мужчины должны были ходить въ баню разъ въ недѣлю, а женщины два раза въ мѣсяць; но мусульмане такъ любили баниться, что пользовались купаніями гораздо чаще: они видѣли, что эти купанія совершенно очищаютъ кожу, смягчаютъ тѣло, облегчаютъ движеніе членовъ, доставляютъ невыразимое наслажденіе и укрѣпляютъ здоровье.

Описанный типъ восточныхъ бань остался неизмѣненнымъ и до сихъ поръ; теперешняя турецкая баня ничѣмъ почти не отличается отъ описанной выше. Турецкія женщины ходятъ въ баню обыкновенно два раза въ недѣлю и никакъ не рѣже одного раза. Оно и по-

нятно; день этотъ служить для турчанки днемъ наслажденія. Въ этотъ день она кокетливо и тщательно одѣвается въ свои лучшія одежды, украшаетъ себя драгоценностями, закутывается большой вуалью и скромно входитъ въ баню. Здѣсь вуаль, скрывавшая прелести и роскошныя одежды отъ нескромныхъ взглядовъ прохожихъ, становится излишней: женщинамъ нечего скрывать свои прелести другъ отъ друга. Напротивъ, здѣсь у нихъ арена тщеславія, здѣсь турниръ, на которомъ онѣ могутъ состязаться и роскошью и красотой. Вымывшись въ банѣ и отдохнувши, онѣ одѣваются; тутъ-то и начинается праздникъ. Курильницы испускаютъ волны ароматнаго дыма, а невольницы нѣжно расчесываютъ имъ волосы, поливая ихъ разными эссенціями, жасминовой и розовой водой, другія невольницы играютъ на мандолинахъ и исполняютъ сладострастные танцы. Вотъ гдѣ можно вдоволь насладиться и музыкой и зрѣлищемъ танцевъ; вотъ гдѣ можно посплетничать и показать свои роскошныя наряды.

Но возвратимся къ крестonosцамъ. Присмотрѣвшись къ восточнымъ банямъ и испытавши на себѣ ихъ благотѣльное вліяніе, крестonosцы постарались устроить публичныя бани и въ своемъ отечествѣ. Древнія римскія теплицы были возобновлены, новыя выросли, какъ грибы. Въ XV и XVI столѣтіяхъ бани для многихъ европейцевъ стали существенной необходимостью жизни. Въ гостинницахъ устраивались частныя бани, и каждый

жившій въ нихъ могъ въ то-же время пользоваться ихъ банями. Бани эти сдѣлались очень разнообразны: здѣсь были и ванны и потовыя бани и отдѣленія, гдѣ пили кофе, стриглись, согрѣвались въ холодное время года и т. д. Но нѣтъ добра безъ худа: въ баняхъ происходило смѣшеніе половъ, которое очень дурно отзывалось на нравственности, и вотъ еще разъ бани нашли себѣ противниковъ въ духовенствѣ, которое подъ предлогомъ злоупотребленія настояло въ 1569 году на томъ, чтобы бани были изгнаны и закрыты. Такимъ образомъ бани еще разъ были изгнаны изъ Европы и только въ сравнительно недавнее время снова утвердились въ западныхъ государствахъ. Въ настоящее время наибольшимъ сочувствіемъ населенія пользуются общественныя купальни и бани въ Англіи, гдѣ закономъ 1874 г. (Bath and Wash Houses Act) каждой общинѣ было дозволено сдѣлать заемъ на устройство бань для рабочаго класса. Во Франціи законъ 3 февраля 1851 года далъ Министру торговли и земледѣлія право употребить 600,000 франковъ казенныхъ денегъ на устройство публичныхъ бань. Всего менѣе распространены подобныя учрежденія въ Германіи, но и тамъ они начинаютъ мало по малу распространяться. Наконецъ въ сѣверной Америкѣ въ настоящее время существуютъ бесплатныя бани для бѣдныхъ.

---

## IV.

## Исторія русскихъ бань.

Посмотримъ теперь на исторію бань въ Россіи. Русская баня есть нѣчто оригинальное, свойственное только русскимъ Славянамъ, она также древня, какъ и сами Славяне. Русскія бани всегда преслѣдовали только гигиеническія цѣли: о нѣгѣ и проведеніи времени Славяне не заботились и потому устраивали свои бани просто и незатѣливо. Этимъ, вѣроятно, объясняется и то обстоятельство, что русскія бани никогда не преслѣдовались ни гражданскими ни духовными законами. Первые извѣстія о русскихъ баняхъ мы находимъ у лѣтописца Нестора въ описаніи путешествія Андрея Первозваннаго, который въ Словенской землѣ „видѣ, какъ ея моютъ и хвощутъ“. У нихъ были „бани древяны“, которыя они „вельми пережигали“ и нагіе обливались въ нихъ „мытелью“, потомъ брали „вѣтвіе“ и били себя имъ до того, что едва „вылѣзутъ живи сущи“, послѣ чего обливались „водою студеною“. Въ другомъ мѣстѣ Несторъ упоминаетъ о баняхъ, когда описываетъ, какъ сожгли по приказанію княгини Ольги пословъ древлянскаго князя--Мала. Историческіе факты показываютъ далѣе, что во время удѣльно-вѣчеваго періода и періода Мос-

ковскихъ Царей баня пользовалась при дворѣ большимъ уваженіемъ. Великіе князья и Цари ходили въ баню каждую недѣлю; но особенно необходимому баня считалась при свадьбахъ. Въ послѣднемъ случаѣ банились наканунѣ свадьбы и на другой день послѣ нея. Нѣкоторые придворные удостоивались чести баниться вмѣстѣ съ государемъ, другіе же прислуживали, подавали бѣлье и т. д. Такъ на примѣръ, во время свадьбы Василя Ивановича съ Глинскою въ 1526 году изданъ былъ „Разрядъ бояромъ и дѣтемъ боярскимъ какъ быти на свадьбѣ у Великаго князя Василя Ивановича“. Въ этомъ „разрядѣ“ поименованы лица, которыя должны были мыться съ государемъ и носить платье за нимъ. На другой день послѣ свадьбы Михаила Феодоровича въ 1626 году, въ банѣ былъ даже устроенъ обѣдъ и пиръ, на которомъ, по словамъ лѣтописца, „Государь, вышедъ изъ сѣнника, былъ въ мыльнѣ, и кушалъ въ мыльнѣ, а ѣствы были приказныя. И жаловалъ Государь, подавалъ ближнимъ бояромъ ѣствы, а бояръ и окольныхъ жаловалъ, посылалъ романею въ кубкахъ.“ Обыкновенно мытье въ банѣ въ то время продолжалось почти цѣлый день, а для развлечения играла музыка. Въ царствованіе Петра Великаго, по словамъ камеръ-юнкера Берхгольца, бани были устроены почти при каждомъ домѣ. Въ нихъ купались разъ или два раза въ недѣлю. Прислуживали въ баняхъ русскія и чухонскія женщины, которыя умѣли мастерски исполнять свое дѣло. Полка покрывалась

соломою и чистой простынею; моющійся ложился на нее и нѣкоторое время потѣлъ; потомъ являлись женщины, парили лежавшаго березовыми вѣниками, затѣмъ царапали по всему тѣлу пальцами для отдѣленія нечистотъ, натирали мыломъ, окачивали, по желанію, теплой или холодной водой и обтирали чистыми полотенцами. Бергольць говоритъ далѣе, что русскіе совершенно голые бросались изъ самыхъ жаркихъ бань въ самую холодную воду и чувствовали себя очень хорошо, потому что привыкали къ этому съ дѣтства. Каждый русскій считалъ баню насущнѣйшей потребностью; по словамъ Олеарія Русскіе считали Лжедмитрія чужестранцемъ главнымъ образомъ за то, что онъ не любилъ баниться. Общественныя русскія парныя бани описываются Олеаріемъ такъ. Деревянною перегородкою баня дѣлилась на двѣ половины: мужскую и женскую; перегородка эта, впрочемъ, вовсе не скрывала одну половину отъ другой, да и входъ въ обѣ половины былъ общій. Мужчины и женщины входили въ одну и ту же дверь, при чемъ болѣе скромныя женщины закрывались вѣниками, а другія вовсе не стѣснялись своей наготой и даже разговаривали со своими мужьями въ присутствіи другихъ мужчинъ. Распарившись до невозможности, и мужчины и женщины, мокрые и нагіе, бросались въ холодную воду, а зимою прямо валялись по снѣгу. Такая „перемѣна противоположныхъ дѣятелей, по замѣчанію Олеарія, благоприятствуетъ ихъ здоровью.“

Въ то время, когда Олеарій путешествовалъ по Московіи, появились уже и нѣмецкія парныя бани, которыя, по его словамъ, были гораздо лучше устроены. Полъ въ нихъ покрывался сосновыми листьями, истертыми въ порошокъ, а также разными травами и цвѣтами, сообщавшими воздуху очень пріятный запахъ. Скамейки для потѣнія и растираній располагались вдоль стѣнъ въ нѣсколько этажей; онѣ покрывались бѣлыми простынями и набитыми сѣномъ подушками. Каждому входящему давалась прислуга, которая подавала при входѣ нѣсколько кусковъ рѣдьки и соли; если же вы были другъ дома, то сама хозяйка или ея дочь подавали вамъ питье, состоявшее изъ вина и пива, въ которое клали ржаной хлѣбъ мелкіе ломтики лимона и мускатный орѣхъ. Затѣмъ прислуга приступала къ дѣлу: терла, мыла, купала и дѣлала все необходимое. По окончаніи бани обыкновенно ложились въ постель.

Общественныя бани въ прошломъ столѣтіи были очень распространены и составляли отдѣльную отрасль промышленности. Онѣ брались сначала на откупъ, но, благодаря злоупотребленіямъ откупщиковъ, откупъ впоследствии былъ уничтоженъ. Тогда же рядомъ съ обыкновенными банями появлялись и такъ называемыя **бадерскія**, т. е. лечебныя бани. Бадерскими онѣ назывались потому, что содержатели ихъ были извѣстны подъ именемъ **бадеровъ**. Это были большею частью иностранцы. Для содержанія лечебной бани требовалось разрѣшеніе пра-

вительства. Первымъ, выхлопотавшимъ себѣ привиллегію на устройство бадерской бани въ Москвѣ, былъ Яковъ Кентеръ. Привиллегія эта выдана была отъ медицинской канцеляріи въ 1733 году; ею разрѣшалось Кентеру купить въ Нѣмецкой слободѣ землю и построить на ней баню. Строеніе его избавлялось отъ всякихъ постоевъ и податей, а Кентеръ обязывался пользоваться въ своей банѣ наружныя болѣзни, не производить трудныхъ операцій безъ вѣдома и совѣта доктора, не составлять и не продавать въ ущербъ аптекарей медикаментовъ и за трудъ свой брать „дѣну настоящую и безъ излишества“. Виѣстѣ съ тѣмъ ему запрещалось держать водку и всякіе „заповѣдныя напитки“, а также бѣглыхъ и подозрительныхъ людей. Осуществленіе этого предпріятія откладывалось Кентеромъ очень долго, но наконецъ баня была устроена въ Петербургѣ по плану, утвержденному Медицинской Канцеляріей, и была совершенно похожа на теперешнія торговыя бани. Само собою разумѣется, что устройство бадерскихъ банъ крайне не нравилось откупщикамъ торговыхъ банъ. Такъ, въ 1788 году откупщики торговыхъ банъ въ Петербургѣ—Андреевъ и Баранщиковъ жаловались на бадера Грудинскаго, что въ его банѣ всякій посѣтитель парится за деньги, какъ и въ торговыхъ баняхъ, и черезъ это онъ дѣлаетъ имъ подрывъ, отступая отъ бадерской привиллегіи, а казнѣ причиняетъ убытки, лишая откупъ принадлежащихъ ему доходовъ. Грудинскій едва могъ оправдаться, да и то

благодаря только всѣмъ извѣстнымъ тогда злоупотребленіямъ банныхъ откупщиковъ.

---

г.

## Нынѣшнее устройство русскихъ бань.

Въ настоящее время русскія бани по устройству можно раздѣлить на два разряда, а именно: а) частныя бани, куда относятся: 1) пареніе въ печкахъ, 2) черныя бани, 3) бѣлыя или городскія бани, и б) общественыя бани, которыя до недавняго времени, смотря по цѣнѣ, назначенной за входъ, дѣлились на 4 класса: 1) простонародныя, 2) смѣшанныя, 3) дворянскія и семейныя или номерныя бани. Остановимся немного на устройствѣ каждаго вида бань.

**I. Пареніе въ печкахъ.** Этотъ способъ паренія принадлежитъ къ самымъ древнимъ, но практикуется въ нѣкоторыхъ захолустныхъ деревняхъ и до нынѣ. Баню въ данномъ случаѣ замѣняетъ простая русская печь. Банятся въ ней при удобномъ случаѣ, напримѣръ при топкѣ печи для печенія хлѣба. Послѣ того какъ хлѣбъ вынуть изъ печки, подъ ея настилается соломой, и желающій мыться влѣзаетъ въ нее съ шайкой воды и рас-

пареннымъ въ горячей водѣ вѣникомъ. Въ печкѣ берутъ пучекъ соломы, обмакиваютъ его въ воду и водятъ имъ въ ту и другую сторону; при этихъ манипуляціяхъ черезъ нѣсколько минутъ печка наполняется горячимъ паромъ. Тогда парящійся, лежа, припариваетъ себѣ вѣникомъ различныя мѣста тѣла; это продолжается отъ 20 до 30 минутъ. Когда силы начинаютъ ослабѣвать, парящійся вылезать изъ печки и, для охлажденія, выходитъ на снѣгъ или въ холодныя сѣни. Такіе приемы повторяются иногда раза три, послѣ чего слѣдуетъ обыкновенное обмываніе мыломъ, щелокомъ и водой. Больныхъ и дряхлыхъ стариковъ для отправки въ печь кладутъ на доску и съ ними влезать другой для паренія.

**II. Черныя или деревенскія бани**—строятся довольно далеко отъ жилыхъ помѣщеній. Это небольшой деревянный домикъ, состоящій изъ двухъ комнатъ: собственно бани и предбанника. Въ какомъ нибудь углу бани помѣщается четверугольная печь съ громаднымъ устьемъ, основаніе котораго находится непосредственно надъ поломъ. Надъ сводами устья расположено другое отверстіе, т. наз. **каменка**; это отверстіе наполняется рѣчными камнями, которые вслѣдствіе дурной проводимости тепла сильно накаливаются (иногда до красна). Дымовой трубы нѣтъ вовсе, такъ-что во время топки дымъ выходитъ прямо въ баню,—вслѣдствіе чего во время топки открываются двери и единственное окно. Воз-

лѣ стѣны устроены скамейки для мытья, а рядомъ съ печкою помѣщается **полѳкъ**, состоящій изъ нѣсколькихъ ступеней и верхней, довольно широкой площадки. Надъ полкомъ расположено небольшое окошечко, закрытое деревянною задвижкою. Въ случаѣ угара или очень высокой температуры это окошечко открывается и, не охлаждая сразу бани, служитъ для освѣженія воздуха. Когда баня жарко натоплена, устье печки, окно и двери затворяются и въ каменку вливается нѣсколько шаекъ холодной воды, отчего баня сильно наполняется паромъ, и удушливая, сухая теплота превращается во влажную. Это называется **опариваніемъ** бани. Тѣмъ не менѣе въ нашихъ баняхъ, какъ показалъ докторъ Костюринъ, воздухъ никогда не бываетъ вполне насыщенъ парами. Если повѣсить на полѳкъ мокрое платье, то оно быстро высыхаетъ; это значитъ, что воздухъ все-таки сухъ, т. е. при этой температурѣ онъ можетъ содержать въ себѣ гораздо больше паровъ, чѣмъ содержитъ.

Черезъ часъ послѣ опариванія баня готова. Горячая вода, щелокъ и банныя принадлежности привнесены моющимися съ собою, а холодная вода всегда находится въ банѣ. Предбанникъ не отапливается, служитъ для помѣщенія воды и для одѣванія. Само собою разумѣется, что такія бани бываютъ крайне грязны и угарны, потому что копоть и газообразные продукты горѣнія выходятъ свободно въ комнату.

III. **Городскія или бѣлыя бани**—въ общихъ чертахъ сходны съ деревенскими, но отличаются отъ нихъ большими удобствами и способомъ отопленія. Здѣсь отопленіе производится по бѣлому, т. е. дымъ проводится наружу дымовыми трубами. Такія бани чище, меньше угарны, просторнѣе и выше. Полъ выстилается досками, а не бревнами, какъ въ деревенскихъ баняхъ; въ банѣ находятся банныя принадлежности и теплая вода въ котлѣ, вмazanномъ въ печь. Предбанникъ теплый и состоитъ изъ большой, свѣтлой комнаты, въ которой стоитъ кровать или диванъ.

Частными банями пользовались въ городахъ преимущественно состоятельные классы; для устройства бани нужно было имѣть большую усадьбу, такъ-какъ указомъ повелѣвалось „мыльни строить на огородахъ и на поляхъ мѣстахъ не близко отъ хоромъ“—во избѣжаніе пожаровъ. Рабочій народъ и бѣдные классы городскаго населенія не имѣли возможности устраивать частныя бани, поэтому явилась потребность устраивать бани общественыя. Последнія строились главнымъ образомъ для простаго народа, такъ—что въ Москвѣ до конца прошлаго столѣтія, такъ называемыхъ, дворянскихъ бань не было вовсе. Мало того, до половины прошлаго вѣка въ баняхъ этихъ мылись безъ различія пола и мужчины и женщины; только указомъ Сената 1743 года запрещено было париться мужчинамъ вмѣстѣ съ женщинами. Вслѣдствіе этого указа и еще другаго, изданнаго

въ 1782 году, мужчинамъ позволялось ходить въ баню утромъ, а женщинамъ вечеромъ. Потомъ самую баню начали раздѣлять деревянными перегородками или рогожаными занавѣсками, такъ-что одна половина полка принадлежала мужскому отдѣленію, а другая—женскому. Въ недавнее время, да и теперь, общественныя бани устраивались въ четырехъ видахъ.

**I. Простонародныя бани.** Онѣ состоятъ изъ трехъ отдѣленій: предбанника, комнаты для мытья и комнаты для паренія. Прежде отапливались эти бани **по черному**, теперь исключительно отапливаются **по бѣлому**. Содержатся онѣ обыкновенно крайне грязно, чему способствуетъ дозволеніе приходящимъ мыть въ баняхъ грязное бѣлье. На лавкахъ и на полу накаплиются цѣлые слои грязи и мыла. Воздухъ отличается отвратительнымъ запахомъ вслѣдствіе скопленія пара, испареній при мойкѣ грязнаго бѣлья и разныхъ летучихъ маселъ, которыя употребляются народомъ для наружныхъ втираній съ терапевтической цѣлью. Обстановка самая простая: вездѣ деревянныя скамейки; для мытья служатъ деревянныя шайки. Мыло и другія банныя принадлежности приносятся носѣтелями съ собою. Цѣна за мытье назначается обыкновенно весьма малая, напр. 5 копѣекъ.

2) **Смѣшанныя бани** мало чѣмъ отличаются отъ простонародныхъ; онѣ только немного удобнѣе, обширнѣе, свѣтлѣе и чище содержатся. Температура комнаты для паренія нѣсколько ниже, чѣмъ въ простонародныхъ

баняхъ. Желаящіе могутъ воспользоваться за извѣстную плату (копѣекъ 10) услугами банщика. Цѣна за входъ тоже невелика, напр. 12—15 копѣекъ.

III. **Дворянскія бани**—отличаются чистотой и опрятностью. Въ уборной комнатѣ лавки устилаются мягкими или даже пружинными матрацами, иногда покрытыми чистыми простынями. Въ мыльной комнатѣ часто устраиваются ванны, души, а въ иныхъ случаяхъ даже бассейны. Скамьи для мытья иногда мраморныя; всегда есть достаточное число готовыхъ къ услугамъ банщиковъ. Полы уборной комнаты устланы коврами или войлокомъ; полъ въ мыльной комнатѣ залить цементомъ или асфальтовый съ наклономъ для стока воды и т. д. Словомъ—дворянскія бани обставляются большими или меньшими удобствами и комфортомъ, за что и взимается съ посѣтителей сравнительно высокая плата: отъ 40 до 50 копѣекъ.

**Семейныя или номерныя бани**—отличаются большими размѣрами, состоятъ тоже изъ трехъ отдѣленій, а иногда—изъ двухъ (комнаты для мытья и уборной). Цѣна за входъ зависитъ отъ обширности помѣщенія и обстановки комнатъ. Иногда номерныя бани обставляются чрезвычайно роскошно, такъ-что похожи скорѣе на фешенебельныя гостинныя. Въ немерахъ можетъ помѣщаться одно семейство, т. е. разрѣшается мыться различнымъ поламъ вмѣстѣ.

Въ послѣднее время, по примѣру Германіи, рядомъ

съ номерными банями стали устраивать отдѣльныя ванны. Ванна состоитъ изъ одной, болѣе или менѣе изящно обставленной, комнаты, въ которой находится мраморная или металлическая ванна и диванъ или кушетка для отдыха и раздѣванія.

При этомъ слѣдуетъ замѣтить, что мраморныя ванны, такъ уважаемыя публикою по своему пріятному наружному виду, менѣе полезны металлическимъ, такъ какъ мраморъ обладаетъ свойствомъ всасыванія гораздо болѣе чѣмъ металлъ.

Россія въ настоящее время вообще занимаетъ выдающееся мѣсто и относительно распространенія общественныхъ бань и относительно доступности ихъ для бѣднаго класса населенія но, къ сожалѣнію, всѣ эти заведенія представляютъ частную предприимчивость и потому устраиваются плохо и содержатся крайне нечистоплотно. Такъ напримѣръ, большинство Московскихъ бань имѣютъ допотопное устройство и вовсе почти не заботятся о чистотѣ содержанія. Этому, разумѣется, нельзя сказать о Петербургскихъ баняхъ, которыя гораздо лучше устроены и чище содержатся. Что касается нашихъ, Кіевскихъ, бань, то онѣ далеко не всѣ отличаются чистотою, а нѣкоторыя употребляютъ даже воду изъ грязныхъ озеръ, прудовъ и рѣчекъ.

Вода проводится въ бани обыкновенно посредствомъ трубъ въ большомъ изобиліи; она наполняетъ огромные котлы и бассейны. Горячая вода по мѣрѣ убы-

ванія постоянно пополняется новою. Такое обиліе воды даетъ общественнымъ банямъ большое преимущество передъ частными, въ которыхъ большой запасъ воды довольно затруднителенъ. Изъ бассейновъ посредствомъ тонкихъ трубокъ вода проводится въ различныя помѣщенія, гдѣ трубки оканчиваются кранами. Во время мытья комнаты для паренія и обмыванія сообщаются между собою только тогда, когда температура послѣдней комнаты значительно понизилась; въ остальное время эти комнаты разобщены. Въ уборной комнатѣ помѣщается отдѣльная печь или, какъ въ лучшихъ баняхъ, камни, которые согрѣваютъ и очищаютъ воздухъ.

---

## VI.

### СПОСОБЫ МЫТЬЯ.

Мокутся въ нашихъ баняхъ большею частью такъ. Раздѣвшись въ уборной, отправляются въ комнату для паренія, ложатся на полокъ или на скамейку и здѣсь потѣютъ въ продолженіи четверти часа. Между тѣмъ банщикъ выбираетъ вѣникъ изъ тонкихъ березовыхъ вѣтвей, размачиваетъ его въ горячей водѣ и приступаетъ къ паренію. Для этого онъ надѣваетъ на голову шайку или колпакъ, чтобы предохранить себя отъ из-

лишняго жара, слегка смачиваетъ тѣло купающагося и производитъ въ воздухѣ быстрыя движенія вѣникомъ, легко прикладывая, а потомъ ударяя имъ по тѣлу. Въ тѣхъ мѣстахъ, гдѣ прикладывается вѣникъ, ощущеніе тепла становится значительно сильнѣе. Пареніе продолжается отъ нѣсколькихъ минутъ до получаса, но есть такіе любители, которые даже этимъ не удовлетворяются. Въ послѣднемъ случаѣ баньщики прибѣгаютъ къ хитрости: они намазываютъ вѣникъ деревяннымъ масломъ. Къ тѣлу въ этомъ случаѣ прикасается горячая жидкость, которая производитъ ощущеніе гораздо сильнѣе, чѣмъ сгущенный водяной паръ. Послѣ паренія оканиваются холодной водой или душемъ и нѣсколько минутъ отдыхаютъ. Тогда начинаются обмываніе и натираніе тѣла мыломъ. Прежде всего банщикъ моетъ голову. Эта операція требуетъ большаго навыка; неопытные баньщики сильно перепутываютъ волоса. Сначала голова намыливается мыломъ, а затѣмъ банщикъ начинаетъ царапать кожу ногтями и перебирать волосы. Искусство состоитъ въ томъ, чтобы не причинить при этомъ боли и не запутать волоса. Эта операція продолжается до тѣхъ поръ, пока волосы подъ руками не начинаютъ издавать скрипѣніе: это считается признакомъ совершенной чистоты волосъ. Затѣмъ слѣдуетъ намыливаніе и обмываніе тѣла; моющагося кладутъ на мраморную или деревянную скамейку и трутъ намыленнымъ пучкомъ мягкой мочалы или губкой. Тренія эти продолжаются

довольно долго и сильно. Послѣ намыливанія и тренія обливаютъ нѣсколько разъ тепловатою водою и этимъ операція заканчивается. Нѣкоторые, впрочемъ, послѣ всего этого любятъ еще принять ванну, души или окунуться и поплавать въ бассейнѣ, если онъ есть въ банѣ.

Иногда къ описанному способу мытья присоединяются еще нѣкоторые приемы, имѣющіе врачебную цѣль. Такъ на примѣръ, при боляхъ въ поясницѣ, въ сочлененіяхъ или въ животѣ, баньщики употребляютъ такъ называемое „**правленіе**“, которое состоитъ въ томъ, что они голыми руками давятъ и медленно проводятъ взадъ и впередъ по поясницѣ, животу или сочлененіямъ, или вытягиваютъ въ разныхъ направленіяхъ оконечности. Въ женскихъ баняхъ прислуга иногда дѣлаетъ женщинамъ такъ называемое „**правленіе живота**“, которое состоитъ въ медленномъ нажиманіи живота снизу вверхъ отъ лобка къ пупку. Женщины убѣждены, что этими манипуляціями матка лучше утверждается на своемъ мѣстѣ. Другія врачебныя средства безъ разрѣшенія врача не дозволяются. Такъ на примѣръ въ XIII томѣ устава Врачебнаго въ статьѣ 78 сказано: „врачи С.-Петербургской полиціи обязаны наблюдать, чтобы въ баняхъ не было производимо: кровопусканія, приставленія пивокъ и т. п. безъ предписанія врачей, и чтобы въ нихъ не было угара.“

---

## VII.

## Гигіеническое значеніе бань.

Не смотря на то, что научная разработка вопроса о дѣйстви бани на организм здороваго человѣка началась весьма недавно, въ настоящее время сдѣлано по этому вопросу довольно много. Труды Спасскаго, Забѣлина, Знаменскаго, Величковскаго, Стольникова, Засѣцкаго, Костюрина, Тумаса, Чугина, Тарханова, Фіалковскаго, Штрома, Златковскаго, Годлевскаго и нѣкоторыхъ другихъ пролили много свѣта какъ на исторію бань, такъ и на ихъ гигиеническое и терапевтическое значеніе. Благодаря изслѣдованіямъ и наблюденіямъ перечисленныхъ авторовъ, сдѣлалось возможнымъ точное опредѣленіе не только гигиеническаго и физиологическаго дѣйствія бань, но и терапевтическаго значенія ихъ. Я постараюсь здѣсь дать образованному читателю сжатые отвѣты на означенные выше вопросы и доставить ему тѣмъ самымъ возможность оцѣнить настоящее значеніе бань и ориентироваться въ тѣхъ случаяхъ, когда баня противопоказывается состояніемъ здоровья. Такимъ образомъ я изложу сначала основанія гигиеническаго значенія и физиологическаго дѣйствія бань, а затѣмъ ука-

жу, въ какихъ патологическихъ случаяхъ баня полезна, и въ какихъ отъ нея слѣдуетъ воздержаться.

Сравнивая устройство русскихъ бань съ древнеримскими и восточными, мы видимъ, что въ нашихъ баняхъ, не смотря на небольшое число комнатъ, производится почти все то, что производилось въ римскихъ баняхъ. Однако наши бани представляютъ много преимуществъ. Дѣло въ томъ, что въ римскомъ *varogarium* въ потовыхъ отдѣленіяхъ восточныхъ бань парь была заперта внутри бани, и вода, налитая на полъ, не перемѣнялась. Такимъ образомъ парившіеся должны были дышать испорченнымъ воздухомъ; самая температура пара была слишкомъ высока и распредѣлялась равномерно по всему помѣщенію; наконецъ горячій полъ заставлялъ прибѣгать къ деревяннымъ башмакамъ. Въ нашихъ баняхъ эти недостатки устранены. Въ потовомъ отдѣленіи каждый можетъ воспользоваться той температурой, которая для него удобна. Дѣйствительно, по наблюденіямъ доктора Знаменскаго, температура въ разныхъ мѣстахъ парильнаго отдѣленія различна: на полѣ безъ поддаванія воды въ каменку—32—34° R; при поддаваніи воды температура, смотря по количеству вылитой воды, возвышается отъ 40 до 55° R. Далѣе, въ среднихъ комнаты около лавокъ 28—29°, а на полу 21—23 R. Эти числа показываютъ, что въ парильнѣ температура разнообразна, а это разнообразіе даетъ возможность выбора температуры наиболѣе подходящей для

купающагося субъекта. Другое удобство наших бань заключается въ томъ, что комната для мытья согрѣвается тѣмъ же паромъ, что и парильня, слѣдовательно парь не заключенъ въ тѣсномъ замкнутомъ пространствѣ; это обстоятельство способствуетъ тому, что воздухъ въ нашихъ баняхъ не такъ быстро портится, такъ какъ парь возобновляется неоднократнымъ наливаніемъ воды на каменку. Наконецъ въ нашихъ баняхъ нѣтъ сухаго потоваго отдѣленія; но оно намъ и не нужно, потому что въ огромномъ большинствѣ случаевъ вовсе нѣтъ необходимости въ обильномъ выдѣленіи пота. Мало того, обильное выдѣленіе пота даже вредно, потому что ведетъ къ большой потерѣ воды, которую трудно вознаградить, и вообще къ ослабленію организма.

Въ чемъ же состоитъ дѣйствіе бань на человѣка? При входѣ въ баню чувствуется прежде всего пріятное ощущеніе теплоты. Черезъ нѣкоторое время все тѣло становится влажнымъ до того, что влага падаетъ съ лица и рукъ въ видѣ капель. Эта влага есть не что иное, какъ капельно-жидкая вода, сгустившаяся отъ прикосновенія пара къ поверхности тѣла. \*) Затѣмъ кожа,

---

\*) Это явленіе происходитъ вслѣдствіе прстаго физическаго закона. Въ воздухѣ всегда заключается известное количество водяныхъ паровъ. Это количество находится въ прямой зависимости отъ температуры воздуха: чѣмъ выше температура, тѣмъ больше нужно водяныхъ паровъ для насыщенія пространства. При пониженіи температуры излишекъ водянаго пара выдѣляется въ капельно-

а особенно лицо, начинают краснѣть, и температура тѣла нѣсколько повышается. На кожѣ въ различныхъ мѣстахъ появляется потъ. \*\*). Дыханіе и сердцебіеніе усиливаются, а удары пульса достигаютъ до 130 и даже болѣе въ минуту. Послѣ продолжительнаго пребыванія въ банѣ чувствуется нѣкоторая слабость и усталость, которыя быстро проходятъ послѣ прохладныхъ обливаній водою. При очень продолжительномъ пребываніи въ банѣ является головная боль и приливъ крови къ головѣ и къ легкимъ. По окончаніи бани, если купающійся не злоупотреблялъ ею, чувствуется необыкновенная легкость въ движеніяхъ, хорошій аппетитъ и такое ощущеніе, какъ будто человѣкъ избавился отъ большой ноши. Сонъ послѣ бани пріятенъ и оживляетъ. Докторъ Годлевскій („Матеріалы для ученія о русской

жидкомъ состояніи и образуетъ такъ-называемый туманъ. Если теперь въ какое-нибудь теплое пространство, насыщенное парами, внести холодный предметъ, то слой воздуха, окружающаго этотъ предметъ, охлаждается и излишекъ пара выдѣляется на поверхности предмета въ видѣ росы. Вотъ почему зимою при входѣ въ комнату очки „потѣютъ.“ Тоже самое явленіе происходитъ и въ банѣ. Температура пространства, насыщеннаго парами, выше температуры поверхности нашего тѣла. Вслѣдствіе этого слой воздуха, окружающаго наше тѣло, охлаждается и осаждаетъ на насъ излишекъ своихъ водяныхъ паровъ.

\*\*.) Что этотъ потъ выдѣляется дѣйствительно изъ тѣла, доказано Костюринымъ и Тархановымъ, которые съ этой цѣлью производили разныя опыты и взвѣшиванія до и послѣ бани.

банѣ“ (Спб. 1883 г.) говорить, что послѣ ежедневнаго употребленія бани черезъ нѣсколько дней „видъ кожи измѣнился; она казалась мягче, тоньше, эластичнѣе и и какъ-бы болѣе раздражительной; прикосновеніе къ кожѣ ляписомъ вызывало боль довольно сильную, тогда какъ такое же прикосновеніе ляписомъ до опытовъ было почти безболѣзненно.“

Температура крови, по старымъ опытамъ Мажанди, при дѣйствіи болѣе возвышенной температуры окружающей среды немного повышается, но это повышение не превышаетъ  $4^{\circ}$  R. Самое возвышеніе температуры происходитъ черезъ поверхность кожи скорѣе, чѣмъ черезъ поверхность легкихъ. Эта возвышенная температура крови сохраняется нѣкоторое время и послѣ выхода изъ потовой бани, а вмѣстѣ съ тѣмъ сохраняется и ускоренное кровообращеніе. Эти факты служатъ между прочимъ объясненіемъ безнаказанности тѣхъ холодныхъ купаній и снѣжныхъ ваннъ, къ которымъ прибѣгаетъ русскій народъ во время бани: когда кровь циркулируетъ на поверхности тѣла быстрѣе и энергичнѣе, то самый сильный, но непродолжительный, наружный холодъ можетъ оказаться совершенно безвреднымъ.

Такимъ образомъ баня дѣйствуетъ особенно на кожу, а между тѣмъ кожа играетъ въ организмѣ чрезвычайно важную роль. Если отправленія ея неполны и слабы, то наступаютъ важныя расстройства и въ самомъ организмѣ. Нормальная дѣятельность кожи очень об-

ширна: она служитъ органомъ выдѣленія негодныхъ веществъ, органомъ для обмѣна газовъ; наконецъ на поверхности ея постоянно происходитъ испареніе воды. Подобная дѣятельность тождественна съ дѣятельностью легкихъ, и различіе состоитъ только въ томъ, что испареніе воды на поверхности кожи—сильнѣе, и что вмѣстѣ съ водою при этомъ выдѣляются соли и органическія вещества, т. е. кожа выдѣляетъ потъ и жиръ. Какъ показалъ профессоръ Тархановъ, потъ выдѣляется изъ лимфы, крови и изъ запасной влаги, находящейся въ организмѣ, напр. изъ кишекъ, изъ водяночныхъ отековъ и т. д. Вотъ почему, между прочимъ, баньщики должны пить довольно часто воду или пиво. При отсутствіи достаточнаго запаса влаги, потъ выдѣлялся бы на счетъ крови и ослаблялъ-бы организмъ.

Потъ представляетъ собою мутную безцвѣтную жидкость, обладающую соленымъ вкусомъ, кислой реакціей и характернымъ запахомъ, который, впрочемъ, въ разныхъ мѣстахъ тѣла бываетъ различенъ. Мутность пота, какъ показываетъ микроскопическое изслѣдованіе, зависитъ отъ присутствія въ немъ наружныхъ клѣтокъ эпидермиса, продолговатыхъ клѣтокъ (такъ называемыхъ слизистыхъ тѣлецъ) и зернышекъ. Въ жидкости пота, которая сама по себѣ совершенно прозрачна, кромѣ воды, составляющей около 97%, найдены неорганическія вещества, какъ-то: поваренная соль, фосфорнокислый натръ и др., далѣе слѣды сѣры и органическія вещества, преимущественно жиры, но также:

холестеаринъ, укусная, муравьиная и масляная кислоты. Функе доказалъ также въ потѣ присутствіе мочевины. Запахъ пота, какъ уже сказано, въ различныхъ частяхъ тѣла различенъ, но отчего онъ зависитъ—пока не определено. Жиръ выдѣляется салными желѣзами кожи и смазываетъ волосы, проникая отчасти въ ткань ихъ. Жировая смазка, предохраняя волосы отъ высыханія, уменьшаетъ проницаемость, ограничиваетъ испареніе и дѣлаетъ волосы менѣе гигроскопичными.

Кожа есть органъ ощущенія; отъ устройства ея зависитъ предрасположеніе къ болѣзнямъ. У кого она слаба, чувствительна и нѣжна, тотъ простуживается очень легко и расположенъ къ потливости. Вотъ почему правильная дѣятельность кожи имѣетъ очень важное значеніе. Съ прекращеніемъ ея можетъ прекратиться и самая жизнь; такъ, самые поверхностные ожоги или на-кожные сыпи, занимающія большую поверхность, прекращая транспирацію кожи, нерѣдко ведутъ къ смерти. Такимъ образомъ главнѣйшее гигиеническое правило должно заключаться въ томъ, чтобы поддерживать жизненность, дѣятельность и проницаемость кожи.

При черной работѣ, грязномъ помѣщеніи, уличной пыли, путешествіяхъ и т. д. на кожѣ постоянно осаж-дается грязь, которая смѣшивается съ потомъ и съ ко-жными отдѣленіями. При этомъ жидкая часть пота (вода) испаряется, а на кожѣ остаются соли и жиръ, которые смѣшиваются съ пылью и закрываютъ поры,

затрудняя транспирацію кожи. Кожа становится сухою, шероховатою, начинаетъ зудить и наконецъ покрывается сыпями (напр. аспе, pythiriasis и др.). Въ подобныхъ случаяхъ возобновленіе дѣятельности кожи достигается только обмываніемъ въ банѣ. Здѣсь представляются для этого всѣ условія: высокая температура, теплая вода, мыло и треніе. Приливъ крови къ периферіи и ускоренное кровообращеніе способствуютъ усиленному испаренію и болѣе энергичному обмѣну газовъ. Испарина при этомъ никогда не достигаетъ чрезмѣрныхъ размѣровъ, потому что воздухъ нашей бани все таки почти насыщенъ парами. Потъ, выдѣлившійся черезъ кожу, стекаетъ въ видѣ капель и только незначительная часть его испаряется и охлаждаетъ кожу. Въ противоположность римской сухой потовой банѣ, наша влажная баня производитъ испарину весьма небольшую: по опредѣленіямъ Костюрина не больше 900 граммовъ. Такимъ образомъ русская баня, возстановляя дѣятельность кожи, вовсе не ослабляетъ организма, а, напротивъ, даже укрѣпляетъ его. Рѣзкіе переходы отъ тепла къ холоду дѣлаютъ кожу менѣе чувствительной къ атмосфернымъ явленіямъ. Если сравнить въ этомъ отношеніи вліяніе бани съ вліяніемъ теплыхъ ваннъ, то на сторонѣ бани окажется полное преимущество, такъ какъ употребленіе ваннъ дѣлаетъ насъ изнѣженными и чувствительными къ атмосфернымъ перемѣнамъ. Если къ это-

му присоединить, что въ умѣренномъ и холодномъ климатѣ большую часть года приходится прибѣгать къ теплой одеждѣ, которая закрываетъ кожу и такимъ образомъ почти прекращаетъ ея дѣятельность, то станетъ ясно, что употребленіе бани является у насъ необходимымъ условіемъ какъ для сохраненія здоровья, такъ и для равновѣсія жизненныхъ функцій.

Кромѣ дѣйствія на кожу, баня производитъ въ организмѣ еще слѣдующія измѣненія: грудная клѣтка расширяется, руки и ноги немного увеличиваются въ объемѣ, воспріимчивость всей нервной системы повышается, сила вдоха и выдоха уменьшается, сила мышцъ немного падаетъ, пульсъ ускоряется и слабѣетъ, пищевареніе замедляется и наконецъ мозговая работа сначала идетъ весьма энергично, но при продолжительномъ лежаніи на полкѣ до того ослабѣваетъ, что въ это время трудно бываетъ рѣшить простую задачу.

---

### VIII.

## Гигіеническое и терапевтическое значеніе различныхъ манипуляцій, производимыхъ баньщиками.

Посмотримъ теперь, какое вліяніе производятъ на банищихся различныя дѣйствія, употребляемыя

опытными банщиками. Къ такимъ дѣйствіямъ относятся: тренія, разминанія и пареніе.

а) Тренія въ нашихъ баняхъ производится суконками, губками, а чаще всего мочалками изъ липоваго лыка. Они служатъ для очищенія кожи отъ нечистотъ, открыванія поръ, возбужденія нервныхъ сосочковъ и волосныхъ сосудовъ кожи. Всѣ эти факторы въ свою очередь, возвышаютъ питаніе тканей, устанавливають гармонію жизненныхъ силъ, сообщаютъ гибкость и легкость движенія мышцамъ и сочлененіямъ. Такимъ образомъ вліяніе треній не ограничивается одной кожей, а распространяется вглубь, давая импульсъ болѣе энергичному кровообращенію. Лучшимъ орудіемъ для треній служатъ безспорно мочалки и суконки, такъ-какъ посредствомъ ихъ цѣль достигается скорѣе всего, но для дѣтей и очень нѣжныхъ людей достаточно употребленія губокъ. Употребленіе мыла необходимо; мыло способствуетъ болѣе тщательному очищенію кожи отъ нечистотъ, а особенно жировъ, которые, какъ говорятъ химики, „обмыливаются“ мыломъ, т. е. разлагаются на свои составныя части: олеинъ, глицеринъ и жирныя кислоты. вмѣстѣ съ тѣмъ мыло нѣсколько возбуждаетъ кожу и усиливаетъ отдѣленіе кожного жира, такъ что кожа становится мягкой и немного лоснящеюся. Лучшимъ мыломъ въ гигиеническомъ отношеніи является плотное туалетное, которое готовится изъ сала, оливковаго масла, соды, поташа и душистыхъ эфирныхъ маслъ.

б) **Разминанія** (massage)—это особенный способ давленія на кожу и мышцы; способ этотъ главнымъ образомъ употребителенъ на востокѣ. Сначала производятся болѣе или менѣе сильныя давленія на плечи и грудь, а затѣмъ разминанія, вытягиванія, сгибанія и разгибанія членовъ. Самая операція происходитъ такъ, что первыя движенія имѣютъ характеръ легкихъ прикосновеній, которыя постепенно усиливаются и дѣлаются энергичнѣе. Послѣ разминанія „моющійся чувствуетъ себя обновленнымъ, всякій родъ стѣсненія и усталости разсѣивается, движенія сочлененій совершаются съ удивительною легкостью. Получивши гибкость, необыкновенную легкость, вымывшийся считаетъ себя помолодѣвшимъ и испытываетъ общее довольство, которое трудно выразить.“ („О русскихъ баняхъ“ диссертация В. Знаменскаго стр. 58). Въ нашихъ баняхъ разминанія употребляются только въ исключительныхъ случаяхъ, напр. при ревматическихъ боляхъ, и производятся далеко не такъ ловко, какъ въ восточныхъ баняхъ. Нѣкоторые терапевты считаютъ разминанія полезными не только въ гигиеническомъ, но во многихъ случаяхъ и въ терапевтическомъ отношеніи, такъ-что распространеніе этого приѣма у насъ было-бы весьма желательно.

с) **Пареніе**. Дѣйствіе паренія на тѣло состоитъ въ томъ, что взмахиваніемъ и приближеніемъ вѣника къ тѣлу окружающій паръ сгущается, и большее количество частичекъ его прикасается къ тѣду; при этомъ

ощущается довольно пріятное жженіе. Уже раньше было указано, что поддаваніемъ воды въ каменку температура парильни повышается только до извѣстныхъ предѣловъ и новыя количества воды температуры не повышаютъ (ртуть въ термометрѣ не подымается). Между тѣмъ при новыхъ подливаніяхъ воды въ каменку субъективное ощущение тепла усиливается постоянно, такъ-что при извѣстномъ количествѣ пара оставаться на полкѣ нѣтъ возможности. Это явленіе только и можно объяснить тѣмъ, что къ тѣлу въ послѣднемъ случаѣ прикасается больше частицъ нагрѣтаго пара, т. е. что паръ становится гуще. Чѣмъ гуще среда, т. е. чѣмъ больше частичекъ касается нашего тѣла, тѣмъ сильнѣе должно быть ощущение тепла этой среды. И дѣйствительно, если на полкѣ мы поддерживаемъ температуру до 55° R, то въ ваннѣ (жидкая среда) едва можемъ перенести 34—35° R. Пареніе сильно возбуждаетъ; кровь быстро приливаетъ къ периферическимъ кровеноснымъ сосудамъ; кожа нагрѣвается и краснѣетъ; общее возбужденіе отражается на спинномъ мозгу и внутреннихъ органахъ. Усиленный приливъ крови къ поверхности кожи служить превосходнымъ отвлекающимъ средствомъ и съ успѣхомъ дѣйствуетъ на многія болѣзни. Такимъ образомъ пареніе является дѣйствіемъ не только гигиеническимъ, но и въ значительной мѣрѣ терапевтическимъ.

Говоря о гигиеническомъ значеніи бань, нельзя умолчать о томъ, что мойка бѣлья, грязь и намазыва-

нія летучими мазями въ престонародныхъ баняхъ въ высшей степени не гигиеничны и потому должны быть искореняемы всѣми силами. Эта грязь и испаренія производятъ отвратительный запахъ и могутъ служить даже источникомъ заболѣваній, особенно накожными болѣзнями. Въ восточныхъ баняхъ употребляютъ куренія ароматными жидкостями. Кромѣ косметическаго значенія эти куренія имѣютъ и гигиеническое значеніе: они озонируютъ воздухъ и тѣмъ способствуютъ болѣе энергичному дыханію и окисленію крови.

И такъ, баня служитъ однимъ изъ лучшихъ гигиеническихъ средствъ для поддержанія здоровья. Но при употребленіи бань слѣдуетъ имѣть въ виду нѣкоторые совѣты и условія пола, возраста, образа жизни, тѣлосложенія и т. д., такъ-какъ эти условія дѣлаютъ иногда бани даже вредными. Остановимся немного на этихъ условіяхъ.

Для дѣтей, особенно въ нѣжномъ возрастѣ, баня не нужна, а пареніе даже вредно. До семилѣтняго возраста слѣдуетъ ограничиваться теплыми обмываніями и только легкими треніями губкой. Дѣйствительную пользу пареніе производитъ только на взрослыхъ людей; имъ необходимо посѣщать баню по крайней мѣрѣ разъ въ недѣлю и не оставаться въ ней болѣе часа, чтобы не ослабѣть. Во избѣжаніе усталости слѣдуетъ поручать себя банщику. Послѣ бани совѣтуется завернуться въ простыню и полежать въ комнатѣ для одѣванія, пока

не прекратится отдѣленіе пота, затѣмъ вытереться до суха и только тогда одѣваться. По возвращеніи домой нужно хорошенько отдохнуть и выпить горячаго чаю. Въ этотъ день, въ холодное время, вовсе не слѣдуетъ выходить изъ дому, особенно людямъ, расположеннымъ къ простудѣ. Въ самой банѣ слѣдуетъ воздерживаться отъ холоднаго питья, какъ-то: воды, квасу и т. д., такъ какъ быстрое охлажденіе желудка можетъ повести къ катарру и воспаленію, а охлажденіе зѣва къ горловымъ болѣзнямъ. Лучше всего посѣщать баню въ полдень не съ полнымъ желудкомъ, но и не натошакъ: при употребленіи бани съ полнымъ желудкомъ можетъ произойти разстройство пищеваренія, а при пустомъ желудкѣ быстрое ослабленіе и усталость. Для стариковъ баня весьма необходима и чрезвычайно полезна, но отъ паренія слѣдуетъ по возможности воздерживаться и не злоупотреблять имъ. Что касается треній, то они старикамъ необходимы, потому что улучшаютъ состояніе кожи, которая у стариковъ вяла и суха. Всѣ эти гигиеническія правила одинаково приложимы какъ къ мужчинамъ, такъ и къ женщинамъ; но женщины должны прибѣгать къ банямъ еще чаще вслѣдствіе нѣкоторыхъ физиологическихъ особенностей. Къ такимъ особенностямъ относятся менструаціи и роды; послѣ нихъ баня крайне необходима. Относительно описаннаго уже раньше „правленія живота“ у женщинъ можно сказать только, что оно дѣйствуетъ, какъ обыкновенное треніе и никакого другаго

значенія не имѣетъ. Во время менструацій въ баню ходить не слѣдуетъ, потому-что высокая температура при этомъ вредна; лучше въ этомъ случаѣ почаще мѣнять бѣлье и дѣлать обмыванія тепловатой водой. Въ русскомъ народѣ сохранился обычай устраивать баню для новобрачныхъ; этотъ обычай имѣетъ хорошее гигиеническое значеніе, потому-что послѣ раздраженій и физическихъ потрясеній баня успокаиваетъ и оживляетъ.

Что касается условій, относящихся къ образу жизни и занятіямъ, то баня особенно необходима для тѣхъ, которые ведутъ сидячую жизнь и занимаются черными работами. У людей, ведущихъ сидячій образъ жизни, чаще всего замѣчается ослабленіе кожи, а вмѣстѣ съ тѣмъ различнаго рода болѣзни, прямо или косвенно обусловленные ею, какъ-то: упорный кашель, чахотка, поносы, рѣзь, боль въ почкахъ, задержаніе мочи и т. д. Бани, восстанавливая дѣятельность кожи, предохраняютъ отъ болѣзней, доставляютъ крѣпкій, покойный сонъ и хорошо успокаиваютъ послѣ умственныхъ занятій. У людей, ведущихъ дѣятельный образъ жизни, послѣ трудовъ всегда чувствуется значительная усталость; чернорабочіе успѣваютъ при этомъ за цѣлую недѣлю покрыться слоемъ грязи и пота. Оставивши въ банѣ эту грязь, рабочіе обновляютъ тамъ свои силы и успокаиваются послѣ физическихъ напряженій. Особенно благотѣльно дѣйствуютъ бани послѣ путешествій; вотъ почему у насъ и до сихъ поръ сохраняется обычай предлагать пріѣз-

жему баню тотчасъ по прїѣздѣ. Наконецъ относительно употребленія бань въ различныя времена года должно замѣтить, что въ холодное и сырое время прїятнѣе и полезнѣе жаркая баня и пареніе, а въ лѣтнее время цѣлесообразнѣе прохладныя обмыванія, души и купанія въ рѣкѣ и ваннахъ, такъ-какъ лѣтомъ кожа достаточно дѣятельна и безъ внѣшнихъ импульсовъ.

---

## IX.

### Терапевтическое значеніе бань.

Гигиеническое значеніе бань изъ предложеннаго краткаго обзора дѣйствія ихъ—очевидно; теперь остается прибавить, что бани бываютъ иногда очень полезны, какъ терапевтическое средство отъ болѣзней, уже существующихъ; но зато въ нѣкоторыхъ болѣзняхъ отъ бань слѣдуетъ воздержаться совершенно. Чтобъ ориентироваться, въ какихъ болѣзняхъ бани полезны, припомнимъ себѣ физиологическое дѣйствіе ихъ; онѣ усиливаютъ обмѣнъ веществъ, служатъ хорошимъ отвлекающимъ средствомъ, улучшаютъ состояніе кожи и приводятъ ее къ нормальной дѣятельности и наконецъ служатъ хорошимъ потогоннымъ средствомъ. На основаніи этихъ данныхъ врачи и назначаютъ бани въ тѣхъ бо-

лѣзняхъ, въ которыхъ нужно вызвать то или другое изъ приведенныхъ дѣйствій. Такими болѣзнями являются слѣдующія (заимствую ихъ изъ докторской диссертациі г. Годлевскаго, вышедшей въ 1883 году, такъ-какъ это самое новое изслѣдованіе о терапевтическомъ значеніи бань).

1) При хроническомъ мышечномъ и суставномъ ревматизмѣ, а также при подагрѣ; высокая температура бани, соединенная съ массажемъ, способствуетъ болѣе легкому метаморфозу и выдѣленію ненужныхъ веществъ изъ организма.

2) При конституціонномъ сифилисѣ, во вторичной и третичной формѣ.

3) При золотухѣ.

4) При ожиреніи, общемъ полнокровіи, зависящемъ отъ излишней роскошной пици и сидячаго образа жизни, которые препятствуютъ полному окисленію продуктовъ обмѣна; подъ вліяніемъ же бань, обмѣнъ веществъ усиливается и превращается въ легко проникаемые продукты, которые скорѣе удаляются изъ тѣла кожей и почками.

5) Въ началѣ всѣхъ катарральныхъ заболѣваній слизистыхъ оболочекъ: носа, зѣва, горла, бронхъ, легкихъ, кишекъ и мочеваго пузыря. Бани, будучи хорошимъ отвлекающимъ средствомъ на кожу, уменьшаютъ приливъ къ внутреннимъ органамъ.

6) При хроническомъ катаррѣ наружнаго слуховаго канала (Штромъ), глотки, миндалинъ, носа.

7) При хроническомъ воспаленіи спиннаго мозга и его оболочекъ (Bartels, Frey и Heilighenthal); нейроизмъ и ипохондріи.

8) При хронической гипереміи и застоѣ крови въ печени, селезенкѣ, желудкѣ, кишкахъ; при холерѣ въ алгидномъ періодѣ.

9) При болѣзняхъ костей, зависящихъ отъ ревматизма, золотухи, сифилиса.

10) При перемежающейся лихорадкѣ (въ періодѣ озноба).

11) При накопленіи жидкихъ болѣзненныхъ продуктовъ въ какихъ либо частяхъ или полостяхъ, не сопровождающихся лихорадочнымъ состояніемъ; подъ вліяніемъ бань теряется много воды, которая и можетъ пополняться всасываніемъ, изъ накопившихся въ полостяхъ, болѣзненныхъ жидкостей. О многихъ случаяхъ самоизлеченія плевритовъ, водянокъ и т. д. подъ вліяніемъ поносовъ, пота упоминаетъ Berginel, и приводитъ наблюденія другихъ. При водянкахъ мѣстныхъ (въ животѣ) или при общихъ незердечнаго происхожденія; при плевритахъ серозныхъ безлихорадочныхъ.

12) При водобоязни (Санхецъ, Бюиссонъ, Neale и др.).

13) Нѣкоторыя болѣзни сердца, какъ-то: нейрозы,

отложеніе жира въ сердцѣ, пороки лѣваго сердца въ состояніи полной компенсаціи, не должны противопоказываться въ назначеніи бань.

14) По теоретическимъ соображеніямъ бани слѣдуетъ испытать въ сахарной болѣзни. Д-р Массе упоминаетъ объ одной дамѣ, вылеченной отъ диабета, имѣющаго связь съ ревматизмомъ, 74-мя ниццейскими банями.

15) Кажется, слѣдовало-бы примѣнять бани въ тѣхъ случаяхъ, гдѣ есть подозрѣніе въ образованіи желчныхъ и мочевыхъ камней.

Противопоказаніями къ назначенію бань служатъ:

1) Всѣ болѣе продолжительныя острыя лихорадочныя состоянія.

2) Наклонность къ какимъ-бы то ни было кровотеченіямъ.

3) Слабость и истощеніе организма послѣ только что перенесенныхъ острыхъ болѣзней.

4) Острыя болѣзни глазъ и ушей.

5) Пороки праваго сердца и лѣваго некомпенсированные; жировое перерожденіе сердца, артеріосклерозъ въ высокой степени, аневризмы.

6) Наклонность къ приливамъ къ легкимъ и къ мозгу; недавно бывшій апоплектический ударъ; сильная степень полнокровія.

7) При значительной эмфиземѣ легкихъ, при чахоткѣ въ послѣднемъ періодѣ.

8) При сильномъ запорѣ на низъ отъ рѣзкой ато-  
ніи кишекъ (не отъ ожирѣнія брюшнаго пресса).

9) При беременности съ наклономъ къ выки-  
дышу.

10) Въ старческомъ и раннемъ дѣтскомъ возрас-  
тахъ слишкомъ жаркая баня противопоказуется.

Само собою разумѣется, что опредѣленіе болѣз-  
ни въ каждомъ отдѣльномъ случаѣ слѣдуетъ предоста-  
вить врачу. Мы сами для себя никогда не можемъ быть  
врачами. Даже врачъ по специальности въ случаѣ бо-  
лѣзни обращается за совѣтомъ къ другому врачу. Дѣло  
въ томъ, что всѣ склонны видѣть въ себѣ такіа бо-  
лѣзни, какихъ на самомъ дѣлѣ вовсе нѣтъ; это особен-  
но рѣзко проявляется у студентовъ, начинающихъ изу-  
ченіе медицины. Только въ рѣдкихъ случаяхъ они не  
дѣлаются очень мнительными и не находятъ въ себѣ  
хотя начала тѣхъ болѣзней, которыя они изучаютъ. Ес-  
ли такъ поступаютъ студенты, то тѣмъ болѣе такъ по-  
ступаютъ люди, незнакомые основательно съ наукой.  
Вотъ почему опредѣленіе болѣзни слѣдуетъ всегда по-  
ручать врачу, а затѣмъ уже и самому можно опредѣ-  
лить, нужна-ли въ этой болѣзни баня или нѣтъ.

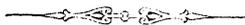
---

## X.

## Заключеніе.

Познакомившись съ важнымъ гигиеническимъ и терапевтическимъ значеніемъ бань, мы видимъ, что слѣдуетъ желать возможно широкаго распространенія ихъ. Но съ другой стороны бани могутъ при извѣстныхъ условіяхъ превратиться въ источникъ заразы и потому ихъ слѣдуетъ содержать какъ можно чище. Для полнаго обезвреживанія всѣхъ органическихъ остатковъ и испареній необходима, кромѣ обыкновенной очистки, еще дезинфекція стѣнъ, посуды и утвари. Только при тщательной дезинфекціи, повторяющейся время отъ времени, можно поручиться, что баня вполне удовлетворяетъ своему назначенію. Къ сожалѣнію, по словамъ одного профессора, „наши русскія бани стоятъ ниже самыхъ элементарныхъ санитарныхъ требованій: надъ баньщиками надзору нѣтъ и изъ нихъ нерѣдко бываютъ сифилитики; въ баняхъ довольно замѣтная грязь, вентиляцій почти никакихъ нѣтъ, условія топленія безобразны—въ воздухѣ много содержится угольной кислоты, вода, благодаря запущенію чановъ, нерѣдко бываетъ грязнаѣе, чѣмъ въ грязныхъ рѣчкахъ: мочалы никогда не моются, не дезинфицируются, общія ванны тоже не

промываются и не дезинфицируются. Въ прежнее время относительно бань у насъ существовали указы, между тѣмъ въ настоящее время надъ ними абсолютно нѣтъ никакого надзора“. Все это совершенная правда; состояніе бани находится такимъ образомъ въ полной зависимости отъ добросовѣстности ея содержателя.



Конецъ.

## ОГЛАВЛЕНІЕ.

|  | Стр. |
|--|------|
| I. Предисловіе . . . . .   | 1.   |
| II. Греческія и римскія бани. . . . .  | 7.   |
| III. Средневѣковыя и восточныя бани. . . . .   | 12.  |
| IV. Исторія русскихъ бань . . . . .  | 18.  |
| V. Нынѣшнее устройство русскихъ бань . . . . .   | 23.  |
| VI. Способы мытья въ баняхъ . . . . .  | 30.  |
| VII. Гигіеническое значеніе бань и физиологическое дѣйствіе ихъ . . . . .                                | 33.  |
| VIII. Гигіеническое и терапевтическое значеніе различныхъ манипуляцій, производимыхъ банщиками . . . . . | 41.  |
| IX. Терапевтическое дѣйствіе бань . . . . .  | 48.  |
| X. Заключение. . . . .   | 53.  |