

VATTEN OCH VATTENLÄKEKONST

Av Nils-Johan Höglund, tidigare mångårig chef för Sätra brunn.

PM inför föreläsning vid Källakademins heldagsseminarium om "Källvattnet, en förunderlig medicin". Sätra brunn 12 juni 2010. www.kallakademin.se

Källkult, offerkällor, samlings- och tingsplatser

Myt och magi, folketro och fruktsamhet (Frö, Fröja, Ull)

Mot norr rinnande, föra bort det onda, rödkällor (ockrafärgade järnsalter),

Svinnegarn den mest kända, tillhörig Uppsala öd = hednatemplets egendomar

Folkvandring i *Trefaldighetstid* och *midsommar*

Offerkällorna kristnas, namnges efter helgon, S:t Erik, S:t Olof...

1544 Gustav Vasa & Västerås möte: "vidskepelse och papism"

Klostren töms, munkarna fördrives, vården i helgeandshuset upphör

Kontinentala förebilder från 1500-talet och framåt

Adelns resor till kontinentala kurorter kostsamma för statskassan

Påbud att leta efter inhemska källor

1678 Vattnet i **Medevi** undersökes av **Urban Hjärne**, som

1682 på officiellt uppdrag gör studieresor utomlands, utger

Den lilla wattungprofvoaren, en handbok för vattenanalys

Grekisk sjuk- och hälsovård

600 f Kr Mer än 200 tempel helgade åt **Asklepios** (son till **Apollon**) runt Egeiska havets kuster

och öar: **Kos**, **Pergamon**, **Epidauros**...

fasta – reningsbad, massage (grek. *massein*) – före tempelsömn

läke gudens följe uppenbarar sig med stav, ormar och ålar, besöker den sjuke,

tolkar drömmar, opererar, manipulerar

Offer. Sokrates på dödsbädden (399): "Vi är skyldiga Asklepios en tupp".

Votivgåvor, avbildningar av botade organ

Gymnasion, lokaler för friskvård, pelargångar och –hallar, öppna salar

1) Idrottsövningar: naken (grek. *gymnos*) inoljad och sandströdd kropp

kalla & varma bad – svettrum – gyttjebad – simbassänger – strigling – inoljning

– förebild för de romerska baden. (Avskrapet, *rhypos*, såldes som afrodisiakum)

2) Andliga övningar, *musik* (filosofi, poesi, mimik, dans, astronomi)

400 f Kr **Hippokrates**, Kos, nytt andligt klimat, påverkan av de joniska naturfilosoferna

Frigörelse från magi och religion,

Envar människa en individ – "människan är människans mått", "känn dig själv"

Klinisk medicin (grek. *kline*=bädd), iakttagelse, sjukhistoria, hög etisk anda

All materia bildas av **fyra element**: eld – luft – jord – vatten (**Empedokles**)

Påverkan av **fyra kvaliteter**: varmt – kallt – torrt – vått (**Pythagoras**)

Motsvaras i kroppen av de **fyra kroppsvätskorna**: blod, slem, gul & svart galla

– rubbad balans dem emellan (*dyscrasia*) orsakar sjukdom

Behandling

Understödja naturen – *vis medicatrix naturae*

Inte skada – *nil nocere*

Diet – hygien – livsföring

Befria från skadliga kroppsvätskor

Svettning – kräkning – klyasma/laxering – åderlåtning – koppning

129- **Galenos**, Pergamon, välutbildad gladiatorläkare, romersk livläkare, författare,
200 I 1500 år en obestridd medicinsk auktoritet, förebilder Hippokrates och Aristoteles

HUMORALPATOLOGIEN / GALENISMEN

inkluderar de **fyra temperamenten** i korrespondens med kroppsvätskorna

- Blod/sanguis – **sangvinisk**, lättsinnig, oansvarig, sorglös, "manana"
- Slem/phlegma – **flegmatisk**, trög, sävlig, saktmodig
- Gul galla/chólera – **kolerisk**, hetlevrad, gallsprängd
- Svart galla/melancholus – **melankolisk**, mjältsjuk (eng. spleen)

Sjukdom: en rubbad jämvikt av kroppsvätskorna samt influens av himlakropparna, sol, måne, stjärnbilder (zodiaken)

"Människan är skapad av fyra Elementer, Jord, Vatten, Väder och Eld, hvilka ibland desse fyra hon hafver mäst af, därefter får hon sin egentliga natur"
(Bondepraktikan)

Roms 'public health'

11 **Akvedukter** (500 km, 1.5 milj. m³ vatten/dygn)

- privatbad (*balnea*)
- 1350 springbrunnar
- 850 folkbad
- 15 **termer**, grekisk förebild (Sicilien, Syditalien)
- (*Cloaca maxima*, avlopps nät)

Agrippa, Nero, Titus, Trajanus, Caracalla, Diocletianus' termer

upp till 14 hektars yta, pelargångar, butiker, trädgårdar, promenader, gudatempel

- *palaestra* – gymnastik, brottning, sport
- *apodyteria* – avklädningsrun
- *tepidarium* – varmrum
- *caldarium* – hetrum
- *laconicum* – svetttrum (turkiska *hammam*)
- *frigidarium* – svalrum
- *baptisterium/piscina* – simbassäng

Mixta balnea – gemensamhets- & nattbad – sedeslöshet (*lupulae*/varginnor)

"Mens sana in corpore sano" – en sund själ i en sund kropp (**Juvenalis**)

Garnisonsbaden (en romersk legion 5 000 man, bad varannan dag)

Egna sjukhus – *valetudinarium*

- *Aquae Aureliae* – *Baden-Baden*
- " *Solis* – *Bath*
- " *Calidae* – *Vichy*
- " *Allobrogum* – *Aix-les-Bains*
- " *Grani* – *Aix-la Chapelle, Achen*
- " *Mattiacea* – *Wiesbaden*
- " *Helveticae* – *Baden bei Zürich*
- " *Pannoniae* – *Baden bei Wien*

- Aquinium – *Budapest*

323 Uppdelning i ett **Väst- och Östromerskt (byzantiskt) rike**
Konstantin flyttar huvudstaden till Konstantinopel (Byzans)

400 "Goten kommer", skär av vattentillförseln till akvedukterna – Roms undergång!
De kristna förstör i raseri termerna, syndernas och lasternas nästen

BADFÖRBUD. Anblicken av en kvinna är syndig, änglarnas ögon må bli skonade
Odor sanctorum, de heligas lukt. Isabella-färg (1492)

Badandet fortsätter dock i det Östromerska riket

640 **Araberna** erövrar Alexandria med 4000 badanläggningar, utvecklar ångbaden
anammar grekisk-romersk medicin, översätter de antika författarna
Sjukhus – apotek – astrologi
Avicenna's Kanon en lärobok i överensstämmelse med Hippokrates & Galenos
Översättes liksom andra arabiska skrifter till latin

Kurortslivets renässans

800 **Leo III** kröner sin beskyddare **Karl den store** till romersk kejsare
Karls reumatism lindras i Aachens (Aquae Grani) varma bad
– romarbaderna återuppstår

1100 **Korsfararna** upplever de romerska baden i Konstantinopel
Anammar lärdomarna och tar dem med sig hem

Privata bad och folkliga badstugor runt om i Europa
Stängs på 1500- & 1600-talet – vedbrist och smittspridning (syfilis)
Nya smutsåldern

Norden: veckobad/lögardagar (isländska *laugr*)

Bastubad efter slaviskt mönster
väringar, varjager i Byzans, eftersökta i kalifens livvakt

Uppsving för kurorterna

1678 **Urban Hiärne**, analyserar vatten från Medevi
1682 studerar kurorter utomlands. Utger *Den lilla wattungprofoaren*
Martialiskt (järnhaltigt)
Acidum universale/occultum, hemlig syra (kolsyra)

1700 **Sätra, Loka, Ramlösa, Porla, Vårby...**
1720 **Uppsala surbrunn**, Eklundshof (känd från Gluntarne)

Stockholmska surbrunnar

1680 **Södermalm**, senare enbart en vattentäkt
1681 **Normalm**, kunglig glans, Clas på Hörnet
1690 Djurgårdsbrunn "där adelns grädda skötte sin kurtis"
Sabbatsbergs brunn e. krögaren Sabbath. Josabeth Sjöbergs akvareller

1734 **Linné**: *Najades Svecicae*/Svenska källnymfer, upptar 74 brunnar

Hydroterapi – vatten invärtes

Stora mängder, rituell ordning, morgon–kväll

Artificiellt mineralvatten (Torbern Bergman, Berzelius)

Brunnsplakatet. Segregation: uslingar – allmoge – ståndspersoner

Balneologi – vatten utvärtes

kalla översköljningar, småningom varma bad

”Solbad” – tillsats av mineraler

Svavelbad – exzem, skabb, Psoriasis, syfilis > kvicksilverutsöndring

Kolsyra / Nauheimerbad – avlastar hjärta och central cirkulation

Stålbud – kolsyrat järnbad

Örtdekokter, tång, melass, tallbarrsextrakt

Fallbeskrivningar: värk – gikt – lamhet – flusser – blåssten – förstoppning

Förlamade besökare kastar käppar och kryckor (funktionella tillstånd, ”hysteri”)

Livsform, egna lagar & ceremonier

Flykt från tvång och etiketter

Kvinnorna mer jämställda

Vattnet tillgängligt för alla

Ståndspersoner – endast 10%

Spel och dobbel, kugelbana och biljard

Affärskontakter och äktenskapsmarknad

Höviskt nöjesliv, kyrksamhet, utflykter, upptåg, maskerader, charader...

”Rousseauanism i svensk tappning” (Gustaf Näsström)

Kallvattenkurer

Priessnitz (1799-1851) Gräfenberg: vatten, diet, motion, livsföring

Kneipp (1821-97) Wörishofen: vattenbegjutning, inpackningar, ”härdning” genom barfotagång i dagg eller snö

Mösseberg, Tranås, Tyringe, Nynäs, Saltsjöbaden (Sätra brunn och kallvattenkur)

Simning, bad i öppet vatten

1796 Uppsala simsällskap – världens äldsta, promotion av simmagistrar

Havsbad och kustsanatorier:

Brighton, Margate, Ostende

Gustafsberg, Varberg / Apelviken, Lysekil – **Carl Curman** (Sturebadet 1886)

Spa

Spa, känd kurort i Ardennerna, nära Liège (eng. *spa therapy*)

idag med betydelsen

- fysisk träning, gym
- beröringsterapi, massage, kosmetisk behandling
- vatten/bassäng
- vila/meditation
- välanpassad kost

Referenser

Mats Bergmark: *Bad och bot*, Stockholm 1964

N-J Höglund: *Från rituell vattenläkekonst till modern rehabilitering*

Medicinhistorisk årsbok 1992

Elisabeth Mansén: *Ett paradys på jorden. Om den svenska kurortskulturen 1680-1880*. Atlantis, Stockholm 2001

Lena Katarina Swanberg, redaktör. *Spa*, Raster förlag 1998