

Układ / schorzenie	Temp. °C	Siła masażu	Czas masażu	Liczba kąpieli w tygodniu	Dodatki do kąpieli
UKŁAD NERWOWY					
Zaburzenia snu	38 ⁰ C	10	30'	7	Lawenda, kozłek lekarski (waleriana), me-
Zespół chronicznego zmęczenia	38 ⁰ C	8	10'	7	Lawenda, kozłek lekarski (waleriana), me- lisa.
	30 ⁰ C	10	10'	7	
Zespół wyczerpania	36 ⁰ C	7	20'	4	Algi morskie, rozmaryn, owies.
Następstwa stresu (oprócz w/w)	37 ⁰ C	8	25'	5	Melisa, rumianek.
Stany pobudzenia	37,5 ⁰ C	6	30'	3	Lawenda, kozłek lekarski (waleriana), melis-
Neurozy, depresje	38 ⁰ C	8	25'	5	Liść porzeczki, melisa, lawenda.
	30 ⁰ C	10	10'	5	Liść porzeczki, cytryna, rozmaryn, campher.
SKÓRA					
Leczenie ran	37,5 ⁰ C	6	15'	7	Liść porzeczki, rumianek, babka.
Czyraki	38,5 ⁰ C	8	20'	7	Kora dębu, borowina, solanki.
Owrzodzenia np. nóg	30 ⁰ C	4	15'	7	Solanki.
Egzemy / Łuszczyca	34 ⁰ C	6	10'	2	Otręby, rumianek, olejki.
Infekcje skórne (np. grzybica)	38 ⁰ C	8	20'	3	Tymianek, dodatki specjalne.
Odleżyny	37 ⁰ C	6	15'	2	Rumianek, hamamelis.
OGÓLNE SAMOPOCZUCIE					
Po przebytych chorobach (rekonwalescencja)	34,5 ⁰ C	6	10'	2	Rozmaryn, owies, głóg pospolity.
Hartowanie (wzmacnianie układu odpornościowego)	28 ⁰ C lub mniej	10	30'	7	Listek bobkowy, campher, eukaliptus, mi- ęta.
Dolegliwości wieku przekwitania	33 ⁰ C	8	20'	4	Kasztanowiec zwyczajny, tatarak.
Migrena	32 ⁰ C	6	10'	*	Rozmaryn, rumianek, mięta.
Stany zapalne nerwów	37 ⁰ C	6	15'	3	Melisa, rumianek, dzięgiel.
TRAWIENIE					
"Funkcjonalne zaburzenia trawienia"	38 ⁰ C	8-10	30'	5	Tatarak, piołun, koper woski.
Zaparcia	38 ⁰ C	10	30'	5	
UKŁAD KOSTNY, MIĘŚNIE, TKANKA ŁĄCZNA					
Schorzenia reumatyczne np. artroza, ar- trectyzm, choroba Bechterowa, reumatyzm tkanek miękkich	38 ⁰ C	10	30'	4	Świerk, arnika, dzięgiel, listek bobkowy, campher.
Uszkodzenia chrząstek miedzykręgosłupowych	38,5 ⁰ C	8	30'	3	Kosodrzewina, kasztanowiec zwyczajny, rozmaryn.
Zanik kości (osteoporoza)	37 ⁰ C	10	30'	7	Algi morskie, kosodrzewina, kasztanowi- ec zwyczajny, rozmaryn.
Skaleczenia	37 ⁰ C	7	20'	5	Kasztanowiec zwyczajny, arnika, hamam-
Ból mięśni np. po wysiłku sportowym	38 ⁰ C	10	10'	*	Świerk, kasztanowiec zwykły.
UKŁAD KRAŻENIA					
Wysokie ciśnienie	38 ⁰ C	7	30'	3	Melisa, rozmaryn, kozłek lekarski (wale-
Niskie ciśnienie	34 ⁰ C	10	10'	5	Głóg pospolity, owies.
Zaburzenia ukrwienia (np. nogi)	34 ⁰ C	7	15'	4	Kasztanowiec zwyczajny, głóg pospolity o-
Miażdżycza tętnic	34 ⁰ C	7	10'	3	Głóg pospolity, owies, rozmaryn.
Choroba wieńcowa	35 ⁰ C	6	10'	2	Głóg pospolity, owies.
Żylaki (przy zakrzepach masaż zabroniony)	38 ⁰ C	6	15'	3	Kasztanowiec zwyczajny, arnika, hamam- elis.
ODDYCHANIE					
Przeziębienie	38 ⁰ C	10	30'	3	Eukaliptus, tymianek, bluszcz, kosodrze- wina,
Nieżyt oskrzeli (ostry)	38 ⁰ C	8	30'	3	jak wyżej
Nieżyt oskrzeli (przewlekły)	38 ⁰ C	10	30'	3	Eukaliptus, tymianek, kosodrzewina,
Astma	38 ⁰ C	10	30'	3	jak wyżej
Osoby obłożnie chore	37 ⁰ C	6	15'	2	Kosodrzewina, tymianek, campher.