Łaźnia sucha szafkowa

Zabieg wykonuje się w specjalnej, drewnianej szafce, w której znajduje się chory, natomiast jego głowa pozostaje na zewnątrz. Powietrze ogrzewane jest grzejnikami elektrycznymi do temperatury 60–80°C. Czas zabiegu wynosi 15–20 minut. Utrzymywanie głowy na zewnątrz zmniejsza ryzyko zawrotów głowy i przegrzania oraz poprawia komfort pacjenta.

Łaźnia sucha rzymska

Do wykonania tego zabiegu służy specjalnie przystosowane pomieszczenie, w którym powietrze ogrzewa się do temperatury 40–60°C za pomocą piecyków lub grzałek elektrycznych. Drewniane ławy, usytuowane schodkowo, umożliwiają osobie nagrzanej dobór właściwej temperatury powietrza, która zależy od poziomu (wysokości) ławy; wyższe poziomy są zwykle cieplejsze. W pomieszczeniu znajduje się instalacja z zimną wodą, służąca do zmywania twarzy i wykonywania zimnych okładów na okolicę serca. Po zakończeniu zabiegu chorego poddaje się letniej kąpieli; czas przebywania w łaźni rzymskiej zwykle wynosi 10–20 minut, a następnie zalecany jest odpoczynek.