Kurze Anweisung

zur Kunst, lange zu leben.

(Nach Hufeland.)

Leben eines Körpers ist die in ihm wohnende selbstständige Kraft, zu empfinden und Bewegungen hervorzubringen.

Diese Kraft, die wir Lebenskraft nennen, widersteht bis zu einem gewissen Grade den auf uns zerstörend einwirkenden äußern Einflüssen, z. B. dem Froste, der Fäulniß.

Die Lebenskraft wird geschwächt, ja ganz aufgehoben durch einen hohen Grad von Kälte, durch gewisse Erschütterungen, z. B. Blitz, Gifte, Schreck, — sie wird erweckt, gestärkt, genährt, vorzüglich durch Licht, Wärme, Luft, oder vielmehr Sauerstoff. Ihre Dauer ann verlängert und verkürzt werden.

Daher ist Verlängerung des Lebens, allerdings möglich, natürlich unsre erste, heiligste Pflicht.

Man kann jetzt noch immer eben so alt werden, als in den frühern Zeiten, unter fast allen Himmelsstrichen.

Mäßig hochliegende Orte haben im Ganzen mehr und höhere Alte, als tiefliegende.

In gemäßigten Himmelsstrichen wird der Mensch im Ganzen älter, als in heißen oder kalten.

Je mehr der Mensch der Natur und ihren Gesetzen treu bleibt, desto länger lebt er.

Alle sehr alten Leute waren verheirathet, und zwar mehr als einmal, und gewöhnlich noch im hohen Alter.

Es findet sich kein einziges Beispiel, daß ein lediger Mensch ein sehr hohes Alter erreicht hätte.

Im Ganzen werden mehr Weiber, als Männer alt; aber das höchste Ziel des menschlichen Alters erreichen doch nur Männer.

In der ersten Hälfte des Lebens ist thätiges, selbst strapazenvolles Leben, in der letzten Hälfte aber eine ruhigere und gleichförmigere Lebensart zum Alter zuträglich.

Diejenigen Menschen wurden am ältesten, welche von Jugend auf mehr Pflanzenkost genossen, ja oft nie Fleisch aßen.

Ein gewisser Grad von Bildung ist dem Menschen unumgänglich nöthig und befördert die Lebenslänge.

Der Aufenthalt auf dem Lande und in den kleinen Städten ist dem langen Leben günstig, der in großen Städten ungünstiger.

Manche Menschen bekommen im 60. und 80. Jahre, wo andere sterben, neue Zähne und Haare, und sie leben noch lange.

Der Bau des menschlichen Körpers und die Lebenskraft sind im Stande, eine Dauer und Wirksamkeit von 200 Jahren auszuhalten, das heißt, der Mensch kann 200 Jahr alt werden.

Ein guter Magen, gesunde Verdauungswerkzeuge, gute Zähne, gut gebaute Brust, gesunde Lungen, gehörige Menge und Vertheilung der Lebenskraft, ein gemäßigtes, nicht zu feuriges oder zu träges Temperament, gehörig ersetzende, heilende Kräfte der Natur, ein gleichförmiger und fehlerfreier Bau des ganzen Körpers, nicht Schwäche eines Theils, gehörige Beschaffenheit der festen und flüssigen Bestandtheile, vollkommene Zeugungskraft ꝛc. lassen ein langes Leben hoffen.

Die wahre Kunst, das menschliche Leben zu verlängern, bestehet also in der gehörigen Verbindung und Anwendung folgender Grundsätze: 1) die Menge der Lebenskraft selbst muß gehörig groß und genährt, 2) den Theilen des Körpers muß gehörige Festigkeit und Abhärtung gegeben, 3) die Lebensabnahme muß gemindert werden, 4) die Wiederherstellung der verlornen Kräfte muß leicht und gut geschehen.

Die Kunst der Lebensverlängerung besteht demnach in Vermeidung der Verkürzungs- und in Kenntniß und Gebrauch der Verlängerungsmittel des Lebens.

Verkürzungsmittel des Lebens sind:

Von schwächlichen, kränkelnden Eltern gezeugt, weichlich erzogen, in der Liebe ausgeschweift, wodurch die Zeugungskraft verschwendet wird, Selbstbefleckung, sowohl physische, als moralische, über-

mäßige, zu zeitige Anstrengung der Seelenkräfte, Krankheiten, deren unvernünftige Behandlung durch Quacksalber, Pfuscher u. s. w., gewaltsame Todesarten, Trieb zum Selbstmord, unreine Luft, das Zusammenwohnen der Menschen in großen Städten, Unmäßigkeit im Essen und Trinken, die jetzige Kochkunst, die geistigen Getränke, üble Laune; allzugroße, vergebliche Geschäftigkeit, unglückliche, traurige Seelenstimmungen und Leidenschaften, Furcht vor Gespenstern, vor Gewittern, vor dem Tode u. s. w., Müßiggang, Unthätigkeit, lange Weile, überspannte Einbildungskraft, Krankheitseinbildung, Empfindelei und alle Gifte. —

Verlängerungsmittel des Lebens sind:

Gute Geburt, von gesunden Eltern in einem frohen Augenblick gezeugt — denn die Kinder sind gleichsam der Abdruck der Eltern — eine frohe, gesunde Schwangerschaft, glückliche Niederkunft. Schwache, ungesunde, kränkelnde Personen sollten nie heirathen; Alles erben die Kinder. Die Schwangern sollten sich besser im Essen, Trinken, Tanzen u. s. w. halten. Auf die erste Wartung, Pflege und Erziehung kommt Alles an. Gleich nach der Geburt und überhaupt in den ersten Monaten nichts als Muttermilch. Baldigst dem Kinde ein ordentliches Laxirmittel gegeben, keine Syrupe, Rhabarber u. dergl. Fleißig gewaschen, oft gebadet, nicht fest geschnürt oder gewickelt. Leicht verdauliche, keine mehlige, fett gemachte Speisen, keinen Kaffee, Thee, Chokolade, Wein u. s. w., am besten ist mit Wasser verdünnte Milch, oder reines Wasser, wenn sie schon etwas älter sind; kein Fleisch, ehe das Kind nicht alle Zähne hat, täglich reine Wäsche, frische Luft, nicht heftig gewieget, nicht so gestellt, daß das Licht von der Seite oder über den Kopf auf's Kind fällt. Wer krank, schwach, ungesund ist, sich zu vornehm dünkt, wer lieber seinem Vergnügen nachgeht, als selbst stillt, wähle eine reine, gesunde, junge, neue Amme. Man halte die Kinder nicht zu warm; die Kleidung sei weit, leicht, kein Pelzwerk; täglich Bewegung in freier Luft. Man gebe ja genau Acht, daß der Zeugungstrieb nicht zu zeitig erwache, nicht Selbstbefleckung getrieben werde, woran nur zu oft die Ammen und Dienstboten Schuld sind. Zittert Eltern, Er-

zieher, Vormünder, Jünglinge, zittert vor den Folgen! Meidet, fliehet dieses schändliche Laster! Nicht jeder Roman, Schauspiel, Gedicht, komme in eines Jünglings Hand; sie sind gefährlicher, als das stärkste Gift. Naturgeschichte, Naturlehre, Geschichte, Erdbeschreibung sind die unschädlichsten Gegenstände, darüber belehre sich die Jugend. (Mehr siehe in Hufeland über Kinderkrankheiten, Struve Noth- und Hilfstafel, Kinder gesund zu erhalten, derselbe über Kinderkrankheiten, Tissot, Salzmann, Campe, Revisionswerk, Hofmann u. a. m.)

Thätige und arbeitsame Jugend. Diese bewahret vor allen Ausschweifungen. Müßiggang ist aller Laster Anfang.

Enthaltsamkeit von dem Genuß der physischen Liebe in der Jugend und außer der Ehe. Ein Hauptverlängerungsmittel des Lebens. Jeder, dem Dauer und Blüthe seines Lebens am Herzen liegt, vermeide den unerlaubten Umgang mit Frauenzimmern bis zum 24. oder 25sten Jahre; dann heirathe man. Der Genuß und die Früchte sind doppelt schätzbar. Vor genannten Jahren und außer der Ehe verkürzet man das Leben, die Manneskraft geht verloren, man wird siech, schwach, elend, alt vor der Zeit, setzet sich der venerischen Ansteckung, dem fürchterlichsten Gifte aus, welches jetzt allgemeiner wird und im Verborgenen die Menschen mordet. Ein schädliches Vorurtheil ist es: man müsse sich des zu vielen Zeugungsgeistes entledigen. Die Natur hilft sich selbst. Faste, das heißt, lebe mäßig, meide starknährende Speisen und hitzige Getränke, und arbeite, so gelangst du zu einem hohen, gesunden, vergnügten, ehrenvollen Alter.

Glücklicher Ehestand. Ist ein vorzügliches Verlängerungsmittel des Lebens, die wichtigste Stütze des Staats, der öffentlichen Ruhe und Glückseligkeit. Man wähle nach Neigung.

Der Schlaf. Ist nöthig, nützlich, unentbehrlich. Man nehme dem Menschen Hoffnung und Schlaf, und er ist das unglücklichste Geschöpf auf Erden.

Zu viel und zu wenig Schlaf schadet. Je jünger, desto mehr Schlaf, je älter, desto weniger. Im Schlaf erholet sich die Natur am ruhigsten und vollkommensten. Fortgesetztes Wachen verkürzet das Leben.

Niemand schlafe unter 6 und über 8 Stunden. Nie hindere man den vormitternächtlichen Schlaf. Zeitig zu Bett

und früh wieder auf, macht den Menschen gesund, weise und reich. Morgenstunde hat Gold im Munde. Das Schlafgemach sei hoch, wo möglich gegen das frei Feld, den Tag über der frischen Luft offen, in der Nacht still, dunkel, kein Nachtlicht, welches den Schlaf stört und dessen Dampf schadet. Abends esse man wenige kalte Speisen, lange zuvor, ehe man zu Bette gehen will. Man schlafe nicht sitzend, das Beet sei nicht zu hoch, man liege ziemlich gerade, nur mit dem Kopfe etwas hoch. Ehe man sich schlafen legt, lese, studire man nicht, mache Körper und Seele frei, um eines ruhigen, sanften und stärkenden Schlafs zu genießen. Nur schlafe man nicht in zu warmen Federbetten, besonders in der Jugend.

Körperliche Bewegung. Der Trieb dazu ist eben so natürlich, wie zum Essen und Trinken. Still sitzen ist schon dem Kinde die größte Pein. Die am ältesten wurden, hatten anhaltende, starke Bewegung in freier Luft, z. B. Landleute, Soldaten, Jäger, Tagelöhner. Täglich mache man sich Bewegung im Freien, Wind und Wetter sei wie es wolle. Die gesundeste Zeit ist vor dem Essen, oder 3 — 4 Stunden nachher.

Leibesübungen, wie die Alten thaten, z. B. Laufen, Ringen, Fechten, Reiten, vernachlässige man nie.

Genuß der freien Luft — mäßige Wärme. Reine Luft ist eben so gewiß das größte Erhaltungs- und Stärkungsmittel unseres Lebens, als eingeschlossene, verdorbene Luft das feinste und tödtlichste Gift ist. Darum vergehe kein Tag, ohne reine, freie, frische Luft zu genießen. Dies sichert vor einer jetzt leider! gewöhnlichen, sehr ergiebigen Quelle von Krankheiten: der zu großen Empfindlichkeit gegen alle Eindrücke und Veränderungen der Witterung. Man suche immer, wo möglich, hoch zu wohnen. Man öffne fleißig die Fenster. Windöfen und Kamine sind die besten Reinigungsmittel der Stubenluft. Nur meide alle Zugluft. Die Luft sei mäßig warm. Es ist weit besser, in einer kühlen, als zu heißen Luft zu leben. Räuchern u. dergl. verbessert die Luft nicht, macht sie dick; am wenigsten das Räuchern mit Essig, den man auf heiße Steine oder Eisen gießt, und verbirgt nur auf einen Augenblick die schlechte Luft. Grüne Reiser den Tag über in Wasser gesetzt, ist heilsam. Bei Nacht müssen alle Reiser, Blumen u. s. w. gänzlich aus den Stuben.

Das Land- und Gartenleben ist die wahre Quelle der ewigen Jugend, Gesundheit, Glückseligkeit und des langen Lebens.

Reisen. Ihr Nutzen ist unbeschreiblich. Am gesundesten und zweckmäßigsten sind die Reisen zu Fuß und noch besser zu Pferde. Beim Fahren ändere man seine Lage fleißig, bald sitzend, bald liegend, bald lehnend u. s. w. Bei Nacht reise man nicht. Mache kurze Reisen, ruhe oft aus. Speise und Trank brauche mäßig. Führe die im Lande übliche Lebensart. Meide alle hitzigen Getränke, Wein genieße mäßig. Besser Wasser mit Citrone oder Liquor u. dgl. Faulriechendes Wasser bessert das Kohlenpulver. Vernachlässige die Ausdünstung nie. Wer eine empfindliche Haut hat, trage lieber auf Reisen ein Hemde von dünnem Flanell. Reinlichkeit ist doppelt nöthig, daher fleißiges Waschen. Im Winter oder in feuchten, kalten Gegenden mehr starke Bewegung, als im Sommer oder heißen Ländern; mehr früh, als Nachmittags. Die Vollblütigen befragen erst ihren Arzt, ob sie reisen mögen.

Reinlichkeit und tägliche gehörige Behandlung der Haut sind Hauptmittel zur Verlängerung des Lebens. Die Haut ist das größte Reinigungsmittel unsers Körpers. Daher muß sie immer in gleichförmiger Ausdünstung erhalten werden, wenn nicht üble Folgen, besonders hartnäckige Hautkrankheiten, entstehen sollen. Durch die Haut erhält der Körper aus der Luft eine Menge geistiger und feiner Bestandtheile, die zum Ersatz dessen dienen, was der Körper täglich einbüßt. Man wechsele wo möglich täglich die Wäsche, wasche täglich den ganzen Körper mit reinem, frischen Wasser, reibe die Haut stark, bade sich wenigstens wöchentlich einmal in lauem Wasser, worin etwas Seife aufgelöst ist. — Seebäder sind vortrefflich. Auch versäume man das kalte Bad nicht, wenn man daran gewöhnt ist. Nie bade man ganz nüchtern oder nach dem Essen. — Das Pelzwerk meide. Die Kleidung sei leicht, weit. Fleißig körperliche Bewegung befördert am besten die unmerkliche Ausdünstung. — Alles Fett, unausgebackene Mehlspeisen, Käse und dergleichen hindern die Ausdünstung. Gute Diät und Mäßigkeit im Essen und Trinken, — Erhaltung der Zähne. Die Diät sei nicht gekünstelt, richte sich nach Jedes Körperbeschaffenheit. Es kommt nicht sowohl darauf an, was wir Essen, sondern wie viel. Fast alle Menschen essen mehr, als sie nöthig haben. Nur was wir verdauen, giebt uns Nahrung, nicht was wir essen. Wer alt werden will, esse langsam. Gute Zähne sind unentbehrlich. Sorge daher für deren Erhaltung. Spühle

gleich frühmorgens nach dem Aufstehen den Mund aus, putze die Zähne mit Kohlenpulver und dem Finger; wirf alle Zahnbürsten weg. Man esse gehörig Brod zu den Speisen, kaue nach der Mahlzeit eine Brodrinde, spühle und putze nach dem Essen die Zähne und den Mund aus; Zahnstocher von Federspuhlen sind die besten. Wird ein Zahn anbrüchig, untersuche der Arzt, ob die Säfte überhaupt böse sind; diese müssen verbessert, der Zahn ausgerissen werden, ehe er die andern ansteckt. Nicht kalt und warm gleich aufeinander, die Zähne leiden. Meide den Zucker und alles Süße. Während dem Essen nichts gethan, als ein fröhlich Gespräch, gelacht, gescherzt; nichts lesen, studiren, denken; jenes befördert, dieses hindert die Verdauung. Nach dem Essen keine heftige Bewegung, lieber stehen oder langsam umhergehen, ganz kleine Beschäftigungen. Vor dem Essen oder 3 — 4 Stunden darnach ist die beste Zeit zur Bewegung. Je weniger Arbeit, desto weniger Nahrung. Man esse nie so viel, daß man den Magen fühlt. Aufgehört, wenn es am besten schmeckt. Man halte sich mehr an Speisen aus dem Pflanzenreiche, vorzüglich im Sommer und wenn faule Fieber herrschen. Vieles Fleisch macht reizendes, erhitzendes, mehr verzehrendes, als nährendes Blut. Versäume nicht das nöthige Trinken. Unter dem Essen trinke man selten oder nie, besser eine Stunde darnach. Das allerbeste Getränk ist Wasser, frisch aus Quellen, nicht aus offenen Brunnen geschöpft. Ein mäßiger Genuß von Suppen schadet nichts, nur nicht zu heiß, in zu großer Menge auf einmal und zu wässerig. Dann und wann ein Glas guten, alten, reinen Wein zur Erholung.

Ruhe der Seele — Zufriedenheit — lebenverlängernde Seelenstimmungen und Beschäftigungen sind die Grundlage alles Glücks, aller Gesundheit und des langen Lebens. Sie liegen in uns selbst. Wir finden sie zuverlässig eher in der Dürftigkeit, als bei Reichen, Vornehmen, Schwelgern. Vor allen Dingen bekämpfe man seine Leidenschaften. Diese verkürzen das Leben am meisten. Man gewöhne sich zeitig, den Genuß nicht als den einzigen Zweck unseres Daseins zu betrachten; man benutze jeden Tag so, als wenn er der einzige wäre, ohne sich um den morgenden zu bekümmern. Man suche sich über Alles so richtige Begriffe als möglich zu verschaffen. Die meisten Uebel entstehen nur aus Mißverstand, Eigennutz oder Uebereilung. Die Weisheit allein ist die Quelle des Vergnügens, die Thorheit der Ursprung

des Mißvergnügens. Man lasse die Hoffnung nie sinken. Der Glaube an die Unsterblichkeit der Seele überwiegt alle Leiden. Auch Freude ist eine der größten Lebenserhalterin. Das Lachen ist die gesündeste aller Leibesbewegungen. Angenehme, unterhaltende, belehrende Bücher, die Betrachtung der Natur, lustige, geistreiche Gespräche, Schauspiele, Musik, Malerei, Dichtkunst u. s. f. erwecken, erhöhen, verstärken die Lebenskraft. Verhütung und vernünftige Behandlung der Krankheiten — gehöriger Gebrauch der Aerzte und der Arzeneien. Zur Entstehung jeder Krankheit gehören: die Ursache, die sie erregt, und dann die Fähigkeit des Körpers, durch diese Ursache angegriffen zu werden. Daher suche man jene Ursachen zu entfernen oder dem Körper diese Empfänglichkeit zu benehmen. Allen Ursachen können wir nicht wohl entgehen. Folgende vorzügliche Krankheitsursache meide man so viel wie möglich: Unmäßigkeit im Essen und Trinken, unerlaubter, zu häufiger Umgang mit Frauenzimmern, große Erhitzung und Erkältung, Leidenschaften, heftige Anstrengung des Geistes, zu viel oder zu wenig Schlaf, gehemmte Ausleerung, Gifte u. s. w. Das bisher Gesagte lehrt diese Ursachen meiden und den Körper abhärten, daß er nicht gleich angegriffen werde. Jeder sollte einen einsichtsvollen, vernünftigen, erfahrenen, denkenden Arzt befragen: wie er sich im Essen und Trinken zu verhalten, was er zu meiden habe u. s. w., dies wäre weit besser, als zum Arzt (oder Doctor, wie man gemeinhin sagt) zu laufen, wenn man schon wirklich krank ist. Es giebt erbliche Anlagen zu gewissen Krankheiten, denen man durch schickliche Lebensart entgehen kann. Die erste Erziehung erzeugt oft Krankheiten. Gewisse Arten vom Bau und Gestalt des Körpers führen gewisse Krankheitsanlagen mit sich. Die Temperamente sind verschieden und eben so mannigfaltig die Anlagen zu Krankheiten. Die Wohnung, die Gegend, wo wir wohnen, die Luft u. s. w. erzeugen Krankheiten. Manche Theile sind von Natur schwach, z. B. die Lungen, der Magen. Viele Krankheiten haben eigene Anlagen, z. B. die Lungensucht, güldene Ader, Schlagfluß. Durch schickliches Verhalten im Essen, Trinken, Schlafen u. s. w. kann man es so weit bringen, daß die Anlagen unschädlich bleiben. Kein, auch noch so gutes medicinisches Buch kann dem Nichtarzt dies genau angeben, die Naturen sind alle verschieden. Darum sind die Aerzte da, die sich ihr

ganzes Leben damit beschäftigen. Daher befrage man sie um Rath, weil es noch Zeit ist, ehe die Krankheit sich erzeugt, ehe sie ausbricht, ehe man Arzneien nöthig hat. Es ist doch wohl besser, Krankheiten verhüten, als zum Ausbruch kommen lassen. Ohne wirklich krank zu sein, nehme man keine Arzneien. Sobald man etwas spüret, frage man den Doctor um Rath, ehe die Krankheit ausbricht. Hunger ist oft die beste Arznei. Den Doctor frage zeitig um Rath, sei vollkommen aufrichtig, erzähle ungeheuchelt das Vergangene und Gegenwärtige; habe unumschränktes Zutrauen zum Doctor, sei er jung oder alt. Wähle keinen Arzt, der alle Krankheiten mit einem Mittel, mit geheimen Mitteln heilen will, der neugierig, geschwätzig ist, andere verachtet, auf Tod und Leben curirt, der des Geldes wegen und aus Ehrgeiz heilet. Der wahre Arzt sieht nur auf Gesundheit und Leben. Der beste Arzt ist der, welcher zugleich Freund ist. Man bleibe bei einem Arzte. Je mehr Aerzte, desto nachtheiliger für den Patienten. Wer zu Schweißen, zu periodischen Blutausleerungen u. s. w. geneigt ist, nehme sich sorgfältig in Acht, sie ja nicht zu unterdrücken.

Reinlichkeit ist bei allen Krankheiten eine unentbehrliche Bedingung. Unreinlichkeit verschlimmert im hohen Grade. Man wechsle täglich mit Vorsicht die Wäsche, erneure die Luft, nur meide man Zugluft, schaffe alle Ausleerungen gleich aus dem Krankenzimmer, entferne die vielen Menschen, Thiere, Blumen, Ueberreste von Speisen, alte Kleider, genug Alles, was ausdünsten kann.

Rettung in schnellen Todesgefahren. Hier verweise ich auf Struves bekannte Noth- und Hilfstafeln. Uebrigens härte man den Körper ab, übe sich im Schwimmen, Laufen, Klettern u. s. w. Man suche sich von allen möglichen Dingen deutliche Kenntniß zu erwerben; an Büchern und andern Hilfsmitteln fehlt es jetzt nicht. Man stärke Körper und Geist, um Alles zu ertragen, nicht zu erschrecken u. s. w. Beobachtet man dieses Alles, und das kann man, sobald man will, so gelangt man zu einem gesunden, ehrenvollen Alter, welches immer noch verlängert werden kann.

Das Alter. Im Alter fehlt die natürliche Wärme; diese bemühe man sich zu unterhalten und zu vermehren. Die Nahrung sei leicht verdaulich, mehr flüssig, als fest, nahrhaft, etwas reizend. Laue Bäder sind äußerst empfehlungswerth Man meide alle starken Ausleerungen, z. B. Aderlässe, Pur

ganzen. Man gewöhne sich in allen Verrichtungen an eine bestimmte Zeit und Ordnung. Der Körper bedarf Bewegung, nur keiner angreifenden, am besten Fahren, Reiben des Körpers. Angenehme Stimmungen und Beschäftigungen der Seele sind von großem Nutzen. Immer heiter, froh, zufrieden, so wird man alt.

Ausführlicher findet der Leser dieses Alles, was ich hier nur kurz angegeben habe, in des berühmten Hufeland's schätzbarem Buche: Die Kunst, das menschliche Leben zu verlängern.

Verdorbener Magen, Säure, Magenkrampf.

Der Magen ist derjenige Theil unsers Körpers, der am leichtesten, sowohl durch äußere Einwirkungen, als auch durch Speisen und Getränke, belästigt und dadurch krankhaft gestimmt wird. Er bereitet die zur Ernährung des Körpers eingeführten Speisen und Getränke zur Verdauung vor, und leidet der Magen, so müssen auch die übrigen der Verdauung und Säftebereitung vorstehenden Organe leiden und in ihrer Thätigkeit aufgehalten werden; oft können die einfachsten Mittel diese Thätigkeit und das verlorene Gleichgewicht wieder herstellen.

1) Nach Ueberladung des Magens mit Speisen und geistigen Getränken ist kaltes Wasser, mäßig getrunken, das beste Mittel, die Verdauung zu befördern und die übeln Folgen der Ueberladung abzuwenden.

2) Unmittelbar nach der Ueberfüllung des Magens scheinen warme Getränke, wie Thee und Kaffee, noch besser, als kalte zu bekommen. Die Römer tranken in solchen Fällen blos heißes Wasser.

3) Zuckerwasser wird in Frankreich allgemein für Verdauung befördernd angesehen und auch von Hufeland dafür erklärt.

4) Ein gesalzener Häring ist ein gutes Magenmittel. *)

5) Um den Magen zu stärken, empfahl Hoffmann, entweder vor der Mahlzeit oder vor dem zu Bettgehen 10 bis 12 ganze Pfefferkörner zu verschlucken.

6) Zu den schätzbaren, erwärmenden Magenmitteln gehört der in Zucker eingemachte ostindische Ingwer, auch der überzuckerte Kalmus.

7) Gegen habituelle Magensäure und Sodbrennen,

---

*) Die Gräten würde ich weglassen.

woran zuweilen selbst junge, robuste Männer leiden, wirkt Morgens nüchtern ein Glas Zuckerwasser getrunken oft mehr, als pharmaceutische, bittere und absorbirende Magenmittel.

8) Wirksames Mittel gegen heftige Magensäure, Sodbrennen und andere Uebel der Art. Man verbrenne einen Kork (von der Größe der Weinpfröpfe) gänzlich; wenn er aufgehört hat zu glühen, so vermische man ihn auf einem Teller mit etwas Milch oder Wasser. Gemeiniglich hört die Krankheit beim zweiten oder dritten Gebrauch dieses Mittels auf, die Säure des Magens ist augenblicklich gehoben. (Selbst Personen, mit dem heftigsten Gallenfieber beladen, sind mit einem einzigen Pulver dieser Korkzubereitung hergestellt worden.) Es ist aber höchst wichtig, daß der Kork gänzlich durchgebrannt sei, wodurch er geschmacklos wird; ist er hingegen nicht vollkommen verkohlt, so kann er nur mit Schwierigkeit verschluckt werden. Die Vortrefflichkeit dieses Mittels besteht darin, daß es bloß wie ein absorbirendes, die Säure verschluckendes Mittel auf den Magen wirkt. Bei außerordentlichen Fällen kann man dem Kranken in einer halben Stunde drei Dosen, jede von einem ganzen Kork, geben; aber in gewöhnlichen Fällen ist eine hinreichend. Statt der Korkkohle kann man auch andere Kohlen von weichem Holze, z. B. Linden, nehmen. Es ist zu wünschen, daß sich der Gebrauch dieses Mittels immer mehr verbreite.

9) Gegen Sodbrennen, in Folge von verdorbenem Magen, hilft am Besten der Genuß leichter Speisen und Wassertrinken; ist aber schon ein Uebermaaß von Säure entstanden, was sich durch heftiges Brennen im Munde und Stumpfwerden der Zähne äußert, so bringt Magnesia oder etwas Kreide den Magen wieder in Ordnung.

10) Entsteht das Sodbrennen nach dem Genusse jeder Speise, so deutet dies auf eine große Magenschwäche, und hier ist Selterwasser mit Rheinwein oder Champagner und ein Magenpflaster als Hauptmittel anzusehen.

11) Gegen den Magenkrampf empfiehlt F. Hoffmann als Hausmittel den Schafgarbenthee.

12) Durch den Genuß von bloßer Milch, neben Oeleinreibungen, wurde eine schwere Magenkrankheit gehoben, gegen welche viele angesehene Londoner Aerzte Opium und andere Arzneimittel angewendet hatten. Der Kranke, ein neunjähriger Knabe, litt am heftigen Magenweh, öfterem, anhaltendem Erbrechen und Abzehrung. Diesem rieth Jemand, Al-

les bei Seite zu setzen und dagegen öfter des Tages einen Eßlöffel voll Milch zu nehmen und Oel mit der warmen Hand in den Magen einzureiben. Dadurch wurde er vollkommen hergestellt.

13) Mittel gegen den Magenkrampf. Zu einem halben Loth des besten Schwefeläthers tröpfelt man funfzehn Tropfen ätherisches Wermuthöl und eben so viel Pfeffermünzöl; von dieser Mischung werden nun alle Viertelstunden 15 bis 20 Tropfen auf etwas Zucker getröpfelt, so lange genommen, bis der Krampf nachläßt. Heim empfiehlt 16 Tropfen ätherisches Kamillenöl zu 1 Quentchen Salpetheräther getröpfelt, als vorzüglich hülfreich. Dabei können Ueberschläge von warmem Branntwein mit gequetschtem Kümmelsamen auf den Magen gemacht und einige Tassen Majoranthee getrunken werden.

14) Entsteht der Magenkrampf nach heftigem Aerger, Gram oder Kummer, so tritt gewöhnlich die Galle in den Magen und hier ist Leinöl, Mandelöl, mit oder ohne Zitronensaft, löffelweise genommen, das beste Mittel.

15) Andere feuchten einen Bogen Löschpapier mit Rum an und legen ihn auf den Magen.

16) Gegen den Magenkrampf und andere äußerliche Krämpfe. Dagegen hilft ganz sicher das kalte Wasser. Man reibe die leidenden Theile Morgens, Mittags und Abends vor Schlafengehen mit frischem, reinem Wasser und wasche sie auch mit solchem. Entsteht der Magenkrampf in Folge zu großer Reizbarkeit, so ist als vorzüglich Baldrian- oder Pfeffermünzthee anzurathen.

17) Gegen das lästige Schluckſen, was bei manchem Menschen oft nach Erkältung, zumal auf das Mittagsessen, sich einfindet, läßt man kaltes Wasser in kleinen Schlückchen, ohne Athem zu schöpfen, trinken. Einige Tassen Kamillen- oder Krauseminzthee, sowie einige Tropfen Rum auf Zucker, hindern auch und sind zu empfehlen.

18) Bisweilen bewährte sich auch in hartnäckigen Fällen ein Spanischfliegenpflaster, auf den Unterleib gelegt, dagegen.

19) Ein Russe befreite sich davon durch Verschlucken des Cigarrenrauches.

20) Sicher soll das Anhalten des Athems dagegen helfen.

21) Manche vertreiben den Zufall dadurch, daß sie Niesen erregen, indem sie in die Sonne sehen oder sich in der Nase kitzeln.

22) Gegen Magenkrampf ist zu empfehlen: Es werden 3—4 Tropfen Kajaputöl in einem Eßlöffel voll ächten Rum oder Weingeist, während des Zufalls oder des krampfhaften Schmerzes eingenommen. Nur selten wird man ein zweites oder drittes Mal dieses Mittel zu wiederholen nöthig haben; es hat sich vielfach als sehr bewährt gezeigt.

23) Ein sehr hülfreiches Mittel gegen Magenkrampf, vorausgesetzt, daß der Magen leer und rein ist, ist folgendes: Der Kranke nimmt täglich Morgens nüchtern einen Theelöffel voll von dem Samen der Hagebutten, mit einem Eßlöffel alten Madeiraweins, und setzt dies bei etwas strenger Diät 8—14 Tage lang fort. Schon nach dem zweiten oder dritten Gebrauche verliert sich der Magenkrampf oft ganz.

24) Magen- und nervenstärkende Pillen.

℞ Extr. Quass.
Fell. taurin. insp. àà ʒjβ
Pulv. flaved. Cort. aurantior.
„ rad. Valerian àà ʒj
M. f. pil. gr. jj. consp. pulv. Cinnam. D. S.

Alle drei Stunden 5 Stück.

25) Reils magenstärkende Tropfen:

R. Extract. aloës aquos. gr. IV.
Tinct. amar. s. Hallens.
Aquae menth. pip. àà ℥j.
M. Solv. S. dreimal täglich einen Theelöffel voll zu nehmen.*)

Diarrhöe.

Durchfall, d. h. häufige Stuhlausleerung, ist nicht jedesmal schädlich, darf deßhalb nicht plötzlich gestopft oder unterdrückt werden. Ein Durchfall, nach Appetitmangel und Ueberladung des Magens, ist, wenn er nicht lange anhält, nie schädlich; man trinke hierbei eine Tasse Hühnerfleischbrühe und sei sonst enthaltsam.

1) Gegen Diarrhöe von Erkältung und Ueberladung mit unverdaulichen Speisen und Getränken wirkt warmes Verhalten, warme Kleidung, zumal der Füße, Fasten und Theetrinken am wohlthätigsten.

---

*) Dieses an sich sehr schätzbare, aber stark einwirkende Mittel nur auf Anrathen eines Arztes zu gebrauchen.

2) Glühwein, d. i. rother, französischer, mit Zimmet oder Muskatblüthe und Zucker, heißgemachter Wein, zumal Abends getrunken, hilft meistentheils gegen die Diarrhöe.

3) Hammelfleischsuppe ist ebenfalls Diarrhöe hemmend.

4) In Frankreich läßt man allgemein eine Abkochung von Reis gegen die Diarrhöe trinken.

5) Menschen, die an habitueller Diarrhöe leiden, werden durch beständiges Tragen von wollenen Strümpfen und Unterhose von dem Uebel befreit. Im Sommer müssen sie sich täglich den Leib mit kaltem Wasser waschen, damit sie die Schwäche desselben dadurch heben. Auch Reiben mit wollenen Tüchern ist sehr anzurathen.

6) Milch, mit Zimmet abgekocht, stillte eine langwierige Diarrhöe.

7) Frische oder eingemachte Heidelbeeren.

8) Gegen den Durchfall der Kinder, von unterdrückter Hautausdünstung, hilft aufs sicherste und leichteste das von Galen gepriesene Mittel: daß man den ganzen Leib des Kindes einige Tage lang mit fein gestoßenem, trockenem Kochsalze bestreut.

9) Kalkwasser mit Milch ist ein vorzügliches Mittel beim Durchfall und wird von Lentin sehr empfohlen.

10) Einfaches, aber sehr bewährtes Mittel bei langdauerndem Durchfall:

R. Radicis ipecacuanh. gr. jj.
„ rhei Optimi gr. xjj.
Lapidis. cancror. praeparator.
Elaeosacch. macidis àà ʒβ
M. F. pulv. divide in sex partes aequales.

S. 3 Mal täg ich ein Pulver mit Reis- oder Hafergrützwasser zu nehmen.

11) Folgendes Pflaster auf den Magen zu legen, ist sehr zu empfehlen: 3 Eßlöffel Brodrinde, 2 Eßlöffel gestoßene Wachholderbeeren und Kümmel, Ingwer, Gewürznelken, Zimmt, Muskatnuß, von jedem 1 Theelöffel, mit warmem Rothwein oder Kornbranntwein zu einem Brei gemacht und auf Leder gestrichen.

Hämorrhoiden.

1) Eines der größten Linderungs- und Heilmittel der Hämorrhoiden sind Klystiere von kaltem Wasser. Das einzu-

spritzende Wasser muß nicht eiskalt, aber auch nicht warm sein, und beim Einbringen des Rohrs muß große Vorsicht gebraucht werden, um jede schmerzhafte Reizung der Zacken zu vermeiden. Nachher läßt man den Kranken eine Zeit lang auf die linke Seite horizontal sich legen, damit das Eingespritzte nicht zu schnell zurückfließt. Durch dieses einfache Mittel wird der Stuhlgang in Ordnung gebracht, die Schmerzen bei der Darmausleerung vermindert, und die Ueberfüllung in den Hämorrhoidalgefäßen zertheilt. Der Kranke kann eine Zeitlang ein solches Klystier nehmen. Es wird hierbei kaum die Bemerkung nöthig sein, daß da, wo die Hämorrhoiden fließend und der mäßige Blutverlust mit Erleichterung verbunden ist, das Mittel überflüssig, ja schädlich sein würde. Es paßt mehr, um die Schmerzanfälle blinder Hämorrhoiden zu heben.

2) Regelmäßige Lebensweise, mäßige Bewegungen zu Pferde und zu Fuße, sind die besten Verhütungsmittel der Hämorrhoiden.

3) Sind die Hämorrhoiden ausgebildet, so kommt es darauf vorzüglich an, ob sie fließend, d. h. blutig oder schleimig, oder ob es blinde, d. h. bloße Knoten sind. Erstere verlangen, wenn sie regelmäßig erscheinen, keine besondern Mittel; wird der Ausguß zu stark, so trinke man Bitterklee-, Ingwer- oder Kalmusthee, und wasche sich mit Schafgarbenthee oder kaltem Wasser und Essig.

4) Bei Hämorrhoidalkolik mache man warme Umschläge auf den Leib und trinke Kamillenthee.

5) Sind die Hämorrhoidalknoten sehr schmerzhaft und angeschwollen, so setze man Blutegel daran und lege nachher geschabte Mohrrüben darauf.

6) Sind die Knoten blos empfindlich und jucken heftig, so mische ein Quentchen Hoffmanns Balsam unter ein Pfund Kamillenthee, und wasche sie damit.

7) Kalte Wasser-Klystiere lindern oft die heftigsten Schmerzen und die Verstopfung, und wurden schon von Riverius empfohlen.

8) Abends vor Schlafengehen nehme man zehn Gran Schwefelblumen oder Schwefelmilch, mit noch einmal so viel vitriolischem Weinsteine oder Salpeter und etwas Zucker, und die versteckten Hämorrhoiden werden bald zum Vorschein kommen.

9) Wider versteckte Hämorrhoiden. Man sucht im Walde einen Ameisenhaufen auf, hebt ihn, wie er ist, sammt seinen Ameisen, Eiern und sogenanntem Weihrauch auf und versorgt solchen zur Fortbringung in einem Sack oder son-

stigem transportabeln Gegenstand. Zu Hause leert man die ganze Geschichte in einem Eimer, brüht solche mit einer Parthie siedendheißem Wasser über und legt über den Eimer ein dünnes Brett, worauf sich der Kranke entblößt zu setzen hat. Damit die Dünste dieses Bades nicht verloren gehen, und auf den Kranken desto mehr wirken, so überhängt man denselben, sammt dem Eimer, mit Tüchern. In kurzer Zeit darauf wird der Patient sich sogleich wohl befinden und die Schmerzen werden aufhören.

Hypochondrie.

Diese Kraukheit ist mehr dem melancholischen Temperamente eigen, befällt gern wohlbeleibte Männer von 20—40 Jahren, nach vielem Sitzen und Studiren. Sie sitzt hauptsächlich in den Nerven oder Gangliengeflechten des Oberbauches, und zeichnet sich durch einen schnellen und durch äußere Einwirkungen oft nicht veranlaßten Uebergang aus einer Gemüthsstimmung in die entgegengesetzte, z. B. aus Mißwuth in Heiterkeit, und umgekehrt, jedoch mit vorwaltender, finsterer, trüber Gemüthsstimmnng, aus.

1) Für solche, die daran leiden, ist der Rath, täglich eine Stunde weit zu gehen, oder einen Berg zu ersteigen, schon sehr wichtig. Durch rasche Bewegung im Freien, zumal bergan, wird, mit Verdoppelung der Respiration, die Lebensluft-Aufnahme vermehrt, der Kreislauf belebt, allgemeine Wärme und mäßige Hautausdünstung erweckt, die in der Regel Wohlbehagen und Heiterkeit herbeiführt. Das Gefühl von Abspannung, nach lebhafter Muskelanstrengung, ist eine Art von Wollust, die zur Wiederholung auffordert.

2) Zu allen Zeiten hat man daher Reisen, zumal in südliche Länder, für die größten Heilmittel der Hypochondrie angesehen. Bewegungen und tägliche Ortsveränderung, wodurch der Geist vielfältig und angenehm beschäftigt wird, unterbrechen die niedergeschlagene Stimmung und erwecken neue Lebenslust. Nervöses Herzklopfen und hypochondrische Beängstigungen, die weder dem Aderlaß, noch Abführungsmitteln, noch irgeud einer andern vielgerühmten Kurmethode weichen wollten, hören plötzlich auf, so wie der Kranke in den Wagen steigt oder die erste Station zurückgelegt hat. Besonders ist für Nordländer eine Reise durch die Schweiz und Italien als Gegenmittel der Tristimanie oder des Spleens berühmt, wobei nicht blos die Be-

wegung unter einem sonnigen Himmel und der Anblick neuer, den Geist vielfältig aufregender Gegenstände, sondern auch der Umgang mit sanguinischen Menschen sehr viel zur Erleichterung beiträgt.

3) Für viele Hypochondristen, die an Ueberfüllung der Unterleibsorgane, Verstopfung, hämorrhoidalischen Congestionen, Spannung des Bauchs und unbestimmten, schmerzhaften Empfindungen im Unterleibe leiden, welche sich durch eine erdfahle, gelbe Gesichtsfarbe, unruhigen Schlaf und eingefallenes Gesicht auszeichnen, ist keine Art von Motion zweckmäßiger, als die durch tägliches und anhaltendes Reiten. Die Bewegungen des Pferdes theilen sich besonders den Unterleibsorganen des Reiters mit, erschüttern auf eine wohlthätige Weise die überfüllten Venen und beleben den Kreislauf und die Action dieser der Einwirkung von Außen so sehr bedürftigen Organe. Ein Geistlicher verfiel in diese Hypochondrie, wogegen lange die kräftigsten Arzeneien, Purgirmittel, Eisen- und Mineralwasser ohne alle Erleichterung gebraucht wurden. Diesem verordnete Sydenham das Reiten. Der Kranke fing mit kleinen Spazierritten an und setzte dies so beharrlich fort, daß er sich gewöhnte, zu jeder Tageszeit täglich viele Meilen weit zu reiten und große Reisen zu Pferde zu machen, wodurch er gänzlich hergestellt wurde.

4) Noch sind hier einige Arten von Körperbewegungen zu nennen, die in der Kur der Hypochondrie von besonderm Nutzen sein können, wie das Tanzen, Billard- und Ballspielen. Den Tanz soll sogar Sokrates nicht verschmäht haben.

5) Warme und kalte Bäder. Das Gefühl von Leichtigkeit, Thätigkeit und Wohlsein, welches das Bad erzeugt, ist für hypochondrische und hysterische Kranke sehr wohlthätig.

6) Unter den Mineralbädern, welche für Hypochondristen überhaupt empfohlen sind, zeichnet sich in vieler Hinsicht der Marienbader Kreuzbrunnen bei der Schleimhypochondrie aus.

Schwächliche Subjecte bekommen leicht bei dem Gebrauche Durchfall, und vollblütige, vollsaftige Menschen Verstopfung; gegen beides finden sich jedoch an Ort und Stelle passende Gegenmittel.

7) Die erheiternde Wirkung freier Transpiration, so wie freier Drüsenabsonderung überhaupt, beweisen die orientalischen oder russischen Schwitzbäder. Die Menschen fühlen sich dadurch ermuntert, gestärkt und wie neu geboren.

8) Gegen hypochondrische Beängstigungen und Todesfurcht

leisten Klystire von kaltem Wasser zuweilen gute Dienste. Die vielbekannten Kämpf'schen Viscerialklystire, auf Verordnung eines Arztes genommen, nützen, lange fortgebraucht, hier sehr.

9) Täglich wiederholte Frictionen des Unterleibes mit wollenen Tüchern, befördern die Verdauung, die Absonderungen und den Blutumlauf in den Unterleibsorganen.

10) Manche pflegen die Anfälle von hypochondrischer, übler Laune, ihre »Vapeurs,« durch Waschen des Gesichts und der Brust mit Eau de Cologne oder irgend einem andern spirituösen Riechmittel zu vertreiben.

11) Einige Tassen gute Bouillon, eine Stunde oder auch unmittelbar vor dem Mittagsessen getrunken, bekommen hypochondrischen Kranken sehr gut. Fleisch, mit etwas Senf, der pariser Kräutersenf empfiehlt sich hier sehr bei Verschleimung. Unter den Bieren sind nur die bittern, bairisch, Merseburger, Würzner ꝛc., mäßig genossen, zulässig.

12) Andere finden sich durch zwei rohe Eidotter, die sie täglich vor dem Mittagsessen verschlucken, sehr erleichtert.

13) Scharfe Gewürze zu den Speisen gesetzt, wie Pickel, Senf, Cayenne-Pfeffer, und besonders spanischer Pfeffer, sind für viele hypochondrische Kranke wahre Arzneien.

14) Eben so ist von der erheiternden Wirkung des Weines und der Liqueure der größte Vortheil in der Kur der Hypochondrie und Hysterie zu ziehen. Kranke, die sich entschlossen haben, wie ein gewisser berühmter historischer Schriftsteller, alle Morgen ein Glas Madeira zu trinken, sind andere Menschen geworden. Leider fliehen aber die meisten Hypochondristen jene naturgemäßen Erheiterungsmittel und halten sich lieber an balsamische Pillen, Bitterwasser und Rhabarber.

Dr. A. Richter empfiehlt den Hypochondristen, sich an Flußbäder mit Schwimmübungen zu gewöhnen.

Verstopfung. Träger Stuhlgang.

Manche Menschen sind daran gewöhnt, täglich eine Stuhlausleerung zu haben, andere dagegen gehen 2—3 Tage hin und fühlen sich dabei ganz wohl, mit der Zeit tritt hier doch gewöhnlich eine Schwäche ein und es ist deshalb sehr gut, sich regelmäßig an eine tägliche Stuhlöffnung zu gewöhnen.

Die günstige Wirkung gelinder Excitationen des Darmkanals durch Dinge, die die Absonderungen und Bewegung desselben antreiben, ist nicht nur durch pharmaceutische Mittel

zu erlangen, sondern auch durch einfache diätetische Hausmittel. Dahin gehören:

1) Der Kaffee, zumal stark versüßt und ohne Milch getrunken.

2) Früchte, namentlich Kirschen, Weintrauben und ähnliche, Morgens nüchtern gegessen.

3) Honig anstatt Butter gegessen. Der concrete, körnige Antheil des Honigs, zu einigen Theelöffel voll, purgirt; der syrupartige Antheil weniger.

4) Gekochte Ziegenmilch mit Honig wird als ein gelindes Abführungsmittel empfohlen.

5) Unter den gewöhnlichen Nahrungsmitteln sind denen, die an habitueller Verstopfung leiden, besonders zu empfehlen: saure Milch, Buttermilch, gebratene Aepfel, gekochte Pflaumen, Sauerkraut, rother und brauner Kohl.

6) Zu eröffnenden Frühlingskuren kann man das junge Kraut vom Löwenzahn, des Kümmels, des Kerbels, Sauerampfers und der Zichorie, auf ähnliche Art wie Spinat gekocht, genießen lassen.

7) Borsdorfer Aepfel werden als Mittel gegen hartnäckige Verstopfung gerühmt. In mehreren Fällen, wo weder Arzneien, noch Klystiere wirken wollen, sollen die Aepfel den gewünschten Erfolg gehabt haben. Man bratet oder schmort einige Borsdorfer Aepfel in gutem, weißen Baumöl, läßt einige essen und eine Tasse starken Kaffee ohne Milch, so warm als möglich, nachtrinken. Von einem Loth Kaffee dürfen nicht mehr, als höchstens zwei Tassen gemacht werden.

8) Die kleinen süßen Wald- oder Vogelkirschen, getrocknet gegessen, oder die Brühe davon getrunken, sind bei habitueller Hartleibigkeit sehr zu empfehlen.

9) Frischer Most, sowohl von Trauben, als von Aepfeln und Birnen, wirkt auf die meisten Menschen, auch in geringer Quantität genossen, purgirend.

10) Ist Mangel an Bewegung, zu wenig Trinken, Krummsitzen die Ursache, so befördere man das Gegentheil, genieße Pflanzenkost und Suppen.

11) Augenblickliche Hilfe leisten gelinde Abführungen aus Sennesblättern und Rhabarber.

12) Zarten Personen bekömmt täglich ein Stück gereinigte Seife, wie eine kleine Haselnuß groß, 2 bis 3 Mal genommen, gewöhnlich so gut, daß sie regelmäßigen Stuhlgang danach erhalten.

13) Denen, die an beständigem trägen Stuhlgang leiden, wie viele Frauenzimmer, die oft den dritten Tag kaum eine Ausleerung bekommen, und dabei einen unüberwindlichen Abscheu vor allen Arzeneien haben, kann man purgirende Honigkuchen essen lassen. Man nimmt dazu vier Loth Honigkuchenteig und knetet ihn mit 20 Gran Jalappenwurzel-Pulver, das man zuvor mit etwas Kandiszucker vermischt, bezeichnet den Kuchen mit einem Merkmale und läßt ihn backen. Die Hälfte ist gewöhnlich schon hinreichend, Oeffnung zu verschaffen.

14) Alle diese Mittel übertrifft in vielen Fällen ein einfaches Klystier von warmem Wasser an Wirksamkeit. Tissot erinnert, daß manche Menschen, die von keinem Klystiere Oeffnung bekamen, durch solche, aus bloß warmem Wasser bestehende, ihre Absicht erreichten. Nirgends werden Klystiere für so unentbehrliche Hausmittel angesehn, als in Frankreich, wo in keinem Hause leicht eine Spritze fehlt, und Niemand leicht sich weigert, zur Beförderung der Reinlichkeit und des körperlichen Wohlbefindens, sie so oft als nöthig sich selbst zu appliciren. — Nach Erhitzung von einem Ball, bei Zahn- und Kopfweh, Mangel an Appetit, übeln Geruch des Athems und in vielen andern Fällen nimmt man seine Zuflucht zu dem einfachen Mittel, dem man noch erfrischende, ermunternde und die Schönheit der Gesichtsfarbe erhöhende Wirkung zuschreibt und Frauenzimmern ganz besonders empfiehlt. In der That giebt es auch gegen die habituelle Neigung sehr vieler Frauen zur Verstopfung und damit so oft verbundene Verstimmung, Launenhaftigkeit, kein wirksameres Mittel, als eben dies.

15) Anstatt des bloßen lauen Wassers dient auch: Seifenwasser, Salzwasser, Kleienabsud, Kamillenthee mit Leinöl, Milch mit Honig ꝛc. zu Einspritzungen in den After.

16) In Ermangelung einer Klystierspritze ersetzt eine Kälberblase, an die man ein glattes Röhrchen mit Bindfaden befestigt, nachdem man sie zuvor mit einer passenden Flüssigkeit gefüllt hat und durch Zusammenpressen in der Hand entleert, jene Maschine vollkommen; ja diese Vorrichtung ist für Viele bequemer, als die Spritze.

17) In Brasilien bedient man sich anstatt der Klystierspritze eines Ochsendarms, woran ein Stück Hollunderholz, aus dem das Mark genommen, gebunden ist.

18) Stuhlzäpfchen aus einer in Oel getauchten großen Rosine, oder einem glatten, länglichen Stück Seife bestehend,

machen bei Kindern oft hinlänglichen Reiz, um Darmausleerung zu bewirken.

19) Um Ordnung im Stuhlgange hervorzubringen, gewöhne man sich, nüchtern ein Glas kaltes Wasser zu trinken, und alle Morgen nach dem ersten Frühstück auf den Abtritt zu gehen, es mag das Bedürfniß dazu mahnen oder nicht, um so diese Excretion zur regelmäßigen Gewohnheit zu machen. Raucher können diese Expedition mit der Pfeife im Munde vornehmen.

20) In einigen verzweifelten Fällen von Leibesverstopfung führten endlich Luftklystiere den gewünschten Erfolg herbei.

Gicht, Rheumatismus und Podagra.

Gicht besteht in Schmerzen der Gelenke, welche bald festsitzen, bald umherziehen und mit oder ohne Fieber auftreten.

Es überfällt diese Krankheit meist kräftige Mannespersonen mehr, als Frauen, zumal, wenn sie eine weichliche, sitzende Lebensart führen.

1) Strümpfe von Hundehaaren zu tragen, ist ein sehr gutes Mittel gegen Podagra.

2) Einen Beutel mit gewärmtem Bohnenmehl.

3) Büchenasche, junge Birken- und Huflattigblätter, Blätter des Ricinus zum Auflegen.

4) Sehr lindernd ist das sanfte Reiben des entzündeten Fußes durch die weiche Hand eines andern. Sind die Schmerzen heftig brennend, so lindert sie nichts so, als sanfte Einreibung von Speck.

5) Sparrmann fand gegen podagraische Schmerzen und Steifigkeit der Füße, woran er auf seinen afrikanischen Reisen litt, Wasserdünste sehr wohlthätig. Er setzte die Füße zweimal des Tages auf einen Stock, den er über einen mit heißem Wasser gefüllten Eimer legte, schloß den aufsteigenden Dunst durch überhängte Tücher ein und ließ das Wasser durch erhitzte Steine heiß erhalten. Das Mittel schaffte ihm jedesmal Erleichterung und kurirte ihn völlig.

6) Die Bewegung des Fahrens wirkt bei abnehmender Entzündung günstig auf den Schmerz und die Steifheit des Fußes.

7) Linné empfahl, um drohende Gichtanfälle zu verhüten, viel Erdbeeren zu essen, so wie er selbst solche Anfälle bekam, versichert Stöver in seinem Leben, aß er eine Schüssel voll Erdbeeren und war am folgenden Tage gesund. Er wieder-

holte dies drei Jahre hinter einander, bei jedem podagraischen Anfalle, und bekam die Krankheit nie wieder.

8) Ein französisches Volksmittel gegen Gichtschmerzen besteht darin: alle Morgen, bei abnehmendem Monde, etwas Knoblauch zu verschlucken. Das von Napoleon, Kaiser der Franzosen, erkaufte Gichtmittel des Dr. Radies (es wurde für 24,000 Franken oder 6000 Thaler erstanden) besteht aus Mocca-Balsam, rother Fieberrinde, Safran, Sassaparille, Salbei und Alkohol.

9) Mehr Zutrauen verdient ein anderes einfaches Volksmittel. Man läßt ein Loth ungebrannten Kaffee im Mörser zerstoßen oder mahlen, mit einigen Tassen Wasser kochen und davon eine große Tasse voll mehrere Morgen nüchtern im Bette trinken uud die dadurch vermehrte Transpiration liegend abwarten.

10) Gegen chronische Rheumatismen, festsitzende oder herumziehende Schmerzen in äußern Theilen, mit behinderter Beweglichkeit eines oder mehrerer Muskeln, ohne Fieber, werden eine Menge von Hausmitteln empfohlen, z. B. das Einreiben von erwärmtem Branntwein, Rum, kölnischem Wasser oder von Opodeldoc in den leidenden Theil, und das Bedecken desselben mit Wachsleinewand oder einem gegerbten Hasen- oder Kaninchenfelle.

11) Das Auflegen von frischer Kammwolle nennt Richter ein Hausmittel von ungemeiner Wirksamkeit, wodurch oft leichte Rheumatismen in einer Nacht weggebracht wurden.

12) Andere umhüllen den Theil mit einer Menge Wolle oder Baumwolle, die zuvor mit Zucker, Bernstein, Wachholderbeer- oder Mastixrauch durchdrungen ist.

13) Krusten von frischem, noch heißem Brode haben oft augenblickliche Linderung verschafft. Eben so wie die Wärme oft augenblickliche Linderung und Hilfe bringt, so vertreibt das Waschen mit eiskaltem Wasser und nachheriges Bedecken des kranken Theiles oft die größten Schmerzen.

14) Das rheumatische Glied mit Schafwolle zu umwickeln, gepulvertes Colophonium einzustreuen, starken Branntwein darauf zu gießen und darüber ein gewärmtes wollnes Tuch zu schlagen.

15) Einen kleinen Hund anhaltend auf dem kranken Theile liegen zu lassen, wird auch beim Podagra empfohlen.

16) Terpentinöl einzureiben und Punsch zu trinken.

17) Den ganzen Körper, mit Ausnahme des Kopfes, mit frischen Birkenblättern dicht zu bedecken, um Schweiß zu erregen, ist ein altes, sehr bewährtes Mittel.

18) Die Haut mit einem wollenen Lappen oder wollenen Handschuh stark zu reiben.

19) Die Haut mit einer nicht zu weichen Bürste anhaltend zu bürsten.

20) Heißes Wasser auf Salbei und Rosmarin zu gießen und den aufsteigenden Dunst an den schmerzhaften Theil zu leiten, darauf ihn mit trockenem Flanell zu reiben.

21) Allgemeine oder örtliche Bäder von Branntweinhefen.

22) Bäder aus Seife und Schwefelleber mit Wasser gekocht, so daß auf 4 Bouteillen Wasser zwei Loth Schwefelleber und 4 Loth Seife kommen, können selbst gegen Gichtknoten sehr vortheilhaft benutzt werden. Man läßt die knotigen Theile, wie die Hände, darin baden und reiben.

23) Auch die russischen heißen Dunst- und Schlammbäder gehören zu den vortrefflichsten Heilmitteln rheumatischer Beschwerden. Nur darf man sie nicht anwenden, wenn der Rheumatismus mit Fieber begleitet ist. Sie sind Bedürfniß aller Russen und wahres Volksmittel, was in fast allen Krankheiten zuerst in Anwendung kommt und dem man wahrscheinlich die Seltenheit von Gicht und Rheumatismus zuzuschreiben hat.

24) Nicht blos jene heroischen Dampfbäder, sondern auch das gewöhnliche warme Bad ist als Schutz- und Heilmittel der Gicht und des Rheumatismus anzusehen. In einem lesens- und beherzigungswerthen Aufsatze von Hufeland wird es höchst wahrscheinlich gemacht, daß der Vernachlässigung des Badens die Menge von Gicht und Nervenleiden zuzuschreiben sind, von dem jetzt Jung und Alt, Groß und Gering, heimgesucht werden. »Warum waren Römer und Griechen, bei der ausschweifendsten Lebensart, frei von diesen Uebeln, und warum sind es die Türken und andere orientalische Nationen noch, die doch ihre ganze Glückseligkeit in Nichtsthun und Weichlichkeit, und ihre Existenz in ewiges Kaffeetrinken und Tabaksrauchen, Wollust und Schwelgerei setzen?« — Es muß also durchaus noch eine Ursache übrig sein, die so allgemein auf den Verfall unserer Gesundheit gewirkt hat, und ich glaube dieselbe in der Unterlassung der Bäder gefunden zu haben. Die Bademode würde eines der vorzüglichsten Mittel einer allgemeinen Gesundheitsrestauration sein.

25) Als sehr schätzbares Mittel gegen chronische Rheumatismen empfiehlt Dr. Ascherson in Berlin die Hauhechel (ononis spinosa). Er lernte das Mittel von einer Frau kennen, welche seit langer Zeit an geschwollenen Kniegelenken

litt, so, daß sie kaum gehen konnte. Sie nannte das Mittel »Reibekraut,« trank die Abkochung von den Blättern und der Wurzel täglich Quartweise, und curirte sich völlig damit. Seitdem hat es Ascherson auf gleiche Weise öfter mit günstigem Erfolge bei chronischen Rheumatismen angewendet. Es vermehrt während seines Gebrauchs den Urinabgang.

26) Besonders eindringlich empfiehlt Dr. Dietrich in München gegen chronische und acute, d. h. fieberhafte Rheumatismen, die Artischocke (Cyara scolymus L.) Uebel also, die durch Erkältung nach vorhergegangener Erhitzung enstanden waren, und die ihre rheumatische Natur besonders dadurch offenbarten, daß sie sich mit dem Witterungswechsel verschlimmerten oder verbesserten, behandelte er auf folgende Weise: Er ließ den Saft aus den Stengeln und Blättern der Artischocke frisch auspressen, versetzte ihn mit einem wohlschmeckenden Syrup und gab davon Erwachsenen aller 2 Stunden einen Theelöffel voll, Kindern weniger. Kann man den frischen Saft nicht haben, so nimmt man ein Quentchen des Artischockenextractes, versetzt dieses mit 4 Unzen Wasser und 1 Unze Syrup und läßt Erwachsenen hiervon aller 2 Stunden 2 Eßlöffel voll nehmen. Nach dem Safte stellen sich bald etwas vermehrte breiige Stühle ein, und die Krankheitserscheinungen lassen meist sehr bald nach. Nur wo Häute edler Organe, z. B. das Lungenfell, entzündet, wo also bei heftigem Fieber heftige örtliche Schmerzen zugegen sind, kann es nothwendig werden, vorher Blut zu lassen. In solchen Fällen also müßte man alsbald einen Arzt zu Rathe ziehen.

27) Mittel gegen das Podagra. Ein Pfund Reismehl, 4 Unzen Bierhefen und 2 Unzen Salz, macht man zu einem dicken Teig, legt ihn auf die Fußsohlen und umwickelt den Fuß mit warmem Flanell. Dieses Mittel wird aller zwölf Stunden wiederholt und gewöhnlich heben fünf bis sechs solcher Umschläge das Uebel. Der Fuß wird dann mit Kleie und warmem Branntwein, warmem Wasser und Seife abgewaschen. Man muß sich dabei aber sehr warm halten und jede Kälte verhindern.

28) Noch ein Mittel, die Gicht zu vertreiben. Ich besuchte vor einigen Jahren einen alten 75jährigen Mann und fand ihn an der Gicht, daran er seit mehreren Jahren gelitten, äußerst elend liegen und ganz contract. Nach etwa einem halben Jahre begegnete mir dieser Mann auf der Straße und ging frisch und munter einher. Auf mein Befragen, wodurch er

so weit hergestellt worden, sagte er mir, daß ein Pensionairchirurus ihm gerathen habe, ein Quart Moselwein zu nehmen, 4 Loth gemahlenen schwarzen Senf hinein zu thun, es einige Tage in der Sonne oder auf dem warmen Ofen stehen zu lassen, es nachher durchzuseihen, und täglich früh im Bette ein Weinglas voll davon zu trinken, noch ein paar Stunden im Bette zu bleiben und die Transpiration abzuwarten. Dabei solle er zu allen Speisen, wo es sich nur einigermaßen schicke, Mostrich essen. Er habe diesen Rath genau befolgt, und durch den Gebrauch von 2 Quart Senfwein sei er völlig hergestellt worden, und seitdem von Gichtschmerzen frei gewesen.

29) Noch ein sehr wirksames Mittel wider Gicht. Das Einreiben des Essigäthers ist das beste Mittel gegen alle rheumatischen Beschwerden und Gliederreißen. Die Anwendung besteht darin, daß man alle zwölf Stunden in der ganzen Strecke des leidenden Körpertheils den Essigäther einreibe und nach der Einreibung den Kranken warm im Bette erhält. Bei der dritten Einreibung fühlt man gemeiniglich schon Besserung und nach der sechsten völlige Gesundheit.

30) Die Gicht und deren Heilung. Nur derjenige, welcher von der Gicht heimgesucht worden ist, vermag sich eine richtige Vorstellung von den Qualen und Leiden zu machen, welche sie verursacht.

Der Gichtstoff oder dasjenige, was die Krankheit, welche man Gicht nennt, verursacht, besteht nach Wallaston's Untersuchungen, aus Harnsäure, indem die podagraischen Concretionen, die sich in den Gelenken ꝛc. der Gichtkranken erzeugen, nach demselben blos aus Verbindungen der Harnsäure und Natron bestehen, und sie haben somit nicht, wie man früher glaubte, mit dem Blasensteine einerlei Bestandtheile.

Wahrscheinlich wird nun durch eine kranke Beschaffenheit der deßfalsigen Gefäße des menschlichen Körpers die Harnsäure, welche wohl mit den Nahrungsmitteln in den Körper gelangt, nicht wie sie sollte, auf dem angewiesenen Wege, durch den Urin nämlich, welcher davon mehr oder weniger enthält, mit abgeführt, sondern sie bleibt, wozu ihre besonderen Eigenschaften viel beitragen müssen, zurück, und lagert sich nach und nach im Körper, besonders nahe an den Knochen an. Der menschliche Körper wird, wie alle übrigen nachtheiligen Stoffe, welche ihm zugeführt werden, auch diese Harnsäure wieder fortzuschaffen streben, und durch diesen Kampf mögen nun, oft plötzlich, mehr oder weniger jene Erscheinungen und Schmerzen entstehen,

welche man im Allgemeinen Gift nennt, und deren besondere Benennungen wohl mehr dazu dienen, um den Ort ihrer Erscheinung und ihrer größeren und minderen Heftigkeit u. s. w. anzudeuten. — Hieraus geht nun wohl hervor, daß, wie man oft glaubt, durch das, was man Erkältung nennt, die Harnsäure, als Ursache der Gicht, nicht erzeugt werde, und man sie höchstens nur als eine Anregungsursache des Ausscheidungskampfes betrachten kann, wie ich denn auch die Erfahrung gemacht habe, daß sie sich in denjenigen Theilen, welche man am meisten anstrengt, auch am gewöhnlichsten zeigt; ferner: daß die Harnsäure, einmal in den Theilen des Körpers verbreitet, ihren besondern Eigenschaften nach, schwer auf ihrem angewiesenen Wege, mit dem Urin nämlich, wieder fortzuschaffen, dies vielmehr in der Regel wohl nur durch die Oberfläche oder durch die Haut des Körpers möglich sein wird, wie denn die Natur auch diesen Weg in andern Fällen so häufig wählt. Die Mittel, welche demnach die Ausstoßung der Harnsäure durch die Haut zu bewirken oder zu fördern vermögen, werden somit die heilfähigsten sein, wozu unter andern Bäder, welche der Gichtkranke möglichst täglich gebrauchen sollte, auch vorzugsweise Mineralbäder, da ihre Wirksamkeit durch die Erfahrung unwiderleglich feststeht, gehören. Die durch die Harnsäure verursachten Schmerzen werden nachlassen, sobald der durch dieselbe bewirkte Reiz oder die dadurch erzeugte Entzündung von den empfindlichsten Theilen abgeleitet und die Ausscheidung erleichtert wird; allein von der Harnsäure befreiet, können die heimgesuchten Theile nur dann betrachtet werden, wenn solche gänzlich ausgestochen ist.

Zeigen sich Vorboten der Krankheit, als Verdauungsbeschwerden, Unruhe im Blute, Zucken in den Gliedern, beginnende Schmerzen, so bekleide man sich warm, meide Zugluft, hüte sich vor Gemüthsbewegungen und jeder Ausschweifung. Die Diät sei mager, nicht erhitzend.

Das durch die Erfahrung an mir bewährte Heilmittel in verschiedenen Gichtanfällen, welchen ich etwa sechszehn Jahre hindurch ausgesetzt war, habe ich in der mit kaltem Wasser verdünnten Salzsäure (Acidum muriaticum) gefunden.

Vor einigen Jahren begann plötzlich mein rechter Arm an verschiedenen Stellen, zunächst den Knochentheilen, periodisch zu schmerzen; oft war der Arm völlig gelähmt, so daß ich mich nicht anzukleiden vermochte, der Schmerz war in der Regel gegen Abend am heftigsten und verscheuchte oft jeden

Schlaf. Nun griff ich zu meinem Mittel, von dem ich mir viel versprach: ich verdünnte nämlich Salzsäure mit kaltem Wasser und wusch mit der linken Hand, in welche ich so viel eingoß, als die hohle Hand bequem fassen konnte, und schnell über den rechten Arm vertheilte, und rieb jedesmal so lange, bis der Arm wieder trocken erschien. Ich hörte mit dem Einreiben auf, sobald der Arm roth erschien und ich einen erträglichen Schmerz, dem Brennen der Nessel ähnlich, empfand, welcher bald wieder nachließ. Dieses Einreiben verrichtete ich täglich drei bis vier Mal. Am dritten Tage hatte sich schon ein rother, erhöhter Ausschlag auf den bezeichneten Stellen gebildet. Der Arm wurde nun täglich dreimal auf beschriebene Weise eingerieben und dies etwa acht Wochen lang fortgesetzt. Aus dem rothen Ausschlag, welcher bald stärker wurde, bildeten sich nach und nach mehrere pockenartige Geschwüre, welche nun auf dem Arme ganz weiße Flecken oder Narben zurückgelassen haben. Der Schmerz im Arme ließ bald nach, kehrte während der Behandlung zwar dann und wann wieder, schwand aber, sobald derselbe eingerieben wurde. Des Morgens vor dem Einreiben kratzte ich jedes Mal die gebildete Kruste des Ausschlages von röthlichem Ansehen ab, welche ich für einen Theil ausgestoßener Harnsäure hielt und wie eine nähere Untersuchung darthun würde, wodurch ein nicht unangenehmes Jucken entstand, und die verdünnte Salzsäure dann aber etwas empfindlicher brannte. Sobald auf diese Weise die Harnsäure aus dem Arm geschafft war, begann das Heilen des pockenartigen Ausschlages, so wie der kleinern Erhöhungen, bei täglich dreimaligem Einreiben mit verdünnter Salzsäure, und obgleich das Einreiben noch einige Wochen nach erfolgter Heilung fortgesetzt wurde, so entstand doch kein neuer Ausschlag. Der Arm ist seitdem schmerzlos geblieben und zeigt selbst bei bedeutenden Anstrengungen ganz die frühere Kraft, bemerkte ich in der ersten Zeit nach der Heilung eine Abspannung, besonders gegen Abend, so wusch ich ihn mit der verdünnten Salzsäure und empfand sogleich die beste Wirkung. — Um nach meiner Ansicht vor dem schmerzhaften Ausbruche der Gicht für immer verwahrt zu sein, möge man die gichtkranken Stellen des Körpers mit verdünnter Salzsäure des Frühjahres und Herbstes 8—14 Tage hindurch einreiben. Was nun den Grad der verdünnten Salzsäure mit kaltem Wasser betrifft, so richtet sich diese nach der Empfindlichkeit der Haut und dem leidenden Theile. Man nehme zum ersten Versuch 200 Tropfen für ½ Berliner Quart

kaltes Wasser, welches man in einem Arzneiglase aufbewahrt, und verstärke oder verdünne diese später in soweit, als ihre Wirkung beim Einreiben erträglich erscheint; zu starke Säure habe ich deßhalb nicht für gut gefunden, weil sie sich während des Einreibens zu schnell verflüchtigt. Verursacht die eingeriebene Säure, indem sie vielleicht noch zu stark oder der leidende Theil zu empfindlich ist, zu starke Schmerzen, so wird man augenblicklich davon befreit, wenn man die Stelle mit kaltem Wasser benetzt.

Freienwalde, im Jahre 1835.

Wilhelm Voight,
Hauptmann a. Dienst.

(Aus dem Allg. Anzeiger. Jahrg. 1835. № 144.)

31) Wenn der Körper zuweilen den Gichtstoff selbst und auf diese Weise ausscheidet, daß sich zuerst auf der Hautoberfläche ein kleiner röthlicher Punkt, welcher beim Berühren sehr schmerzt, zeigt, nach und nach entzündlicher, röther und schmerzhafter wird, sich bis zur Größe einer Erbse etwa erweitert, eine harte Umgebung und zuletzt eine sehr zähe Eiterung, mit Blut vermischt, bildet, welche man durch Aufstechung und Drücken zur Ausscheidung führt; so kann man diese fast ohne Schmerzen am leichtesten in Zeit von 8 bis 14 Tagen dadurch heilen, daß man solche Stellen mit der im Folgenden angegebenen, leicht anzufertigenden Salbe täglich öfters einreibt oder bestreicht, wenn zu heftiger Schmerz das Einreiben nicht verstattet.

Man nehme etwa für ½ Sgr. Pottasche (Kali) und gieße so viel Wasser darauf, daß sich die Pottasche nicht ganz auflöst, worauf man eine gesättigte Auflösung derselben erhält. Hat diese, nach mehrmaligem Umrühren, einige Stunden gestanden, so nehme man von der klaren Auflösung einen Eßlöffel voll und eben so viel gewöhnliches, gereinigtes Brennöl, fülle Beides in ein Arzneiglas, pfropfe es und schüttle es tüchtig durch einander, so hat man eine flüssige, milchartige Salbe, welche zum Gebrauch so aufbewahrt, und jedesmal vorher umgeschüttelt wird. Diese Salbe heilt nicht nur gündlich offene Gicht, sondern auch sehr tiefe Brandwunden, andere bösartige Geschwüre und Ausschläge, aufgesprungene Lippen und Hände damit eingerieben, Verhärtungen in der Haut, ohne Anwendung anderer Mittel, und wo der Ueberfluß an Pottasche in derselben beim Gebrauch zu sehr im Anfange schmerzt, mischt man mehr Oel zu, und es bedarf wohl keiner Erwähnung, daß, wer es wünscht,

ein feineres Oel anwenden und solchem mit einigen Tropfen eines wohlriechenden Oels einen Geruch geben kann. Die gesättigte Pottaschenauflösung dient ferner, ein wenig in die hohle Hand gegossen und mit wenigem Wasser verdünnt, als zweckmäßiges und wohlfeiles Reinigungsmittel für den Körper, anstatt der oft schlechten Seife.

32) Italienisches Mittel wider die Gicht. Man nehme eine Unze Leinsamen, zerquetsche ihn in einem Mörser, lasse ihn mit Wasser oder ungesalzener Fleischbrühe eine Zeit lang kochen, seihe den Absud durch und trinke ihn dann warm oder doch lau.

Hiermit verbinde man den Gebrauch der Klystiere. Alle zwei bis drei Monate setze man die Leinsamenmilch einen Monat lang aus, und nehme in dieser Zeit alle Morgen eine halbe Drachme Chinapulver, und fahre dann wieder mit der Leinsamenmilchkur fort, beobachte übrigens aber keine besondere Diät.

»Dem anhaltenden Gebrauche dieses Mittels,« schreibt Graf Rinaldo Karli, ein Italiener, »verdanke ich's, daß ich seit langer Zeit von meiner Plage frei bin; es verdanken mir dasselbe mehrere Personen, denen ich es rieth. Unter Andern brauchte es namentlich der Graf Greppi, der gewöhnlich drei, auch vier Anfälle von der Gicht jährlich hatte, auch schon sind es fünf Jahre, daß er ganz frei von ihr ist. Gleiche Wirkung that es auch Freunden in Mailand und Genua.«

33) Mit Gicht und Lähmungen behaftete Patienten müssen öfters ein Ameisenbad nehmen, welches darin besteht, wenn man ganze Ameisenhaufen mit Eiern und Allem, was darin ist, in einen leinenen Sack thut, diesen in ein Faß legt und kochend heißes Wasser darauf gießt; das so fertige Bad kann, nach Jedermanns Belieben und Bequemlichkeit, oftmals gebraucht werden. Viele Versuche hiermit bestätigen die beste Wirkung.

34) Podagra-Balsam. Zwei Theile Seife, einen Theil Kampher, etwas Safran und Regenwürmergeist, mit Ameisenspiritus, zusammen zu einer Salbe gemischt, und täglich die leidenden Theile einige Male gut damit eingerieben, welche zuvor mit einer starken Haarbürste gerieben werden müssen, ist bis jetzt noch immer das sicherste und bewährteste Hilfsmittel gewesen, dem Schmerz, den das Podagra verursacht, entgegen zu wirken und Einhalt zu thun.

35) Kornbranntwein mit Kalkwasser, zu gleichen Theilen, zum Waschen, mildert am meisten das heftige Jucken bei oder nach dem Gichtanfalle.

36) Dr. Wandt empfiehlt bei fieberloser Gicht die schmerzhaften Theile mit Schwefel zu bestreuen.

Unterdrückte Hautausdünstung und übermäßige Schweiße.

Die freie Thätigkeit der Haut gehört zu den ersten Erhaltungsmitteln der Gesundheit; mag der Mensch auch wirklich in ungesunder Luft arbeiten und diese, mit schadhaften Stoffen geschwängert, einathmen, so wird ihm dies wenig schaden, wenn er des Nachts in einem reinlichen Bette und gesunden Schlafzimmer etwas ausdünstet.

In vielen Krankheiten, namentlich in den catarrhalischen, rheumatischen, gichtischen, den meisten Fiebern, Ausschlägen und schmerzhaften Leiden, ist gelinde Beförderung der Hautausdünstung eine der wichtigsten Indicationen. Die meisten Krankheiten entscheiden sich durch Schweiß, d. h. die Natur sucht durch Schweiß das Gleichgewicht wieder herzustellen.

Folgende einfache Mittel können hierher gerechnet werden:

1) Active Bewegung ist das naturgemäßeste Beförderungsmittel der Hautausdünstung, des Schweißes. Unter Beschleunigung des Blutumlaufs und Aufnahme einer größern Menge von Lebensluft in die Lungen, bei vermehrter Respiration wird Wärme erzeugt, und der Körper durch verstärkte Hauttranspiration erleichtert. Wahrscheinlich werden dadurch Auswurfsstoffe, die sogenannten Hautschlacken, entfernt, die sonst veralten und den Organismus belästigen. Ein Gefühl von Behaglichkeit und angenehmer Abspannung folgt auf jede active, mit gelinder Hautausdünstung verbundene mäßige Bewegung, und die Natur scheint absichtlich ein Wollustgefühl mit der Bewegung verbunden zu haben, um uns zur Thätigkeit und zu dem aufzufordern, was uns nützlich ist. Für diejenigen, deren Bestimmung es nicht ist, naturgemäß zu leben, im Schweiße ihres Angesichts ihr Brod zu essen, kann der Rath: von Zeit zu Zeit, wohl bekleidet, einen Berg zu ersteigen, Holz zu sägen, oder den ganzen Körper stark zu bürsten, von größtem Nutzen sein.

2) Kranken, deren Zustand active Bewegung im Freien und lebhafte Muskelanstrengung nicht erlaubt, z. B. Gichtischen, ist das laute Lesen, Singen und Sprechen zu empfehlen. Celsus empfiehlt es auch denen, die am Magen leiden, zur Beförderung der Verdauung.

3) Um einzelne leidende Theile in Schweiß zu versetzen,

ist es hinreichend, sie mit Wachstaffent zu bedecken und diesen dicht und glatt mit der Haut in Berührung zu bringen.

4) Dämpfe von bloßem heißen Wasser, oder von Wasser, worin aromatische Kräuter, wie Kamillen, Thymian, Lavendel, Krauseminze gekocht werden, an den leidenden Theil leiten und durch einen übergehängten Mantel oder Serviette zu bewirken, daß der warme Dunst sich nicht zu schnell zerstreuet, sondern die Haut erweicht, anfeuchtet und bähet.

5) a. Man umhüllt einen oder zwei im Kaminfeuer heiß gemachte Backsteine mit nassen Tüchern und legt sie neben den Kranken unter die wollene Bettdecke; oder b. man leitet mittelst eines elastischen, weiten Rohrs heiße Wasserdünste aus einem blechernen, verschlossenen und auf Kohlen gesetzten Gefäß unter die Bettdecke, welche vorher durch ein halbzirkelförmiges Holz oder einen Reif in die Höhe gehalten wird, damit die warmen Dämpfe überall mit der Haut in Berührung kommen können. Nachdem diese bequeme Art von Dampfbad eine halbe Stunde gedauert hat, wird der Kranke mit warmen Tüchern abgetrocknet und in ein anderes gewärmtes Bett gebracht. — c. Das Dritte: warme Umschläge auf die Füße, um allgemeinen Schweiß zu erregen. Bei trockener Haut, in entzündlichen und krampfhaften Affectionen, namentlich in Wochenbettskrankheiten, kann man das einfache Mittel mit dem besten Erfolg anwenden: Wollene Tücher werden in heißes Wasser getaucht, etwas ausgerungen und damit die Füße bis an die Waden eingehüllt.

6) Alle warme, wässrige Getränke, wie unser Thee, befördern die Hautausdünstung, zumal wenn sie im Bette getrunken werden. Der Fliederthee, allein getrunken, macht oft Wallungen und bringt keinen Schweiß hervor; um dies in jedem Falle zu bewirken, ist es gut, den Fliederthee mit Kamillenthee zu verbinden.

7) Dahin gehören die heißen Aufgüsse auf aromatische Blumen und Pflanzen, wie Hollunderblumen, Melisse, Minze, Lindenblüthe.

8) Heißes Zuckerwasser mit Zitronensaft, Weinessig oder Himbeeressig geschärft.

9) Warme spirituöse Getränke, wie Punsch und Grog, wirken sehr bestimmt diaphoretisch und können in vielen Fällen als wirksame, schweißtreibende Mittel angesehen werden.

10) Heiße Biersuppe mit Fliedermus und Kümmel.

11) Heiße Kuh- oder Ziegenmilch, mit viel Zucker versüßt, des Morgens im Bette getrunken.

12) Um unterdrückte Fußschweiße wieder hervorzurufen, soll man alle Abend ein trocknes Fußbad von erwärmter Kleie nehmen, nämlich die Füße bis über die Waden eine halbe Stunde lang in heiße Kleie stellen.

13) In eben der Absicht wird gerathen: die dünne, äußere Rinde von Birken in die Schuhe zu legen. Man giebt in Finnland dieser weißen Rinde die Form von Sohlen, und trägt sie in den Schuhen, außerhalb der Strümpfe. Die innere Fläche der Rinde liegt den Fußsohlen zugekehrt.

14) Umschläge von gekochten Kartoffeln über die Füße zu machen.

15) Das Tragen von Gummischuhen, sowohl des Nachts, als am Tage, auf den bloßen Füßen. Fein gestoßenen Senf in den Strümpfen tragen. Sohlen von Gemshaaren.

16) Abends vor Schlafengehen einen Theelöffel gepulverten Salmiak und doppelt so viel ätzenden Kalk in jeden Strumpf zu streuen und diese die Nacht über anzubehalten. In hartnäckigen Fällen wird das Mittel auch am Tage angewendet. Hat sich indessen, in Folge unterdrückter Fußschweiße, eine anderweitige Krankheit schon ausgebildet, oder ist eine sich anderweitig ausbildende Krankheit die Ursache, daß die Fußschweiße allmälich schwinden, sowie unter solchen Umständen etwa ein Fontanell von selbst eintrocknet, so muß, mit Hilfe eines Arztes, jene Krankheit erst gründlich gehoben oder wenigstens gebrochen werden, ehe man mit Sicherheit erwarten kann, die Fußschweiße wieder herzustellen, die immer da, wo sie sich einmal ausgebildet haben, zur Erhaltung der Gesundheit als nothwendig betrachtet werden müssen und darum niemals unterdrückt werden dürfen.

17) Um übermäßigen Fußschweiß zu vertreiben, wird gerathen: Weizenkleie täglich frisch in die Strümpfe zu streuen, wollene Strümpfe zu vermeiden und oft warm zu baden. Ob es gleich sehr selten für die Gesundheit zuträglich ist, die starken Fußschweiße zu unterdrücken, so belästigen diese doch oft so ungemein, daß man wohl durch geeignete Mittel sie zu mäßigen suchen kann, und hierzu kann man sich am besten des Franzbranntweins bedienen, den man jeden Morgen in die Stiefeln oder Schuhe gießt, diese anzieht und dann geht.

18) Gegen das lästige Händeschwitzen ist zu rathen: eine Zeit lang beständig, auch bei Nacht, lederne Handschuhe zu tragen.

19) Gegen hektische Schweiße empfiehlt Percival

den starken englischen Porter, oder täglich zweimal einen Eßlöffel voll Rum in einem Glase Eselsmilch zu trinken; auch Einreibung von Olivenöl, alle 3 — 4 Tage zu einigen Unzen.

20) Salbeithee mit Rothwein wird sehr empfohlen.

Engbrüstigkeit. Brustkrampf.

Die Engbrüstigkeit besteht in einem beengenden, ängstlichen Gefühl beim Athemholen. Brustkrampf ist dagegen das Gefühl, wenn plötzlich die Brust wie zusammengeschnürt ist, und das Athemholen so erschwert wird, daß Erstickungszufälle dadurch entstehen.

1) Im feuchten Asthma, oder der Kurzathmigkeit mit vermehrter Schleimsecretion, ist der tägliche Genuß von Ehrenpreisthee oft sehr wohlthätig.

2) Ein sehr schätzbares Mittel bei Brustkrampf und Mangel an Auswurf ist der Anisthee.

3) Ausgepreßter Rettigsaft, Morgens zu einigen Eßlöffeln voll, gegen die schleimige Engbrüstigkeit.

4) Zerriebener Meerrettig, mit Wasser vermischt, davon Abends beim Schlafengehen einen Eßlöffel voll zu nehmen, um nächtlichen Anfällen von Brustbeklemmungen vorzubeugen.

5) Senfmehl gegen Asthma. Dr. Helm in Wien bezeugt, daß der 21 Jahre lang von Erstickungsfällen geplagte österreichische General, Baron Brady, durch dieses Mittel, welches ihm ein gemeiner Mann rieth, binnen vier Wochen geheilt worden. Er nahm Morgens und Abends einen Kaffeelöffel gestoßenen gelben Senf in Fleischbrühe oder Thee; zugleich rauchte er in den Anfällen das im October gesammelte Kraut, Stengel und Wurzel des Stechapfels wie Tabak aus irdenen Pfeifen.

6) Auch der Kaffee ist ein vorzügliches Mittel gegen asthmatische Beschwerden. Pringle empfahl ihn zuerst gegen die periodische Engbrüstigkeit. Man läßt ihn frisch brennen und mahlen, und alle Viertel- oder halbe Stunden eine Tasse von 2 Loth nehmen.

7) Die Hände in heiß Wasser zu stecken, ist ein höchst schätzbares Erleichterungsmittel des Brustkrampfes; das Athemholen wurde in einem Falle von nächtlicher Beklemmung jedes Mal danach freier.

8) Um schnelle Ableitung zu bewirken bei Erstickung drohender Brustbeklemmung dient ein Senfteig von Senfmehl und Essig auf die Brust gelegt.

9) Das Auflegen von frisch geriebenem Meerrettig auf die innere Fläche der Vorderarme leitet sehr von der Brust ab.

10) Fetten, untersetzten Personen ist bei Engbrüstigkeit ein Haarseil auf der Brust anzurathen.

11) Vollblütige Personen, mit kurzem Halse, müssen öfters zur Ader lassen.

12) Sind unterdrückte Fußschweiße, Hautausschläge oder zugeheilte Geschwüre die Ursache, so lege man sich eine Fontanelle an den Arm oder über die Wade.

Schwindsucht, Lungenschwindsucht, Auszehrung.

Sie giebt sich durch einen quälenden, kurzen Husten mit eiterartigem, blutigem Auswurf, Brustbeengung, Abzehrung, Nachtschweiße und Durchfall zu erkennen. Gegen die Schwindsucht kann man nicht frühzeitig genug Hilfe gebrauchen, und der Rath eines Arztes darf nie versäumt werden. Anlage dazu haben Leute mit flacher Brust, langem Halse, hohen Schultern, zarter Haut, schönen, weißen Zähnen, schönen, hochrothen Wangen, die öfters an Heiserkeit leiden und viel aus der Nase bluten.

1) Die größten Schutzmittel gegen die Schwindsucht sind Ackerbau und andere active Bewegungen in freier Luft. Menschen, die sich viel Bewegung machen, sind der Lungenschwindsucht weniger unterworfen, als solche, die viel sitzen. Kein Schwindsüchtiger wird geheilt, er mag gebrauchen, was er will, wenn er sich nicht Bewegung macht.

2) Die Motion des Reitens wird, zumal in England, Schwindsüchtigen dringend empfohlen.

3) Zwei andere einfache Mittel sind zu allen Zeiten als Heilmittel der Schwindsucht angesehen worden — Milchdiät und Landluft.

4) Boerhave verordnete seinen schwindsüchtigen Kranken folgende Lebensordnung: sie mußten täglich bei leerem Magen reiten, und nach und nach die Curse immer weiter ausdehnen; Morgens und Abends den ganzen Körper lange und stark mit warmen und trockenen Tüchern reiben, in einem oberen Zimmer schlafen; früh zu Bett gehen und früh aufstehen; Honigwasser, mit gleichen Theilen Milch vermischt, trinken und öfter am Tage essen, besonders Milch- und Mehlspeisen, leichte Gemüse u. s. w.

5) Gegen die Schwindsucht. Der ausgepreßte Saft von

Erdepheu, auch Gundermann oder Gundelrebe genannt, mit Milch oder Molken vermischt, soll schon mehrmals in der Schwindsucht mit dem glücklichsten Erfolg gebraucht worden sein.

6) Der beständige Aufenthalt in Kuhställen wurde zu einer Zeit übermäßig als Heilmittel gegen die Lungenschwindsucht gelobt.

7) Spaziergänge in Fichtenwäldern und Theerräucherungen haben Manchem schon genützt.

8) Durch Diät kann man viel nützen in der Schwindsucht, sie muß der Witterung angemessen werden. Bei feuchtem, warmem Wetter, wo der Körper erschlafft und viel Eiterauswurf da ist, da wähle der Kranke eine kräftige Kost; bei kalter Witterung im Winter dagegen, wo wenig Auswurf, aber öfter Schmerzen auf der Brust quälen, genieße man eine ganz magere Diät, weder Wein, Kaffee, noch Fleischspeisen.

9) In neuerer Zeit hat man dagegen die Theerräucherungen hoch erhoben. Man setzt in das Zimmer des Kranken ein Gefäß mit Theer, so wie er auf Schiffen gebraucht wird, und läßt ihn über einer Lampe allmählig verdunsten. Dies soll man alle drei Stunden wiederholen. Oder der Kranke soll sich in einer Schiffstaufabrik aufhalten, wo fortwährend die Dünste des erhitzten Theeres sich verbreiten.

10) Einem lungenschwindsüchtigen Manne wurde gerathen, sich in einer Lohmühle anstellen zu lassen. Bald minderten sich Husten, Nachtschweiße und andere hektische Symptome und er wurde hergestellt. Man schrieb diese günstige Wendung dem eingeathmeten Lohmühlenstaube zu. Der Mehlstaub soll auch gegen die Lungenschwindsucht schützen. *)

11) Unter den Rathschlägen, eine platte, schmale Brust zu erweitern und schwache Lungen zu stärken, steht der gewiß oben an, durch langsam vermehrte Bewegung und Uebung der Lungen, indem man oft tief, langsam, aber mit Stärke einathmet und den Brustkasten ausdehnt, diese Organe zu üben. Regelmäßig und täglich müssen Viertel- und halbe Stunden, oft wiederholt, diesem Hilfsmittel gewidmet werden, neben sonstiger genugsamer Bewegung im Freien und vorzüglich auf Bergen; nur dann übertrifft es jedes andere Vorbeugungsmittel bei Anlage zur Schwindsucht an Wirksamkeit. Ramadge empfiehlt als vorzügliches Heilmittel der Lungenschwindsucht das Einathmen von Wasserdämpfen und später von aromatischen Kräutern.

---

*) Gegen Husten der Schweine wird Lohmühlenstaub häufig angewendet.

12) Dahin gehört auch die Uebung der Lungen durch lautes Lesen, und

13) mäßiges Flötenblasen. Der Kapellmeister Quanz versichert in seiner Anleitung zum Flötenblasen, daß er junge Leute, die wegen Schwäche der Lunge kaum ein Paar Takte in einem Athem blasen konnten, durch behutsame und anhaltende Uebung auf diesem Instrumente so weit gebracht habe, daß sie so viel als Andere, und selbst die Trompete fertig und ohne Nachtheil bliesen.

14) Tägliches Bergsteigen trägt gleichfalls wesentlich zur Erweiterung der Brust bei. Dies ist auch deshalb noch sehr anzurathen, weil die Luft auf Bergen gewöhnlich reiner ist und die Lungen dort freier athmen können.

16) Zur Erweiterung und Wölbung der Brust trägt nichts mehr bei, als die horizontale Lage im Schlafen auf festen Matratzen, mit nur wenig, durch ein rundes Polster und kleines Kopfkissen erhöhtem Kopf, wie es in Frankreich allgemeine Sitte ist. Jeder, der diese, der deutschen Art, mit stark erhöhtem Kopfe zu schlafen, entgegengesetzte Weise zu liegen, an sich versucht, wird finden, daß dadurch die Brust nach vorn gewölbt und hervorgehoben wird.

16) Sonnenwärme, Sonnenlicht, Insolation, mäßige Bewegung im Sonnenschein, Aussetzen des nackten Körpers der Sonne, sind wichtige Belebungs- und Stärkungsmittel in Auszehrungskrankheiten.

17) Zu den hiesigen Volksmitteln in der Lungenschwindsucht gehört der Thee von Brombeer-Ranken, vermischt mit Kandiszucker.

18) Der Salbeithee ist ein sehr wirksames Mittel. Ein Blutspeier, der dies Jahre lang gebrauchte, hat sich damit vollkommen curirt. Ebenso ist der Thee von Ehrenpreis von sehr gutem Erfolg.

19) Ausgedrückte frische Gurken- und Kerbelsäfte, mit Schnecken- oder dünner Hühnerbrühe.

20) Junge Brennnesseln, Melde, Ehrenpreis, wie Spinat gekocht, zu essen.

21) Thierisches Fett, namentlich Hundefett, ist als ein altes Volksmittel in der Lungenschwindsucht bekannt.

22) Eine englische Vorschrift in Auszehrungskrankheiten ist folgende: Ein frisches Eidotter wird mit drei Eßlöffel voll Rosenwasser zerrührt, ½ Nößel frische Kuhmilch, Zucker und etwas Muskatnuß hinzugethan und dies alle Morgen getrunken, nachher zwei Stunden lang nichts weiter gegessen.

23) Ein schwindsüchtiger Offizier lebte zuletzt von nichts, als Honigkuchen und Milch, wobei er sich nach 5 Monaten vollkommen erholte.

24) Schneckenbouillon wird bei uns in Auszehrungskrankheiten oft mit großem Nutzen angewendet. Man nimmt 6 bis 8 große Schnecken mit der Gabel aus dem zerschlagenen Hause, befreit sie von der Galle, reibt sie mit Salz, hackt sie klein und kocht sie mit ½ Quart Wasser. Diese Portion läßt man alle Morgen trinken. Die Brühe schmeckt fade, ohngefähr wie rohes Eigelb. Angenehmer und wirksamer soll sie sein, wenn man zugleich mit den Schnecken geraspeltes Hirschhorn und Graupen abkochen läßt.

25) Der frisch ausgepreßte Gurkensaft wird vielfältig in der Schwindsucht gerühmt. In einigen Fällen, täglich ½ Quart getrunken, hat er vollständige Heilung hervorgebracht.

26) In Frankreich läßt man abgemagerten Menschen Morgens und Abends Nudeln, mit Milch und Zucker dick eingekocht, essen.

27) In Niedersachsen essen abgemagerte Menschen Morgens Roggenbrei und trinken Braunschweiger Mumme.

28) Heilung der Lungenschwindsucht. Der Kranke nehme vier bis sechs Wochen hindurch, je nachdem er mit der Zeit mehr oder weniger angegriffen wird, alle Morgen nüchtern eine Messerspitze geriebenen Meerrettig mit einem Theelöffel voll Honig und lasse sich nicht abschrecken, wenn dadurch besonders Reiz zum Husten erfolgt, insofern der Husten nicht übermäßig angreift; denn dieses Mittel soll die Lunge reizen.

Eine Stunde darauf nehme der Kranke einen Theelöffel voll reines Provençeröl mit feinem Zucker vermischt. Dies soll die Lunge heilen, und um die Heilung nicht zu unterbrechen, darf vor Ablauf einiger Stunden nichts genossen werden.

Es muß bei zu großer, durch den verstärkten Husten herbeigeführter Anstrengung, der Meerrettig und Honig nothwendig weggelassen werden, oder hat man denselben bereits 4—6 Wochen gebraucht, dann nehme der Kranke das Oel u. s. w. auch Abends vor dem Schlafengehen noch einmal und fahre damit so lange fort, bis er sich völlig geheilt fühlt.

Anzurathen ist, daß man sich des ärztlichen Beistandes nicht völlig entschlage, da dessen Einwirkung, bei Hinzutritt von andern Zufällen, z. B. Diarrhöe, Fieber u. s. w., durchaus nöthig erscheint.

Fühlt Jemand, daß seine Lunge leidet, so lasse er die

Schwindsucht nicht erst zum völligen Ausbruch kommen, sondern brauche obiges Mittel und er wird sicher geheilt. Veraltete Uebel dagegen widerstehen oft den bewährtesten Mitteln.

v. B. C. G.

29) Selter-Wasser, mit Milch von Eseln, Ziegen oder Kühen getrunken, lindert den lästigen Husten und hält die beginnende Schwindsucht auf.

30) Als nährendes Mittel ist das Carrageen-Moos, welches in Liefland wächst, bei uns aber in der Apotheke zu haben ist, ganz vorzüglich hilfreich in der Schwindsucht.

31) Ein höchst preiswürdiges Mittel gegen Lungenschwindsucht sind Speckeinreibungen. Man reibt täglich 2 bis 3 Mal 2 bis 4 Loth Speck in Brust, Rücken und die Seiten. Eine solche Einreibung muß 20 bis 30 Minuten dauern, damit der Speck während der Einreibung von der Haut aufgesaugt werde. Uebrigens muß das Zimmer, wo die Einreibung bewerkstelligt wird, warm sein, Patient sich im Bette befinden und immer nur den Theil entblößen, der gerade eingerieben wird, überhaupt jede Erkältung dabei vermeiden. Oft schon wurden Kranke, welche bereits durch Husten, Eiterauswurf, erschöpfende Nachtschweiße und Durchfälle bis auf's Aeußerste erschöpft waren, durch 4 bis 6 Wochen Speckeinreibungen dem Leben wieder gegeben.

32) Ein nicht minder wichtiges Mittel ist der Zucker, besonders bei solchen Lungenschwindsüchtigen, welche bereits ein höheres Alter erreicht haben. Der Patient genießt täglich 4 bis 6 Loth Kandiszucker in Haferschleim.

33) Auch das Asphaltöl, täglich dreimal 3 Tropfen und allmählig gestiegen, und endlich

34) Die Hirschzunge (Asplenium scolopendrium), wovon man von dem frischen Kraute 2 Unzen mit 2 Pfund Wasser zu einem Pfunde einkochen, und dem Patienten alle zwei Stunden einen Eßlöffel voll nehmen läßt, haben günstige Erfolge in der Lungenschwindsucht aufzuweisen.

Bräune. Heiserkeit.

Die Bräune ist die gefährlichste Kinderkrankheit, sie erfordert die schnellste Hilfe und kündet sich durch einen eigenthümlich krähenden Ton beim Husten, durch beengten Athem, durch Drücken und Stechen im Halse und durch Fieber an. Blutegel, Brechmittel, fleißiges Theetrinken und Warmhalten

sind die Hauptmittel. Vor allen Dingen suche man schnell die Hilfe eines Arztes.

1) Bei leichter Anschwellung der Mandeln und des Zäpfchens, bei Steifheit des Halses und behindertem Schlucken, wie es oft nach Erkältung vorkommt, pflegen viele bei Nacht einen wollenen, schon getragenen Strumpf um den Hals zu binden, und zugleich mit Salbeithee und Honig sich zu gurgeln.

2) Sehr gute Dienste leistet dabei das Einathmen von Wasserdämpfen. Von vier Theilen Fliederblumenthee und einem Theil Franzbranntwein zieht der Kranke die warmen Dämpfe in den Mund. Es ist unglaublich, sagt Richter, welchen großen Nutzen dieses einfache Mittel oft bringt.

3) Heiße Ziegenmilch, worin Honigkuchen aufgelöst worden, theelöffelweis einzugeben, um die in Eiterung übergegangene Halsgeschwulst zum Aufbruch zu bringen.

4) Bei chronischen Halsentzündungen, wie auch dem oft Wochen lang dauernden, verlängerten oder geschlossenen Zäpfchen, mit Beschwerde im Schlingen, half ein Gurgelwasser von Stärke oder Haarpuder, in Wasser aufgelöst.

5) Gegen Heiserkeit und völlige Stimmlosigkeit, welche bei Vielen nach Erkältung eintritt, soll man die Nacht ein kleines Flaumfederkissen um den Hals binden, Dämpfe einathmen, Gerstenschleim, Reglise essen, Brustthee trinken und die unterdrückte Hautausdünstung befördern.

6) Thee mit Eigelb und Kandiszucker trinken. Ein rohes Ei verschlucken. — Tragantschleim in Wein nehmen. — Eine Häringsmilch verschlucken. — Oder Senfmehl, mit Honig zu Kügelchen gemacht, des Morgens essen.

7) Entsteht Heiserkeit nach Nachtschwärmereien, so ist die Hungerkur ein gutes Mittel.

8) Brustthee und Leinsamen, zu gleichen Theilen mit heißem Wasser übergossen, ist das beste Heilmittel.

9) Kindern giebt man in solchen Fällen gebratene Aepfel, worin man Zucker hat schmelzen lassen, zu essen.

10) Um das öftere Wiederkehren des Croups oder Bräune zu verhüten, wasche man den Kindern den Hals fleißig mit kaltem Wasser und suche sie abzuhärten durch kalte Fußbäder.

11) Hustet ein Kind hohl und rauh, so lasse man es im Warmen schlafen und gebe ihm einige Tassen warme Milch zu trinken.

12) Bisher wurde der Croup oder die eigentliche häutige Bräune der Kinder, welche am Eingange dieses Abschnittes näher

beschrieben ist, und welche die Kinder meist plötzlich in den Abend- oder Nachtstunden befällt, allerdings fast immer mit Blutegeln, Brechmitteln ꝛc. und zwar, wo der Arzt nur zeitig genug dazu gerufen wurde, gewöhnlich mit günstigem Erfolge behandelt. Der Dr. Grahl in Hamburg will jedoch von diesen Mitteln im Croup nichts wissen, sondern empfiehlt Armbäder dagegen. Man füllt eine geeignete Kinderwanne mit heißem Wasser, als es das Kind, ohne sich zu verbrühen, ertragen kann, so tief, daß die Arme des kleinen Patienten sich etwa bis eine Hand breit unter dem Ellenbogengelenke unter Wasser befinden. Ueber den Kopf des Kindes hängt man ein Tuch oder eine Serviette, um die warmen Wasserdünste beisammen zu halten, damit sie das Kind einathmen kann. Das Wasser wird auf seiner hohen Temperatur durch immer wieder zugegossenes heißes Wasser erhalten. Ein solches Armbad dauert etwa 20 Minuten. Wäre der Husten hierdurch noch nicht locker geworden und erfolgte noch nicht ein freier, reichlicher Auswurf dabei, so wird das Armbad nach kurzer Zeit wiederholt. Bliebe der Athem aber auch hierbei noch immer kurz, beschwerlich und der Husten trocken, so soll innerlich Calomel gegeben werden. Natürlich muß Letzteres ein Arzt verordnen. Indessen hielten wir es für um so passender, obiges Mittel hier mitzutheilen, weil es einmal, nach Versicherung des Dr. Grahl, häufig ausreicht, die ganze Krankheit zu heben, und, wo dies der Fall auch nicht ist, doch zweitens schon vor Ankunft des Arztes angewendet werden kann.

13) Eben so thun auch warme Umschläge um den Hals gute Dienste.

Stickhusten.

Der Keuch- oder Stickhusten ist eine, vorzüglich das kindliche Alter befallende Krankheit, kommt entweder allgemein vor, oder als Folge der Masern. Der Husten wird sehr heftig, pfeifend und keuchend, geht in einen förmlichen Krampf über, wobei die Kinder leicht am Stickfluß sterben. Gewöhnlich dauert er 14 Wochen und hinterläßt leicht gefährliche Brustkrankheiten.

1) Um einen langwierigen, allgemeinen Stickhusten abzukürzen, dient sehr oft eine Ortsveränderung mehr, als die gepriesensten Arzneimittel. Das kranke Kind muß aus seiner bisherigen Krankenstube in ein anderes Zimmer, am liebsten der obern Etage, gebracht werden. In Fällen, wo alle Mittel

vergebens waren, half eine solche Veränderung in wenig Tagen. Selbst wenn ein scheinbar gesunder Aufenthalt mit einem weniger gesunden vertauscht wurde, sah man die gute Wirkung erfolgen, so daß es nur an einer Veränderung, nicht gerade an Verbesserung der Luft, gelegen zu haben scheint.

2) Als wirksame Mittel gegen den Stickhusten sind zu empfehlen: Ein Trank von trockenen Blättern des weißen Andorns. — Wilder Rosmarin. — Eiskraut. — Salbeithee mit Milch. — Eine Abkochung von Vogelbeeren mit Zucker.

3) Salat und andere saure Speisen sollen im Stickhusten besonders gut bekommen.

4) Seehundsfett mit Milch gekocht, eßlöffelweis einzugeben.

5) Abkochung von Weizenkleie, mit Honig und Milch vermischt, lauwarm häufig zu trinken.

6) Warmbier mit Butter. — Eichelkaffee.

7) Zu den holländischen Volksmitteln gehört folgendes: Man zerstößt 20 bis 30 kleine Gartenschnecken, kocht sie in 1 bis 1½ Pfund Bier eine halbe Stunde lang, seihet die Abkochung durch, versüßt sie mit Zucker, und läßt davon alle zwei Stunden eine halbe Theetasse voll trinken.

8) Selterwasser, mit lauer Milch vermischt, ist ein passendes Getränk im Stickhusten.

9) In den spätern Perioden bekommen einige Löffel voll Malaga- oder Tokayer-Wein sehr gut.

10) Als zweckmäßige Hausmittel können noch angesehen werden: Einreibung von Zwiebelsaft in die Fußsohlen.

11) Knoblauch, mit Schweinefett vermischt, in den Rücken und die Magengegend eingerieben.

12) Tägliche warme Fußbäder mit Holzasche und Senfmehl.

13) Ein warmer Flanellanzug, ein Trank von isländischem Moos und zuweilen einige Theelöffel voll Malaga können zu den besten Hausmitteln bei einem langwierigen Keuchhusten gerechnet werden.

14) Senf- und Spanischfliegenpflaster auf die Brust gelegt, erleichtern sehr den Husten.

15) Tritt Erbrechen beim Stickhusten ein, so ist gewöhnlich die größte Gefahr vorüber, deßhalb suche man dieses durch fleißiges Trinken von lauwarmem Wasser zu befördern.

16) Das fleißige Trinken von Fliedermilch und der Genuß des Carrageen-Moos-Gelee half Vielen.

17) Der Dr. Brueck in Osnabrück setzt großes Vertrauen auf eine psychische Palliativbehandlung des Keuchhustens. Er

hatte nämlich öftets bemerkt, daß da, wo mehrere Kinder an dem Uebel litten, die andern mit Husten einfielen, wenn eins zu husten anfing. Ein solches Einfallen wurde geradezu streng verboten. Außerdem mußte die Mutter oder die Krankenwärterin einem hustenden Kinde gütlich zureden, den Anfall nach Möglichkeit zu unterdrücken zu suchen. Bei Kindern, welche nicht mehr ganz klein und überdies an Folgsamkeit gewöhnt waren, gelang es in der That oft, auf diesem Wege nicht nur die Dauer eines einzelnen Anfalles, sondern auch die Dauer der ganzen Krankheit abzukürzen. Brueck stützt die Richtigkeit seiner Ansicht auf folgende Umstände und Beobachtungen: Die Muskeln, welche beim Husten in Thätigkeit gesetzt werden, sind halb unwillkürliche, halb willkürliche. So weit sie nun willkürliche seien, so weit lasse sich, meint Brueck, auf sie durch die Seele und ihren Willen beim Husten einwirken. Ein Kind war seit 8 Tagen vom Husten völlig befreit, fing aber augenblicklich wieder zu husten an, als es ein anderes Kind in der Schule husten hörte. Ein anderes Kind bat, wenn es den Husten herannahen fühlte, die Mutter, ihm etwas zu erzählen, weil »es sonst wieder husten müsse.«

Harnbrennen und Schleimfluß aus der Urethra.

Die Tripperentzündung entsteht gewöhnlich durch einen unreinen Beischlaf, und muß man zu dessen Heilung sehr diät leben, kein Fleisch oder Fleischsuppen essen, weder Bier, noch Branntwein trinken, sondern nur dünne, schleimige Kost genießen, viel Milch oder Hafergrütze und besonders Gerstenschleim trinken.

1) In Frankreich wird ziemlich allgemein in solchen Fällen kalter Leinsaamenthee für sich, oder mit einem Zusatz von Mandelsyrup getrunken.

2) Eben so dienen: Mandelmilch. — Zuckerwasser. — Milch und Wasser. — Gerstenschleim. — Eibischthee. — Orgeade.

3) Das Harnbrennen lindern auch die trinkbaren Schwefelwasser, wie das Nenndorfer Wasser.

4) Außerdem tragen Klystiere von bloßem lauen Wasser oder Seifenwasser sehr wesentlich zur Minderung der entzündlichen Reizung bei. Sie sind in der Entzündungsperiode weit nützlicher, als Einspritzungen in die Harnröhre, die so oft gemißbraucht werden.

5) Allgemeine laue Bäder, oder örtliche Milchbäder, lindern den Erethismus.

6) Eben so das Baden des Gliedes in warmem Baumöl. Der Kranke füllt ein längliches, irdenes Gefäß mit Baumöl, läßt es gelinde erwärmen und bäht damit das Glied so oft und so lange es ihm die Zeit erlaubt. Die Schmerzen und krampfhaften Zufälle vermindern sich darnach zusehends.

7) Das Einhüllen des Gliedes in weiche Leinwand, die an der Stelle, wo sie die Mündung der Harnröhre berührt, mit Oel angefeuchtet, oder auch ganz in Oliven- oder Mohnöl getaucht ist, lindert das Harnbrennen.

8) Im ersten Stadium des Trippers leisten kalte, örtliche Bäder, anhaltend und fleißig angewendet, oft die schnellste Hilfe.*)

9) Gegen den Nachtripper, den Schleimfluß aus der Urethra, der, nach gehobener Entzündung, oft mehrere Monate lang schmerzlos fortdauert, wird starker Wachholderthee, kalt zu trinken, empfohlen.

10) Wachholdermus, zwei Eßlöffel voll auf eine Bouteille Wasser, theilt dem Urin die Eigenschaft mit, den brennenden Schmerz zu lindern.

11) Cubeben in Pulver, dreimal des Tages zu einem halben Theelöffel voll. Der Harn soll davon den Geruch der Cubeben annehmen, und der Ausfluß oft schon nach drei bis vier Tagen vergehen.

12) Einige Purganzen aus Magnesia und Rhabarber leisten zur Heilung des Nachtrippers oft mehr, als alle balsamische Mittel.

13) Die zurückgebliebenen dumpfen Schmerzen in der ganzen hypogastrischen Gegend, im Damm und andern Theilen, werden durch Dampfbäder sehr vermindert. Diese bereitet man am leichtesten, indem man ein Gefäß mit kochendem Wasser und Kamillenblumen in den Nachtstuhl stellen läßt.

14) Zur Abkürzung eines sehr langwierigen Schleimflusses empfiehlt man in England das Reiten. — Kalte Flußbäder und örtliche kalte Bäder.

15) Cobaivbalsam allein oder mit bittern Tropfen zu 12 bis 15 Tropfen anfänglich genommen, soll nach Heyfelder, gleich

---

*) Im ersten Stadium, d. h. im entzündlichen, mit heftigen Schmerzen beim Urinlassen, und wohl auch mit Fieber verbundenen, hüte man sich sowohl vor Oelmitteln, als vor kalten örtlichen Bädern. Man kann damit den Tripper wohl vertreiben, aber nicht heilen.

vom Anfange gebraucht, den Tripper sehr abkürzen und die heftigen Schmerzen lindern.

16) Ein Glas Wein mehr, als gewöhnlich, getrunken, neben nahrhafter Fleischkost und Bewegung in freier Luft, tragen zur Abkürzung des Nachtrippers noch besonders bei. Bei sehr schmerzhaftem Tripper ziehe man einen Arzt zu Rathe.

17) Früh und Abends zwei Tropfen Petersiliensaft, so wie man ihn durch Zerquetschung der frischen Pflanze erhält. Allmälig kann man die Gabe steigern.

Bei der Behandlung des Trippers ist wohl zu unterscheiden, ob man es noch mit dem ersten, entzündlichen, schmerzhaften Stadium, oder mit dem spätern Nachtripper, dem schmerzlosen Schleimflusse, zu thun hat. Alle von 9) an angegebenen Mittel gegen den Nachtripper sind gegen diesen anwendbar, schaden aber im ersten, entzündlichen Stadium Dahin ist der in 15) gegebene Rath, den Copaivbalsam »gleich vom Anfange an zu gebrauchen,« zu berichtigen.

Harnverhaltung, Gries und Stein.

Eine Harnverhaltung kann man sich dadurch leicht zuziehen, daß man das Harnen zurückhält, die Blase bekömmt hierdurch solche Schwäche, daß nur Waschen des Unterleibes mit Rosmarin- oder Lavendelspiritus diese heben können.

1) Manchen an Harnverhaltung leidenden Kranken, zumal solchen, die auch in gesunden Tagen liegend den Urin nicht lassen können, verschafft man augenblickliche Hilfe, wenn man sie vorwärts gebückt, auf die Knie legen oder auf den Nachtstuhl setzen läßt.

2) Der Same vom Kürbis wird mit Flußwasser in einem irdenen Geschirr zu Gallerte gekocht und davon Morgens und Abends ein Tassenköpfchen voll nach und nach eingenommen, so wird der beste Erfolg sich bald zeigen.

3) Warme Bähungen der Geschlechtstheile durch Auflegen einer in warmes Wasser getauchten Serviette passen besonders bei Harnverhaltung der Wöchnerinnen.

4) Manche befördern die Entleerung der Blase dadurch, daß sie den Penis mit zurückgezogener Vorhaut in kaltes Wasser oder noch besser in Selterwasser tauchen.

5) Ein ähnliches Volksmittel gegen das Schwerharnen, welches zuweilen vom Genuß des frischen Biers entstehen soll, ist: sich mit nacktem Hintern auf einen kalten Stein zu setzen.

6) Ein bejahrter Mann hat an sich die Erfahrung gemacht, daß, sobald er sich des Morgens den Kopf mit kaltem Wasser wusch, er den Harn lassen mußte. Das Mittel kann bei dem Schwerharnen, woran alte Männer oft leiden, von Nutzen sein.

7) Kalte Umschläge auf die Fußsohlen bewirken die Urinausleerung. *)

8) Eine gebratene, noch heiße Zwiebel auf die Schooßgegend gelegt, soll die Harnausleerung antreiben.

9) Ein Trank aus Korn- und Brennesselblumen ist ein gutes Heilmittel gegen Harunterdrückung.

10) Wider das Bettpissen der heranwachsenden Kinder beiderlei Geschlechts. Man bereite einen Aufguß von einer Hand voll Schafgarbe und Feldkamillen mit 2 Quart siedendem Wasser, lasse diesen, gut zugedeckt, eine Stunde ruhig stehen, kläre ihn dann ab und gebe den Kindern vom Morgen bis Abend davon zu trinken, so wird diesem Uebel abgeholfen werden.

11) Um Gries und kleine Blasensteine auszuführen, ist Wasser, in Menge getrunken, neben warmen Bädern und erweichenden Klystieren, das wirksamste.

12) In China und Japan sollen sowohl die Steinkrankheit, als Gicht, äußerst selten vorkommen, was man dem beständigen Genuß des Thee's zugeschrieben hat.

13) Erdbeeren, Kirschen und andere Sommerfrüchte sind wirksame Mittel gegen den Stein.

14) Da der Genuß von süßen Kirschen den Urin alkalisch macht, so scheinen diese besonders dienlich zu sein.

15) Meerrettig, mit Bier kalt infundirt, wirkt urintreibend, und paßt bei Verschleimung der Harnwege.

16) Frisch ausgepreßter Mohrrübensaft, Morgens zu 8 Löffeln voll, Monate lang zu nehmen.

17) Hagebuttensamen, mit Wasser abgekocht, zum innerlichen Gebrauch gegen Gries und daherrührende Urinverhaltung.

18) Kindern gebe man Streupulver mit Altheesyrup, täglich einigemal einen halben Theelöffel voll.

19) Der Absud von den ausgetrockneten Pfirsichblättern soll gegen den Nierenstein vorzüglich wirksam sein, und auf dessen Gebrauch in kürzerer oder längerer Zeit Gries und Steinchen abgehen.

---

*) Kälte auf die Füße applicirt, erfordert stets Vorsicht.

20) Bittere Mandeln, Morgens 3 bis 4 Stück zu essen, gegen Anlage zum Stein. Sie führen Gries aus.

21) Thee von den trockenen Blättern des Mandelbaums gegen den Stein.

22) Karlsbad ist den an Harnbeschwerden Leidenden vorzüglich anzurathen. Kohlensäure befördert sehr den Abgang des Harngrieses; ebenso Kalkwasser mit Milch getrunken. Wasserfenche, Rettig und Meerrettig bethätigen die Nierenfunction und sind deßhalb fleißig zu genießen.

23) Bewährt gefundenes Hausmittel wider die Steinschmerzen. Man nehme etwa 8 bis 10 Tage vor dem jedesmaligen Eintritte des neuen Mondes ungefähr eine Handvoll in Würfel geschnittenen Knoblauch, thue solchen in eine Bouteille, und gieße darauf ein halbes Maaß reinen, guten Kornbranntwein, lasse solche, ohne es auf's Feuer zu stellen, in der Sonne destilliren und trinke, nachdem man die Masse (welches bei Gebrauch allemal geschehen muß) ein wenig umgeschüttelt, mit dem jedesmaligen Eintritt des neuen Mondes ungefähr ein mäßig volles Weinglas davon, auch wohl etwas weniger, je nachdem der Patient starker oder schwacher Natur ist; fahre aber ja damit beim Eintritte des neuen Mondes beständig fort, sodann wird man von dem Uebel nie etwas wieder empfinden; denn es haben sich mit diesem geringen Mittel schon viele Menschen völlig wieder hergestellt. Der Urin pflegt durch obiges Mittel, wenn er kalt geworden, sehr dick zu werden, und wenn sich derselbe gesetzt hat, findet man auf dem Grunde des Uringeschirres die kleinen Steine, die dem Patienten dadurch abgertrieben worden, so häufig, als wenn einige Theelöffel voll Sand oder Grand hineingeworfen wären. Man kann die oben gemeldete, zuerst in die Bouteille gegebene Quantität Knoblauch, nebst dem etwa zurückgebliebenen Branntwein, wohl noch ein- bis zweimal zu dem folgenden neuen Monde stehen lassen, ehe man die Bouteille davon reiniget und das Alte davon weggießt; nur muß etwas frisches von beiden hinzugegeben werden, wie man auch den Branntwein völlig zuletzt abklären und dem Patienten, jedoch nicht mehr, als oben gemeldet worden, zu trinken geben kann.

24) Noch zwei Mittel gegen den Blasenstein. 1) Der Gebrauch des milden kohlensauren Kali, unter ärztlicher Aufsicht, eignet sich, den Blasenstein und Gries, ohne sonstigen Nachtheil für den menschlichen Körper, aufzulösen und abzutreiben. 2) Auch ist in neuerer Zeit gegen die genannte Krankheit in

der Arznei aufgenommen worden die Wurzel der Cunna garganna, (?) welche mit wenig gequetschtem Leinsamen als Thee getrunken wird und vortreffliche Wirkung thun soll.

25) Ein heißes Bad lindert die heftigsten Schmerzen und läßt den Gries leicht durch die Harnröhre gehen.

Entzündungen.

Die Hauptzeichen der Entzündung sind: Schmerz, Röthe, Geschwulst und gewöhnlich auch Fieber; sind innere Theil, z. B. Lungen, entzündet, so fehlt dabei nie der Durst.*)

1) Kaltes Brunnenwasser, mit einem kleinen Zusatz von warmer Kuhmilch, ist ein sehr gutes Krankengetränk; doch muß dabei der Geschmack des Kranken berücksichtigt werden, indem vielen Menschen der Zusatz von Milch nicht behagt. — Milch und Wasser, in Menge und warm getrunken, scheint sehr bestimmt schweißtreibend zu wirken, ist folglich auch bei Entzündungen anwendbar.

2) Einige Schnitte über Kohlen geröstetes Weizenbrod in frischem Wasser eingeweicht, theilt dem Wasser einen ganz angenehmen Geschmack mit und paßt als Krankengetränk. Brodwasser, wie es häufig aus einer Menge verbrannter Rinden von saurem Brod, mit Aufguß von heißem Wasser, bereitet wird, ist aber unpassend. Roggenschrot, mit Wasser in kleine brodähnliche Formen gebracht und auf Oefen getrocknet, und dann 24 Stunden unter Wasser gelegt, giebt ein sehr angenehmes, erquickendes Getränk.

3) Mandelmilch, am leichtesten aus Mandelsyrup, mit kaltem Wasser vermischt, zubereitet, paßt besonders bei Harnbeschwerden und Diarrhöe.

4) Frischer Johannisbeersaft mit Zucker, oder mit Zucker eingekochter Saft von sauren Kirschen, geben, mit Wasser vermischt, äußerst angenehme, kühlende Krankengetränke. Himbeeressig unter Wasser, ist eines der angenehmsten Krankengetränke.

5) Einige dünne Schnitte Rainettenäpfel, mit kochendem Wasser aufgegossen, geben den Apfelthee der Engländer. Er wird warm getrunken. Einige setzen noch Zitronensaft und Zucker hinzu. Borsdorfer Aepfel, mit viel Wasser und Zucker gekocht, liefern ein sehr angenehmes, kühlendes und eröffnendes

*) Die eigentliche Behandlung dieser Krankheiten bleibt dem Arzte überlassen, hier ist nur von dabei passenden Getränken und einigen Ableitungsmitteln auf die Haut die Rede.

Getränk. Der ausgepreßte Saft von eingemachten Kraunsbeeren, unter Wasser gethan, kann jedem Kranken gegeben werden.

6) Unter den ableitenden Hautreizen können als Hausmittel angesehen werden: Zerriebener Meerrettig, Senfmehl und Essig, ein Teig von Ingwerpulver und Branntwein; ein Gemeng von Sauerteig, Senf und Essig. — Fußbäder mit nigen Händen voll Büchenasche, Kochsalz und Senfmehl.

7) Die Seife, zumal die schlechtesten Sorten, gehört zu den wirksamen, die Haut erröthenden Mitteln, wenn sie, dick auf Linwand gestrichen, aufgelegt wird.

Zahnweh.

Der Zahnschmerz hat so verschiedene Ursachen, daß bei der Stillung desselben diese wohl berücksichtigt werden müssen; denn es ist in Unterschied, ob ein Zahn selbst krank ist, oder ob der Schnerz eine Folge von Rheumatismus, Gicht, Vollblütigkeit u. s. w. ist.

1) Kaltes Wasser, oder wenn dies nicht ertragen wird, nur schwach erwärmtes zum Ausspülen des Mundes, anhaltend angewandt, ist eines der besten örtlichen Mittel im Zahnweh. Der berühmte Arzt Aurelianus, der das unüberlegte Ausreißen der Zähne mit Recht mißbilligte, empfiehlt das Ausspülen des Mundes mit kaltem Wasser. Ist der Zahn durchweg angefressen und steht zu befürchten, daß durch dessen längeres Sitzenbleiben eine Zahnfistel entstehen könnte, so ist das Ausreißen des Zahnes als kürzestes, wirksamstes Mittel zu empfehlen.

Ist der Zahnschmerz rheumatisch, so leidet anfänglich ein Zahn, später die ganze Zahnreihe; hier muß man ein Kräuterkissen auf die Backe legen, ein Spanischfliegenpflaster hinter dem Ohre oder im Rücken anzubringen suchen, des Nachts nicht auf Federkissen schlafen, warmen Fliederthee trinken und vor dem Schlafengehen ein Fußbad von Salz nehmen.

2) Warmes Oel. Erst soll man bei heftigem Zahnweh allgemein oder örtlich Blut entziehen, die Backe und das Zahnfleisch mit einem rauhen Tuche reiben und dann warmes Oel in den Mund nehmen.

3) Knoblauch in den Mund zu nehmen.

4) Tabak zu kauen, um die Speichelabsonderung zu vermehren, z. B. eine halbe Cigarre in den Mund zu nehmen und an die schmerzhafte Seite zu legen.

5) Zwiebelblätter, Pfeffer in den Mund zu nehmen, oder eine Gewürznelke in den hohlen Zahn zu stecken.

6) Eine Papiertüte oben anzuzünden, abbrennen zu lassen und den Tropfen Oel, der sich unten sammelt, an den Zahn zu wischen.

7) Kohlenstaub in den hohlen Zahn gebracht, ist oft von sehr hülfreichem Erfolg.

8) Das Zahnfleisch mit Franzbranntwein oder Eau de Cologne zu reiben und etwas davon, mit Wasser verdünnt, in die Nase zu schlürfen.

9) Gebrannten Kaffee wie Taback schnupfen.

10) Baumwolle, mit Rum getränkt, ins äußere Ohr der leidenden Seite zu stecken.

11) Kochsalz, mit Kornbranntwein überschüttet, in einer Tasse auf glühende Kohlen zu stellen, und den aufsteigenden Dunst in den Mund gehen zu lassen.

12) Nichts aber soll die wüthenden Schmerzen mehr besänftigen, als kaltes Wasser, mittelst Compressen, aufgelegt.

13) Heiße Dämpfe von siedendem Wasser einige Secunden lang auf die schmerzhafte Stelle geleitet, hoben vollkommen und auf die Dauer einen Gesichtsschmerz, der zwei Jahre gedauert hatte.

14) Wider Schmerzen hohler Zähne. Man nehme Nelkenöl 1 Scrupel und Vitrioläther 2 Drachmen, befeuchte Baumwolle damit und lege sie auf den Zahn. Ein ähnliches, sehr wirksames Mittel ist ein Theil Alaun und zwei Theile Salpetergeist, mittelst Baumwolle in den hohlen Zahn zu bringen.

15) Opodeldoc, in der Größe einer Haselnuß, äußerlich an die leidende Stelle des Zahnes eingerieben, hat der Verfasser unter den angeführten Mitteln am hilfreichsten gefunden.

16) Bei gichtischen und vollblütigen Personen hebt ein gelindes Abführungsmittel oder einige Becher Kreuzbrunnen gewöhnlich schnell den Zahnschmerz.

17) Leiden junge Mädchen während der Entwickelung und schwangere Frauen am Zahnschmerz, so berücksichtige man den offenen Leib und lasse Brotwasser mit Zitronenscheiben und Zucker trinken.

18) Kreosot, mittelst Baumwolle, in den hohlen Zahn gebracht, hebt gewiß den Zahnschmerz.

19) Mittel gegen Zahnschmerz aller Art. Der Unterzeichnete hat die Entdeckung gemacht, daß gegen alle Arten von Zahnschmerzen sich nichts so hilfreich und im eigent-

lichen Sinne des Wortes meistens so augenblicklich hilfreich erweis't, als das salzsaure Gas. — Ich wendete es zuerst blos gegen rheumatische und sogenannte rheumatisch-catarrhalische Zahnschmerzen mit dem günstigsten Erfolge an; späterhin habe ich es auch da, wo durch das Vorhandensein cariöser Zähne die periodisch wiederkehrenden Schmerzanfälle veranlaßt werden und überhaupt bei allen mir vorgekommenen Gattungen dieser Schmerzen mit gleich günstigem Erfolge angewendet.

Bei Darstellung und Anwendung dieses Gases verfährt man auf folgende Weise: Man schüttet in ein gläsernes oder porzellanenes Gefäß, etwa in ein gewöhnliches Trinkglas oder eine geräumige Kaffeetasse, einige Theelöffel voll Kochsalz und übergießt dieses mit ungefähr halb so viel concentrirter Schwefelsäure. Die aus dieser sofort aufbrausenden Mischung emporsteigenden Dämpfe, deren Entwickelung man noch durch einiges Umrühren, mittelst eines Glas- oder Holzstäbchens, befördern kann, läßt man in den Mund, möglichst nach der schmerzhaften Seite zu ziehen, wobei man den Odem etwas anhält, damit der Hustenreiz, welcher durch dieses Gas erregt wird, nicht zu schnell eintrete. Die einzige Unbequemlichkeit dabei ist der Hustenreiz, welcher erfolgt, sobald das Gas den Luftröhrenkopf erreicht, doch auch bald wieder verschwindet, wenn man den Mund von dem Gefäße entfernt; zugleich ist aber auch der Schmerz gänzlich verschwunden. Wenn man die Dämpfe mit einer Spritze einzieht und sie so an den kranken Zahn bringt, kann man den Hustenreiz vermindern. Nur da, wo durch Caries (Knochenfraß) viele Zähne zugleich und bedeutend angegangen waren, war die Wirkung zuweilen etwas langsamer, doch habe ich sie nie über funfzehn Minuten sich verzögern sehen, während welcher Zeit der Kranke das Einziehen der Dämpfe einige Male wiederholen muß.

In denjenigen Fällen, wo das Uebel bereits lange, vielleicht Wochen lang gedauert hatte, machte mitunter ein erneuerter Anfall, welcher nach zwölf bis vier und zwanzig Stunden eintrat, die wiederholte Anwendung dieses Mittels nöthig, worauf sodann aber der Schmerz dauernd verschwunden blieb.

Die Anwendung dieses Mittels kann übrigens zweckmäßig verändert werden, z. B. durch gläserne und porzellanene Trichter, Röhren u. dergl.; auch kann man sich etwa eines Glasfläschchens mit verlängertem Hals bedienen, in welchem man die Gasentwickelung vor sich gehen läßt, um es an bestimmte

Stellen zu leiten. Indeß genügt das beschriebene Verfahren zur Erreichung des Zweckes vollkommen.

Dr. Eupel,
Amtsphysikus in Buttstedt.

20) Dr. Günther in Cöln empfiehlt als fast durchgängig hilfreiche Zahntinctur eine Mischung aus gleichen Theilen von Tinct. Myrrh. und Liq. Myrrh. Baumwolle, hiermit angefeuchtet, wird, falls der schmerzhafte Zahn hohl ist, hineingesteckt, falls er nicht hohl ist, darauf gelegt. Oder man befeuchtet auch das Zahnfleisch unmittelbar mit obiger Mischung.

21 Sehr nützlich gegen Zahnschmerz bewies sich oft ein Stückchen Kampher, so groß als ein Stecknadelknopf, in den hohlen Zahn gesteckt, und mit gekautem Papiere befestigt.

22) Linderer in Berlin reinigt den hohlen Zahn erst sowohl von Speisetheilen, als von schon losen angefressenen Theilen des Zahnes. Hierauf trocknet er die cariöse Stelle mit Löschpapier aus und endlich bepinselt er sie mit folgender Mischung:

Rec. Ol. Cinnam. G. Mastich àà ʒj.
Spir. vin. rectif. ʒjj. M.

Faßt und hält der hohle Zahn Baumwolle fest, so wird obige Mischung auf Baumwolle getröpfelt und damit der hohle Zahn ausgefüllt.

Kopfweh.

1) Gegen Anfälle von hebituellem Kopfweh ist der Rath, ein großes Glas frisches Wasser zu trinken und in freier Luft spazieren zu gehen oder zu reiten, einer der besten.

2) Des Abends vor Schlafengehen ein Glas Zuckerwasser trinken, schützte schon Manchen vor Kopfschmerz.

3) Hysterisches Kopfweh weicht aber oft nicht eher, als bis der Leidende sich ruhig niedergelegt und Alles dunkel und still um ihn ist.

4) Wenn unverdaute Speisen den Magen belästigen, vergeht das dadurch entstandene Kopfweh nach Erbrechen, dem man daher anhelfen muß.

5) Im Kopfweh, sagt Celsus, sei nichts heilsamer, als kaltes Wasser, womit man im Sommer den Kopf begießen lassen müsse.

6) Andern, die an kaltes Wasser weniger gewöhnt sind, möchte das Waschen und Uebergießen des Kopfes mit lauwarmem Wasser mehr anzurathen sein.

7) Ein frisches Kohlblatt vor die Stirn zu binden.

8) Brodrinde, in Essig getaucht, lindert die heftigsten Kopfschmerzen in fieberhaften Krankheiten.

9) Bloßes sorgfältiges Kämmen der Haare, jedesmal vor dem Zubettgehen, befreite eine Frau von ihrem chronischen Kopfweh.

10) Nach einer andern Anweisung kann man Kopfschmerzen vielfach heilen, wenn die Haare täglich einigemal mit einem engen Kamme recht scharf über den Kopf hinweg durchgekämmt werden und danach oben auf den den Wirbel des Kopfes Schwefeläther getröpfelt und das Haupt gut bedeckt wird. Natürlich ist dieses Mittel, weil durch das Kämmen viele ausgedünstete Unreinigkeit abgesondert wird, welcher gerade dieser Theil des Körpers am meisten ausgesetzt ist, wie sich Jeder durch die Erfahrung überzeugen kann.

11) Zu den besten äußerlichen Mitteln gehört noch starkes Reiben der Füße mit rauhen Tüchern nach dem Fußbade. Den Kopf mit gutem Rum waschen und dann so lange, als der Kopf naß ist, eine Mütze tragen, hebt den Kopfschmerz, der des Morgens gleich nach dem Aufstehen quält.

12) Eine Tasse starken Kaffee oder auch einen halben Theelöffel voll Eau de Cologne auf Zucker genommen.

13) Kümmel, öfters in der Speise genossen, stärket das Haupt und vertreibt die Kopfschmerzen; rühren solche von Magensäure her, welche sich durch ein gewisses Brennen in dem Magen anzeigt, so esse man so viel Semmel, als der Appetit nur vermag, und die Kopfschmerzen verschwinden.

14) Rheumatische Kopfschmerzen können durch das Tragen von Schwammmützen geheilt werden.

15) Bei Kopfgicht empfiehlt sich China, Wein, Melissen-, Pfefferminz- und Baldrianthee.

Schnupfen und Husten.

Der Schnupfen entsteht in Folge von Erkältung und kann durch Unvorsichtigkeit sehr gefährlich dadurch werden, daß er in andere Krankheiten, als Nerven-, Faulfieber u. s. w. übergeht.

1) Für die meisten Menschen ist es besser, wenn sie am Schnupfen leiden, sich warm gekleidet, bei irgend erträglichem Wetter, täglich der freien, kühlen Luft auszusetzen, als sich in heiße Zimmer einzuschließen oder sich zu Bette zu legen.

2) Daher es auch nützlich ist, Kinder zu gewöhnen, sich täglich den Kopf kalt zu waschen, und nicht zu warm und ängstlich zu kleiden. Wer sich in der Jugend schlecht gewöhnt, der wird in spätern Jahren sich selbst zur Plage leben.

3) Ein gutes Mittel, um sich bei Geneigtheit zum Schnupfen abzuhärten, ist: täglich Morgens beim Aufstehen frisches Brunnenwasser aus der hohlen Hand in die Nase einzuziehen. Es hat zugleich erheiternde Wirkung.

4) Von dem größten Nutzen sind auch in solchen Fällen kalte Fußbäder (?) und warme Bäder. Durch das Bad wird die Thätigkeit der Haut belebt, und der unglücklichen, großen Empfindlichkeit für alle Veränderungen der Atmosphäre entgegengewirkt.

5) Für die Bewohner nördlicher Länder und für die Seefahrer ist der Punsch das allgemeinste Schutz- und Heilmittel gegen Erkältung und Catarrh.

6) Auf Reisen, bei kalter Witterung, trinke man des Morgens, statt des Kaffee's, einige Tassen Warmbier mit Ei abgerieben.

7) Warme, süßliche Getränke befördern den Auswurf, mindern den Reiz zum Husten und stellen die unterdrückte Hautausdünstung wieder her. Am häufigsten wird als Hausmittel der Fliederthee, mit oder ohne Milch und Zucker, getrunken.

8) Selbst der bloße in Wasser aufgelöste Zucker ist als ein wirksames Mittel in solchen Fällen anzusehen.

9) Getrocknete Feigen und Isopkraut, mit Wasser abgekocht und häufig getrunken, gegen Catarrhalhusten und andere Brustbeschwerden.

10) Honig, mit getrocknetem und zu Pulver zerriebenem Pfefferminzkraut vermischt, theelöffelweis gegen hartnäckigen Husten.

11) Ueber gleiche Theile Fliedermus und Kandiszucker soll man Weinbranntwein gießen, diesen anzünden und das Uebrigbleibende nach und nach essen.

12) Gegen hartnäckigen Husten kann man nichts besseres thun, als täglich einige Röggener von Häringen essen.

13) Ein gutes Mittel gegen Husten und Verschleimung. Nimm folgende Species, als: 1 Loth Süßholz, ½ Loth sublimirten Schwefel, 1 Loth Sennesblätter ohne Stiele, ½ Loth Anis, 5 Loth Kandiszucker, und stoße solche zu einem feinen Pulver. Davon täglich 2 Mal einen Theelöffel voll mit Wasser genommen, welches des Morgens und Abends geschehen

kann, ist von guter Wirkung und führt den Schleim ab, für Kinder ist jedesmal eine Messerspitze voll hinreichend.

Dieses Mittel ist in den Apotheken unter dem Namen: »französisches Hustenpulver« vorräthig.

14) Gegen den Husten ist von den berühmtesten Aerzten, als ein sicheres Hilfsmittel, das nachstehende empfohlen worden:

Man nimmt 4 Loth isländisches Moos, 1 Loth Eibisch und 1 Loth Süßholzwurzel zerschnitten, mit einem halben Loth Anissaamen, kocht dieses mit einem Maaß Wasser bis zur Hälfte ein, und löst darin 4 Loth braunen Kandis auf. Hiervon läßt man den Kranken öfters trinken, und gewiß ist es, daß binnen 24 Stunden der heftigste Husten merklich sich verlieren wird.*)

15) Ein gutes Brustpulver beim Husten. Man nimmt einen beliebigen Theil Huflattig und trocknet denselben, alsdann reibt man ihn zu einem recht feinen Pulver, stößt recht feinen, weißen Kandiszucker so fein als möglich, und vermengt ihn mit dem pulverisirten Huflattig. Man braucht zwei Theile Kandiszucker und einen Theil Huflattig hierzu, muß aber Alles genau abwiegen. Hiervon nimmt man alle Morgen einen Theelöffel voll ein, bis sich der Husten gelegt hat.

16) Apfelthee, aus in Stücke geschnittenen Rainettenäpfeln, mit heißem Wasser aufgegossen.

17) Trockene Huflattigblätter wie Taback geraucht.

18) Der mit heftigem Kratzen im Halse verbundene Reizhusten wird am besten durch frische, in der Apotheke bereitete Mandelmilch besänftigt, welcher man auch etwas Gummi-Arabicum beimischen kann.

19) Wasserfenchelthee, täglich zu einigen Tassen getrunken, behindert den Uebergang des Catarrhalhusten in Schwindsucht.

20) Gegen den langdauernden Husten wird folgender Thee sehr gerühmt. Gleiche Theile Huflattig und Gundermannsblätter und Altheewurzeln, zwei Theile Süßholz und Fliederblumen. Hiervon nehme man einen guten Eßlöffel voll zu drei Tassen Thee.

21) Thee von Kirschstielen soll einen veralteten Catarrh geheilt haben. Besonders sollen die Stiele von sauren Kirschen dazu passen.

---

*) Isländisches Moos darf nie ohne Anrathen eines Arztes gebraucht werden.

22) Eines der schätzbarsten Getränke im Catarrhal- und Schwindsuchtshusten ist: Selterwasser mit heißer Milch vermischt.

23) Ein großes Stück Flanell, mit Kampher eingerieben und auf der bloßen Brust getragen, lindert die Heftigkeit des Hustens.

24) Seidenzeug, auf der bloßen Brust und den Armen getragen, sichert den, der an einer schwachen Brust und häufigem Husten leidet, am besten gegen Erkältung.

25) Die Brust mit einer Bürste stark zu reiben und ein Stück Wachsleinewand auf der bloßen Brust zu tragen.

26) Gegen den Schnupfen rathen Einige, die Füße in warme Kleie zu stecken oder auf einen mit heißem Sande gefüllten Beutel zu stellen.

27) Mittel wider den Stockschnupfen. Um sich vor diesem Uebel mehr zu sichern, gewöhne man sich, des Morgens beim Waschen frisches Wasser in die Nase zu schlürfen. Anfangs nehme man laues, und beim fernern Gebrauch nur kaltes Wasser; die Nasennerven werden hierdurch ungemein gestärkt und ihre Reizbarkeit vermindert.

28) Bei Neigung zum Schnupfen und zur Erkältung ist das russische Bad ein vorzügliches Mittel.

Würmer.

Vorzüglich zwei Sorten von Würmern quälen die Kinder am meisten, die Spul- und Fadenwürmer, und Kinder, die viel essen, dicken Leib, unordentlichen Stuhlgang haben, des Nachts unruhig schlafen, elend aussehen und öfters über Leibschmerzen klagen, leiden gewiß daran.

Die Kinder leiden auch am Bandwurm, jedoch macht er ihnen weniger Beschwerden, als Erwachsenen.

1) Kindern, die an Spulwürmern leiden, hilft oft gute, kräftige Fleischkost und etwas Wein mehr als Arzeneien. Alle solche Schmarotzer, wie Läuse Eingeweidewürmer, erzeugen sich am ersten in schwachen Körpern; mit Zunahme der Energie verschwinden sie von selbst. Die Schaafhalter wissen, daß bei jungen Schaafen, die am ärgsten von Läusen geplagt werden, nichts sicherer hilft, als das Thier besser zu füttern, z. B. ihm Hafer zu geben. Kinder, die an Würmern leiden, dürfen keine dicken, rohen Mehlsuppen, keinen Kuchen, kein frisches Brod, keine fetten Suppen, Käse, Fische und Eier essen; leichte Gemüse und leiche Suppen sind ihnen am zuträglichsten, durch

durch sie verschleimen die Gedärme am wenigsten und die Würmer können sich nicht halten.

2) Von guter Wirkung ist auch bei Wurmanlage der Genuß der freien Luft und lebhafte Muskelbewegungen.

3) Zu den wirksamen Mitteln gegen die Spulwürmer gehört Milch und Knoblauch gekocht.

4) Einige Knoblauchzwiebeln durchschnitten, Morgens zu verschlucken.

5) Häringssalat, mit viel Knoblauch und Zwiebeln zu essen.

6) Kochsalz in Menge zu essen, oder in Wasser aufgelöst zu trinken.

7) Rohe gelbe Wurzeln (Möhren) zu essen.

8) Honig auf Brod zu essen.

9) Ueberzuckerten Zittwersamen.

10) Honigkuchen mit Wurmsamen, der in den Teig geknetet und mit gebacken worden.

11) Pfefferminzthee mit viel Honig.

12) Einige Zitronenkerne in Milch gekocht.

13) Ein Stück Schwefel mit einer glühend gemachten Feuerzange zu fassen und über eine Schaale voll Wasser zu halten. Der schmelzende Schwefel fließt tropfenweis in's Wasser, welches man, durchgeseiht, nach und nach dem Kinde zu trinken giebt.

14) Einreibungen von frischer Ochsengalle, Knoblauchsaft oder Terpenthinöl in die Nabelgegend.

15) Frische Baumnüsse, reichlich genossen, treiben die Würmer ab.

16) Gegen die Maden- oder Mastwürmer, deren unerträgliches Jucken im After die Kinder nicht schlafen läßt, und welche Kolikschmerzen und andere heftige Zufälle nicht selten erregen, sind die meisten der eben genannten Volksmittel, z. B. rohe Möhren, gleichfalls wirksam; noch mehr aber reizende, kalte Klystiere, und Klystiere von in Wasser aufgelöster Schwefelleber.

17) Spargel in Menge gegessen, soll ein sehr wirksames Gegenmittel der Askariden sein.

18) Birkenwasser in solcher Quantität getrunken, bis der Leib lose wird.

19) Kreide mit Essig. Man läßt Kindern von 8 bis 12 Jahren eine Messerspitze gute, reine, gepulverte Kreide in einem Löffel voll Essig, während dem Aufbrausen, des Mor-

gens nüchtern nehmen und läßt dies einige Tage hinter einander thun.

20) Klystiere von Wermuth, Baldrian, Rainfarn und Pommeranzenschalen, ferner von Leinöl.

21) Baumöl und Seifenwasser.

22) Frische Ochsengalle, in warmem Wasser aufgelöst.

23) Kalkwasser gehört, in Klystiren beigebracht, zu den besten Mitteln gegen Askariden.

24) Gegen die Madenwürmer in der Vagina, welche durch ihren Reiz, oft schon bei sehr jungen Mädchen, weißen Fluß und Nymphomanie erregen, sind Einspritzungen von kaltem Wasser, mit einem kleinen Zusatz von Essig, das wirksamste Mittel, sie von da zu vertreiben.

25) Ochsengalle und Oel, mit weicher Wolle, in die Genitalien zu bringen und diese mit Salzwasser auszuspülen.

26) Der Bandwurm und der gemeine Kettenwurm wird häufig durch kaltes Wasser, in Menge getrunken, abgetrieben. Ein Trunk kaltes Wasser ist eins der besten Mittel, um den Bandwurm zu beruhigen, Beängstigung und lästige Empfindungen im Unterleibe, die er erregt, zu heben.

27) Sehr wirksam gegen die Bandwürmer sind Mineralwasser, besonders solche, die den Stuhlgang befördern.

28) Wald-Erdbeeren in Menge zu essen. Man läßt Abends Erdbeeren mit Zucker und Wein essen, und Morgens einen Krug Selter-, Pyrmonter- oder einige Gläser Bitterwasser trinken. Man hat schon gesehen, daß auf bloßes Erdbeeressen, zehn Ellen Bandwurm abgingen.

29) Auch Himbeeren und Kirschen, langgeschnittene Gemüse, wie eingemachte Bohnen, Sauerkraut, befördern den Abgang des Wurms.*)

30) Härings- oder Sardellensalat, mit viel Knoblauch und Zwiebeln, Abends zu essen, und Morgens eine Auflösung von einem bis zwei Loth Glaubersalz, in einem großen Glase Wasser zu trinken.

31) Des Morgens rohen Schinken essen, und viel Wasser darnach trinken, treibt den Bandwurm ab.

32) Ein Scrupel unabgewaschener Schwefel, in Pulver, bewirkte schon nach zwei Stunden, daß ein Ende des Bandwurms abging. Alle halbe Stunden ein halbes Glas Oliven-

*) Kirschen muß man nie mit den Kernen essen.

oder Mandelöl zu trinken, bis der Wurm abgeht, 1½ Pfund sollen gewöhnlich dazu hinreichen.

34) Einige Schlucke Branntwein auf Wermuth aufgegossen, leisten gute Dienste gegen die Beschwerden des Bandwurms, Beklemmung, Schwindel und heftige Reibung des Magens.

35) Auf Befehl des Kaisers von Rußland wurde folgendes wirksame Mittel gegen den Bandwurm bekannt gemacht:

R. Rad. filicis mar. Dr. j.
— jalapae.
Gummi Gutti.
Pulv. Card. benedicti.
Ebur. usti àà Dr. semis.
M. f. pulvis. Divide in tres partes aequales 8.

Folgt kein Erbrechen und Abgang des Wurms nach den ersten beiden Morgens genommenen Pulvern, so muß man das dritte nehmen.

Epilepsie.

Die Epilepsie (Fallsucht, böse Staupe) ist eine Nervenkrankheit, die sich als ein heftiger, allgemeiner Krampf oft durch folgende Vorboten ankündigt: Schwindel, Zittern der Glieder, Gedankenlosigkeit, Ohrenbrausen, traurige Gemüthsverstimmung, Thränen der Augen und Stammeln der Sprache.

1) Um einen epileptischen Zufall zu verhüten, läßt man die größte Seelenruhe beobachten, viel kaltes Wasser trinken und den Kopf mit kaltem Wasser waschen.

2) Man soll beständig ein Riechfläschchen mit Salmiakgeist bei sich tragen, um, sobald man die Annäherung des Uebels bemerkt, es zu öffnen und unter die Nase zu halten. Der Eindruck auf die Geruchsnerven ist so stark, daß der Anfall dadurch oft gänzlich verhütet wird.

3) Manche Epileptische fühlen wie einen Luftzug durch Arme oder Beine ziehen und gleich nachher bricht der Anfall aus, man nennt dies die epileptische Luft, und es kann, wenn der Kranke dies bemerkt und das Glied mit einem Stricke oder starkem Tuche fest umwickelt, der Ausbruch gewöhnlich verhütet werden.

Es ist indessen nicht rathsam, den Anfall auf diese gewaltsame Weise zu unterdrücken.

4) In Rußland pflegt man denen, die an Convulsionen

leiden, eine Kupfermünze in die Hand zu geben, einen messingenen Ring an den Finger zu stecken oder ein Stück Schwefel um den Hals zu hängen.

5) Asche von einer verbrannten Maus ist ein Mittel, dessen man sich in Hamburg mit gutem Erfolg bedient.

6) Ein französischer Arzt will dadurch die Anfälle verhütet haben, daß er dem Kranken schnelle und tiefe Athemzüge machen ließ.

7) Die Eichenmistel gehört zu den ältesten, gegen die Epilepsie gebrauchten Mitteln. Man giebt eine halbe Quente der sorgfältigst getrockneten, ganzen Pflanze, die am häufigsten auf Apfelbäumen wächst.

8) Eben so wird die Päonienwurzel eingenommen und zugleich die frische Wurzel am Halse getragen.

9) Die Wurzel der Zaunrübe zu 1 Scrupel, oder der frische, mit Zucker versüßte Saft zu 1 bis 2 Quentchen. Man hat gesehen, daß Epileptische, die einige Wochen lang mit diesem Safte purgirt waren, von ihrem Uebel befreit wurden. In einigen Gegenden höhlen die Bauern die dicke Wurzel aus, gießen Bier hinein, lassen dies über Nacht stehen und trinken es dann.

10) Mit der frischen Wurzel des Selinum palustre soll ein Bauer in Curland die Epilepsie schnell und vollkommen geheilt haben.

11) Saft von unreifen Trauben mit Wasser vermischt. Ein griechischer Geistlicher soll sich durch dies Mittel von seiner Epilepsie befreit haben. Man trinkt eine halbe Obertasse des ausgepressten sauren Saftes, mit einem Glase Wasser verdünnt, viermal des Tages.

12) Das Pulver der getrockneten Blätter des Mauerpfeffers zu einem Scrupel zweimal des Tages.

13) Ausgepreßter Zwiebelsaft, zu drei Unzen auf den Tag.

14) Vor und während des Anfalls zwei Eßlöffel voll Baumöl, mit halb so viel gepulvertem Zucker.

15) Das neueste, gegen die Epilepsie gerühmte Mittel ist die Wurzel des Beifuß. Nach Dr. Burdach soll man die Wurzel im October oder im Frühjahr sammeln im Schatten trocknen, pulvern, und davon Erwachsenen, Abends vor Schlafengehen, einen gehäuften Theelöffel voll mit gewärmtem schwachen Bier eingeben. Man läßt das Pulver einen Tag um den andern nehmen, und den danach ausbrechenden Schweiß im Bette abwarten.

Folgendes Mittel hat sich in Frankreich einen großen Ruf gegen die Epilepsie erworben:

R. Pulv. rad. Valerianae sylv. ℥j.
Ammonii muriat. depr. ʒjβ.
Pulv. cort. aurant ʒjj.
Olei animal. Dippel gtt. XX.

M. f. Pulvis D. in vitro S. dreimal täglich einen Theelöffel voll zu nehmen.

16) Unter den diätetischen Rathschlägen gegen die habituelle Epilepsie verdienen das größte Zutrauen: Reisen und Milchdiät. Ein junger Mann, der seine Krankheit von einem erlittenen, heftigen Schrecken herleitete, kurirte sich vollkommen dadurch, daß er einen großen Theil von Europa zu Fuß durchwanderte, und eine Zeitlang fast bloß von Milch und Brod lebte.

17) Warme Bäder, zumal Schwefelbäder, sind in der Epilepsie, so wie in andern Nervenkrankheiten, zuweilen von großem Nutzen.

18) Ein Mittel, was oft Epilepsien heilte, besonders wenn sie von den Unterleibsorganen ausgingen, ist der Indigo. Erwachsene nehmen davon täglich 3—4 Mal. Anfangs einen Scrupel als Pulver, nach und nach aber steigen sie mit der Gabe. Ist die Krankheit gehoben, so läßt man den Indigo noch eine Zeitlang fortnehmen, vermindert aber allmählig dabei die Gabe in demselben Maaße, in welchem man sie vorher gesteigert hatte. Kinder fangen mit einer kleinen Menge an. Der Stuhlgang wird dadurch reichlicher.

19) Tritt die Epilepsie in regelmäßigen Zwischenräumen, also etwa aller 2, 3—4 Tage zu derselben Tageszeit ein, so haben rohe Pfefferkörner, von denen ein Erwachsener täglich 3 Mal 6 Stück verschluckt, ohne sie zu kauen, oft Heilung herbeigeführt.

Hysterie.

Die Hysterie ist die Krankheit beim weiblichen Geschlecht, die mit der Hypochondrie beim männlichen Geschlecht die größte Aehnlichkeit hat, sie zeigt sich gewöhnlich beim Eintritt oder beim Wegbleiben der Regeln, sie geht von den Nervengeflechten des Unterleibes aus und charakterisirt sich durch das Veränderliche in psychischen Leiden und den schnellen Wechsel der Erscheinungen.

1) Bei hysterischen Ohnmachten, Zuckungen und andern krampfhaften Symptomen hysterischer Frauen leisten einige Eß-

löffel von Weinbranntwein innerlich, neben der äußerlichen Anwendung des kalten Wassers, in der Regel weit mehr, als Castoreum, Asand und andere Stinkmittel.

2) Frisches, kaltes Brunnenwasser ist unter den äußerlich anzuwendenden Hilfsmitteln gegen hysterische Ohnmachten und Krämpfe eines der zuverlässigsten und besten. Man taucht die Hand in kaltes Wasser und schleudert das sich anhängende Wasser der Kranken in's Gesicht; legt nasse Compressen auf die Schooß- und Magengegend, und flößt, mittelst eines Theelöffels, eiskaltes Wasser in den Mund, oder, wenn dieser fest verschlossen ist, in ein Nasloch ein. Die meisten hysterischen Ohnmächtigen erwachen, sobald das kalte Wasser den Schlund berührt.

3) Ein vortreffliches, einfaches Erweckungsmittel ist auch der Weinessig, den man, auf den Knoten eines Schnupftuchs geschüttet, vor die Nase hält und eine angebrannte Feder.

4) Einige Tassen Kamillen- oder Pfefferminzthee, oder Thee von dem Kraut und den Blumen des Mutterkrauts, neben ähnlichen Klystieren, gehören zu den besten antihysterischen Mitteln.

5) Einreibungen von Olivenöl und Kampher in die Genitalien sollen bei hysterischen Convulsionen erweckend wirken; ebenso das Ausreißen einiger Schooßhaare.

6) Sanftes Reiben oder Streichen des zuckendes Gliedes mit der Hand, oder bei allgemeinen hysterischen Krämpfen, das Auflegen der einen Hand auf die Magengegend, während die andere auf dem Rücken ruht, ist oft, wie durch Bezauberung von den schnellsten beruhigenden Wirkungen.

7) Die Radikalkur der Hysterie ist nur von diätetischen Einflüssen und Veränderung der Lebensordnung zu hoffen; pharmaceutische Mittel, wie Valeriana, Assa fötida und andere Stinkmittel, sind von geringer Bedeutung.

8) Landwirthschaftliche Beschäftigungen, weite Reisen, kalte See- und Flußbäder, Frictionen der ganzen Oberfläche mit rauhen Tüchern, gehören außerdem noch zu den besten diätetischen Gegenmitteln der Mutterbeschwerden.

9) Zur Radikalkur ist sehr oft nichts weiter erforderlich, als die fortgesetzte Anwendung von gelinden Purgirmitteln, Stubensitzen, Kaffee- und Theetrinken ist schädlich, so wie auch der Geschlechtsgenuß.

Spaa- und Pyrmonter-Wasser, Egerbrunnen haben schon öfters die heftigsten hysterischen Anfälle beseitigt und gründlich geheilt.

10) Berühmte Aerzte empfehlen den Essig eßlöffelweise gegen hysterische Anfälle, auch soll Zitronensaft, theelöffelweise genommen, gut sein. Einreibungen von Opodeldoc und kölnischem Wasser bei hysterischen Magenkrämpfen und Erbrechen, sind sehr anzurathen.

Kolik.

Die Kolik ist eine sehr häufig vorkommende Krankheit, die sich durch die heftigsten Schmerzen im Unterleibe zu erkennen giebt.

1) Klystiere von Hafergrützabkochungen, mit etwas Baumöl, sind bei jeder Kolik anzurathen.

2) Bei sehr empfindlichem Unterleibe ist das Trinken von Mandelmilch, Leinsaamenthee, Hühnerbrühe, worin Sauerampfer oder Kamillenthee abgekocht, sehr dienlich.

3) Von herrlicher Wirkung ist in vielen Arten der Kolik ein Stück Flanell in heißen Kamillenthee getaucht, auszuringen und auf den Leib legen.

4) In der Gallenkolik ist ein Löffel voll Zitronensaft, mit Kamillenthee oder Mandelöl genommen, sehr hilfreich, hernach trinke man Molken, oder reines, frisches Brunnenwasser.

5) In der Windkolik reibe man den Leib mit trockenen, warmen Tüchern, trinke Pfefferminz- oder Schaafgarbenthee, und bediene sich folgender Tropfen:

R. Tinctur. casterei mosc. ʒj.
Aq. Valeriana.
— chamomill. àà ℥j.
Stündlich 1 Theelöffel voll zu nehmen.

Wadenkrampf.

1) Im Wadenkrampf, der manche Menschen oft, vorzüglich in der Nacht, befällt, wobei die Waden- und zuweilen auch die Schenkelmuskeln unter furchtbaren Schmerzen zusammengezogen und hart werden, ist die Einreibung von heißgemachtem Rum in die leidenden Theile und einige Tassen Thee mit Rum von bester Wirkung. Oder beim Anfall des Krampfes im Bette, fest mit dem Fuße gegen die Bettsponde zu treten, oder die Waden mit einem großen Schlüssel zu reiben, sind die bewährtesten Mittel.

2) Von guter Wirkung ist: einen Schwefelfaden auf

der bloßen Haut, wie ein Strumpfband oder Strumpfbänder von rothem Scharlach, zu tragen.

3) Neuerdings ist das Reiben der Wade mit Kork sehr empfohlen oder, wer am Wadenkrampfe leidet, soll Korke auf einen Faden ziehen, und diese um die Beine binden.

Wechselfieber.

Wechselfieber oder kalte Fieber unterscheiden sich dadurch von jedem andern Fieber, daß der Kranke hierbei ganz freie Zwischenräume hat, wo er umhergehen und sogar arbeiten kann.

1) Einige sind durch Schläge vom viertägigen Fieber befreit worden.

2) Manche sind dadurch vom Fieber befreit worden, daß sie absichtlich unversehens, ins Wasser geworfen wurden. Ein Kranker wandert am Ufer eines Stromes und wird von einem Freunde, der ihn begleitet, absichtlich (er wußte, daß jener schwimmen konnte und war selbst ein guter Schwimmer) hineingestoßen. Von dem Augenblick an hörte das Fieber auf.

3) Starke Körperbewegung wurde in den ältesten Zeiten schon als Heilmittel des kalten Fiebers angesehen.

4) Als Hausmittil gegen kalte Fieber sind ferner starke Hautreize, die gewöhnlich auf die Handwurzeln, da, wo man den Puls fühlt, angebracht werden, gebräuchlich. Man wendet sie einige Stunden, oder kürzer vor dem Eintritt des Frostes an, den sie dann oft verhüten. Sie erregen Schmerz, Hitze und Schweiß, wodurch zuweilen schon der nächste Fieberanfall vermindert oder auch ganz gehoben werden soll. Dahin gehören Senfmehl und Essig, zerquetschter Knoblauch.

5) Mauerpfeffer mit Essig und Salz.

6) Fenchel- und Kamillenöl in den Rücken einzureiben.

7) Klystiere von Majoranabsud und Lorbeeröl.

Unter den innerlichen Fiebermitteln, die meistens alle kurz vor dem Frostanfalle zu nehmen sind, können folgende als Volksmittel angesehen werden:

8) Eine Tasse starken Kaffee mit Rum.

9) Ein Glas starken Wein, Branntwein oder Punsch vor dem Anfall zu trinken.

10) Dreißig Pfefferkörner, mit einem Glase Rum eingenommen, befreiten einen deutschen Offizier, der kurz nach dem Rückzuge aus Rußland im Jahre 1812 am kalten Fieber litt, von ferneren Anfällen.

11) Man lasse den Kranken 10 — 16 Pfefferkörner zweimal täglich nehmen. Das Fieber bleibt meistentheils schon den fünften und sechsten Tag aus.

12) Ein Viertelnößel Wachholderbranntwein, mit einem Theelöffel voll Pfeffer vor dem Froste zu trinken.

13) Eine zerriebene große Muskatnuß, oder 2 Quentchen Schwefel.

14) Fünf bis sechs Tropfen Wachholderöl mit Branntwein.

15) Eine Tasse starken, guten Kaffee mit Zitronensaft vor dem Anfalle, wo möglich Morgens nüchtern zu trinken.

16) Zwei Häringe, ehe das Fieber eintritt, essen.

17) Frisches Eigelb in einen halben Schoppen weißen oder rothen Wein gerührt.

18) Starke Abkochung des Pfefferminzkrautes in Milch.

19) Heißer Aufguß von Bier und Meerrettig.

20) Alle die genannten Mittel werden vor dem Frostanfalle eingenommen. Während des Paroxismus selbst passen sie nicht. Alles, was der Kranke in gewöhnlichen Fällen nöthig hat, ist warmer Thee, während des Frostes, und Zuckerwasser oder Limonade während der nachfolgenden Fieberhitze. — Es sind jetzt noch die Mittel zu nennen, welche in den guten oder fieberfreien Tagen empfohlen werden.

21) In Gegenden, wo kalte Fieber epidemisch sind, scheint der mäßige Genuß des Branntweins zu wirken. Um sich gegen das, in manchen Gegenden von Brasilien einheimische Fieber zu schützen, soll Branntwein durchaus nöthig sein.

22) Gepulverte Lorbeeren, zu einer Quente, dreimal des Tages.

23) Einen Theelöffel voll gepulverte Mauerranke, kurz vor dem Anfalle genommen, hilft öfters eben so gut, als China.

24) Eine halbe Unze Senf in einem halben Nößel Wachholderbranntwein.

25) Bittere Mandelmilch, von 1 bis 1½ Quenten bitterer Mandeln, vor dem Fieberanfall zu nehmen.

26) Ein Pulver aus gleichen Theilen Muskatnuß, Alaun und Kochsalz, jeden Morgen genommen, hatte in einem Falle so günstige Wirkung, daß die dritte Portion nicht nöthig war.

27) Zu den einfachen Fiebermitteln, die in neuern Zeiten vielfach gerühmt sind, gehört auch die gepulverte Holzkohle. Man läßt davon in der Apyrexie alle 1 bis 2 Stunden eine Quente nehmen, und soll oft nur 2 Unzen zur Vertreibung der Anfälle nöthig haben. Das Mittel scheint aus Sicilien

abzustammen, wo, nach neuern Nachrichten, 105 Fieberkranke, ohne einen Arzt zu Hilfe zu rufen, sich damit vom Fieber befreit haben sollen.

28) Die Eichen- und Weidenrinde haben auch fiebervertreibende Kräfte und haben schon Manchem gute Dienste geleistet.

29) Das beste und sicherste Mittel bleibt stets die Chinarinde, sobald das Fieber ohne alle Nebenverbindungen ist.

Nur daß jetzt nur selten noch das Chinarindenpulver in Substanz, sondern entweder das Chinin oder noch besser die Tinct. chinoidini angewendet wird.

30) Nicht selten hat sich, nicht nur zur Abkürzung der Anfälle, sondern auch zur Heilung der ganzen Krankheit, das Binden der Glieder hilfreich gezeigt. Man zieht zu diesem Zwecke am besten Handtücher über den Ellenbogen- und Knie-Gelenken fest zusammen, sobald der Patient die ersten Spuren des Frostes fühlt, und löst die Binden, sobald der Anfall vorüber ist, wieder ab.

31) Ein viertägiges Fieber — bekanntlich die hartnäckigste Form — wurde dadurch geheilt, daß man der Patientin ein Säckchen von rothem Flanell, in das zwei Quentchen Kampher genäht waren, auf die Rückenwirbel band und so tragen ließ. Der Rücken, in dem sich am zweiten Tage, während das Säckchen getragen wurde, ein eigenes ziehendes Gefühl einstellte, gerieth dabei in Schweiß.

Alle Fiebermittel, sie mögen einen Namen haben, welchen sie wollen, dürfen erst in Anwendung kommen, wenn das Fieber durch anderweitige passende Arzneien, oder wenigstens, wie es auch bisweilen geschieht, durch die Zeit von allen andern damit verbundenen Krankheitszuständen befreit und somit nur noch rein für sich übrig ist. Aus diesem Grunde ließ man sonst erst neun Anfälle vorüber, ehe man daran ging, gegen das Fieber selbst Etwas zu gebrauchen.

Gelbsucht.

Die Gelbsucht entsteht aus dem gehemmten Uebertritte der Galle aus der Gallenblase in den Darmkanal; sie tritt vielmehr in das Blut und dadurch entsteht die gelbe Farbe.

1) Die Anwendung des rohen Eidotters in der Gelbsucht ist so allgemein, daß man vermuthen muß, sie gründe sich auf mehrfache Beobachtung von guter Wirkung desselben, nicht blos auf trügerische Farbenähnlichkeit. Man läßt alle Morgen zwei

bis drei rohe Eidotter verschlucken, oder unter Zuckerwasser verrührt, trinken, neben Cremortartariwasser oder Weinsteinmolken. In vielen Fällen ist zur Kur weiter nichts erforderlich.

2) Der Saft aus geriebenen gelben Wurzeln wird in Paris häufig in der Gelbsucht getrunken.

3) Den frischen Gurkensaft, zu 4 bis 5 Tassen auf den Tag, empfiehlt besonders der Doctor Stark.

3) Der Genuß des Selter- oder Bilingerwasser ist sehr anzurathen.

Ist kein Fieber da, so gebrauche man folgendes Mittel:

℞. Extract. taraxac.
graminis àà ʒj.
solve in
Aq. melissae ℥vj.
adde
Liquor. Kali acetici ʒj.

M. S. Alle 2 Stunden einen Eßlöffel voll zu nehmen.

5) Obst: namentlich Erdbeeren, eine Abkochung von Korinthen, andere haben Orangen- und Zitronensaft, zu 5 bis 6 Unzen auf den Tag, in der Gelbsucht wirksam gefunden.

6) Warme Bäder, mit dem Wasser beigemischten Gersten- oder Bohnenmehls, und sanfte Frictionen des ganzen Körpers, besonders der Lebergegend.

7) Künstliche Schwefelbäder, mit einem Zusatz von Kochsalz, sind zur Nachkur der Gelbsucht sehr zu empfehlen.

8) Gegen Gallensteine hat man gerathen: Spinat, Sauerampfer, rothen Kohl, Petersilie, Körbel, Cichorien, Endivien u. s. w., als Gemüse, mit Fleischbrühe abgekocht; und saftige Früchte: Himbeeren, Erdbeeren, Kirschen, Stachelbeeren, Maulbeeren in Menge essen, und daneben im Frühjahr Molken, frische Säfte aus Löwenzahn, Millefolium, Körbel, mit Honig versüßt, trinken zu lassen.

9) Der Abgang der Gallensteine wird befördert: durch den täglichen Genuß von 3 bis 4 rohen Eidottern und einigen Gläsern Bitterwasser.

Gegen die englische Krankheit, auch zugleich gegen die Gelbsucht, ist zu empfehlen: Man kocht 2 Quentchen Krappwurzel mit 10 Gran getrockneten Orangeschaalen und 15 Gran gestoßenen, süßen Fenchelsamen in 6 Pfund Wasser so lange, bis 2 Pfund eingekocht sind. Hiervon läßt man den Kranken, statt des gewöhnlichen Getränkes, täglich trinken.

10) In Italien ist gegen Gelbsucht folgendes ein sehr gebräuchliches und altes Volksmittel: Man läßt den Saft der Eselsgurke (Momordica elaterium), mit Milch vermischt, in die Nase ziehen. Gewöhnlich erfolgt darauf Niesen mit Entleerung eines gelben oder grüngelben Schleimes.

Wassersucht.

Wassersucht ist eine Ansammlung von Wasser, entweder unter der Haut oder in irgend einer Höhle des Körpers und deßhalb die Namen Bauch-, Brustwassersucht u. s. w.

1) Man hat gesehen, daß Hollundermus die reichlichste Harnausleerung bewirkte, wodurch eine Wassersucht gehoben wurde, und in der neuern Zeit ist entdeckt, daß der Thee aus der Wurzelrinde des Fliederbaums sehr wirksam sei.

2) Zu den wirksamsten anthydropischen Hausmitteln gehören die Wachholderbeeren. Sie wirken am besten als Pulver, zumal mit Weinsteinrahmen gemischt; aber auch der Wachholderthee und Wachholderbranntwein sind urintreibend.

3) Zerschnittene frische Meerrettigwurzeln, mit Bier aufgegossen, oder der Saft aus zerriebenem Meerrettig mit Zucker.

4) Petersilie, Sauerampfer, Hopfenkeimchen sind Wassersüchtigen, als Salat oder Suppe genossen, sehr zuträglich.

5) Räucherungen von Bernstein, Mastix, Wachholderbeeren und das Reiben der Haut mit erwärmten, durchräucherten Tüchern sind hilfreiche äußere Mittel.

6) Ungestoßener Senf, Morgens und Abends einen Theelöffel voll.

7) 20 Gran Ofenruß sollen Schweiß und Urin treiben.

8) Thee von dem frischen, eingetrockneten Gnadenkraut gehört gleichfalls zu den hiesigen Bauernmitteln in der Wassersucht.

9) In Kopenhagen heilte eine Frau Wassersuchten sehr häufig mit einer Abkochung der Coloquinten; diese wirken jedoch sehr reizend und müssen deshalb mit Vorsicht gebraucht werden.

10) Unter den Nahrungsmitteln können in der Kur der Wassersuchten benutzt werden: Spargel, Petersilie, Sellerie, Brunnenkresse.

11) Selbst bloßes kaltes Wasser wirkt zuweilen in dieser Krankheit auffallend diuretisch.

12) Ein an allgemeiner Hautwassersucht Leidender wandte sich an einen Quacksalber in Straßburg, der ihm mit der größten Bestimmtheit baldige Heilung versprach. Dieser ließ ihn

in eiskaltem Wasser, dem er 1 Pfund Bleiessig zusetzte, baden. Gleich danach fing der Kranke an, eine ungeheure Menge Urin zu lassen, und wurde vollkommen geheilt.

13) Einreibungen von gewärmtem Oliven- oder Leinöl in den Unterleib 2—4 Mal 1/4 Stunde lang, vermehren den Harnabgang und werden besonders in der Bauchwassersucht gerühmt.

14) In einigen verzweifelten Fällen allgemeiner Wassersucht schaffte das Mehlbad noch unerwartete Hilfe. Der Kranke zieht einen Sack an, in welchem 4 Metzen Mehl befindlich sind, so daß der ganze Körper wenigstens einige Zoll hoch damit bedeckt ist, und bleibt im Bette liegen. Eine Kranke verließ schon nach 2 Tagen das Bett gesund.

15) Auch die Zitronenkur bewährte sich noch in manchen verzweifelten Fällen allgemeiner Wassersucht, ja selbst in der Sackwassersucht leistete sie Dienste. Patient nimmt aller zwei Stunden einen Eßlöffel voll Zitronensaft und genießt dabei, wenigstens Anfangs, nur täglich 1—3 Tassen Tauben- oder Hühnerbrühe. Der Durst wird mit Wasser und Zitronensaft gelöscht, oder der Kranke nimmt gleichfalls nur einen Theelöffel voll Zitronensaft. Häufig eintretende Durchfälle und andere Erscheinungen machen es indeß nothwendig, einen Arzt dabei zu Rathe zu ziehen.

Seekrankheit.

1) Gegen die fortwährende Neigung zum Erbrechen mit Schwindel und Flimmern vor den Augen, durch die schwankenden Bewegungen des Schiffes, zumal bei ruhiger See, erzeugt, schafft freie Luft die größte Erleichterung. Manche Menschen schützen sich durch fast beständigem Aufenthalt auf dem Verdeck vor dem Zufall.

2) Andere jedoch sind genöthigt, sich sogleich niederzulegen und finden in ruhiger Lage, mit geschlossenen Augen, die einzige Erleichterung. Manche rathen selbst, sobald man auf das Schiff kommt, sich niederzulegen, um sich liegend die schwankenden Bewegungen anzugewöhnen.

3) Häufig wird gerathen, des Ekels ungeachtet, dem Magen leichte Speisen und Getränke zu bieten.

4) Manche befinden sich besser, wenn sie fasten, und haben die Hungerkur für das beste Mittel wider die Seekrankheit gehalten.

5) Häring, mit Knoblauch und Essig, ist für Matrosen die empfehlenswertheste Arznei in dergleichen Fällen.

6) Schon in den ältern Zeiten empfahl man in Essig eingeweichtes Brod, saure Früchte oder in Essig eingemachte Vegetabilien.

7) Ein altes, noch jetzt übliches Verfahren der Matrosen gegen die Seekrankheit, besteht darin, daß sie einige Schlucke Seewasser zu sich nehmen, welches, nachdem es Abführung erregt hat, gut bekommen soll.

8) Eine Binde um den Leib getragen, soll Linderung verschaffen, sowie auch als Verbauungsmittel dienen.

Scorbut.

Der Scorbut herrscht vorzüglich in feuchten, nassen Gegenden, am Meeresufer, und besteht in einer Neigung der Säfte in Fäulniß überzugehen.

1) Die kräftigsten Vorbauungsmittel gegen den Scorbut sind: Reinlichkeit, warme Kleidung, mäßige active Bewegung, Aufmunterung, trockene warme Luft, und frische vegetabilische und animalische Nahrungsmittel.

2) Unter den diätetischen Mitteln, die als Schutz- und Heilmittel des Scorbuts die meisten Zeugnisse für sich haben, steht der Zitronensaft oben an.

3) Gutes Bier, zumal Porter, und Braunschweiger Mumme, werden als Heilmittel des Scorbuts häufig auf Seereisen benutzt.

4) Um die Schiffskost schmackhaft zu machen und ihr antiscorbutische Kräfte zu ertheilen, läßt man sie mit vielem Senf und Essig bereiten.

5) Eine Mischung aus Madeirawein, Zitronensaft und Zucker, gehört zu den besten Stärkungsmitteln in dem gesunkenen Zustande der Lebenskräfte, der die scorbutische Cacherie begleitet.

6) Einige rohe Kartoffeln, täglich gegessen, sollen den Scharbock verhüten.

8) Honigkuchen mit vielem Gewürz. Man läßt den Kuchen mehrmals backen, damit er hart wird und sich auf Seereisen besser hält. Englische Seefahrer sollen ihn als Präservativ mit sich nehmen.

8) Ein Trank aus einem Absud von drei Quentchen englischem Senf, einer Unze Honig und einem Pfunde Wasser,

Abends vor Schlafengehen genommen, bewirkt starke Transpiration, worauf sich die Kranken gleich Morgens erleichtert fühlen.

9) Das Tabackkauen halten die holländischen Matrosen nicht nur für ein sicheres Mittel wider den Scharbock, sondern überhaupt für eine wahre Panacee.

10) Um die im Scorbut lose gewordenen Zähne wieder zu befestigen, wendet man in Frankreich zum Ausspülen des Mundes rothen Wein an, der mit Wachholderbeeren abgekocht ist.

11) Alle sauren Speisen, Sauerkohl u. s. w. sind beim Scorbut sehr dienlich.

12) Bierhefe wird vom Professor Neumann ganz vorzüglich gegen Scorbut empfohlen.

13) Alte und vorzüglich Rheinweine heben die Kräfte und hindern so den Uebergang der Säfte in Fäulniß.

Pest-Typhus.

Der Pest-Typhus ist die gefährlichste Art des Nervenfiebers.

1) Um die Luft in Krankenzimmern zu verbessern, ließen schon die Alten grüne Zweige von Reben, Myrthen, Eichen, in mit Wasser gefüllte Gefäße ins Zimmer setzen.

2) Knoblauch, in Menge gegessen, soll vor der Pestansteckung schützen.

3) Die Griechen und Juden sehen Knoblauch, Zwiebeln, Weinessig und besonders Branntwein als Schutzmittel gegen die Pest an.

4) Den Athem durch ein mit Essig angefeuchtetes Schnupftuch zu ziehen.

5) Große Reinlichkeit und das Einreiben des Körpers mit Oel soll als Vorbauungsmittel zweckmäßig sein.

6) Manche pflegen bei Besuchen ansteckender Kranken etwas Aromatisches zu kauen, wie Nelken, Cubeben, Kalmus, Zitronen- oder Pommeranzenschaale.

7) Bei der Seuche zu Cadix, im Jahre 1819, rettete Moreno seinen gefährlichsten Kranken, einen französischen Schiffskapitain, durch eine ungeheure Menge geschlagenes Eiweis, wonach die heftigsten Schmerzen in den Eingeweiden, an denen er litt, wie durch einen Zauberschlag vergingen.

Scrophelkrankheit.

Die Scropheln sind eine gewöhnliche Krankheit des kindlichen Alters; sie künden sich durch aufgetriebenen Unterleib, schmutzige, blasse Gesichtsfarbe, trübe Augen, dicke Lippen, angeschwollene Halsdrüsen und Ausschläge mancher Art an.

1) Jedes Recept für Scrophelkranke sollte mit der Verordnung anfangen: die Luft und den bisher gewohnten Aufenthalt zu verändern, wo möglich aus der Stadt auf's Land zu ziehen, und täglich regelmäßig sich Bewegung im Freien zu machen. Es ist jedoch nicht nöthig, daß der Kranke gerade die Himmelsgegend verändere, aus einem kalten Klima in ein wärmeres sich begebe, da die Scropeln in nördlichen europäischen Ländern keinesweges häufiger vorkommen, als in südlichen, sondern es kommt dabei nur auf Vertauschung einer eingeschlossenen Stadt- oder Stubenluft mit der freien Luft, und auf Bewegung und Zerstreuung in der heitern, sonnigen, überall schönen und erquickenden freien Natur an.

2) Die Kur aller scrophulösen Zufälle wird zweckmäßig unterstützt durch Reinlichkeit, warme Flanellbekleidung, warme Bäder, täglich trockene Frictionen der ganzen Oberfläche, leicht verdauliche, frische, animalische und vegetabilische Kost und etwas Wein. Ferner durch Vermeidung des zu langen Aufenthalts im Bett, und durch active Beschäftigung in freier Luft. Für Kinder ist das Herumfahren im Freien schon sehr heilsam.

3) Zu den besten Hausmitteln in dieser Krankheit gehört der Eichelkaffee mit Milch.

4) Schwefelwasser zum innerlichen Gebrauch lange fortgesetzt.

5) Birkensaft, als Frühlingskur, täglich zu ½ — 1 Pfund getrunken.

6) Als vorzügliches, wirksames Zertheilungsmittel verhärteter Scropheldrüsen rühmt man in England und Frankreich den heißen Wasserdunst, den man, mittelst eines biegsamen Rohrs oder gewöhnlichen Trichters, an den geschwollenen Theil leitet.

7) Gebratene Zwiebeln, Senf, Sauerteig.

8) Bewegung in freier Luft und Bäder sind die vorzüglichsten Mittel zur Heilung der Scropheln.

9) Der Genuß von Kartoffeln und groben Brode, so wie von Hülsenfrüchten, muß den Kindern untersagt werden. *)

---

*) Eigentlich nur der Genuß von zu viel Kartoffeln und groben

10) Zu den wichtigsten und wirksamsten, besonders in neurer Zeit gegen scrophulöse Leiden in Gebrauch gezogenen Mitteln, gehören für das kindliche Alter der Berger-Leberthan und für ein späteres Alter das Jod; indeß darf namentlich letzteres nur unter der Leitung eines Arztes in Anwendung kommen.

Kropf.

1) Gegen den Kropf oder die schmerzlose Anschwellung der Schilddrüse, so lange diese noch keinen hohen Grad erreicht hat, sind öfters und anhaltende Frictionen mit der bloßen Hand oder mittelst eines wollenen Handschuhs, und Einreibungen von warmem Oliven- oder Mandelöl oft sehr wirksam.

2) Nachts läßt man einen dicken Seifenbrei, auf Leinwand gestrichen, um dem Halse tragen.

3) Ein Pulver aus trockener Seife, Kochsalz und etwas Kampher, mit Wasser tüchtig in den Kropf eingerieben, gehört zu den besten äußerlichen Mitteln.

4) Häufiges Waschen und Begießen des dicken Halses mit kaltem Wasser ist zuweilen schon hinreichend, den Kropf zu mindern.

5) Junge, enthaltsame Menschen werden oft durch die Ehe vom Kropf befreit.

6) Einreibungen von kölnischem Wasser, Kampherspiritus oder Opodeldoc, helfen beim Anfange des Kropfs gewiß. Der Meerschwamm *) innerlich, ist jetzt das sicherste und beste Mittel.

Augenkrankheiten.

1) Um fremde Körper aus dem Auge zu entfernen, z. B. kleine Insekten, räth Sabatier: ein Stückchen Papier aufzurollen, an der Spitze zu befeuchten und damit den belästigengen Körper wegzunehmen.

2) Das Auswaschen und Bähen der Augen mit kaltem Wasser, gehört zu den besten örtlichen Mitteln, schwache Augen zu stärken, der übermäßigen Empfindlichkeit gegen das Licht,

Brode; denn scrophulöse Kinder sündigen, wenn sie ihren Appetit ungehindert befriedigen dürfen, mehr gegen das Maaß, als gegen die Qualität der Speisen.

*) D. h. gleichfalls das Jod; denn dieses ist das wirksame Princip im Meerschwamme.

Schmerzen und Anlage zu Congestionen und Entzündung entgegen zu wirken. Auch bei ausgebildeter Augenentzündung leistet es vortreffliche Dienste; jedoch oft wird es nicht in allen Fällen ertragen.

3) Die einfache Behandlung der Augenentzündung der Neugebornen ist folgende: Wenn ein Kind entzündete Augen bekommt, stellt man der Mutter zwei Schaalen mit kaltem Brunnenwasser vor das Bett. Die eine Schaale enthält Läppchen von weicher Leinwand, die andere dient dazu, die gebrauchten auszuwaschen. Solche nasse Läppchen werden, je öfter, desto besser, auf die Augen gelegt, wodurch die Entzündung vermindert, das Zusammenkleben der Augenlieder verhütet, und dem Uebergange in Blenorrhoe nicht selten vorgebeugt wird. *)

4) Eine frische Semmel wird durchschnitten, in Wasser eingeweicht und dann mit der abgeschnittenen Seite auf's Auge gelegt.

5) Frische Kuhmilch mit einem trockenen Mohnkopf abgekocht und mit Läppchen warm aufgelegt, gehört zu den empfehlungswerthesten Linderungsmitteln entzündeter, schmerzhafter, zusammenklebender Augenlieder.

6) Eine Tasse Regenwasser, mit 10 Tropfen Bleiessig vermischt, zum Baden, Eintröpfeln und Bähen der Augen, ist unter allen Augenwassern dasjenige, was die ausgebreiteste Anwendung findet.

7) Gegen Blutcongestion und Entzündung der Augen ist Folgendes: Man nimmt das Weiße von einem frischen Ei, vermischt es mit etwas fein gestoßenem Zucker und etwas Kampher, reibt dies auf einem zinnenen Teller so lange, bis es Schaum geworden, und legt diesen mit Compressen auf die Augen. Schon nach 6 Stunden soll dadurch oft Röthe und Schmerz sich verlieren.

8) Eine chronische Augenentzündung, die andern Mitteln widerstand, soll einer zwanzigtägigen Anwendung des warmen Dunstes von geröstetem Kaffee gewichen sein.

9) Gegen das Schielen der Kinder wird der Rath gegeben: die Wiege so zu stellen, daß das Auge durch den Reiz des Tageslichtes nach einer falschen entgegengesetzten Richtung gelockt wird. Dies soll man noch dadurch unterstützen, daß man Abends ein Licht an die entgegengesetzte Seite des Bettes stellt.

---

*) Bei Augenentzündung Neugeborner kann man gar nicht zeitig genug einen guten Augenarzt zu Rathe ziehen.

10) Das Waschen und Bähen des ganzen Kopfes und vorzüglich der Augengegend, mit kaltem Wasser, ist zuweilen, neben hinlänglichen Darmausleerungen, mit vortrefflichem Erfolg angewandt worden.

11) Mittel gegen den Augenschmerz auf Reisen. Reisende, die trockene Augenschmerzen haben, weil sie dem Winde oder Sande ausgesetzt waren, bekommen gleich Hilfe, wenn sie sich, auf dem Rücken liegend, einige Tropfen guten Wein lau ins Auge fließen lassen, und das Auge mit einem weichen, in Wein getauchten Bäuschchen verbinden.

12) Grüne Reisebrillen sind für solche, die an schwachen Augen leiden, sehr anzurathen.

Im Allgemeinen sei bemerkt, daß die meisten Augenkrankheiten wohl die Anwendung der Kälte, dagegen nur selten die der Wärme, und namentlich der feuchten Wärme vertragen; daher es auch unter hundert kranken Augen kaum passend ist, eins mit einem Tuche zu verbinden. So viel im Betreff aller in diesem Kapitel über Augenkrankheiten gegebenen Rathschläge, mit dem ich mich übrigens, etwa 1), 2), und 7) ausgenommen, durchgängig nicht befreunden kann.

Impotenz.

1) Unter den Nahrungsmitteln werden für stimulirend gehalten: Morcheln, Zwiebeln, Rettig, Senf, Rüben, Kastanien, Chokolade, Gewürze, Eier, Fische, die Milch der Fische und Austern.

2) Senf, zumal französischer, in Verbindung mit Knoblauch und Trüffeln.

3) Guter Wein, Caviar, Sellerie.

4) Die Aalsuppe der Hamburger gehört gleichfalls hierher. Sie besteht aus starker Fleischbrühe, Haferschleim, Petersilienwurzeln, gelben Wurzeln, grünen Erbsen, Birnen, zerschnittenem Aal, Mehlklößen, Salbei, Basilikum, Sellerie, Majoran, Thymian, Essig und Zucker.

Unfruchtbarkeit.

1) Von guter Wirkung sind zuweilen Soolbäder, wozu man 2 — 4 Pfund gemahlene Eichenrinde abkochen und dem Badewasser zusetzen läßt. Sie passen besonders bei schwächlicher Constitution und weißem Fluß.

2) Im ganzen Orient, wo die Frauen die Unfruchtbarkeit für das größte Unglück ansehen, wenden sie sich in ihrer Ungeduld an gewisse Matronen, die ihnen Pessarien aus reizenden Substanzen zubereiten, namentlich aus Moschus, Amber Aloe, Cardamomen, Ingwer, Pfeffer, Zimmt, Gewürznelken rc. und solche Mittel auch innerlich nehmen lassen. Auch Rosmarin ist sehr zu empfehlen.

3) Der tägliche Genuß von 1 — 2 Maaß Milch soll sowohl bei Frauen, als bei Männern, die Fruchtbarkeit sehr befördern.

4) Nach der Meinung vieler Frauen soll das Tanzen fruchtbar machen.

5) Wo alle Hoffnung erloschen schien, hat eine Luftveränderung, die Vertauschung eines rauhen Klima's mit einem wärmern, Frauen fruchtbar gemacht.

6) Viele Frauen reisen nach Ems, um dort die Bubenquelle zu gebrauchen, und hat dieselbe schon oft lange gewünschte Früchte getragen.

Vergiftung.

1) Schon im Alterthume ließ man bei Vergiftungen warmes Wasser mit Oel oder Butter trinken, um das Schädliche einzuhüllen und seine Ausstoßung durch Brechen und Purgiren zu begünstigen.

2) Verbindet man mit dieser, für sich schon leicht Erbrechen erregenden Mischung, noch den Kitzel einer in flüssige Butter getauchten Feder am Halse, so wird das Erbrechen desto eher erfolgen. Die Stuhlausleerung befördern fette Klystiere.

3) Einen Theelöffel voll Senfmehl unter ein Glas Wasser gemischt und auf einmal ausgetrunken. Es soll kräftig und schnell wirken.

4) Stellen sich tödtliche Folgen verdorbener Luft in Bergwerken, Kellern, Brunnen u. s. w. ein, so muß der Vergiftete an die freie Luft gebracht, an den Fußsohlen gerieben werden, außerdem gebe man Butterwasser, Buttermilch, Leinsaamenthee zu trinken.

5) Sehr zu empfehlen ist folgendes Verfahren: Man giebt dem Vergifteten sobald als möglich eine Menge Eiweißwasser (bestehend aus dem zuvor gerührten Eiweiß von 16 Eiern, nach und nach mit einem Quartier Wasser vermischt, allenfalls durch ein loses Wolltuch oder Flanell durchgeseihet und

mit Zucker versetzt), daneben alle Viertel- bis halbe Stunden eine Tasse Baum-, Mohn-, oder Rüböl, oder zerlassene Butter.

6) Hahnemann empfiehlt dickes Seifenwasser als das wirksamste Gegenmittel des Arseniks. Man soll ein Pfund Seife mit vier Pfund heißem Wasser lösen und davon lauwarm alle drei bis vier Minuten eine Tasse trinken.

7) In der Sublimatvergiftung soll Eiweiß als wahres antidotum wirken; man soll daher dem Vergifteten sobald als möglich mehrere Gläser voll Eiweißwasser zu trinken geben. In Ermangelung dessen passen auch Leinsamen-, Eibisch- oder Reisabkochung, Zuckerwasser und selbst bloßes warmes Wasser.

8) Einen Menschen, der sich mit Sublimat vergiftet hatte, rettete man dadurch, daß man ihm eine große Menge laues Wasser trinken ließ, wonach er viel brach und hergestellt wurde.

9) Die betäubenden Pflanzen, als Opium, finden in recht starkem Kaffee ein Gegengift.

10) Gegen Kupfervergiftung (durch Grünspan) ist Zuckerwasser oder frisches Oel wirksam.

11) Gegen verschluckte spanische Fliegen, welche auf die Geschlechtsorgane wirken und Harnverhaltung und Blutharnen verursachen, ist Mandelmilch, Kampher, Mandel- oder Leinöl zweckmäßig.

12) In Bleiweiß- und Minium-Fabriken essen die Arbeiter als Präservativ der Bleivergiftuug sehr fettes Butterbrod und Speck.

13) Gegen die giftige Wirkung des Brechweinsteins läßt man warmes Wasser in Menge trinken, oder auch ein starkes Dekoct von grünem chinesischen Thee oder von Eichenrinde

14) Narcotische Gifte, wie Opium, Belladonna, Stechapfel, Schierlinge, sucht man sobald als möglich durch ein gewöhnliches oder ein verstärktes Brechmittel und durch eine abführende Glaubersalzauflösung auszuleeren. Nachher giebt man säuerliche Getränke, am besten Weinessig mit Wasser.

15) Ein österreichischer Arzt, Dr. Krapf, ließ diejenigen, welche durch Schwämme vergiftet waren, so viel kaltes Wasser trinken, als sie nur vermochten.

16) Milch, in Menge getrunken, hüllt den giftigen Körper im Magen ein und schwächt dadurch seine Wirkung.

17) Bei Vergiftungen mit narcotischen Giften ist Essigtrinken ein Hauptmittel.

18) Gegen Vergiftung von Arsenik (also gegen Mäusegift,

Scheelesches Grün ꝛc.) ist das wirksamste, neuerdings von Bunsen und Berthold entdeckte Gegengift das Eisenoxydhydrat (Ferrum oxydatum hydratum.) Man findet es bereits in jeder Apotheke vorräthig und läßt es eßlöffelweise in warmem Wasser nehmen.

19) Pflanzengifte oder narcotische, also Opium, Krähenaugen, Schierling, Eisenhütlein, Belladonna, Stechapfel ꝛc. sucht man so schnell als möglich mit der Magenpumpe auszuleeren; bis man jedoch diese haben kann, so empfiehlt Dr. Maurer in Dresden, entweder von einem Aufgusse der Galläpfel, oder von einer Abkochung der Eichenrinde wiederholt tassenweise zu trinken; vom Essig dagegen, wie in 14) und 17) empfohlen ist, will er nichts wissen, und Brechmittel versagen, bei der Gegenwart eines solchen Giftes im Magen, oft ihre Dienste.

Scheintod.

1) Um einen Verunglückten, von dem die Lebenswärme größtentheils gewichen ist, wieder zu erwärmen, hüllt man den Entkleideten in gewärmte, wollene Decken oder in Federbetten ein, oder bringt ihn in ein warmes Bad. Nur Erfrorene werden, ehe man sie der Wärme aussetzt, zuvor mit Schnee oder kaltem Wasser gerieben, und dann in nur schwach oder gar nicht erwärmte Federbetten eingehüllt. — Das passendste, überall anzutreffende Gefäß, um einen erwachsenen Scheintodten zu baden und überhaupt zu handhaben, ist ein großer Wasch- oder Backtrog. Sollte aber auch dieser, so wie warmes Wasser zum Bade fehlen, so läßt man den Verunglückten in der Nähe eines Flammenfeuers liegen und mit warmer Asche oder erwärmtem Sande überdecken.

2) Besonders nützlich ist anhaltende Erwärmung der Herz- und Magengegend; daher man dieselbe mit gewärmten wollenen Tüchern oder mit einer großen, warmes Wasser enthaltenden Rindsblase belegt. Hände und Füße läßt man durch heiße Flaschen oder Krüge erwärmen.

3) Um den Kreislauf wieder zu beleben, pflegt man den ganzen Körper anhaltend mit rauhen Tüchern zu reiben oder auch zu bürsten; zumal die innere Seite der Arme und Beine, die Handflächen und Fußsohlen. Auf die Magengegend tröpfelt man Siegellack.

4) Den Athem sucht man dadurch wieder anzufachen, daß ein starker Mann mit auf den Mund des Scheintodten aufge-

setztem Munde, bei zugehaltenen Nasenlöchern, Luft in die Lunge einbläst, diese durch Zusammendrücken des Thorax wieder auspreßt und so abwechselnd fortfährt. *)

5) Zuvor ist es zweckmäßig, die äußern Luftwege, die Nase und Mundhöhle, mittelst einer Feder, von Schleim und verschlucktem Schlamm zu befreien.

6) Einspritzungen in den Magen von Wein oder Branntwein und später von Glühwein oder von einem Gemisch von warmem Wasser und etwas Branntwein. Das Einspritzen geschieht durch ein biegsames Röhrchen, welches durch den Mund und bei geschlossenen Kinnladen durch die Nase tief in den Schlund geleitet wird.

7) Starke Nervenreize gehören ferner zu den wichtigsten Erweckungsmitteln. Namentlich Riechmittel, wie zerriebner Meerrettig, das Kitzeln mit der Feder in der Nase, das Vorhalten eines Riechfläschchens mit Salmiakgeist vor die Nase, das Eintröpfeln von cölnischem Wasser in's Auge (?), Anfeuchten der Zunge mit starkem Branntwein, Waschen des Rückens mit Branntwein, Einspritzung von warmem Wein oder Branntwein, Essig und Wasser in den After, Schläge auf die Handflächen und Fußsohlen, und endlich das Brennen einzelner Hautstellen durch Auftröpfeln von Siegellack. Die Application von Klystieren ist nie zu vergessen.

8) Auf die angezeigte Weise werden Ertrunkene, Erstickte, Erhängte, vom Blitz Getroffene oder auch solche, die durch Blutverlust, durch convulsivische oder andere Krankheiten asphyctisch geworden sind, behandelt, wenn man wegen der kurzen Dauer dieses Zustandes, wegen zurückgebliebener Wärme, Beweglichkeit der Glieder und wenn auch noch so schwacher Pulsation des Herzens oder aus andern Gründen vermuthen kann, daß das Leben noch nicht völlig erloschen ist. Einige specielle Erweckungsmittel bei den einzelnen Arten der Asphyxie sind noch hier zu erwähnen.

9) Der Erfrorene wird in einem erwärmten Zimmer entkleidet und mit Schnee oder in kaltes Wasser getauchten Tüchern belegt oder gerieben, bis die erstarrten Theile aufgethaut sind; überhaupt der ganze Körper so behandelt, wie man be-

---

*) Mit dem Einblasen von Luft sei man vorsichtig, es erregt, nach Aussage aller Scheintodten, die wieder zum Leben gebracht werden, die gräßlichsten Schmerzen.

kanntermaaßen von Kälte erstarrte Füße behandelt, durch allmähliges Aufthauen. Dann hüllt man ihn in wollene Decken ein, reibt ihn mit in kaltes Wasser getauchten Schwämmen, bläst Luft ein, giebt ein lauwarmes Klystier, wendet Fuß- und Handbäder an und geht allmählig zu Frictionen mit gewärmten wollenen Tüchern über und bringt ihn in ein wärmeres Zimmer, giebt ihm hier eine Tasse Kamillenthee mit Essig zu trinken.

10) Wer gezwungen ist, sich lange in der Kälte aufzuhalten, schützt sich am besten vor dem Erfrieren des Gesichts, der Hände und Füße, wenn er diese Theile mit Fett, besonders mit Gänsefett, bestreicht.

11) Im Scheintod durch Erhängen, so wie andere Arten des Scheintodes, wo Blutüberfüllung des Gehirns sich vermuthen läßt, oder diese sich durch ein blaues, aufgedunsenes Gesicht ausspricht, ist eine starke Blutausleerung nöthig. Um diese schleunig zu bewerkstelligen, ist nichts erforderlich, als ein Rasirmesser oder scharfes Federmesser, womit man eine oder mehrere durchscheinende Hautblutadern des Arms queer durchschneidet. Der so höchst nöthige Aderlaß unterbleibt oft nur deßwegen, weil sich ein ordentliches Aderlaßinstrument nicht schleunig genug auftreiben läßt. Außerdem sind kalte Umschläge auf den Kopf das Nöthigste. Ist die That eben geschehen, so bewirkt man die Rückkehr des Lebens oft bloß durch Besprengung des Gesichts mit kaltem Wasser, durch Zufächeln kalter Luft, durch Bürsten der Fußsohlen, durch Auftröpfeln von Naphtha auf die bloße Brust.

12) Durch Kohlendunst oder durch andere irrespirabele Gasarten Erstickte müssen der freien Luft ausgesetzt und ihnen kühle Luft angeweht werden; zugleich bespritzt man das Gesicht mit kaltem Wasser, macht kalte Umschläge auf den Kopf und läßt die ganze Oberfläche mit Essig reiben, während die Füße im warmen Bade stehen. Auch zum innerlichen Gebrauche paßt der Essig in solchen Fällen. Sehr oft ist auch hier eine Blutentziehung nöthig.

13) Verschluckte, und im obern Theil des Schlundes stecken gebliebene Körper, wie Knochen, Sehnen, Gräten und Nadeln, müssen wo möglich mit dem Finger oder einer Pincette ausgezogen werden. Tiefersitzende kann man mittelst einer Drahtschlinge auszuziehen versuchen. In dieser Absicht läßt man den Kopf gegen die Brust eines andern zurücklehnen, drückt mit dem linken Zeigefinger die Zungenwurzel nie-

der, während man den biegsamen, zu einer Schlinge umgebogenen Drath tief hinunterfährt und zurückzieht.

14) Es ist auch gelungen, solche Körper mittelst einer in Oel getauchten und mit einem starken Bart versehenen Feder auszuziehen.

15) Noch einfacher ist das Verfahren, welches Buchau angiebt: ein kleines Stück Fleisch an einen Faden zu binden, verschlucken zu lassen und schnell zurückzuziehen.

16) Eine Frau, die, während sie zwei Nadeln im Munde hielt, erschrak, weil ihr Kind ins Feuer zu fallen Gefahr lief, verschluckte die Nadeln, welche tief im Schlunde stecken blieben. Es wurde ihr gerathen, warm Bier mit viel Butter und grobgeschnittenem Roggenbrot in Menge zu essen, worauf die Nadeln des andern Tags glücklich mit den Excrementen abgingen.

17) Um verschluckte Stecknadeln aus dem Magen auszuleeren, wird gerathen: 4 Gran Brechweinstein, in wenig Wasser aufgelöst, zu nehmen, und unmittelbar darauf das Weiße von 4—6 Eiern zu verschlucken. Nach einigen Minuten erfolgt Erbrechen und die Nadeln werden mit dem Eiweiß ausgeworfen. *)

18) Gegen Knochen und andere verschluckte scharfe Körper wird das Essen von Sauerkohl sehr empfohlen.

19) Fremde Körper, die unter Lachen, während des Essens oder bei anderer Gelegenheit in die Stimmritze oder in die Luftröhre selbst eingedrungen sind, z. B. Nußschaalen, Bohnen, Knöchelchen, ein Stückchen Apfel ꝛc., erregen die furchtbarsten Erstickungszufälle und werden oft in wenigen Minuten oder Stunden tödtlich. Um solche fremde Körper zum Auswurf zu bringen, ist das instinktmäßige Klopfen mit der flachen Hand zwischen den Schultern ein höchst schätzbares Verfahren. Auch unter Nießen und Erbrechen wird die reizbare Luftröhre zuweilen befreit; daher man versuchen kann, durch eingeblasenen Schnupftaback Niesen, und durch den Kitzel einer in warme Butter getauchten Feder Erbrechen zu erregen.

---

*) Ist kaum anzurathen. Die Erfahrung lehrt, daß verschluckte Stecknadeln meist, ohne Schaden zu verursachen, mit dem Stuhle abgehen. Der Genuß von Eiweiß, Oel, schleimigen Getränken, Mehlklößen ꝛc. ist hierzu sicher förderlich. Bei der heftigen Bewegung des Magens aber, die das Brechen veranlaßt, können sich die Stecknadeln leicht einstechen, und hierdurch schaden.

Hundswuth, Wasserscheu.

1) Man hat gesehen, daß Menschen, die von einem tollen Hunde in den Finger gebissen waren, den Entschluß fassten, sich das Glied abzuhauen. Dies Verfahren ist vielleicht das rationellste von allen. Da, wo es nicht in Anwendung kommen kann, gewährt das Ausschneiden der lividen Zahneindrücke den besten Ersatz. Man hebt die verletzte Haut stark in die Höhe und schneidet, mittelst eines Rasirmessers, die Zahneindrücke in derselben bis auf's Gesunde aus.

2) Andere haben sich durch die ganz kunstlose Anwendung des glühenden Eisens geschützt. Eilf Menschen, die von einem wirklich tollen Hunde gebissen worden, ließen sich von einem Bauer in der Dorfschenke mit einem glühenden Schlüssel cateriſiren und blieben, ohne etwas weiter zu gebrauchen, gesund.

Der Gebissene eile daher zu den nächsten Schmied, lasse einen Schlüssel oder sonst ein Eisen mit runder Spitze rothglühend machen und einige Augenblicke auf die Wunde drücken. Nur durch eines dieser Mittel: das Abhauen, Ausschneiden oder Ausbrennen, ist die höchstmögliche Sicherheit gegen den Ausbruch der Wasserscheu zu erlangen, die noch durch Monate lang fortgesetzte Unterhaltung der Eiterung vermehrt wird. Alle andern örtlichen Mittel, wie das Auswaschen der Bißwunde, das Auflegen gewisser Salben und Pflaster, gewähren keine solche Sicherheit; und die vielerlei zur Verhütung und Heilung der Wasserscheu empfohlenen innerlichen Mittel, deren von Jahr zu Jahr neue bekannt gemacht werden, sind offenbar vielmehr schädlich, als nützlich, indem sie die Gebissenen abhalten, alle Sorgfalt gleich anfangs auf die Zerstörung des tödlichen Zunders zu wenden.

3) Gleich, nachdem Jemand das Unglück gehabt hat, gebissen zu werden, soll er Salz in die Wunde einreiben, um die Aufsaugung des Giftes zu verhüten.

4) Einige rathen, die Wunde aufzuschneiden, bluten zu lassen und dann kaltes Wasser, von einer gewissen Höhe herab, darauf zu schütten, um das Gift auszuspühlen. J. Hunter ließ die Wunde durch kaltes Wasser, mittelst des Theekessels, begießen.

5) Oder: man soll die Bißstelle schröpfen und Blut durch einen Schröpfkopf ausziehen.

6) Leinöl anhaltend einreiben.

7) Schießpulver in die Wunde streuen, dasselbe anzünden, den Brandschorf absondern und Eiterung unterhalten.

8) Salzwasser — Seifensiederlauge — Seifenwasser — Essig — Urin.

9) Sauerkrautbrühe zum Auswaschen der Bißwunde.

10) Einen durchschnittenen Häring mit der inwendigen Seite aufzulegen.

11) Den Wasserscheuen unvermuthet in's Wasser zu stürzen und unterzutauchen, hielt man im Aterthume für das vorzüglichste Heilmittel dieser Krankheit.

12) Das von Dr. Asmos bekannt gemachte und seit Jahren als bewährt gefundene Thömersche Mittel ist folgendes:

R. Lapid. cancror. praepar.
Pulv. rad. gentian. rubr. àà ℥j.
Boli rubr ℥j.
G. myrrhaee ℥ß.

M. f. pulv. subtiliss. S. Drei Tage hinter einander des Morgens nüchtern 3 Messerspitzen voll zu nehmen.

13) Englische Blätter theilen nachstehendes Mittel, als durch Erfahrung bewährt, gegen den Biß eines wüthenden Hundes mit:

Man reinigt die Wunde mit Wasser und legt auf jeden Eindurck des Hundezahnes ein kleines, rundes, in Vitriolöl getauchtes Kügelchen Charpie, und verbindet das Ganze mit einer Bandage. Die Charpiekügelchen müssen, im Verhältniß mit der Wunde, von der Größe eines Nagelknopfes bis zu einer kleinen Erbse sein. Dieses Mittel wurde für unfehlbar befunden, selbst wenn der Biß 48 Stunden unverbunden blieb. Sollte nach dem Arzeneimittel ein Geschwür bleiben, so wird es wie ein gemeiner Brand behandelt.

14) Eine Frau wurde von einer tollen Katze gebissen. Da die Geschwulst der Bißwunden das Ausschneiden derselben bereits nicht mehr gestattete, so ließ der herbeigerufene Wundarzt die Frau alle Stunden eine Tasse voll Weinessig, mit einem Eßlöffel voll frischer Butter, einnehmen, und zugleich auch die gebissenen Stellen damit verbinden. Hierauf stellte sich starker Schweiß ein. Nach einigen Tagen hatte sich die Geschwulst der Wunde gesetzt, und nach vier Wochen war die Frau wieder hergestellt. Sie lebte noch zehn Jahre, ohne die Wasserscheu zu bekommen.

15) Enorme Schwitzcuren sollen die bereits ausgebrochene Wasserscheu bisweilen geheilt haben.

Gegen Schlangenbiß und Insektenstich.

1) Gegen den Biß giftiger Schlangen wurde im Alterthume, so wie noch jetzt in manchen Gegenden, das Aussaugen der Wunde angewandt.

2) Ein sicheres Mittel, um die Weiterverbreitung und Auffaugung des Giftes zu verhüten, besteht darin, daß man das Glied oberhalb des Bisses mit einem Tuche oder Bindfaden fest umbindet.

3) Fortgesetzte Anwendung von Kälte, durch Anwendung von kaltem Wasser, Salz- oder Schneewasser hebt die Entzündung und schützt gegen Uebergang in Brand.

4) Die Brasilianer legen Schnupftaback, auch gekauten Taback auf die Wunden, welche durch giftige Schlangen verursacht werden.

5) Urin, Zwiebelsaft aus dem röhrigen Stengel, soll die schnellste Hilfe leisten.

6) Fettes Oel, anhaltend einzureiben und aufzulegen, gegen Bienenstich.

7) Gegen den Wespen- und Bienenstich giebt man die Anweisung, mit Hilfe einer Nadel den übrigen Stachel aus dem Fleische zu ziehen.

8) Eines der vorzüglichsten Linderungsmittel des brennenden Schmerzes ist das kalte Salzwasser.

9) Weinessig oder Zitronensaft mit Läppchen aufgelegt.

10) Nasse Erde, Milch. Sie lindert besonders den brennenden Schmerz, welchen der Ameisenbiß erregt.

11) Gegen die oft lebensgefährlichen Folgen des Vipernbisses wendet man mit günstigem Erfolge den Kampher an.

Gegen Kopf- und Filzläuse.

1) Gegen Läuse, die sich bei vielen Kranken gern auf dem Kopfe einfinden, räth Reil: das Haar abzukürzen, täglich mit einer Bürste zu bürsten, und von Zeit zu Zeit einige Tropfen Anisöl in die Bürste fallen zu lassen.

2) Den geschornen Kopf fleißig mit Salzwasser zu waschen und zu bürsten.

3) Die Haare mit Weingeist anzufeuchten.

4) Den Kopf mit einer Salbe aus weicher Seife und Schwefelleber einzureiben.

5) Gegen die von der Kopflaus spezifisch verschiedene

Kleiderlaus wird eine Salbe aus zwei Loth grüner Seife und zwei Quentchen Kochsalz empfohlen.

6) Gegen Filzläuse wirkt am schnellsten die Reinigung der Schooßhare und anderer Haarstellen, wo diese Thiere und ihre Eier in den Haaren hängen, und Einreibungen von grauer Quecksilbersalbe.

7) Tabacksaft einzureiben.

Hautausschläge, Krätze, Flechten, Kopfgrind.

Die Krätze zeigt sich in kleinen Bläschen an den Beugestellen der Gelenke, welche heftig in der Wärme jucken, zum Kratzen nöthigen, und oft den ganzen Körper, ausgenommen das Gesicht, einnehmen.

1) Eine der besten einfachen Methoden, den Schwefel äußerlich in der Krätze und andern verwandten chronischen Hautausschlägen anznwenden, ist die, daß man dem warmen Bade einen Mühlenkopf Kochsalz und ein Loth Schwefelleber zusetzt. Das angenehme, milchige, die Haut reinigende Bad, welches so entsteht, kommt dem Nenndorfer Wasser sehr nahe.

2) Gegen die Krätze der Kinder ist es hinreichend, ein Quart Wasser auf eine Unze gestoßener Schwefelleber zu schütten, dies zwölf Stunden stehen zu lassen und als Waschwasser zu brauchen.

3) Als inneres Mittel gebraucht man gegen die Krätze zuerst ein Abführungsmittel aus Glauber- oder Bittersalz und dann nehme man täglich 2 bis 3 Mal einen kleinen Theelöffel voll in Wasser von nachstehendem Schwefelpulver:

Nimm: Schwefelblumen,
Rohes Antimonium,
Weißen gepulverten Zucker, von jedem drei Drachmen.

4) Schon das bloße fleißige Abseifen der Haut ist sehr wirksam in der Krätze und von bester Wirkung, wenn man dieses Abseifen auf folgende Weise gebraucht: Es wird nämlich schwarze Seife zu Schaum geschlagen, diese so oft und so lange in die Haut eingerieben, bis sich die Oberfläche 1, 2 oder 3 Mal abschält. Darauf bekömmt der Kranke einige Bäder, bestehend aus warmem Wasser, hierauf wird er untersucht, und sind dann keine Krätzbläschen mehr zu sehen, so wird der Patient als völlig hergestellt entlassen.

5) Gewöhnliche Seife in warmem Wasser aufgelöst und mit Schwefelpulver vermischt.

6) Gegen die meisten Flechten sind äußerliche Schwefelmittel gleichfalls wirksam, sowohl in Salbenform, als in der Gestalt von Dämpfen und Bädern. Für die, welche in der Nähe einer Schwefelquelle wohnen, sind warme Schwefelbäder oder auch das bloße häufige Benetzen der Flechten mit Schwefelwasser, das einfachste und natürlichste Heilmittel.

7) Mandelöl zum Betupfen schuppiger, trockner Flechten.

8) Oefteres Bestreichen mit einer Kupfermünze.

9) Absud von Rettigkraut zum Waschen.

10) Ein englischer Arzt empfiehlt folgendes Verfahren: Er drückt einen Badeschwamm in lauem Wasser aus, bestreuet ihn mit Hafermehl, und reibt den kranken Theil damit eine Zeit lang. Dies wird mehrere Mal des Tages wiederholt; nachher die Haut abgewaschen, getrocknet und dann Oel, mittelst eines Pinsels, aufgetragen.

11) Sehr lindernd ist das Bepudern mit gewöhnlichem Harrpuder.

12) Die sogenannte Frühlingskur blutreinigender Kräuter und Säfte, Molken, Buttermilch, Bitterwasser, und Kreuzbrunnen und Egersalzbrunnen sind hier sehr hilfreich.

13) Abwaschen mit Kleienwasser, Seewasser, Urin, Eigelb mit etwas Safran.

14) Mittel gegen Flechten. Man nimmt die frischen Blätter des Klettenkrauts, zieht die obere Haut ab, legt dasselbe auf die Stelle der Flechten und wechselt täglich mit neuen Blättern ab; durch diese einfache Behandlung wurde eine 6 Jahre alte, und gegen alle Mittel hartnäckige Flechte an der Hand in wenig Wochen geheilt. Im Frühjahr sind die Blätter besser, als im Herbste. Dieses ist ein unschuldiges, aber sehr wirksames Mittel. — Auch die kranken Theile, des Tages mehrere Male mit Seifenwasser zu waschen, ist ein gutes Linderungsmittel.

15) Mittel gegen die Schuppenflechte. Der Einsender dieses Mittels sagt: Als Bursche, in den ersten Jahren meiner Lehre, war ich mit dem erwähnten Uebel faßt immer geplagt; so wie die Flechte die eine Stelle verließ, nahm sie eine andere wieder ein. Alle angewandten Hausmittel blieben fruchtlos; endlich wurde mir gerathen, die kranke Stelle mit reinem Eiweiß, gleich Morgens nach dem Aufstehen, zu bestreichen und ohngefähr eine halbe Stunde bis zum Waschen sitzen zu lassen. Da ich nun Eiweiß, vermöge meines Geschäfts, stets hatte, so konnte ich dies um so leichter

in Ausübung bringen. Ich befolgte den Rath. Die bestrichene Stellen spannten zwar, aber das war auch das ganze Unangenehme, und nach drei Wochen waren meine Flechten weg, und ich habe bis heute, nach funfzehn vollen Jahren, Gott sei Dank, keine wieder gehabt. —

16) Von der größten Wichtigkeit ist die Lebensordnung in der Kur hartnäckiger Flechten. Der Kranke muß einfach und regelmäßig leben, viel Wasser trinken, Obst und andere leichte Vegetabilien vorzugsweise essen; geräucherte, stark gesalzene, fette Speisen und Branntwein vermeiden, oft warm baden und in freier Luft sich viel Bewegung machen.

17) Zum Getränk wähle man eine Abkochung von Bittersüßstengel, (Dulcamara.)

18) Alle diese Mittel übertrifft aber an Wirksamkeit das warme Schwefelbad.

19) Gegen den Kopfgrind ist folgendes einfache Verfahren in vielen Fällen vollkommen hinreichend. Man läßt die Haare nach und nach abschneiden, die Grindborken durch warme Leinsaamen-Cataplasmen losweichen und wegnehmen, den Kopf mit einem natürlichen oder künstlichen Schwefelwasser oft begießen, und Abends eine Salbe aus Schweineschmalz und Schwefel einreiben.

20) Nachdem die Haare abgeschnitten sind, läßt man die Krusten mit Baumöl bestreichen, und mit doppelt zusammengelegten Kohlblättern bedecken. Mit diesen wird zwei Mal täglich gewechselt, und so 14 Tage fortgefahren, wonach der Grind oft geheilt ist.

21) Paulitzky empfiehlt folgende Kurart: Man trockne Kröten in einem irdenen, wohlverwahrten Topfe in einem heißen Ofen und pulvere sie. Nun wird der Kopf mit frischem Schweinefett gut bestrichen, das Pulver aufgestreuet, so daß aller Grind damit bedeckt ist, und darüber eine vorher angefeuchtete Schweinsblase gelegt. Man läßt alles 24 Stunden liegen. Dann soll der Grind ohne Schmerzen abgehen. Nachher streicht man bloßes Fett ohne Pulver auf und wiederholt dies einige Tage.

22) Nachdem die Krusten losgeweicht sind, soll man die Geschwüre mit frischem Urin waschen.

23) Man hat auch das fleißige Waschen mit bloßem kalten Wasser gegen den Erbgrind nützlich gefunden.

24) Im äußersten Falle bleibt nichts übrig, als die Haare der Grindstellen, sammt den Wurzeln, auszureißen. Zu dem

Wuth, im Wasser ein Heilmittel gegen alle Krankheiten zu finden oder vielmehr zu suchen — eine wahre Wassersucht. — Die Wasserheilkünstler empfehlen zur Wiederherstellung unterdrückter Fußschweiße »kalte Fußbäder.« Die bei der vollen Wasserkur üblichen Schwitzbäder mögen im Stande sein, hier und da die Fußbäder wieder herzustellen, kalte Fußbäder aber sicher nicht, oder höchstens unter ganz besondern Umständen, einmal ausnahmsweise. Der Arzt muß sich an allgemeine Resultate und an die vorurtheilsfreie Erfahrung von Jahrtausenden halten, und kann daher vor kalten Fußbädern zu obigem Zwecke, wie überhaupt, nur warnen.) Nach zweijährigem Siechthume stellten, auf Anrathen eines Arztes, gebrauchte Teplitzer Schwefelbäder und Schröpfen der Füße, die übelriechenden Fußschweiße und mit ihnen die völlige Gesundheit des Mädchens, mit gänzlicher Beseitigung des übelriechenden Athems, wieder her.

6) Rührt der übelriechende Athem, wie nicht selten, von Verschleimung des Halses her, so leistet das täglich zweimalige kräftige Gurgeln mit Gurgelwasser, aus 2 Quentchen Alaun und 4 Unzen destillirtem Wasser, gewöhnlich Hilfe.

Verbrennung.

1) Kalte Umschläge, oder besser, das Eintauchen des verbrannten Theiles in reines, kaltes Wasser beseitigt den Schmerz oft augenblicklich. Das kalte Wasser muß, sobald es erwärmt ist, erneuert werden; es wirkt nicht bloß palliativ, sondern sehr oft ist zur ganzen Kur nichts weiter erforderlich. Es lindert den Schmerz und wirkt der Entzündung und Geschwulst entgegen.

2) Geschabte rohe Kartoffeln, faule Aepfel, Tinte, wirken ohngefähr wie das kalte Wasser.

3) Kleine, frische Verbrennungen, z. B. am Finger, soll man eine Zeitlang hinters Ohr fest aufdrücken, oder in die Nähe eines brennenden Lichtes halten, wodurch zwar anfangs die Schmerzen vermehrt, bald aber ganz gehoben werden. Wenn ein Koch die Hand verbrannt hat, nähert er sie dem Feuer, ohne den Schmerz zu achten; denn er weiß, daß dieser bald darauf gänzlich schwindet.

4) Linnen, in Weinessig getaucht, und immerfort frisch auf die Brandwunden gelegt, soll sehr schnell heilen — und Narben verhüten.

5) Bleiwasser oder Kalkwasser mit Leinöl ist das beste Mittel bei Verbrennungen.

6) Die Brandstellen mit Heftpflaster dicht zu belegen, soll die häßlichsten Narben nach Verbrennungen verhüten.

7) Eine vorzügliche Brandsalbe bildet Mohn- oder Baumöl, mit Eiweis geschlagen, auf Leinwand gestrichen. Ebenso Milchrahm und Leinöl.

8) Neuerlich hat man auch vorgeschlagen, frische Brandwunden mit trockener Baumwolle zu belegen.

9) Eine aus gewöhnlicher Seife mit Wasser bereitete Salbe hilft in den meisten Fällen.

10) Kaltes Salzwasser soll dem gemeinen Wasser bei Verbrennungen vorzuziehen sein.

11) Gegen Verbrennung durch die Sonne soll man die entzündeten Theile mit kaltem Wasser begießen und kaltes Wasser trinken.

12) Leinwandstückchen, in Leinöl getaucht, auf die Brandstellen gelegt und alle 5 bis 10 Minuten erneuert. Wenn die Entzündung gehoben ist, reichen täglich zwei Oelumschläge hin.

13) Oder: Nach vierundzwanzigstündiger Anwendung des kalten Wassers auf die Brandstellen, werden zwei Drachmen gepulvertes Gummi tragacanthae mit zwei Pfund Bieressig so lange gekocht, bis die Masse etwas verdampft und schleimig geworden ist. Diese Masse wird, mittelst Leinwandlappen, aufgelegt, und, sobald sie trocken geworden ist, erneuert. Hierbei schreitet die Heilung rasch vorwärts.

Frostbeulen.

Die Frostbeulen entstehen, wenn man einen erwärmten Theil plötzlich erkältet, und besonders dann, wenn dieser Theil vorher schwitzte.

1) Glieder, die durch Frost erstarrt sind, wie Hände, Füße, Nasenspitze, Ohren u. s. w., erscheinen erst röther, zuletzt aber weißer, als die übrige Haut und schmerzen heftig. Diese muß man mit Schnee, fern vom warmen Ofen, so lange reiben, bis die Wärme in ihnen zurückkehrt, und die Haut sich wieder röthet. Auch das Eintauchen in kaltes Wasser, durch beständigen Zusatz von Schnee auf 32° Fahrenheit erhalten, ist hilfreich. Zugleich läßt man etwas Branntwein trinken.

2) Eines der besten Mittel gegen Frostbeulen ist kaltes

Wasser, welches dem Gefrieren nahe ist. Man taucht den leidenden Theil des Tages einigemal etliche Minuten lang in dasselbe, bis die Frostbeule gänzlich verschwunden ist, was gemeiniglich innerhalb vier Tagen geschieht. Jedesmal muß man die Theile nach der Anwendung des Wassers sorgfältig abtrocknen.

3) Am sichersten schützt man sich vor Frostbeulen, wenn man Pelzhandschuhe, wollene Strümpfe, Wärmflaschen und das Erwärmen der erstarrten Hände am Kamin oder heißen Ofen vermeidet, und sich früh gewöhnt, alle Morgen Hände und Füße, oder auch den ganzen Körper mit kaltem Wasser zu waschen.

4) Bei anhaltenden Schmerzen schlägt man eine Mischung aus Kampherspiritus und Safrantinktur über.

5) Der Dampf von heißem Essig soll das Erfrieren der Hände verhüten.

6) Wenn die kalten Umschläge oder das Eintauchen in kaltes Wasser nicht ertragen wird, so läßt man Tag und Nacht glatte lederne Handschuhe tragen.

7) Warmer Essig mit Lappen aufgelegt, ist das Mittel, dessen sich die englischen Matrosen gegen Frostbeulen bedienen.

8) Terpentinöl, Steinöl zum Einreiben.

9) Hasenfett, Morgens und Abends einzureiben und bei Frost an den Händen Handschuhe damit auszustreichen und diese bei Nacht zu tragen.

10) Fett aus dem Gekröse der Gänse wird als ein treffliches Mittel gerühmt.

11) Einem Lehrling in einer Materialhandlung, der an Frost in den Händen litt, die davon angeschwollen und aufgesprungen waren, rieth ein Bauer: Hühnermist, Büchenasche und Eichenlaub zu sammeln, zu kochen und so heiß als möglich aufzulegen. Er versichert, danach in wenigen Tagen von seinem lästigen Uebel befreit worden zu sein, gegen welches er lange vergebens Hilfe gesucht hatte.

12) Bei aufgebrochenen Händen hilft das Auflegen des in Lepizig verfertigten Walter'schen Pflasters am besten.

13) Eine Salbe aus Thran und Kreide wird sehr gerühmt.

Um gewöhnliche Frostschäden zu heilen, ist es unerläßlich, sie vor der unmittelbaren Einwirkung der äußern Luft zu schützen. Hierzu dient:

14) Die ganze erfrorene Stelle mit einem Fette, z. B. Hasenfett oder Hirschtalg, dick zu überziehen, Leinwandläppchen

darüber zu legen und dann einen Handschuh oder Strumpf ꝛc. darüber zu ziehen.

15) Statt des Fettes kann man auch flüssig gemachten Leim anwenden und ihn dann eben so bedecken, wie das Fett. Man kann das Fett alle Tage und den Leim etwa aller 2 bis 3 Tage erneuern. Meist sind die Frostschäden in 5 bis 6 Tagen geheilt, selbst, wenn sie bereits eiterten; es versteht sich jedoch, daß man während der Cur die Frostschäden vor jeder Nässe, so wie vor Kälte schützt.

Mittel, Warzen, Hühneraugen und Ueberbeine wegzuschaffen.

1) Als das unschädlichste und zugleich wirksamste Mittel gegen die Warzen wird die Tinktur von spanischen Fliegen und das Blasenpflaster empfohlen. Man darf nur mit jener die Warzen acht oder zwölfmal des Tages, mittelst einer kleinen Feder oder des Korkstöpsels der Flasche behutsam bestreichen, oder sie mit einem kleinen Blasenpflaster einige Tage bedecken. Viele große und kleine Warzen können mit einem bloßen Blasenpflaster in drei oder vier Tagen weggeschafft werden.

2) Man reibe sie öfters mit trockener Seife. Wenn dies einige Zeit geschehen ist, so borstet endlich die Warze auf ihrer Oberfläche und nach und nach immer tiefer. Dann wird zwar das Reiben mit der Seife etwas empfindlich, man muß aber dennoch damit fortfahren, nur mit Vorsicht, um sich die Schmerzen zu ersparen, bis endlich die Warze nach und nach abfällt.

3) Das Abbinden ist dort möglich, wo die Warze einen dünnen Stiel hat. Kann man den Faden nicht auf einmal so fest anlegen, daß der Warze die Nahrung benommen wird, so binde man Tags darauf einen andern gewächsten Faden noch fester, bis die Warze vertrocknet und abfällt.

4) Man kann die Warzen wegbeizen. Damit aber das Beizen schnell gehe, schneide man erst das Harte der Warze weg und berühre sie dann mit Aetzstein, Höllenstein, Scheidewasser oder einem andern Aetzmittel. Mit diesen Aetzmitteln, zumal den flüssigen, hat man sich sehr vorzusehen, damit nichts davon auf die gesunde Haut komme. Wenn man ätzen will, so wähle man Höllenstein, stecke ein Stückchen davon in eine

Federpose, mache das Ende naß, aber nicht mit der Zunge, und betüpfe täglich die zuvor jedesmal abgeschnittene Warze, bis die Härte verschwunden ist. Sind die Warzen sehr weich und zart, so werden sie zuweilen schon durch den Saft der Pflanzen verzehrt, welche man Wolfs- oder Hundemilch (Chelidonium majus) nennt.

5) Früh und Abends ein knapper Theelöffel von Magnes. carbon. in Wasser genommen, soll in 4 bis 5 Wochen die ältesten Warzen zum Eintrocknen und Schwinden bringen.

Warzen, die während der Pubertätsentwickelungsperiode entstehen, vergehen nach erlangter Entwickelung von selbst.

Hühneraugen.

1) Die Hühneraugen vertreibt man durch das Auflegen von geschabter Seife, oder eines Blattes der Hauswurzel, nachdem vorher in einem erweichenden Fußbade der obere Theil des Hühnerauges abgeschabt worden war.

2) Man nimmt Weinsteinsalz, ungefähr soviel, daß das Hühnerauge damit bedeckt wird, und bindet ein Stückchen Leinwand darüber; dann feuchtet man die Leinwand mit einem Tropfen Wasser an; in 3 — 4 Tagen kann man es abnehmen und das Hühnerauge verliert sich. Man hüte sich aber vorzüglich vor dem Tragen enger Schuhe.

3) Das öftere Baden der Füße in Aschenwasser und das fleißige Wechseln der Strümpfe, so wie das Tragen ganz weicher Stiefeln oder Schuhe, hilft sehr zur Vertreibung der Hühneraugen.

Ein Hühnerauge, das mehrere Jahre die empfindlichsten Schmerzen verursachte, wurde auf folgende Weise leicht weggeschafft:

Ein Stück Leder, was etwas stark war, wurde um die Zehe befestigt, nachdem vorher in dasselbe eine Oeffnung von der Größe eines Hühnerauges gemacht, damit dasselbe vom Leder unbedeckt war. Nun wurde grünes Siegelwachs an ein Licht gehalten und die geschmolzenen Tropfen so heiß au das Hühnerauge fallen gelassen, als sie vom schmelzenden Wachs ablaufen. Nach einer dreimaligen Wiederholung, was in einer Zwischenzeit von 14 Tagen stattfand, war das Hühnerauge völlig weg. Die Stelle, wo es gestanden hatte, war nicht einmal zu bemerken.

5) Ein neues Hühneraugenpflaster, welches sehr zu em-

pfehlen ist, besteht in 2 Loth Gummi ammoniacum, eben so viel gelben Wachs und drei Gran Grünspan; das Gummi wird mit dem Wachse zusammen aufgelöst, der Grünspan darunter gerührt, und dann, auf ein Läppchen gestrichen, auf's Hühnerauge gelegt.

Man streiche von folgendem Pflaster etwas auf Leder: Nimm Schirlings-, Seifen- und Mercurialpflaster, von jedem 2 Quentchen, 1 Scrupel Kampher, und mische es. Eben so gut ist das gewöhnliche Oxycroc-um-Pflaster.

7) Dr. Rosenbaum empfiehlt, das Krähenauge alle drei Tage auszuschneiden, und durch unter die Zehen gelegte Schienen dieselben zu gewöhnen, daß die Stelle, wo dasselbe sitzt, nicht mehr so dem Drucke der Stiefeln oder Schuhe ausgesetzt ist.

Ueberbeine.

1) Eine kleine Bleiplatte, oder eine breitgeschlagene Bleikugel auf die Geschwulst zu binden.

2) Schwarze Seife, dick auf Schafleder gestrichen, anhaltend aufzulegen.

3) Handschuhe von Fuchspelz zu tragen, oder ein Stück dieses Pelzes auf die Geschwulst zu binden.

4) Folgendes Mittel hat hier oft die gewünschte Heilung herbeigeführt. Man läßt sich in einer Apotheke bereiten:

Rec. Mercur. vivi gr. Vjjj
tere cum
Terebinth. venet. q. s.
usque ad Mercurii extinctionem. Adde
Axung. Leporis Unc. duas cum dimidia.
Ol. Cerae Unc. tres.
— Menth. gutt. decem.
M. d. in Oll.

Von dieser Salbe nehme man Abends beim Schlafengehen nur wie eine Linse dick und reibe damit das Ueberbein. Des Morgens wasche man es mit lauwarmem Wasser ab. Das Ueberbein wird nach und nach weich, kleiner, und verschwindet endlich ganz, ohne die geringste Spur oder üble Folgen zurück zu lassen. Ich habe damit 6 Jahre hindurch alle Ueberbeine, selbst von vielen Jahren her, glücklich geheilt. Das Einzige, was dabei zu beobachten ist, ist, daß nur ganz wenig eingerieben und des Morgens wieder abgewaschen wird.

Man kann fürs Erste nur den vierten Theil der Dosis

10) Kalte Umschläge von nassen Tüchern auf's Skrotum, oder das Eintauchen der Geschlechtstheile in eiskaltes Wasser soll bei dem heftigsten Nasenbluten augenblickliche Hilfe leisten,

11) Zu den empfehlungswerthesten Volksmitteln gehört noch das Auflegen einer durchschnittenen Zwiebel in den Nakken und das Waschen desselben mit kaltem Wasser.

12) Das Waschen der Brust mit eiskaltem Wasser, während die Füße im warmen Bade stehen.

13) Ein Blutspeier curirte sich durch den häufigen Genuß von süßen Eidottern.

14) Fr. Hoffmann versichert, daß er durch gekochte Ziegenmilch, zur Hälfte mit Wasser verdünnt und mit Honig versüßt, täglich in Menge getrunken, das heftigste Blutspeien gestillt habe.

15) Nimm auf ein Quart halb Essig, halb Wasser, 2 Loth Cremotartari und trinke dies beim Bluthusten, so wird er sogleich aufhören.

Ohnmacht, Schwindel, Ohrensausen, Taubheit, Herzklopfen.

Der Ohnmächtige muß an die frische Luft gebracht werden, und hier müssen alle fest anliegende Kleidungsstücke, Strumpfbänder und Halstücher gelöst werden.

1) Das Anschleudern von kaltem Wasser ins Gesicht, gehört zu den besten Erweckungsmitteln aus dem ohnmächtigen Zustande. Die Ohnmacht mag einen Blutverlust, Schrekken, Aufenthalt in eingeschlossener Luft, oder sonst eine Veranlassung oder Ursache haben, so kann man von dem kalten Wasser den nützlichsten Gebrauch machen. Riechmittel und das gewöhnliche Waschen mit Essig sind von viel geringerer Wirksamkeit.

2) Einem Kranken, der nach convulsivischen Zufällen ohnmächtig da lag, spritzte ein Bedienter aus Versehen Eau de Cologne, anstatt Wasser ins Gesicht, wodurch, da etwas in die Augen kam, unerträgliche Schmerzen erregt wurden, die den Kranken zu sich selbst brachten.

3) Hierher gehört auch das Anwehen frischer, kühler Luft.

4) Unter den Riechmitteln, die überall zur Hand sind, werden benutzt: Weinessig, cölnisches Wasser, durchschnittene Zwiebeln, zerriebener Meerrettig, kaustischer Salmiakspiritus.

5) Eine angebrannte, unter die Nase gehaltene Feder soll besonders auf hysterische Frauenzimmer wirken.

6) Als Herzstärkung kann ein Eßlöffel voll Weinbranntwein oder anderer starker Branntwein den Liquor anodynus in vielen Fällen ersetzen.

7) Kann der Ohnmächtige wieder etwas niederschlucken, dann gebe man ihm Essig und Wasser zu trinken.

8) Anfälle von Schwindel, die oft der Ohnmacht vorhergehen und durch die unordentliche Blutbewegung im Gehirn und den Augen veranlaßt zu werden scheinen, vergehen am schnellsten, wenn man sich mit geschlossenen Augen ruhig niederlegt.

9) Zuweilen ist es hinreichend, Weinessig unter die Nase zu halten, oder eine Zitronenscheibe in den Mund zu nehmen, um den Schwindel zu vertreiben.

10) Warme, durch Zusatz von Senf und Kochsalz reizend gemachte Fußbäder, eröffnende Klystiere und anhaltender Aufenthalt in freier Luft auf dem Lande.

11) Wenn der Schwindel mit Magenschwäche im Zusammenhange steht, räth Fr. Hoffmann: Morgens nüchtern ganze Pfefferkörner zu verschlucken.

12) Als Hausmittel sind, wenn sich der Schwindel einstellt, einige Tropfen Hoffmannscher Geist, oder Naphtha auf Zucker gut.

13) Bei durch Blähungsbeschwerden entstandenem Schwindel sind erweichende Klystiere und Pfefferminzthee sehr zu empfehlen.

14) Gegen Ohnmachten und Nervenschwäche. Hiergegen bedient man sich des sogenannten Carmeliter-Wassers, welches man sich in der Apotheke unter diesem Namen oder auch unter der Benennung, doppelten Melissengeist ankaufen kann, weil die Destillirapparate nicht überall vorhanden sind. Man trägt dasselbe in einem Riechfläschchen bei sich.

15) Gegen das lästige Ohrensausen, woran manche Menschen, zumal Frauenzimmer, die starke Blutflüsse und andere schwächende Einwirkungen erlitten haben, Jahre lang leiden, sind ableitende Hautreize, wie Fußbäder mit Asche, zuweilen hilfreich. Oft ist auch die Gewöhnung an's Tabackschnupfen von großem Nutzen.

16) Ohrenschmerzen und Taubheit, die durch fremde, in's Ohr gerathene Körper veranlaßt werden, lindert man dadurch,

daß man einen in warmes Wasser oder Altheethee getauchten Badeschwamm auf's Ohr bindet.

17) In der rheumatischen Taubheit ist der warme, mittelst eines Trichters in's Ohr geleitete Wasserdunst eines der wirksamsten äußern Mittel. Man kann das Wasser auch auf aromatische Kräuter gießen.

18) Eine längere Zeit hinter dem Ohre zu tragendes Janinisches Pflaster. (?)

19) Einspritzungen von lauwarmer Milch in das Ohr.

20) Fasten und Wassertrinken hat zuweilen auf Taubheit und Ohrensausen die günstigste Wirkung.

21) Gegen hysterisches Herzklopfen, diese so sehr beunruhigende, das Leben verbitternde Krankheit, an der junge Männer und Mädchen häufig leiden und wobei die Anfälle oft bei Nacht unter einer Beängstigung eintreten, ist der Rath: vor Schlafengehen ein Glas frisches Wasser zu trinken, und die linke Brust mit kaltem Wasser zu waschen, einer der besten.

22) Andere finden sich noch mehr durch einen Schluck heißes Wasser, während des Herzklopfens getrunken, erleichtert.

23) Wo alles Andere vergebens versucht war, hat man den innerlichen Gebrauch des Citronensaftes im hysterischen Herzklopfen heilsam gefunden.

Schlaflosigkeit.

1) Arbeitsamkeit und active Bewegung in freier Luft, die größten diätetischen Heilmittel überhaupt, heilen auch die Schlaflosigkeit, das Uebel, woran in spätern Jahren alle diejenigen zu leiden haben, die den Geist mehr, als den Körper beschäftigen.

2) Ein sehr rationelles Mittel ist das kalte Bad und Bewegung im Freien, bis zur Ermüdung.

3) Die Abkürzung bes gewöhnlichen Schlafes durch frühes Aufstehen, kann gegen die Schlaflosigkeit versucht werden.

4) Vermeidung erhitzender Getränke und ein Fußbad aus Salz vor Schlafengehen.

5) Ein an Schlaflosigkeit Leidender hat an sich selbst die Erfahrung gemacht, daß, wenn er sich die Stirn wiederholt mit der flachen Hand rieb, dies den Schlaf beförderte.

6) Für viele Constitutionen trägt ein Stück Fleisch, Abends gegessen, mehr dazu bei, einen gesunden Schlaf zu verschaffen, als sich mit leerem Magen niederzulegen.

7) Gegen die Schlaflosigkeit hysterischer Frauen sind Klystiere von Kamillenaufguß und Leinöl nützlich.

8) Schon sanftes Kämmen, Bürsten und Waschen des Kopfs ist im Stande, den Schlaf zu befördern.

9) Einen Theelöffel voll Magnesia unter ein großes Glas frisches Wasser gerührt, ist ein wirksames, einfaches Mittel gegen Alpdrücken.

10) Folgendes Mittel hat gegen Alpdrücken oft gute Dienste geleistet. Man vermische 15 Gran magnesia carbonica, 12 Gran Rhabarberpulver, 8 Gran kohlensaures Natrum, 2 Drachmen Syrup und sechs Drachmen Pfefferminzwasser und nehme dies des Morgens.

11) Cremortartari mit Wasser des Abends vor Schlafengehen.

Fettleibigkeit.

1) Leute, die ein zu saftreiches Fleisch haben, müssen fasten, denn der Hunger trocknet den Körper aus.

2) Ein hartes Lager bei Nacht, viel Spazierengehen, Laufen und alle heftige Körperbewegung verhindert die Fettleibigkeit.

3) Gegen Fettleibigkeiten wirken starke körperliche Anstrengungen, Laufen, Reiten, Fechten, trockene Frictionen; ferner: sich von der Sonne verbrennen zu lassen, zu schwitzen, kalt zu baden, in der See zu schwimmen, wenig zu trinken, fette Speisen, Brei, Milch, Eier zu vermeiden; trockene Nahrungsmittel vorzuziehen; sich an einerlei Speise zu halten und nicht vielerlei auf einmal zu essen; viel zu wachen, viel zu studiren, nicht zur Ader zu lassen.

4) Einigen Ersatz für den Mangel an activer Bewegung, woraus gewöhnlich die Fettleibigkeit entspringt, gewähren die trockenen Frictionen des Körpers, denen die Alten so viel Gutes nachsagten, und welche sie für auflösend und verdünnend hielten. Das Reiben der Haut muß aber mit rauhen, trockenen Tüchern anhaltend und stark geschehen, wenn es die träge Circulation beleben, Stockungen auflösen und der Fettanhäufung im Unterleibe entgegenwirken soll.

5) Vermeiden aller gewürzhaften Nahrungsmittel, Bier, Mumme, aber viel Wasser trinken, und der Genuß leichter Suppen ist zu empfehlen.

6) Schon die Ausführung des festen Vorsatzes: Abends

nichts zu essen, höchstens Thee, ohne Butter und Rum dazu zu genießen, zu trinken, trägt viel zur Verminderung der übermäßigen Fetterzeugung bei.

7) Ferner das Tabacksrauchen, nicht sowohl durch den Säfteverlust, den es veranlaßt, als dadurch, daß es einen wahren Ersatz für das Vergnügen des Essens gewährt, und die Zeit ausfüllen hilft, welche müßige Menschen, oft aus bloßer Langerweile, mit Essen hinbringen.

8) Auch von der Abkürzung des Schlafs kann man einige Einwirkung auf die Fettleibigkeit erwarten.

9) Der häufige Gebrauch kalter Bäder, nur wenige Minuten lang jedesmal, macht mager.

Berauschung, Trunkfälligkeit.

1) Kaltes Wasser, womit der nackte Körper, zumal der Kopf, gewaschen und übergossen wird, gehört zu den besten Erweckungsmitteln aus tiefem Rausch. In Rußland werden betrunkene, auf der Straße aufgeraffte Menschen zum nächsten Brunnen transportirt und mit kaltem Wasser begossen. Diese kalten Begießungen hat man auch in der Opiumvergiftung wirksam gefunden.

2) Trunkene suche man vor Erkältung zu schützen, gebe ihnen Essig und Wasser lauwarm zu trinken oder Spiritus Mindereri ein.

3) Zur Verhütung des Rausches und um die Verdauung des im Uebermaß genossenen geistigen Getränks zu befördern, läßt man Thee mit Zucker und Milch in Menge trinken.

4) Die alten Römer pflegten, ehe sie zu einem Gastmahle gingen, vorher einige Eßlöffel voll Oel zu trinken.

5) Einen Theelöffel voll Kochsalz in einem Glase Wasser gelöst, zu trinken, hilft gegen den Rausch.

6) Durch sieben bittere Mandeln, vorher gegessen, soll man die Berauschung verhüten.

7) Um Säufern das Weintrinken zu verleiden, soll man einen lebendigen Aal in Wein ersticken und von diesem trinken lassen.

8) Zu den Gegenmitteln der Trunksucht kann man auch die Gewöhnung an den Kaffee zählen. Menschen, die im Kaffeetrinken und der gelinden Excitation, die er bewirkt, Genuß finden, sind selten Schnaps- oder Weintrinker von Profession, und es ist unleugbar, daß, seit die Sitte, Kaffee zu

trinken, allgemein geworden ist, die Lust zu unmäßigem Weintrinken sehr abgenommen hat.

9) Um das Uebelbefinden nach einem Rausche zu vertreiben, ist es gut, wenn man entweder ein Glas starkes Bier oder schweren Wein trinkt.

10) Dasselbe kann, wenigstens in Beziehung auf gewisse Stände, vom Tabacksrauchen gesagt werden, dessen Hauptnutzen darin zu bestehen scheint, daß es Männer von öfterem Essen und Trinken abhält, was bei der sitzenden Lebensart der meisten Gebildeten offenbar nachtheiliger, als das Rauchen ist; ferner: daß es zugleich sinnlichen Genuß und eine Art von Beschäftigung gewährt, womit die Langeweile auf eine unschädlichere Art vertrieben wird, als durch Berauschung in geistigen Getränken.

11) Wenn unmäßige Weintrinker es über sich vermögen, eine Zeitlang täglich Bier zu trinken, so verliert sich oft der Weindurst, sie gewöhnen sich an den gelindern Reiz und befinden sich dabei besser.

Mittel gegen das Zittern der Hände.

Der Professor Petri in Erfurt empfiehlt im allgemeinen Anzeiger der Deutschen, aus eigener Erfahrung, gegen das Zittern der Hände, als ein sehr wirksames Mittel, den Gebrauch des kalten, reinen, frischen Quellwassers, sowohl äußerlich, als innerlich. Man hält zu dem Ende die Hand und den ganzen Vorderarm wechselweise täglich 2 — 3 Mal, einige Minuten lang, in ein Gefäß mit frisch geschöpftem Wasser, und reibt darauf jeden Arm mit einem gewärmten wollenen Handschuh, bis man eine bleibende Wärme darin fühlt. Auch kann man eine halbe Stunde nach dem Aufstehen und vor dem Schlafengehen die Arme mit einem in frisches Wasser getauchten Schwamme waschen und sie darauf reiben. Gegen die Vollblütigkeit wähle man zum täglichen Getränke reines, kaltes Wasser und eine leichte Diät, vermeide dabei Wein, Branntwein und Kaffee, und mache sich täglich Bewegung in der freien Luft.

Trinker zittern gewöhnlich, wenn sie noch ganz nüchtern sind und wenn sie sich den Trunk abgewöhnen wollen; reiben sie sich die Arme mit Spiritus ein, so wird dies Uebel bald vergehen.

Von kalten Füßen.

Diejenigen Menschen, welche überhaupt schwächlicher Konstitution und häufig mit Krämpfen beladen sind, so wie auch diejenigen, welche einen schwachen Magen haben und an Blähungsbeschwerden leiden, klagen häufig über kalte Füße und kalte Hände, die nicht selten eiskalt und schweißig sind. Diese haben nun, vorzüglich im Sommer, wie auch im Winter, auf warme Fußbekleidung zu achten, dürfen nur wollene Strümpfe tragen, müssen diese täglich wenigstens einmal wechseln, und um sich vor Nässe zu schützen, Sohlen von Pferde- oder Hundehaaren, oder auch von Hutfilz in die Schuhe oder Stiefeln legen. Sie dürfen keine sitzende Lebensart führen und den Kopf nicht zu anhaltend anstrengen; auch müssen sie sich vor Ueberladung des Magens hüten, so wie auch vor angreifenden, starken Gemüthsbewegungen, besonders vor Aerger, Neid, Haß u. s. w. Wer sich dagegen nur von leichten Speisen nährt, und auch diese nur mäßig genießt, häufig Bewegung macht, wird weniger an kalten Füßen und Händen leiden. Da dieses Uebel meistens Folge eines schwachen Magens und fehlerhaftee Verdauung ist, so haben solche Personen sich nur des hier angeführten Magenstärkungsmittels zu bedienen, welches die beste Wirkung haben wird.

Mittel wider den Wurm im Finger.

1) Gleich Anfangs den Finger in starken Branntwein einzutauchen, nachdem man zuvor einen Blutegel in der Nähe der schmerzhaften Stelle angesetzt hat, gehört zu den wirksamsten Behandlungsarten.

2) Man halte den Finger in warme Milch, in welcher Knoblauch abgekocht ist.

3) Nachstehende Mittel sind öfters mit gutem Erfolg gegen den Wurm im Finger angewandt worden.

4) Zerriebene weiße Feldrüben zum Einhüllen des Fingers oder lebendige Regenwürmer zum Auflegen, oder gekäutes Roggenbrod mit Butter, oder heißer Brei von Feldbohnen, oder die Fingerspitze in das Ohr einer Katze zu stecken, oder in ein frisches Ei zu halten. Selbst wenn der Finger schon heftig schmerzt, kann man die Entzündung noch dadurch zertheilen, das man das kranke Glied über heißen Dampf von bloßem Wasser oder Seifenwasser hält, so lange man es ertra-

gen kann, und dann dasselbe mit der andern Hand drückt und knetet, und dies des Tages öfters wiederholt.

5) Warme Brodumschläge von Semmel, Leinmehl und Milch lindern die Schmerzen und beschleunigen den Ausbruch.

Anweisung, sich den Lehnhardschen Gesundheitstrank für Schwangere selbst zu machen.

Dieser Gesundheitstrank, der gegen das Ende des vorigen Jahrhunderts von unzähligen schwangern Frauen gekauft und gebraucht ist, und den der verstorbene Doctor Lehnhard zu Quedlinburg durch ganz Europa versandte, besteht, nach den genauesten chemischen Untersuchungen des Apothekers Westrumb in Hameln, aus 2 Loth Glaubersalz, 1 Loth Bittersalz und 21 Loth Rothwein, mit etwas Wasser vermischt. Als leichter Purgiertrank bekömmt er denen, für die er bestimmt ist, äußerst wohl, und kann, nach dem angegebenen Verhältniß, von Jedermann leicht selbst zusammengesetzt und löffelweis in dem Maaße genommen werden, daß er den Leib gelinde öffnet, welches Jeder selbst an sich erfahren kann. Jedes gelinde Abführungsmittel thut bei Schwangern, die an Unterleibsbeschwerden leiden, und hierdurch zum Abortiren sehr neigen, dieselben Dienste. Da aber die Unterleibsbeschwerden seltener aus wirklichen Blutanschoppungen entstehen, öfters ihnen Schwäche zum Grunde liegt, die durch dies Mittel leicht vermehrt werden kann, so ist jeder Frau in diesem Zustande anzurathen, einem geschickten Arzte sich anzuvertrauen.

Blähungsbeschwerden.

Bei dem Genuß der Speisen und Getränke kommt mehr oder weniger Luft in den Magen, aber noch mehr Luft und Gase entwickeln sich im Magen und Speisekanale durch die Verdauung der genossenen Nahrungsmittel, welche aber im normalen Zustande immer wieder fortgeschafft werden und nach unten einen Ausweg finden. Wenn sich daher jene Luftarten (Gase) im Magen und Darmkanale anhäufen, sei es, weil sie in großer Menge sich erzeugen, oder weil ihrem Abgehen irgend ein Hinderniß im Wege steht, so kann dies zu vielen heftigen Anfällen Veranlassung geben, als heftige Koliken, schmerzhafte Ausdehnung des Bauches, bedeutendes Aufschwellen

desselben, Magenschmerz, Drücken, Behinderung des Athemholens, oft bis zur Erstickunsgefahr, Zuckungen, allgemeines Mißbehagen. Im gelinden Grade können die im Magen und Darmkanale abnorm sich ansammelnden Gase den größten Theil jener weniger heftigen und gefährlichen, aber nicht minder unerträglichen Beschwerden verursachen, welche das Leben der Hysterischen und Hypochondrischen zur fordauernden Qual machen.

Diese zu große Anhäufung von Winden kann verschiedene Ursachen haben, als: Aufreizung und Schwächung der Verdauungsorgane, sitzende Lebensart, Mangel an körperlicher Bewegung, verabsäumte Hautcultur, Erkältung, kaltes Trinken, der Genuß schwer verdaulicher, bei schlechten Zähnen nicht gehörig gekauter, so wie auch blähender Speisen, als Mehlspeisen, Kohl, Rüben, Hülsenfrüchte, Obst, wenn darauf getrunken wird, vertriebene Flechten ꝛc.

Je nach diesen verschiedenen Ursachen muß auch das diätetische Verfahren sich richten. Gehörige Bewegung, vorzüglich in freier Luft, und Hautcultur, sorgfältige Vermeidung aller schweren, reizenden, blähenden Speisen und Getränke, so wie gehörige Aufmerksamkeit auf tägliche Leibesöffnung, sind die hauptsächlichsten und zuerst zu beobachtenden diätetischen Regeln. Uebrigens müssen alle an Blähungsbeschwerden Leidende oder dazu geneigte Personen strenge Ordnung in ihren Mahlzeiten halten; nicht zu viel und nicht zu oft, und nicht eher etwas genießen, als bis das früher Genossene gehörig verdauet ist. Im Fall, daß keine Entzündung vorhanden ist, können Schröpfköpfe, wozu man Wein- und Biergläser oder kleine Töpfchen nimmt, gute Dienste thun. Die sonst gewöhnlich beliebten sogenannten blähungstreibenden Mittel, als die verschiedenen geistigen Tropfen und Essenzen, Aufgüsse von Anis, Coriander, Minze, Salbei, Baldrian ꝛc., können erst das Uebel recht verschlimmern und in vielen Fällen recht nachtheilig werden, besonders bei entzündlichen Zuständen.

Das Abgehen der Winde wird befördert durch ein Klystier von starkem Baldrian und Kamillenthee. Uebrigens ist auch das Frottiren des Unterleibes mit Flanell sehr zuträglich. Der Unterleib darf nicht durch Kleidung gepreßt werden.

Auch Cremortartari ist ein gutes Mittel gegen Verdauungsfehler und erleichtert die Beschwerden des Unterleibes, treibt Blähungen und befördert den Stuhlgang.

Böser Hals.

Hierunter versteht man die Entzündung der Organe des Schlingens, d. i. des Zäpfchens im Schlunde, das vergrößert und hochroth gefärbt erscheint, so wie auch die ganze Gaumendecke entzündet ist. Daher der drückende Schmerz, wenn der Patient etwas hinunterschlucken will. Die Gefahr richtet sich zugleich nach dem vorhandenen Fieber, welches bald Catarrhal-, bald Entzündungsfieber ist. Bei starker Entzündung müssen ein oder zwei Blutegel an den Hals, und zwar unter das Ohr gesetzt werden.

Bei der catarrhalischen Schlundentzündung muß sich der Kranke fleißig gurgeln, wozu eine Mischung von gleichen Theilen Fliederthee und Milch, oder Fliederthee mit einigen Tropfen Weinessig versetzt, oder ein Salbeidekokt von zwei Quentchen Blätter und 16 Loth Wasser, worin ein Quentchen Salpeter und ½ Quentchen Salmiak, ein Loth Honig aufgelöst und welches mit zwei Loth Weinessig vermischt ist, dient. Zugleich wird nun der Hals mit Flanell oder Kammwolle, welche mit Wachholderbeeren durchräuchert worden, verbunden, auch übrigens muß sich der Patient warm halten, warme Fußbäder gebrauchen und Fliederthee, mit einem Zusatz von etwas Fliedermus, trinken, um einen mäßigen Schweiß zu bewirken. Die Füße müssen immer warm gehalten und kaltes Trinken ꝛc. vermieden werden.

Ist gleichzeitig Leibesverstopfung vorhanden, so wird Cremortartari, in Wasser aufgelöst, getrunken.

Wenn bei dem bösen Halse zugleich die Luftröhre mit ihren Aesten angegriffen, stark entzündet, hitzig und geschwollen sind, Zunge und der äußere Hals entzündet worden und anschwellen, das Fieber hitzig wird und der Kranke nicht mehr schlucken kann, so ist dieses die Bräune.

Convulsionen.

Die Convulsionen bestehen in der heftigen und unwillkürlichen Zusammenziehung der Muskeln, worauf abwechselnde Erschlaffung erfolgt. Ursachen dazu sind, sehr nervöses, reizbares Temperament, heftiger Schmerz, lebhafte Aufregung des Geistes und Körpers, schweres Zahnen, Eingeweidewürmer, Aufregung oder Entzündung des Gehirns ꝛc.

Die Behandlung dieser Krankheit muß nach den Umständen verschieden sein; indeß bekämpft man dieses Uebel durch Senf-Fußbäder, allgemeine laue Bäder, Blutentziehung.

Erbrechen.

Dasselbe entsteht aus sehr verschiedenen Ursachen, die es bald mehr, bald weniger gefährlich machen. Rührt es von einem verdorbenen Magen her, da es sich dann zuerst durch ein Gefühl von Fülle, Uebelsein und Schauern des Magens, und durch einen mehr oder minder heftigen Schmerz in diesem Organe zeigt, und wo auf das Auswerfen der im Magen enthaltenen Stoffe eine völlige Gesundheit folgt, so ist es in der Regel nicht nur gefahrlos, sondern auch wohlthätig und man muß es noch mehr zu befördern suchen, welches durch Nachtrinken lauwarmen Wassers, dem man etwas Butter oder Speiseöl zugesetzt hat, geschehen kann. Auch starker Kamillenthee befördert das Erbrechen bei vorhandener Uebelkeit. Der Kitzel am Zäpfchen mit einer in warme Butter getauchten weichen Fahne einer Feder leistet dasselbe. Auch das Erbrechen, das viele Menschen beim Anblick ekelhafter Gegenstände befällt, ist gefahrlos.

Um übermäßiges Erbrechen zu stillen, schlägt man ein Tuch, mit kaltem Wasser angefeuchtet, um den Hals und auf den Magen, trinkt kaltes Wasser, oder starken Kaffee ohne Milch und nimmt ein warmes Fußbad. Auch nicht völlig ausgegohrnes Bier stillt durch seine Luftsäure das Brechen und die Uebelkeit.

Anders ist es mit dem Erbrechen jedesmal, wenn sich ein Krankheitsstoff, z. B. Rheumatismus, auf den Magen wirft; denn nicht selten wird es so stark und anhaltend, daß es längerer Zeit aller Heilmittel widersteht. In diesem Falle ist nichts heilsamer, als das Auflegen eines Senfpflasters auf die Magengegend und der Gebrauch warmer Fußbäder. Auch nicht völlig ausgegohrnes (moussirendes) Bier stillt durch seine Luftsäure das Erbrechen und die Uebelkeit.

Oefteres Erbrechen ist fast stets das Zeichen von Entzündung des Magens, der Eingeweide ꝛc. und erheischt schnelle ärztliche Hilfe.

Gegen das habituelle Erbrechen nach jedesmaligen genossenen Speisen ist ein trocken genommenes Pulver von gleichen

Theilen gestoßenem Ingwer, Kümmel und Kochsalz, einen Theelöffel voll und nach jeder Mahlzeit, acht Tage lang genommen, ein sehr wirksames Mittel; oder Cayenne-Pfeffer, Lindenkohle und Zimmt. Das Kochsalz hat eine dem Erbrechen entgegenwirkende Kraft, daher auch der Instinkt, bei Uebelkeiten von verdorbenem Magen, zum Genuß stark gesalzener Speisen, z. B. Häring, Sardellen ꝛc. auffordert.

Auch die Magenübelkeit nach übermäßigem Weintrinken wird gehoben durch eingesalzene Fische (Sardellen) ꝛc., durch geräuchertes Fleisch ꝛc. Gegen das Erbrechen der Schwangern dient tägliches Spazierengehen und ein Walter- oder Klepperbeinsches Pflaster auf den Magen. — Dies bringt den trägen Stuhlgang in Ordnung, erheitert — und gehört zu den wichtigsten diätetischen Mitteln für Schwangere. Das oft die ganze Schwangerschaft hindurch täglich sich erneuernde und entkräftende Erbrechen wird durch öfteres Trinken kleiner Portionen warmer Kuhmilch gelindert. Eine Tasse Pfefferminzthee erleichtert das Uebel. Gewürzter Honigkuchen stellt auch das Uebel ein.

Geschwollene Füße.

Die Geschwulst der Füße von unterdrückten Fußschweißen wird durch Wiederherstellung der letztern gehoben. — S. Art. Fußschweiße.

Unschädlich ist die Geschwulst der Füße nach anstrengenden Fußreisen und drückender Fußbekleidung. Nach Ruhe, horizontaler Lage des Körpers und allenfalls nach dem Waschen der Füße mit Branntwein, erfolgt schnelle Besserung.

Geschwollene Füße bei Personen, welche bei ihren Geschäften anhaltend stehen müssen, so wie bei Personen, welche nach harten und langwierigen Krankheiten das Bett zu bald verließen, erfordern Ruhe, horizontale Lage der Füße und Einwickelung derselben in Flanell, der vorher mit Bernstein, Wachholderbeeren durchräuchert worden.

Geschwollene Füße bei schwächlichen, an Unterleibsbeschwerden leidenden Personen, schwinden durch Ruhe und leichte Nahrung.

Entsteht Rose auf geschwollenen Füßen, so ist es meistens Brand und darauffolgender Tod das Ende. Siehe Art. Brand.

Zeigt sich Geschwulst der Füße bei Schwindsucht und Auszehrung, so folgt ebenfalls der Tod in kurzer Zeit.

Leberverhärtung.

Die Leberverhärtung ist ein gewöhnlicher Ausgang der Leberentzündung, wenn diese vernachlässigt oder schlecht behandelt worden war. Sie ist die Ursache einer schlechten Verdauung. Man erkennt sie durch das äußerliche Gefühl von Härte in der rechten Seite unterhalb der Rippen, durch Schmerz an dieser Stelle, bei einigermaßen heftigem Drucke, durch Beschwerden beim Sitzen, durch Magendruck und Magenschwäche nach dem Genuß nur einigermaßen schwer verdaulicher Nahrungsmittel, welche aus Mangel einer guten Galle nicht gehörig verdaut werden können, durch harten Stuhlgang, gelbe Gesichtsfarbe, und endlich mit letzterer verbundene augenscheinliche Abmagerung des ganzen Körpers.

Die Heilung wird einem Arzt übertragen.

Der Patient muß eine leichte Diät beobachten, frisch ausgepreßte Säfte von Löwenzahn- und Queckenwurzel genießen, sich mäßige Leibesbewegung machen, warme Seifenbäder gebrauchen, die Lebergegend mit Flanell frottiren, allen Druck von Kleidern auf die Leber- und Magengegend verhindern und sich vor Gemüthsbewegungen aller Art, vorzüglich aber vor Aerger und Gram ꝛc. hüten; denn sie vermögen nicht nur die Krankheit schnell zu steigern, sondern sogar den Tod auf der Stelle herbei zu führen.

Schlagfluß.

Körperliche Anlagen zum Schlagfluß haben Personen, die einen kurzen, dicken, untersetzten Körper und kurzen Hals haben. Ihr Angesicht ist gewöhnlich roth und aufgetrieben, sie haben öfters Ohrenklingen und Sausen, Schwindel, auch Uebelkeit im nüchternen Zustande.

Die beste Regel, diesem Uebel auszuweichen, bleibt immer Mäßigkeit im Essen und Trinken, als auch in der Anstrengung des Geistes, der Bewegung und Ruhe im Wachen und Schlafen. Vorzüglich hüte man sich des Abends vor Ueberladung des Magens und vor berauschenden Getränken und liege im Bette mit dem Kopfe nicht zu tief. Eben so vermeide man sorgfältig alle Gemüthsbewegungen; der Umlauf des Blutes darf nicht durch zu dicht anliegende Kleidungsstücke gestört werden.

Um die vom Schlagfluß Gerührten (so wie die von schäd-

lichen Luftarten Betäubten) zu erwecken, giebt man ein Klystier, wozu man zwei Loth Kochsalz thut.

Bei Lähmungen, die von einem unvollkommenen Schlagfluß zurückbleiben, dient äußerlich der Hoffmannsche Liquor mit Kampher oder Rosmarinöl versetzt.

Schweiße, abmattende.

Bei nächtlichen, entkräftenden Schweißen, nach Nervenkrankheiten, sind reine Luft in dem Schlafzimmer und nicht zu warme Bedeckung die wichtigsten Mittel; zugleich dient ein Aufguß von ½ Loth Salbei, mit 16 Loth Wasser und etwas Rothwein, kalt getrunken. Bei Personen, welche im leinenen Hemde schlafend schwitzen, hörte das Schwitzen auf, wenn sie ihren Körper unmittelbar mit einer wollenen Decke umwickelten.

Schreien kleiner Kinder.

Es ist nicht selten, daß kleine Kinder, vorzüglich zur Nachtzeit, ungewöhnlich viel und anhaltend schreien, ohne daß man einen Krankheitszustand an ihnen bemerkt, oder sie zu beruhigen im Stande ist. Die Ursachen zu diesem lästigen Schreien sind entweder Hunger, oder Schmerz und Mißbehagen, oder auch Verwöhnung. Sie sind nicht schwer zu erforschen. Schreit das Kind aus Hunger, so saugt es an dem Finger, den man ihm in den Mund steckt, und es wird ruhig, sobald es Nahrung erhält.

Schreit das Kind aus Schmerzen, so ist der Ton des Geschreies durchdringender, es nimmt die dargebotene Nahrung nicht an, bewegt sich mit Händen nnd Füßen, und wird dabei ganz dunkelroth und bläulich. Um zu erfahren, ob das Kind Schmerz empfindet, entkleide man es in einem warmen Zimmer, auf Betten liegend. Findet sich hierbei kein Druck von fest anliegenden Binden ꝛc., so ist ein inneres Leiden zu vermuthen. Zieht das Kind die Schenkel nach der Brust hinein, und stößt die Füße wieder mit Anstrengung von sich, schreit dabei plötzlich auf und wird abwechselnd wieder ruhig, so leidet es an Blähungen, welche sogleich ein warmes Klystier von Kamillenthee, warme Bekleidung des Kindes überhaupt, Auflegen warmer Tücher auf den Unterleib und ein gelindes Frottiren des Letztern verlangen. Nach jeder abgehender Blähung wird das Kind ruhig. Ist das Schreien des Kindes mit Fie-

berhitze, Husten, Brechen ꝛc. verbunden, so deutet dies auf einen krankhaften Zustand, gegen welchen ärztliche Hilfe erforderlich ist.

Schreit das Kind blos, weil es durch stetes Herumtragen, Schaukeln und Wiegen verwöhnt wurde, so daß es wachend nicht mehr still liegt, sondern stets Bewegung ꝛc. verlangt, so wird es sogleich ruhig, wenn man es von seinem Lager erhebt. Haben Kinder die Gewohnheit angenommen, am Tage zu schlafen und des Nachts zu wachen, so halte man sie am Tage durch Zerstreuung vom Schlafen ab und bade sie am Abend.

Vor der Anwendung der sogenannten beruhigenden (betäubenden) Säfte, die sehr gefährliche Folgen haben können, hüte man sich.

Schwämmchen.

Diese bestehen bei Säuglingen in kleinen weißen Bläschen oder Geschwürchen auf der Zunge, die sich, wenn ihnen nicht gewehrt wird, nach und nach in der ganzen Mundfläche und sogar durch den Schlund, Magen und Gedärmkanal bis zum After verbreiten. Dies Uebel verursacht den Kindern einen brennenden Schmerz und erschwert ihnen das Saugen und Schlucken. Die Folge ist ein Fieber, von Unruhe und Schlaflosigkeit, Diarrhöe und starker Urinabsonderung begleitet, welche die Kinder abzehrt und ihnen nicht selten den Tod bringt. Zugleich ist mit diesem Uebel die Unannehmlichkeit verbunden, daß die Brustwarzen, woran die mit Schwämmchen geplagten Kinder saugen, wund, schmerzhaft und schwärend werden.

Die Ursachen dieses Uebels sind versäumte Abführung des Kinderpeches und vernachlässigte Reinigung der Mundhöhle, nachdem das Kind die Brust oder andere Nahrung erhalten hatte; vorzüglich das Einschlafen an der Brust; scharfe Säfte der Stillenden, und Ansteckung durch das Saugen an der Brust, woran ein mit Schwämmchen behaftetes Kind gesogen hatte, ohne daß die Brustwarze durch Waschen gehörig reinigt worden war.

Sobald die Schwämmchen entstehen, wäscht man den Mund des Kindes des Tages öfters mit reinem, kaltem Wasser aus, mittelst eines um den Zeigefinger geschlagenen leinenen Läppchens. Haben die Schwämmchen schon überhand genommen, so wird der Mund mit einer Abkochung von wei-

ßen Rüben, oder einem Salbeiaufguß, worin ein wenig Salmiak aufgelöst worden, täglich zu wiederholten Malen ausgewaschen. Erstrecken sich aber die Schwämmchen bis in den Schlund hinab, so sind schleimige Mittel, als Mandelmilch mit arabischer Gummi, Salepabkochung ꝛc. innerlich zugleich zu geben und auch schleimige Klystiere, mit einem Zusatz von Kalkwasser, anzuwenden. Sollten die Schwämmchen braun werden und in Brand übergehen, so wird ein gelindes Abführungsmittel von Rhabarber gegeben und der Mund mit einer Abkochung von 4 Loth Weiden- oder Eichenrinde, ½ Quentchen rothe Myrrhen, 2 Quentchen Salbeiblätter mit 12 Loth Wasser bis zur Hälfte eingekocht und nach dem Durchseihen durch Leinwand mit 1 Quentchen Salmiak und ein wenig Honig zugethan, öfters ausgewaschen. In solchen Fällen ist es jedoch rathsam, ärztliche Hilfe zu suchen.

Bei Erwachsenen erscheinen die Schwämmchen nur in Begleitung bösartiger Fieber, wo sie dann in der Regel ein Anzeichen der höchsten Gefahr, ja wohl des Todes sind. Wenn die Krankheit gehoben ist, verlieren sie sich von selbst. Hat der Patient noch Kraft genug, so läßt man ihn sich mit starkem Salbeithee, warmem Wein ꝛc. gurgeln. Ist derselbe aber bereits zu schwach dazu, so wird sein Mund mit einer Mischung von ½ Quentchen Borax in ein Loth Rosenhonig ausgespühlt. Dieses Mittel ist auch bei Kindern gut.

Urinabgang, unwillkürlicher.

Man trifft nicht selten Personen von jedem Alter und Geschlecht an, denen der Urin, bald im schlafenden, bald im wachenden Zustande, unwillkürlich abfließt und die denselben nicht zu halten vermögen. Die Ursachen dieses höchst unangenehmen Uebels sind sehr verschieden. Bei kleinen Kindern ist häufig nur ein fester Schlaf, in Folge ermüdeter körperlicher Bewegung schuld, daß sie vom Drange zu uriniren nicht erweckt werden. Um dies zu verhüten, muß man sie zu Zeiten aus dem Schlafe erwecken. Nicht selten ist es bei größern Kindern und bei Erwachsenen eine Folge von Schwächung des Körpers durch Verwirrung des Geschlechtstriebes und bei Frauen eine Folge übelgeleisteter Hilfe bei Entbindungen. In diesem Fall erheischt das Uebel ärztliche Hilfe.

Nesselsucht.

So nennt man einen nicht ansteckenden, immer nur einzeln vorkommenden Hautausschlag, der Aehnlichkeit mit den Quatteln hat, welche durch Brennnesseln auf der Haut hervorgebracht werden. Am stärcksten sind diese Quatteln auf Brust und Arme. Das Hervorbrechen ist mit einem lästigen Jucken verbunden, welches nach dem Kratzen ein gelindes Brennen hinterläßt.

Der Ausbruch dieses Ausschlages geschieht unter gelinden Fieberbewegungen, meistentheils sehr schnell und ohne Gefahr, wenigstens bis zum dritten Tage. Hat der Ausschlag einige Tage gestanden, so verschwindet er gewöhnlich bald wieder, und wenn dies gleich zuweilen unter Schwindel und Ohnmacht geschieht, so ist dennoch keine Gefahr damit verbunden. Manche Personen bekommen regelmäßig alle 4 Wochen einen Nesselausschlag ohne Fieber.

Die Nesselsucht besteht am häufigsten im Frühjahre und befällt mehrentheils Frauenspersonen und Kinder. — Ihre Ursachen sind gemeiniglich Erkältung und unterdrückte Hautausdünstung und bei Manchen Ekel vor Speisen. Die Nesselsucht für sich allein bringt zwar keine Gefahr, doch muß man sich hüten, sie zurückzutreiben. Entstand sie in Folge unterdrückter Hautausdünstung, so dient Fliederthee zur Begünstigung des Schweißes und des Ausbruchs desselben. Uebrigens ist eine gleichmäßig warme Temperatur der den Patienten umgebenden Atmosphäre das Nothwendigste. Die Diät muß milde sein.

Fließende Ohren.

Wenn bei dem Ohrenzwange eine wässrige, schleimige oder auch dickliche, eiterähnliche Feuchtigkeit aus den Ohren fließt, bedarf es keiner besondern ärztlichen Behandlung, sondern das Uebel verliert sich mit dem Ohrenzwange wieder.

Es leiden aber auch scrophulöse, drüsenkranke und verfütterte Kinder, gewöhnlich nach abgetrocknetem Hautausschlage, häufig an einem Ausfluß aus den Ohren, welcher oft so scharf ist, daß er das Ohr selbst und die benachbarten Theile wund macht.

In diesem Falle muß das Kind fleißig gebadet werden, erst in bloßem warmen Wasser, sodann in Seifenwasser und zuletzt in Abkochungen von Majoran, Wermuth, Feldkümmel, Calmus. Uebrigens muß die Grundkrankheit von dem Arzte geheilt und die Verbesserung der Säfte durch zweckmäßige Diät bewirkt werden. Ist der Ausfluß sehr reizend oder übelriechend, so muß, nach Anleitung des Arztes, durch lauwarme, ganz milde Einspritzungen täglich der Gehörgang einige Mal gereinigt werden.

Gesundheitsregeln.

Gesundheit ist das erste, größte Erdengut, durch welches wir erst alles Andere genießen können. Gesund nennt man den, der sich von körperlichen Schmerzen und Uebeln frei befindet, dessen Geisteskräfte gehörig entwickelt, dessen sämmtliche Körpertheile im gehörigen Verhältnisse sind, und vereint mit gleicher Kraft wirken können.

Die Kunst, die uns die Mittel erkennen und anwenden lehrt, unser Wohl zu erhalten und vor schädlichen Einflüssen zu bewahren, heißt die Gesundheitslehre.

Zur allgemeinen Kenntniß wollen wir hier die wichtigsten und nothwendigsten Regeln mittheilen.

Reibung.

Eine der sanftesten Arten der Bewegung ist das Reiben des Körpers, entweder mit der bloßen Hand, oder mit einem Stück Flanell, oder, was noch besser ist, mit einer Hautbürste. Dieses Mittel stand bei den Alten in hoher Achtung und ist noch jetzt in Ostindien sehr geschätzt. Man kann es mit dem ganzen Körper vornehmen, vorzüglich aber mit dem Unterleibe, dem Rückgrat, den Armen und Beinen. Das Reiben reinigt die Haut, es lös't die stockenden Säfte auf, befördert die Ausdünstung, stärkt die Fasern und vermehrt die Wärme und Thätigkeit des ganzen Körpers. Bei Rheumatismus, Gicht, Lähmung und Bleichsucht ist es ein vortreffliches Mittel. Für Leute von sitzender Lebensart, für solche, die an Hypochondrie oder an Unverdaulichkeit leiden und die nicht Gelegenheit genug zur gehörigen Bewegung haben, kann man das tägliche Reiben, besonders des Unterleibes, nicht genug empfehlen zur Auflösung der dicken Säfte, welche sich, aus Mangel an Bewegung, in den Eingeweiden bilden können, und zur Stärkung der Gefäße. Das Reiben des Unterleibes muß mit kreisförmiger Bewegung geschehen, welche der Lage

der Eingeweide und der Richtung ihrer natürlichen Thätigkeit am angemessensten ist. Man muß es des Morgens mit leerem Magen, oder noch besser, im Bette vor dem Aufstehen vornehmen, und jedesmal wenigstens einige Minuten damit anhalten. Der günstige Zeitpunkt zu ihrer Anwendung ist nach der Verdauung. Nach der Reibung ist es sehr zuträglich, wenn man sich eine leichte Bewegung macht, damit die in Bewegung gesetzten Säfte nicht sogleich wieder in Stockung gerathen.

Von den Nahrungsmitteln.

Als Hilfsmittel, den Bestand der Lebenswärme im Körper zu sichern und zu vermehren, dienen Nahrung und Kleidung.

Täglich verliert der Mensch durch Ausleerungen und Schweiß eine Menge Bestandtheile, welche ihm durch Speise und Trank ersetzt werden müssen.

1) Man sei nicht ängstlich in der Wahl der Speisen, suche aber oft mit den Nahrungsmitteln zu wechseln.

2) Man esse nicht mancherlei Speisen durcheinander, süße und saure, kalte und heiße u. s. w., und ziehe die leicht verdaulichen den schwerverdaulichen vor.

Viele fette Speisen, Fische, frisches Brod, Mehlbrei, Mehlklöße, Kuchen, Käse, harte Eier, hartgetrocknete Fleischarten; scharfgesalzene und gewürzte Speisen zu essen, ist schädlich, so wie auch der Genuß vieler süßen und heißen Speisen.

3) Am wohlthätigsten für unsern Körper ist es, wenn wir Fleischspeise und Gemüse — oder Speisen aus dem Pflanzenreiche — mit einander verbinden, jedoch weniger Fleisch als Gemüse essen.

4) Auch ist es für den Magen nicht gleichgiltig, von welcher Temperatur die Speisen und Getränke genossen werden. Der Magen wird geschwächt, wenn man mehr warme, als kühle Nahrungsmittel genießt; es müssen daher beide gehörig mit einander abwechseln.

5) Im Winter genieße man mehr feste, etwas schwer verdauliche Nahrungsmittel, um den Magen in eine bessere Thätigkeit zu setzen und mehr innere Wärme zu erzeugen.

6) Man esse nicht zu geschwind, und sorge dafür, daß die Speisen im Munde gehörig zermalmt und mit Speichel vermischt werden. Das Sprichwort sagt: »Gut gekaut, ist halb verdaut.«

7) Man überlade den Magen nicht, denn sonst bleiben die Speisen unverdaut im Magen liegen, gerathen in schädliche Säure und Fäulniß, aus welcher verdorbene Säfte entstehen, welche sich dem Blute mittheilen und die Gesundheit zerstören. Wenn's am besten schmeckt, muß man aufhören.

8) Kurz vor und nach der Mahlzeit suche man starke Körper- und Geistesanstrengung zu vermeiden. Vom Studiertische, Comtoir, oder nach Erhitzungen und Gemüthserschütterungen, als Zorn, Schreck, Angst, Aerger ꝛc., eile man nie gleich zur Tafel, sondern suche sich erst durch angenehme Gespräche oder andere Beschäftigungen dazu vorzubereiten.

9) Man halte sich im Essen und Trinken, so wie bei allen Dingen an Zeit und Ordnung.

10) Das Essen kurz vor Schlafengehen ist sehr schädlich; denn während des Schlafes ruht die Verdauung und wird deßhalb hierdurch Veranlassung zur Magenverderbniß gegeben.

11) Man muß besonders zur Aufheiterung des Geistes während der Mahlzeit sorgen, und nie vergessen, daß Fröhlichkeit die Wurzel und das Hauptmittel zur Beförderung der Verdauung ist.

12) Das Trinken ist zur Auflösung der Speisen im Magen, so wie zur Erhaltung des gehörigen Grades von Flüssigkeit im Blute, eben so nöthig, als das Essen.

Vor, bei und unmittelbar nach dem Essen, suche man aber dasselbe zu vermeiden, weil dadurch die zur Verdauung nöthigen Säfte zu sehr verdünnt und das Verdauungsgeschäft unterbrochen und gestört wird.

Wasser ist das von der Natur für Menschen und Thiere bestimmte Universalgetränk. Dasselbe muß aber frisch aus Quellen geschöpft und die Flaschen gehörig verstopft werden, damit die fixe Luft (Brunnengeist) nicht verfliege, denn eben diese macht es heilsam.

Das Wasser stärkt die Verdauung, lös't die Auswurfsstoffe im Körper auf, und führt sie aus. Da nach neuern Erfahrungen Sauerstoff ein Bestandtheil des Wassers ist, so trinken wir auch mit dem Wasser wirklich neuen Lebensreiz. Sein übermäßiger Genuß kann aber auch im Sommer nachtheilig werden.

Bier ist eine Art flüssigen Brodes, gewöhnlich wird es aus Gerste oder Weizen bereitet, es befördert, vor dem Essen genossen, den Appetit und bekömmt kräftigen Leuten, die an Arbeit gewöhnt sind, gut; aber auch schwächliche Frauen vertragen ein gut gehopftes, ausgegohrnes Bier, und fühlen sich dadurch gestärkt.

Der Wein, wenn er edel, rein und unverfälscht ist, stärkt den Magen, macht Eßlust und befördert die Verdauung. Er belebt dazu die Nerven, heitert das Gemüth auf, vermehrt die Wärme und den Umlauf des Blutes und der Säfte, treibt auf den Schweiß und Harn. Man muß ihn nur mäßig genießen.

Von der Bekleidung und Bedeckung.

Die Kleidung sei dem Klima, der Witterung, den Jahrs- und Tagszeiten, dem Alter und der Leibesbeschaffenheit angemessen, mehr auf Abhärtung, als auf Verweichlichung berechnet, und weder zu weit, noch zu enge. Enge Westen, Leibchen, Schnürleiber, enge Binden u. dgl. verhindern nicht nur den Einfluß der Luft, die freie Bewegung und Ausbildung des Körpers, sondern verursachen auch Anhäufungen in den freien Gefäßen. Auch die Betten, als nächtliche Bedeckung des Körpers, verdienen hier einige Berücksichtigung.

Federbetten sind nur in kälterer Jahreszeit, oder nur für Kinder in den ersten Lebensjahren, für schwächliche oder alte Personen, als zuträglich zu erkennen. Hat der Mensch zu viel Federn über oder unter sich, so wird, abgesehen von den übrigen Nachtheilen, insbesondere das Schwitzen zu sehr befördert und die Haut in einen erschlafften Zustand versetzt. Im Sommer sind daher Federbetten zu verwerfen.

Viel gesunder und zuträglicher ist es, auf einer Matratze zu schlafen, und im Sommer eine leichte baumwollene Decke und im Winter ein leichtes Federbett zur Bedeckung zu wählen.

Schwachen Kindern lasse man eine Matratze von Heu oder Kräutern anfertigen, sie stärken und haben schon manches an Auszehrung leidende Kind wieder hergestellt.

Das Erwärmen des Bettes durch Wärmflaschen oder heiße Steine ist schädlich, wer in Federbetten sich nicht gut erwärmen kann, der schlafe auf einer wollenen Decke und lasse diese am Tage gehörig austrocknen.

Gleich Morgens nach dem Aufstehen das Bett machen zu lassen, ist nicht zu empfehlen, weil dadurch die Ausdünstungsstoffe im Bette bleiben. Viel gesünder ist es, die auseinandergelegten Betten bei geöffneten Fenstern erst einige Zeit verdunsten zu lassen, ehe das Bett wieder zurecht gemacht wird. Ueberhaupt müssen die Betten recht oft in die Luft gelegt, ausgeklopft und von Zeit zu Zeit gewechselt werden.

Von der Reinlichkeit.

Da der Körper das, was ihm zuträglich ist, aus seiner Umgebung, besonders aus der Luft, nicht blos durch Einathmen, sondern auch durch die Poren der Haut in sich aufnimmt, dagegen unnütze Theile absondert, so ist leicht einzusehen, daß die Haut, durch welche dieses Einsaugen und Absondern geschieht, rein gehalten werden müsse, damit sie zu diesen Verrichtungen immer tauglich bleibe. Zu dem Ende müssen nicht blos Gesicht, Hals und Hände, sondern auch die übrigen Körpertheile, auf welchen, der Kleidung ungeachtet, sich der feinere Staub ansetzt, fleißig gewaschen und gebadet werden.

Sind die Schweißlöcher, durch welche die Natur verdorbene Theile, mittelst der Ausdünstung, wegschafft, zum Theil verstopft, verschließt diese Oeffnung der Schmutz, so können die stärkenden Theile aus der Luft in den Leib nicht eindringen, und das abgehende nicht wieder ersetzen. Daraus entstehen denn nicht selten Hautausschläge, Zahnweh, Lungengeschwüre und andere Krankheiten, deren Qualen oft erst mit dem Tode endigen.

Das Wasser ist das einfachste und zuträglichste Reinigungs- und Stärkungsmittel für den Körper.

Das Waschen geschieht am besten früh, doch nicht gleich nach dem Aufstehen, um der Ausdünstung wegen, Erkältung zu vermeiden. Nichts stärkt überhaupt den Körper mehr, als das tägliche Waschen und Baden aller seiner Theile mit frischem Brunnen- und Quellwasser, besonders wird dabei starkes Reiben das Leben und die Verrichtungen der Haut kräftig befördern. Es erhält die Farbe, den Teint der Fasern und der Haut, welche dadurch in der gehörigen Spannung erhalten werden; es befördert die Thätigkeit und wird ein Schutzmittel gegen alle Hautkrankheiten und andere Uebel.

Ferner gehört zu der nöthigen Reinlichkeit das öftere Wechseln der Wäsche und der Kleider, sowohl derer, die man täglich trägt, als der Bettüberzüge.

Reinlichkeit ist eine der ersten Zierden des Menschen. Der einfachste, schmuckloseste Anzug gewinnt dadurch, wo hingegen das theuerste, prachtvollste Kleid, an welchem sich Schmutz oder Flecke befinden, ein nachtheiliges Licht auf den Besitzer wirft.

Man muß jedoch auch hierin Maaß und Ziel halten; denn jedes Uebermaaß schadet, und deshalb ist das jetzt so gebräuchliche Uebergießen des Körpers mit kaltem Wasser nicht anzurathen, die Haut sowohl, als der ganze Körper, wird dadurch erschlafft.

Das Waschen mit Seife.

Unter allen Hautreinigungsmitteln ist nichts mehr zu empfehlen, als das tägliche Waschen mit Seife, man sorgt dadurch für Schönheit des Teints, für Gesundheit und Körperkraft. Denn es läßt sich dreist behaupten, so lange die Haut gehörig thätig ist, so lange ist der Mensch auch gesund.

Die äußere Haut bietet die größte Fläche zur Auffaugung und Ausscheidung dar, deshalb ist sie im gesunden Zustande stets thätig, wenn auch in schwacher Transpiration begriffen. Diese Transpiration tritt als eine fettige Flüssigkeit in Tropfen aus den Hautporen heraus. Den Staub, der stets in unserer Kleidung haftet, und in der uns umgebenden Luft in den feinsten Theilchen vorhanden ist, schlägt sich auf unsern Körper nieder, verbindet sich mit der Transpiration der Haut, trocknet sich mit dieser ein und hat, wenn nicht die höchste Reinlichkeit beobachtet wird, einen großen Antheil an der Bildung einer Unmasse von Hautschuppen, welche bald alle Poren gleichsam verstopfen und die Hautthätigkeit durchaus unterdrücken.

Werden diese sich häufenden Hautschuppen dem unbewaffneten Auge sichtbar, dann nennt man es wohl — Schmutz, und fängt gewöhnlich erst dann an, sich zu waschen. So lange muß man aber mit dem Waschen nicht warten, sondern man muß, wenn man recht gesund sein und bleiben will, wenigstens zweimal wöchentlich den ganzen Körper — nicht, wie man schon häufig angerathen hat, blos mit Wasser, sondern mit Seife und Wasser waschen und gehörig abreiben. Nur die Seife entfernt jene feinen Schuppen vollständig und macht das Hautorgan frei und respirabel, wie es sein muß. Bei solchen Waschungen können wir das wohlriechende Einsalben, wie es die Alten zur Verschönerung der Haut thaten, völlig entbehren.

Wer es versucht, wird sich von den herrlichen Wirkungen bald überzeugen. Man hat z. B. bei arger Hitze, großem Staube, eine bedeutende Tagereise gemacht. Man fühlt sich matt, müde, verstimmt, der Appetit fehlt, das Athmen ist beklommen und Körper und Geist befinden sich in einer eigenthümlich aufgeregten, krankhaften Spannung. Man nehme nur ein Bad, seife den ganzen Körper gehörig ein und wasche ihn tüchtig ab; — wie ein ganz anderer Mensch steigt man aus dem Bade! — Die Haut ist wieder frei, der Stoffwechsel geht wieder gehörig mit unglaublicher Schnelligkeit von

Statten; Mattigkeit, Müdigkeit, Verstimmung ist wie weggezaubert; man hungert, die Brust erweitert sich ungehemmt, so weit der Raum es gestattet; man fühlt sich stark und kräftig; man fühlt sich gesunder, als jemals; man fühlt sich wie neugeboren. Wollte man in solchem Falle die Haut blos reiben lassen, man würde keine Linderung spüren; wollte man blos ein Wasserbad nehmen, man würde viel schwächere Wirkungen merken, und es ist daher die Seife, welche jene Wunderkräfte besitzt, aus dem natürlichen Grunde, weil sie allein vermag, jene feinen, oft sehr festsitzenden fettigen Hautschuppen wegzunehmen, und die Haut, das wichtige Organ, ganz frei zu machen. Nicht Waschungen mit kaltem Wasser, sondern Waschungen des Körpers mit Seifenwasser, werden die Haut vollkommen reinigen und in einer Menge von Krankheitsfällen, und auch solchen, die gerade jetzt an der Tagesordnung sind, als Gicht, Rheumatismus, Krämpfe, Nervenübel u. s. w., herrliche Dienste leisten.

Solche Waschungen sollten von früher Jugend an nicht einen Tag versäumt werden. Besonders empfehlen wir sie auch dem weiblichen Geschlechte; denn abgesehen davon, daß sie gegen obengenannte Uebel schützen, und dieselben heben, so ist kein besseres und herrlicheres Schönheitsmittel denkbar. Nur eine vollkommen reine Haut ist schön, nur eine solche ist sanft, zart, weich und wollig; nur der rasche Stoffwechsel, welcher bei einer ganz reinen Haut möglich ist, giebt dem Auge jenen unbeschreiblichen Glanz und Ausdruck, welcher den Mann fesselt und entzückt. Durch Reinlichkeit erhält die Haut ihre Energie und bildet nicht so leicht Runzeln. — Obgleich die gewöhnliche Hautseife hierzu gut ist, so hat doch die venedische Seife den Vorzug.

Manche haben jedoch solche empfindliche Haut, daß sie das tägliche Waschen mit Seife nicht vertragen können, die Haut wird spröde, rissig, sie müssen sich öfters mit Mandelkleie oder mit Abkochungen von gewöhnlicher Weizenkleie waschen; die Haut wird hierdurch weich und die fetten Ausdünstungsstoffe können sich nicht so leicht festsetzen.

Von der Bewegung und Arbeit.

Alles Leben besteht in Bewegung, Ruhe macht schlaff, ist ein Bild des Todes. Indem die Bewegung die Körperkräfte übt, vermehrt und stärkt sie sogleich ihren Bestand.

Nichts, sagt Vogel, kann die Nerven mehr stärken, als körperliche Bewegung in freier Luft; nichts, als diese, kann den Krankheiten vorbeugen, welche von einem erschlafften Zustande der Organe des Körpers herrühren.

Vor Allem mache man täglich wenigstens auf eine Stunde einen Spaziergang im Freien, es sei die Witterung, wie sie wolle. Die beste Zeit dazu ist am Morgen, gleich nach dem Aufstehen, oder Nachmittags eine Stunde nach dem Essen. Bei einer heißen, trocknen Luft ist eine zu starke Bewegung doppelt schädlich. Im heißen Sommer wähle man zum Ausgehen, wo es geschehen kann, die Morgen- oder Abendluft, bei kälterer Jahreszeit aber die Mittagsstunden.

So lange die Sonne über dem Horizonte steht, entwickeln die Pflanzen Sauerstoffgas, denjenigen Luftbestandtheil, der Menschen und Thieren zum Leben so unentbehrlich ist. Bei Nacht ist die Atmosphäre ärmer an Sauerstoffgas und reich an Stickgas, eine Luftart, die nicht zum Athmen tauglich ist.

Das Licht des Tages erheitert den Geist, giebt selbst dem Schwermüthigen Trost und Kraft. — Glücklich ist der, dessen Beschäftigung von der Art ist, daß er dem Einflusse des Alles belebenden Sonnenlichtes öfters ausgesetzt ist. Freilich wirkt hier auch die Luftwärme; aber die Lichtstrahlen, die die ganze Hautfläche mächtig aufregen, den Kreislauf der Säfte kräftiger bewegen, haben Hauptantheil.

Nicht das Stubenlicht, am wenigsten Kerzenlicht in der Nacht, kann solche Wunder bewirken, sondern es bedarf der eigentlichen, durch Sonnenlicht zugleich erleuchteten und erwärmten freien Luft.

Gelehrte, Handwerker müssen jede günstige Minute benutzen, etwa in einem Garten oder am offenen Fenster, an heitern Tagen die Lebensquelle einzusaugen.

Eine mäßige Thätigkeit des Geistes ist eben so nothwendig, als körperliche Bewegung. Geistige Beschäftigungen sind für den Menschen unentbehrliche Uebungen, sie stärken den Geist selbst; denn so wie der Körper, um gesund zu bleiben, sich oft bewegen und anstrengen muß, so ist es auch mit dem Geiste. Die Ausbildung des Geistes hat auch einen wohlthätigen Einfluß auf den Körper; denn erst durch Uebung des Geistes erhält die körperliche Schönheit mehr Ausdruck.

Uebermäßige und zu zeitige Anstrengung der Seelenkräfte ist aber der Gesundheit äußerst nachtheilig, zumal dann, wenn wir bei mittelmäßigen Talenten und Anlagen etwas mit Ge-

walt erzwingen wollen, oder mit Widerwillen und ohne Lust Geistesarbeiten vornehmen; es ist dies eine erzwungene Spannung.

Wer bei anhaltendes Sitzen erfordernden Geschäften gesund bleiben will, der muß bald sitzend, bald stehend arbeiten. Denn das viele Sitzen preßt, wegen des einwärts gebogenen Unterleibes, die Eingeweide zusammen, hindert dadurch den freien Blutumlauf, wodurch Kopfschmerzen, Congestionen, Schwindel, Hämorrhoiden und andere Uebel zu entstehen pflegen. — Diesen Nachtheilen kann man dadurch vorbeugen, wenn man in beiden ein Verhältniß beobachtet; denn wenn das Stehen zu lange fortgesetzt wird, so greift es die Lendenschenkel und Wadenmuskeln zu sehr an und hindert dadurch den Säfteumlauf in den Füßen und im Unterleibe.

Von Rohr geflochtene Stühle sind den Polsterstühlen und Sopha's vorzuziehen, weil letztere, durch Entwickelung der Wärme, Hämorrhoiden begünstigen können.

Von den Gemüthsbewegungen.

Alle heftige Gemüthsbewegungen, besonders alle unangenehme, so wie alle zu große und anhaltende Geistesanstrengungen, schaden der Gesundheit.

Man suche also die Leidenschaften und Affekte zu mäßigen.

Gemüthsbewegungen kräftigen die Gesundheit, wenn sie in Schranken bleiben, zerstören dieselbe, wenn sie im Uebermaaß einwirken.

Heiterkeit, Zufriedenheit und Seelenruhe sind Schutzengel unserer Gesundheit.

An der Hand der Hoffnung ziehet sich unser Leben fort, wie am goldenen Faden; aus dem Becher der Freude trinken wir neue Kraft und neues Leben.

Mißmuth, Unzufriedenheit, Traurigkeit, Sorge, Gram, wirken aber wie schleichendes Gift schwächend auf die Lebenskraft und zerstörend auf die Gesundheit.

Von der Ruhe.

Auf Arbeit folgt Ruhe. Dieses Gesetz gilt durch die ganze Natur, und alles Leben scheint durch diesen ewigen Wechsel zu bestehen. Tag und Nacht, Sommer und Winter sind die Urbilder desselben. Eine todtähnliche Ruhe kennt aber

die Natur duchaus nicht, ihre Ruhe besteht nur in einer abwechselnden Thätigkeitäußerung; sie ändert nämlich die Richtung ihrer Thätigkeit in der Art, daß sie sich von einem Gegenstande ab=, einem andern zuneigt, und während sie auch hier nicht unthätig, sondern auf eine andere Art thätig ist, sich zur ersten Art ihrer Thätigkeit wieder neue Lust und Stärke sammelt. Es giebt also eine zweifache Art der Ruhe.

1) Eine besondere in den sogenannten Zerstreuungen und Erholungen.

Der Geschäftsmann legt z. B., um auszuruhen, seine Arbeit auf einige Zeit bei Seite, unterhält sich mit seinen Freunden, eilt in den Garten, in die freie Luft u. s. w.

2) Eine allgemeine im Schlaf.

Die so eben besprochene Ruhe geht im wachenden Zustande vor sich, die eigentliche Erholung und Wiederherstellung der Kräfte geschieht aber im Schlafe. Die Natur bedient sich desselben, um den im Wachen zu starken Aufwand der Lebenskraft wieder zu ersetzen, es ist also gleichsam ein stärkender Balsam, der den Körper immer neu belebt und der Seele neue Munterkeit einflößt. Im Schooße der Ruhe sammelt die Natur ihre Kräfte wieder und erholt sich zu neuer Thätigkeit.

Wenn man sich einen ruhigen Schlaf verschaffen und seiner Gesundheit wohlthun will, so kommt es auch auf die Lage im Bette an.

Zu hohe Lage mit dem Kopfe und der Brust bewirkt leicht in den jüngern Jahren Störungen der Körperbildung, in den spätern Beengung der Brust und des Unterleibes. Zu niedrige Lage mit dem Kopfe veranlaßt Kopfweh, Schwindel und Ohrenbrausen. Nur bei einer horizontalen und mit dem Kopfe etwa einen halben Fuß erhabenen Lage des Körpers werden jene Nachtheile am sichersten vermieden.

Die Lage auf dem Rücken verursacht leicht Schnarchen, Träumen und Alpdrücken.

Beim Liegen auf der linken Seite beengt der Druck der Leber die Baucheingeweide, das Athmen wird hierdurch erschwert und der Durchgang des Bluts durch die Herzkammern behindert.

Die Lage auf der rechten Seite, mit etwas gekrümmten Füßen, ist wohl unstreitig für die beste zu erkennen. Nicht

blos, um das störende Schnarchen zu verhindern, sondern auch um die Trockenheit des Schlundes und der Luftröhre und die Verunreinigung der Zähne zu verhüten, ist es gut, mit verschlossenem Munde zu schlafen.

Es ist der Gesundheit sehr nachtheilig, wenn man sich den Schlaf gewaltsam entzieht, oder zu wenig schläft. Eine schlaflose Nacht, sei sie der Freude oder dem Schmerz, der Arbeit oder der Sorge geopfert, trocknet die Räder der Maschine, spannt ihre Federn gewaltsam an, ihr Gang verliert den Takt, und bei öfterer Wiederholung stockt sie gänzlich.

Je mehr der Mensch der Natur und ihren Gesetzen treu bleibt, desto länger lebt er; je weiter er sich davon entfernt, desto kürzer.

Man schlafe und wache zur rechten Zeit! Die Nacht ist dem Schlafe gewidmet, und nie darf an ihrer Statt der Tag gewählt werden.

Der nächtlichen Atmosphäre fehlen alle die guten Eigenschaften, die sie am Tage so wohlthätig für Menschen und Thiere machen; denn sie hat nicht nur Mangel an Licht und Wärme, sondern auch weniger Elasticität. Hieraus erhellet, daß die Nacht dem thätigen Leben nicht günstig ist, daß sie die Zeit der Ruhe und des Schlafes sein muß. Wer in diesem Punkte die Ordnung der Natur nicht beobachtet, die Nacht durchwacht, den Tag durchschläft, der wird früher oder später die üblen Folgen an seiner Gesundheit erfahren.

Das rechte Maaß des Schlafes, 6—8 Stunden zur rechten Zeit, läßt weder den Geist unter der Uebermacht des Fleisches untergehen, noch letzteres durch den ersteren gleichsam verzehrt werden.

Der Mittagsschlaf ist im Allgemeinen nicht zu empfehlen, am wenigsten jungen, rüstigen Leuten. Manchen ist jedoch die Mittagsruhe ein Bedürfniß und deßhalb schwächlichen und zarten Körpern sehr wohlthätig. Wer sich gewöhnt hat, des Mittags zu schlafen, der thue dies nicht gleich nach dem Essen, und dann bekömmt es besser, wenn man einige Minuten im Sitzen sich dem Schlafe überläßt.

Die Gewohnheit, früh zu Bett gehen und früh wieder aufstehen, ist der Gesundheit sehr zuträglich und nicht genug zu empfehlen. Wer sich zeitig zu Bette legt und des Morgens früh aufsteht, sagt Franklin, wird reich und weise, und befindet sich wohl.

Nichts ist, bemerket Dr. Cheine, nachtheiliger, als des

Morgens wachend im Bette zu liegen, dies verdirbt die Säfte, entnervt die festen Theile und schwächt den Körper. Das Bett, sagt Kant, ist das Nest einer Menge von Krankheiten.

Von den Ausleerungen des Körpers.

Durch beständigen Stoffwechsel wird unser Körper erhalten, wir athmen Luft ein, damit unser Blut gereinigt werde; wir genießen Nahrungsmittel, damit unsere Säfte das Verlorene ergänzen können. Wir führen nun aber nicht blos Nützliches, sondern auch Schädliches in unsern Körper ein, und dies sucht die Natur durch verschiedene Wege fortzubringen.

1) Stuhlausleerung.

Alles Fremdartige, was wir durch den Genuß der Speisen und Getränke in unsern Körper bringen, muß durch Stuhlgang, Urin, Hautausdünstung ausgeschieden und weggeschafft werden. Ohne diese regelmäßige Ausführung kann die Gesundheit nicht bestehen.

Man sorge also dafür, daß täglich zu einer gewissen Zeit eine gehörige Stuhlausleerung erfolge. Es hat sich in der Erfahrung nichts wohlthätiger bewiesen, als sich in diesem Punkte an eine bestimmte Ordnung — Stunde — zu gewöhnen.

Hartleibigkeit, Neigung zur Verstopfung, Hämorrhoidal-Beschwerden sind die Folgen, wenn wir aus Geschäftigkeit oder unzeitigem Zartgefühl dem Triebe dazu entgegenwirken.

Man muß daher die Abführung der Unreinigkeiten aus dem Körper nie verhindern, sondern wenn sie nicht regelmäßig erfolgt, durch frühes Aufstehen, Diät und Bewegung in freier Luft zu befördern suchen.

Man gewöhne sich des Morgens früh zu einer Stuhlausleerung.

2) Harnausleerungen.

Durch die beständige Thätigkeit der Nieren wird eine ziemliche Menge Urin bereitet, und dieser durch die Harngänge der Harnblase zugeführt; sie ist nur ein Aufbewahrungsort für den Urin.

Die Harnblase erlaubt zwar eine längere Zurückhaltung des Urins, allein es darf das Bedürfniß, ihn auszuleeren, dennoch nie mit Anstrengung zurückgehalten werden; denn es

kann gefährliche Uebel, z. B. Erzeugung von Steinen, Lähmung oder Zerspringen der Harnblase zur Folge haben.

3) Hautausdünstung.

Die Hautausdünstung geschieht nicht, wie die beiden vorherrschenden, zu gewissen Zeiten, sondern sie dauert bei einem gesunden Menschen, am Tage, wie bei Nacht, ununterbrochen fort.

Sie steht öfters in Wechselwirkung mit der Urinabsonderung, sind beide zugleich gestört, so bildet sich Wassersucht aus.

Man hüte sich daher, dieselbe durch zu warme Kleidung, Speisen und Getränke, und starke Anstrengung zu sehr zu befördern, oder sie, was noch schädlicher ist, durch Erkältungen zu unterdrücken.

Bestes Mittel gegen die Hundswuth,

welches der verstorbene Großherzog von Sachsen-Weimar-Eisenach, Carl August, dem verstorbenen Doctor Urban zu einem hohen Preise, zum Wohl der Menschheit, abgekauft und bekannt gemacht hat.

Es ist dieses Mittel das in jedem Haushalte als unentbehrlich vorhandene Kochsalz, mithin ein dem Aermsten zu Gebote stehendes Heilmittel. Sollte nun Jemand das Unglück haben, von einem tollen Hunde gebissen zu werden, so ist das Kochsalz das vorzüglichste Heil- und Rettungsmittel, sowohl nach den Erfahrungen des gedachten, als noch sehr vieler anderer berühmter Aerzte, als auch nach den chemischen Grundsätzen; denn durch Salzsäure werden alle Miasmen und Contagien zerstört.

Es darf daher nur schnell eine Hand voll Kochsalz in einem Maaße kaltes Wasser aufgelöst und die verwundete Stelle mit durch diese Salzauflösung befeuchteten Tüchern belegt werden, die aber stets naß erhalten werden müssen. Sollte aber Jemand unterwegs ein ähnliches Unglück erleiden, so bediene er sich seines Hals- oder Schnupftuches und befeuchte es mit seinem eigenen Urin, der ebenfalls viel Salzsäure enthält, und er ist sicher und gewiß, das kräftigste Hilfs- und Rettungsmittel angewendet zu haben; denn der ersten Gefahr, dem Aufsaugen des Wuthgiftes, ist er nicht ausgesetzt. Daß Jeder sich schnell außerdem der ärztlichen Hilfe bedienen wird, versteht sich wohl von selbst.

Die Wunderkräfte des kalten Wassers,

als unfehlbares Heilmittel gegen

Engbrüstigkeit, Fieber, Gicht, Hämorrhoiden, Hartleibigkeit, Hypochondrie, Kopfweh, Krämpfe, Magendrücken, Magenkrampf, Augenübel, Blähungen, Eiterung, Erbrechen, Fluß jeder Art, Geschwulst, Entzündungen, Herzklopfen, Katharr, Krebsschaden, Schwindsucht, Lungenentzündung, Nervenfieber, Podagra, Quetschungen, Rheumatismus, Ruhr, Schlaflosigkeit, Schwere in Gliedern, Stein, Trübsinn, Uebelkeit, Unterleibsbeschwerden, Verstopfung, Verschleimung, Verwundung, Wassersucht, Zittern der Hände und Füße, — und viele andere Uebel.

Im kalten Wasser, sagt Hufeland, liegt unstreitig eine ungleich höhere Kraft, als wir bisher geahnt haben, eine wunderbar belebende Kraft. »Das kalte Wasser,« sagt Zeller, »läßt keine Entzündung, kein Wund- und Entzündungsfieber aufkommen, wenn es sogleich applicirt wird.« Frisches Wasser, sagt Theden, aus dem Brunnen geschöpft, ein mehrfach zusammengelegtes leinenes Tuch hinein getaucht und umgeschlagen, vertreibt in etlichen Stunden die höchste Entzündung und Geschwulst.

Das frische Wasser, dieses göttliche Kraftmittel der fehllosen Natur, mit Muth und Beharrlichkeit innerlich und äußerlich gebraucht, wirkt stärker und schneller, gefahrloser und zugleich wohlfeiler, als jedes noch so kräftige, erkünstelte Arzneimittel. Es läßt keine Schmerzen, Entzündungen, Geschwülste, Krämpfe, Lähmungen, Schlagflüsse u. s. w. aufkommen und vernichtet sie, wenn sie schon im höchsten Grade vorhanden sind. Es wirkt in den allermeisten körperlichen Unfällen als ein Universalmittel in Krankheiten und Verletzungen von der Fußsohle bis zum Scheitel. Es belebt und erfrischt den thierischen Körper, wie es die krankhafte und hinwelkende Pflanze belebt und erfrischt.

Wer erstaunt nicht über jene unzähligen Wunderkuren, welche die Engländer Boynod und Currie, die Deutschen Hahn, Reuß, Fröhlich, Oertel u. s. w. mit dem frischen Wasser verrichtet haben? Und kann (nach dem französischen Arzte Cadet de Beaux) schon das warme Wasser, 48 mäßige Glas in 12 Stunden (alle Viertelstunden ein Glas

von etwa 10 Unzen) getrunken, die Gicht in diesen 12 Stunden aus den Gliedern herauszaubern, wie vielmehr ist das kalte Wasser im Stande, nicht nur die Gicht zu vertreiben, sondern den ganzen kranken Körper neu zu beleben, zu reinigen, zu stärken und auf die längste Dauer zu kräftigen? »Das frische Wasser ist in geübten Händen,« sagt der französische Arzt Toucheu, »ein köstliches Mittel, beinahe ein Universalmitttel.« Allein der Mensch ist sehr wunderlich. Er sucht oft in der Ferne ein ungewisses Mittel mit vielen Kosten und verwirft mit Verachtung das, was die Vorsehung unentgeltlich als eine Wohlthat in seine Hände legt.

1) Das frische Wasser, d. h. das vom Lauf- oder Pumpbrunnen frisch weggeschöpfte, ungestandene und unüberschlagene Wasser hat die Eigenschaft, daß es zwar zuerst Frost und Schauer am und im Körper erregt, aber auch gleich darauf eine wohlthuende Wärme durch den Körper verbreitet, daß es die ganze Blut- und Säftemasse erfrischt, belebt und reinigt, daß es das Blut leicht durch alle Adern hindurchführt und allen Krankheitsstoff durch Dünsten, Schwitzen und Harnen aus dem Leibe heraustreibt.

2) Das frische Wasser durchdringt die allerfeinsten Zwischenräume an und im Körper, wie keine Arznei sie zu durchdringen vermag, und äußert eine Kraft und Wirksamkeit, wie kein Spiritus oder Geistwasser sie zu äußern vermag, und schadet dabei Nichts, wenn es auch etwa Nichts nützen sollte. Es ist ein ganz unschuldiges Heilmittel.

3) Das frische Wasser muß frischweg und ganz allein gebraucht und mit keiner Arznei vereinigt und auch, so bald es eine heilsame Veränderung hervorbringen soll, ja nicht aus Verzagtheit ausgesetzt oder gar weggelassen und dadurch unschuldig in üblen Ruf gebracht werden.

4) Das Quellwasser ist jedem andern vorzuziehen, es wird schon in der Erde durch die verschiedenen Erdlagen von seinen unreinen Stoffen befreit, und dies geschieht noch mehr durch das Zuströmen der freien atmosphärischen Luft.

6) Das frische Wasser paßt für jedes Alter und Geschlecht, für jede Jahreszeit und Krankheitsform, für Kind und Greis, für Mann und Frau; für Sommer und Winter, für nasse und trockene Witterung, für acute und chronische (hitzige und zeitwierige) Krankheiten, und hat weder Krankheitsstadien, noch kritische Wege abzuwarten.

6) Was den äußern Gebrauch des frischen Wassers, das

Waschen betrifft, so hält man sich a) dazu einen oder zwei tellergroße Badeschwämme und befährt oder betupft, nach Umständen, damit frisch durchnäßt, mehrmals die schadhaften oder schmerzhaften Theile, und wiederholt es in gehörigen Zwischenzeiten; b) oder man macht bei Entzündungen und Geschwülsten wiederholt naßkalte Umschläge.

7) Was den innern Gebrauch des frischen Wassers, das Trinken, betrifft, so muß man zugleich mit dem Waschen auch das Trinken anfangen, und zwar, wenn man noch nicht daran gewöhnt ist, nur mit wenig frischem Wasser beginnen, und so nach und nach täglich immer mehr, 2, 3 und mehr Maaß frischweg zu sich nehmen, um darauf recht viel zu dünsten und zu harnen, bis der Harn vom Kranken wie helles Wasser abgeht.

8) Wer einen verwöhnten, schwachen, wasserscheuen Magen hat, kann etwas Pikantes, z. B. etwas Himbeersaft oder Zucker unter das Trinkwasser mischen, bis es der Magen, nach einigen Empörungen und Uebergebungen, endlich doch annimmt und bei sich behält.

9) Das frische Wasser muß nun äußerlich und innerlich eine Veränderung, ja sogar eine körperliche Revolution bewirken, sie sei, welche sie wolle, z. B. Uebelkeit, Reißen, Stechen, Durchfall, Geschwulst, Blätterchen u. s. w. Dies darf aber ja nicht irre machen, daß man es etwa aussetzt oder unterläßt, und dafür etwas Anderes gebraucht und dadurch nur das Uebel ärger macht; sondern da muß man unverzagt und beharrlich aushalten, und den gewiß guten Erfolg getrost abwarten.

10) Was hierbei die Diät oder Lebensordnung im Essen und Trinken betrifft, so kann sie, nach Umständen, streng oder gelind sein. Streng, wo der Patient a) weder Wein, noch Bier u. dergl., sondern lauter frisches Wasser — allmählig maaßweise — trinken, und b) weder Fleisch, noch Gemüse, noch Suppe u. dergl., sondern lauter Semmelbrod essen muß. Gelind, wo der Patient a) eine Tasse Kaffee oder Milch zum Frühstück, b) leichte und einfache Speisen zu Mittag (ohne Fett, Gewürz und Säure) genießen darf, aber c) den ganzen Tag über, bis Abends, lauter Wasser und Semmelbrod genießen muß. Eine solche strenge Wasserkur darf aber nur unter dem Beistande eines verständigen Arztes ausgeführt werden. —

11) Aeltere Personen mögen dazwischen ein Glas dünnes

Bier oder ein Gläschen Wein trinken. Jedoch mehr Wasser und leichtes Brod, und zwar so lange, bis der alte Krankheitsstoff aus dem Leibe heraus und durch einen bessern Stoff ersetzt ist. Je mehr Wasser, desto geschwinder wird es zur Besserung gehen. Leibesbewegung oder Spazierengehen ist unerläßliche Bedingung zum Gelingen einer Wasserkur.

12) Das frische Wasser nützt, wie keine Arznei, bei äußern und innern Zufällen in acuten und chronischen (hitzigen und zeitwierigen) Krankheiten, durch vieles Waschen und Trinken, wie auch durch Gurgeln und Schnupfen; und es hat, wie gesagt, das Eigene, was keine Arznei hat, daß es, wenn es etwa nicht nützen sollte, doch selten schadet.

13) Das frische Wasser, äußerlich angewandt, kann nichts, wie man gewöhnlich zu fürchten pflegt, auf die innern Theile zurücktreiben, wenn man es nur zugleich innerlich gebraucht und recht viel frisches Wasser in sich hineinschüttet. Hiebei kann man wirklich des Guten nicht zu viel thun. Je mehr, desto besser! Es hält allen Eindrang böser Stoffe zurück.

14) Das frische Wasser kann auf Kopf, Hals, Brust, Unterleib, Rückgrat, Arme und Beine sehr wohlthätig wirken.

15) Und was hier vom Menschen gilt, das gilt auch vom Vieh. Auch das Vieh hat Fleisch und Blut wie der Mensch, und die Viehkrankheiten sind fast die nämlichen, wie die Menschenkrankheiten; sie haben nur zunftmäßig verschiedene Namen.

16) Gewaltsame Begießungen, Sturz-, Tropf und andere Bäder, wie man sie gewöhnlich vorschlägt und gebraucht, sind hierbei nicht schlechterdings nothwendig. — Schon das gelindere Mittel bloßer Waschungen mit einem großen Badeschwamme ist hinreichend, und zwar bei Schwächlichen und Zärtlichen erst lau, dann kühl, zuletzt kalt. Kurz, Alles nach Umständen! *)

17) Ja, das frische Wasser hat sich schon durch die bisherigen Erfahrungen als ein Universalmittel bewährt. Es wirkt als Naturmittel, geschickt, muthvoll, beharrlich, unausgesetzt und unvermischt angewandt, wie kein Kunstmittel wirken kann. Kurz, wer fleißig frisches Wasser trinkt und sich zugleich fleißig damit am ganzen Leibe wäscht und gurgelt,

*) Ganz richtig; das ist aber eben der Punkt, diese Umstände genau zu kennen, zu würdigen und anzugeben.

und es fleißig hinaufschnupft, wird so manches Uebel an und im Leibe verhüten und das bereits vorhandene dann gewiß mildern und vertreiben, sich dabei gesund erhalten und ein hohes Alter erreichen.

Um die Wasserkuren zweckmäßig zu gebrauchen, trinke man des Morgens ein Glas vor dem Kaffee,*) nach dem Kaffee wieder ein Glas, Abends zwei Glas und steige damit so, daß man täglich mehrere Maaß trinkt, zugleich aber wasche man den ganzen Körper Morgens mit kaltem Wasser. Will man gewisse körperliche Leiden vertreiben, so muß man Umschläge von kaltem Wasser machen, nämlich ein mit kaltem Wasser angefeuchtetes Handtuch um den ganzen Leib schlagen und dieses ein bis zwei Stunden umbehalten.

Einige Urtheile über den Nutzen des kalten Wassers.

1) Fr. Hoffmann sagt: das kalte Wasser ist das gesündeste Getränk. Diejenigen, welche sich hitziger Getränke bedienen, sind vielen Krankheiten unterworfen, hauptsächlich dem Schlage, Lähmung, Stickfluß, Schwindsucht, Wassersucht, Gicht Hämorhoiden u. s. w. Diejenigen aber, welche kaltes Wasser trinken, sind solchen Krankheitsumständen nur selten unterworfen, haben gesunden Leib, freudiges Gemüth, guten Appetit und schöne, unschadhafte Zähne.

2) Dr. Agahinus sagt: diejenigen, welche recht gesund sein und bleiben wollen, müssen sich oft der kalten Bäder bedienen; denn ich kann es kaum mit Worten aussprechen, welchen großen Nutzen sie gewähren. Diejenigen Personen, welche kalt baden, haben selbst im hohen Alter kaltes und derbes Fleisch, lebhafte Gesichtsfarbe, Thätigkeit und Stärke, guten Appetit und ungestörte Niederung; mit einem Worte, alle ihre natürlichen Handlungen gehen gut von Statten.

3) Dr. Weinwirght sagt: die Anwendung des kalten Wassers sei von Nutzen beim Kopfweh, Heiserkeit, Schwindel, blöden Augen, Melancholie, schwerem Athem, Mundfäule nnd Magenblähungen. Als ich in meiner Jugend ein unordentliches Leben führte und starke Getänke zu mir nahm, hatte

---

*) Besser den Kaffee gar nicht zu trinken.

ich immer Blähungen im Magen und öfters nach Tische große Uebelkeiten; endlich aber wurde ich diese Beschwerlichkeit los, da ich anfing, bei Tische nichts als Wasser zu trinken, so daß ich seit mehr als 40 Jahren fast gar nicht damit beschwert bin, und wenn ich einmal wieder damit geplagt bin, so macht das Trinken des frischen Wassers schon in einer halben Stunde Alles wieder gut. Professor Oertel in Anspach ist jetzt der größte Verehrer der innerlichen Anwendung des Wassers, und rühmt seinen Gebrauch nicht blos in vorgenannten, sondern noch in mehreren andern Krankheiten; und Priesnitz in Gräfenberg hat eine förmliche Heilanstalt zur Anwendung des kalten Wassers, die sehr besucht wird.

Nach dieser vorausgeschickten allgemeinen Uebersicht über die Heilkraf des kalten Wassers in Krankheiten, gehen wir zu den einzelnen Krankheitsformen selbst über, in denen bis jetzt das kalte Wasser auf eine oder die andere Weise angewendet worden ist.

Entzündungs-Krankheiten.

Unter diese Klasse gehören alle äußern Verletzungen, Verwundungen, Quetschungen, Verrenkungen, Brüche u. s. w., zu denen sich Entzündungen und Fieber gesellt. Längst schon hat man Umschläge von kaltem Wasser oder Eis bei durch äußere Ursache entstandenen entzündlichen Kopf-, Gehirn- und Augenaffektionen angewendet. Alte und neue Aerzte haben Zeugnisse über ihre Wirksamkeit gegen solche Uebel hinterlassen und überhaupt diese so allgemein anerkannt, daß es kaum nöthig sein möchte, noch etwas zur Bestätigung derselben anzuführen.

Sie wird örtlich sein, lange ununterbrochen fortgesetzt werden müssen und in Begießungen oder kalten Umschlägen bestehen. Bei den entzündlichen Kopfaffektionen ist das kälteste Wasser, oder noch besser Eis, zu empfehlen. Man legt hier mehrfach zusammengelegte und durchnäßte Tücher oder mit Wasser angefüllte Blasen auf den Kopf. Weniger allgemein, als in den genannten Fällen, ist die äußere Anwendung des kalten Wassers bei andern äußern Verletzungen, z. B. bei Verwundungen der Gliedmaßen, nach Quetschungen, Verrenkungen, Knochenbrüchen. Bei Wunden beweist das frische Wasser, außer der entzündungswidrigen, auch blutstillende Kraft. Ist die Verwundung nicht bedeutend, z. B. ein nicht

zu großer Schnitt in einem Finger, so läßt man das Glied in ein Gefäß mit kaltem Wasser, das man nach Befinden erneuern muß, so lange halten, bis die Blutung aufgehört hat, worauf man die Wunde ganz einfach mit Leinwand verbindet. Bei Verrenkungen und Brüchen widersteht das kalte Wasser der Entzündung und der hinzutretenden, die Einrichtung sehr erschwerenden Geschwulst. Ein Bekannter hatte den Oberschenkel gebrochen und konnte, da er auf dem Lande wohnte, erst nach mehreren Stunden die nöthige Hilfe erlangen. Dessen ungeachtet fand der Chirurg keine Geschwulst, die ihn an der Einrichtung des gebrochenen Gliedes hätte hindern können, weil Patient sich fortwährend in kaltes Wasser getauchte Lappen hatte überschlagen lassen. Die forgesetzte Anwendung des genannten Mittels beugt während der Heilung einer zu heftigen Entzündung vor und verhütet die gefürchteten Ausgänge in Vereiterung, Verhärtung, Brand. Wir haben kein Mittel, das in dieser Hinsicht das kalte Wasser ersetzen könnte; auch ist dasselbe den Leidenden so angenehm, daß sie gewöhnlich selbst die fortwährende Anwendung desselben verlangen. Bei Knochenbrüchen kann man unausgesetzt mit den kalten Wasserumschlägen fortfahren, bis sich die Geschwulst gelegt hat, dann muß der Bruch eingerichtet werden. Im Berliner Krankenhause legt man bei einem Beinbruche das gebrochene Bein in durchnäßten Sand und läßt es darin so lange liegen, bis die Geschwulst geschwunden ist. Ein um dieses Mittel sehr verdienter Schriftsteller, Reuß, erzählt, daß er nach einer Verstauchung des rechten Handgelenkes nur den drei Wochen lang unausgesetzt fortgebrauchten Eisumschlägen den fernern Gebrauch seiner Hand zu verdanken habe. — Einmal hatte er dieselben mit warmen aromatischen Weinumschlägen vertauscht; allein der plötzlich sich vermehrende Schmerz und die zunehmende Geschwulst des Armes nöthigten ihn, wieder zu dem Gebrauche des Eises zurückzukehren. Er glaubt, daß die zeitig angewendeten und lange genug fortgesetzten kalten Umschläge und Einreibungen die übrigen Mittel ganz überflüssig machen. Bei Quetschungen und Contusionen bedeckt man das Glied mit in kaltes Wasser getauchten, vielfach zusammengelegten Leinwandbäuschchen, oder man hält es auch gerade unter eine Wasserpumpe und läßt das Wasser darauf strömen. Eine Köchin hatte sich beim Holzspalten den Finger stark gequetscht. Zwei Stunden darauf kam sie zu Toucheu. Der Finger war geschwollen, verursachte heftige, pulsirende Schmer-

zen und zeigte schon einige Röthe und Hitze. — Toucheu rieth, ihn lange ins Wasser zu stecken, dann mit Leinwand zu umwickeln und diese oft mit kaltem Wasser anzufeuchten. Gegen Abend vernachlässigte die Leidende das Mittel, und sogleich hatte sie wieder die heftigsten Schmerzen. Sie fragte von Neuem Toucheu um Rath und hielt nun den Finger die ganze Nacht hindurch in kaltes Wasser. Sie konnte schlafen, nur bekam sie wieder Schmerzen, wenn das Wasser anfing, warm zu werden. Die Kranke konnte, ihrer Geschäfte halber, sich nunmehr nicht genau nach den ihr ertheilten Vorschriften richten, und hatte daher in den folgenden Tagen immer wieder neue Schmerzen. Am siebenten Tage hatte sich eine kleine Eiterlagerung an der Fingerspitze gebildet, die geöffnet und auf die gewöhnliche Weise geheilt wurde. Mit Recht glaubt Toucheu, daß nach dieser starken Quetschung eines so empfindlichen Theils und bei der bereits angefangenen heftigen Entzündung, ohne die Anwendung des kalten Wassers, gewiß ein sehr großes Nagelgeschwür entstanden sein würde. Man muß deßhalb die Anwendung des kalten Wassers nie sparen; denn je fleißiger und je öfter die Umschläge erneuert werden, desto hilfreicher sind sie.

Verbrennungen.

Die Anwendung des Wassers ist ganz einfach und sehr hilfreich. Man hält den verbrannten Theil in kaltes Wasser so lange, als man noch Schmerz in demselben verspürt, und man wechselt das Wasser, so oft es wärmer geworden ist, als man zu diesem wünscht. Man kann auch demselben, durch hinzugesetztes Eis, eine niedrigere Temperatur geben. Ist es unmöglich, die Brandstellen in ein Gefäß mit Wasser zu halten, so belegt man sie mit kalten Umschlägen (oder wenn man will, mit geriebenen Kartoffeln), die man, so oft sie ihre Temperatur merklich verändert haben, erneuert.

Erfrierungen.

Ein erfrorenes Glied bedecke man mit Schnee, oder stecke es in eiskaltes, dem Gefrieren nahes Wasser, das man durch von Zeit zu Zeit in dasselbe geworfene Stücke Eis auf seiner niederen Temperatur zu erhalten sucht, und läßt es so lange darin, bis Wärme und Empfindung in demselben sich wieder

einzustellen beginnt. Bei den leichtern Graden der Erfrierung wird man hiernach nichts weiter nöthig haben, als die Theile abzutrocknen, mit einem wollenen Lappen tüchtig abzureiben und gegen Kälte zu verwahren; in dem schweren Grade ist es oft nöthig, nach dem ganz kalten Wasser nach und nach immer ein um einige Grade wärmeres anzuwenden, und wenn die Empfindung und Bewegung in dem Gliede hergestellt ist, es noch mit reizenden Einreibungen: Kampherspiritus, Myrrhenessenz, Steinöl, zu behandeln. Zugleich kann es zuträglich sein, innerlich ein schweißtreibendes Mittel zu geben und den Kranken zu Bette legen zu lassen.

Eines der gewöhnlichsten und ein sehr beschwerliches Uebel, welches die leichten Grade der Erfrierungen zurücklassen, sind die Frostbeulen. Im gelindern Grade bestehen dieselben in einer mäßigen, rothen Geschwulst, welche Hitze und Jucken verursacht, unter der Behandlung mit kaltem Wasser aber bald gänzlich verschwindet. Im stärkeren Grade ist die Geschwulst größer, dunkler geröthet, der Schmerz äußerst heftig. Im dritten Grade endlich bilden sich auf der Geschwulst kleine Bläschen, welche aufplatzen, eine Wunde darstellen, und bei Vernachlässigung oder schlechter Behandlung, sich in ein sehr schlimmes Geschwür verwandeln können. Es entstehen die Frostbeulen meistens durch plötzliche Erwärmung eines erkälteten Theils, aber auch durch plötzliche Erkältung eines sehr erwärmten Theils, und sie kommen daher am häufigsten an Theilen vor, die einer schnellen Abwechselung der Temperatur am meisten ausgesetzt sind, an der Nase, den Ohren, Lippen, den Händen, am häufigsten an den Füßen. Selbst die strengste Kälte verursacht für sich allein nie wahre Frostbeulen. Man kann sich am besten vor denselben bewahren, wenn man sich nicht zu warm kleidet, sich kalt wäscht, und aus der Kälte nicht sogleich in eine heiße Stube, wenigstens nicht an den Ofen tritt.— Von den vielen, gegen Frostbeulen empfohlenen Mitteln ist keines in der That so hilfreich, als das kalte Wasser. Man braucht nur den leidenden Theil des Tages einigemal ein paar Minuten lang mit kaltem Wasser zu waschen und zu reiben, und dies so lange fortzusetzen, bis die Frostbeule verschwindet, welches sich durch Nachlassen des Schmerzes bekundet. Bricht die Frostbeule auf, so bildet sich gewöhnlich ein häßliches Geschwür, gegen welches Salben angewandt werden müssen; am besten ist hier folgende:

Rec. Unguenti saturnini ℥β
Balsami peruviani ʒjj.
Aluminis usti ʒj.
Opii puri.
Camphorae àà Jj*)
M. fiat Ungt. Täglich zweimal damit zu verbinden.

Das Entzündungsfieber.

Dieses Fieber, mit einer örtlichen Entzündung verbunden, besteht in einer Reizung des Gefäßsystems, mit vermehrtem Bildungstriebe des Blutes und Ueberspannung der Kräfte. Es tritt meist plötzlich und mit einem ziemlich starken Froste ein, auf welchen eine sich gleichförmig über den ganzen Körper verbreitende, anhaltende, oft sehr starke Hitze folgt. Der Kopf ist eingenommen, das Gesicht geröthet, aufgetrieben, der Durst groß, der Puls gleichförmig, voll, stark, groß und hart. Dieses Fieber verläuft innerhalb 5, 7, selten 14 Tagen.

Auch in diesem Fieber bringt der Genuß des kalten Wassers dem Kranken große Erleichterung; ist der Durst heftig, so lasse man kaltes Wasser trinken. — Empfindsame Kranke vertragen die kalten Waschungen nicht gleich; hier fange man mit lauwarmem Wasser an und mache dieses nachgerade immer kälter.

Das Faulfieber.

Faulfieber nennt man ein anhaltendes Fieber, bei welchem der Zustand gesunkener Lebenskräfte mit Schlaffheit der festen Theile und Neigung zur Säftemischung verbunden ist. Meistens geht demselben ein anderer Fieberzustand voraus. Seine charakteristischen Kennzeichen sind: große Entkräftung gleich im Anfange der Krankheit, unruhiger Schlaf, Muthlosigkeit, Gleichgiltigkeit, wüster, dumpfer Kopfschmerz. Auf leichtern oder schweren Frost folgt Hitze, die unter dem untersuchenden Finger zuzunehmen scheint, und in der Haut des Berührenden ein beißendes Gefühl erregt. Das Gesicht ist entstellt, die Gesichtsfarbe roth oder erdfahl, die Augen

*) Wie Frostschäden zu behandeln sind, ist oben im Capitel »Frostbeulen« angeführt worden. Gegenwärtiges Mittel könnte übrigens nur auf Anrathen eines Arztes gebraucht werden.

röthlich angeflogen, Lippen und Zähne mit einer braunen oder schwarzen Borke überzogen, die nach und nach die ganze Mundhöhle auskleidet. Der Unterleib wird aufgetrieben, die Haut schmutzig, erdfahl, trocken oder mit klebrigem Schweiß, oft auch Petechien oder mit Friesel bedeckt. Der Stuhlgang wird häufig, flüssig, aashaft stinkend, geht ohne Bewußtsein ab. Der Harn ist anfangs dunkelroth, später trübe, chocoladenfarbig, schwärzlich. Der Puls scheint anfangs hinreichend kräftig zu sein, wird aber bald äußerst beschleunigt, kaum fühlbar, wohl auch aussetzend. Dazu kommen Blutflüsse von dünnem, aufgelöstem Blute aus der Nase, der Scheide, dem After, der Harnröhre u. s. w. Es entsteht diese Krankheit bei schwächlichen oder geschwächten Menschen in Folge nervöser Krankheiten, und überhaupt durch Alles, was die Kräfte unterdrücken und eine Neigung zur fauligen Zersetzung der Säfte herbeiführen kann; daher durch faulende Stoffe in den ersten Wegen, durch zurückgehaltenen Urin, zurückgebliebene Reste des Mutterkuchens ꝛc. Sie endet häufig mit dem Tode. Der äußere und innere Gebrauch des kalten Wassers ist auch bei diesem Fieber von bester Wirkung. Waschungen mit Essig oder noch besser Wein mit Wasser, unterstützen die Kräfte und steuern dem Entmischunsprozesse; sind die Kräfte zu sehr gesunken, dann werden Waschungen aus China-Abkochungen nothwendig und leisten die besten Dienste. Zur Erhaltung der Kräfte trägt in dem spätern Verlaufe der Krankheit der Genuß des Weins, namentlich des alten Rheinweins, außerordentlich viel bei. Man giebt denselben, mit einer hinreichenden Menge Wasser vermischt, zum gewöhnlichen Getränk, außerhalb der gegen Abend eintretenden Fieberverschlimmerung, oder auch in reiner Gestalt zu 2 bis 3 Eßlöffeln des Tages. Je weniger Eingenommenheit des Kopfes zugegen ist, desto dreister kann man in seinem Gebrauche sein.

Von der Nervenschwäche.

Diese allgemein gekannte, vorzüglich dem weiblichen Geschlecht eigene Krankheit, kann theils angeboren sein, theils durch eine verkehrte Erziehung, eine unthätige, sitzende Lebensweise, aber auch durch übermäßige körperliche und geistige Anstrengung, kärgliche Nahrung, traurige Leidenschaften, überhaupt durch Alles, was auf das Nervensystem schwächend einwirkt, erworben werden. Sie zeigt sich in einer unverhält-

nißmäßigen Reizbarkeit und Beweglichkeit des Nervensystems. Die Wirkungen der äußern Eindrücke sind unregelmäßig, zu stark, zu allgemein verbreitet, übereilt und unordentlich. Gewöhnlich haben nervenschwache Personen eine lebhafte Einbildungskraft und viel Verstand, sind aber sehr empfindlich, ärgerlich, besonders bei heiterer, kalter Luft für jede Leidenschaft empfänglich; manchmal aber auch, ohne daß man den Grund davon errathen kann, gleichgiltig. — Ihre Gemüthsverstimmung wechselt außerordentlich schnell, eben so auch ihr Befinden. Gewöhnlich ist das Auge matt, schmachtend, die Gesichtsfarbe veränderlich, der Harn blaß und häufig, die Haut trocken und kalt, der Schlaf unruhig. Leicht entstehen Schwindel, Wallungen, Herzklopfen und krampfhafte Erscheinungen, ohne daß man im Stande wäre, die Ursache davon anzugeben. Alle Geschäfte werden hastig verrichtet; aber schon kleine Anstrengungen erschöpfen die Kräfte. Der Schlaf ist gewöhnlich unruhig, durch Träume oft gestört, und fühlen sich diese Personen des Morgens, nach dem Aufstehen aus dem Bette, am schwächsten, gegen Abend am stärksten. Wohlgerüche werden selten ertragen; dagegen sind stinkende Dinge oft angenehm. Arzeneien wirken ungewöhnlich stark. Leicht verfallen solche Personen in wirkliche Nervenkrankheiten. Zur Heilung dieses Uebels hat man oft den ganzen Arzneischatz ohne Erfolg nach und nach in Anwendung gezogen, während es oft zur Beseitigung desselben nur zwei Mittel giebt, die aber in dem Besitze eines Jeden sind. Diese Mittel heißen Luft und Wasser. Man gewöhne dergleichen Kranke an ein regelmäßiges und thätiges Leben, unterwerfe sie einer strengen Diät, bei der das Wassertrinken eine Hauptrolle spielt, schreibe ihnen vor, sich tägliche, ihren Kräften angemessene Bewegung in freier Luft zu machen, und sich nach und nach an kalte Waschungen des ganzen Körpers zu gewöhnen, so wird gewiß das Nervensystem nach und nach seine übermäßige Reizbarkeit verlieren, und die zum gesundheitsmäßigen Zustande nothwendige Kraft und Ausdauer gewinnen. Da diese Personen so gern über ihren Zustand nachgrübeln, so wird ihnen der äußere und innere Gebrauch des kalten Wassers eine Zerstreuung. Vorzüglich heilsam und sehr zu empfehlen ist ihnen der Gebrauch des Seebades, dessen Wirksamkeit durch den Wellenschlag erhöht wird.

Hierher gehören noch zwei Krankheiten, beide die Plage des menschlichen Geschlechts und besonders der jetzigen Generation, die Hypochondrie und die Hysterie. Die Streitigkeiten

über ihre Wesen, und ob sie nur eine Krankheit oder verschiedene seien, können wir hier nicht berücksichtigen. Beide Krankheiten entstehen aus einer Verstimmung der Unterleibsnerven, die gewöhnlich durch zu dickes und träges Leberblut unterhalten wird, und gegen welches es kein besseres und wirksameres Mittel giebt, als der Genuß der frischen Luft und des Wassers.

Wir verweisen hier auf das, was wir schon über diese Krankheiten gesagt haben.

Vom weißen Flusse.

Sollte den Frauenzimmern eine mit Trägheit ihrer Säfte verbundene Schlaffigkeit der Muskeln und Gefäße in diesem oder jenem Theile zustoßen und sie daher mit einem beschwerlichen Weißfluß geplagt werden, oder einen Vorfall der Mutter bekommen, so möchten sie wohl, nicht um ihren Männern zu gefallen, doch um ihrer eigenen Gesundheit willen, zuweilen sich eines kalten Bades bedienen; die der Kälte ungewohnte Gebärmutter (Uterus) würde sich gar bald vor derselben verkriechen und sich die gestärkten Mutterbänder in gehörigen Grenzen halten lassen, und jene würden in weniger Zeit, wie mit vielen Beispielen bestätigt werden kann, in Stand gesetzt werden, der Natur ihren schuldigen Tribut in richtigen Terminen mit gangbarer, landüblicher Münze zu bezahlen; wie denn eine solche Richtigkeit der Natur bei denjenigen, bei denen sie noch niemals zu spüren gewesen, öfters durch kühles Baden glücklich erzielt worden ist. Die Hilfe eines Arztes würde aber dennoch hierbei den leidenden Frauenzimmern anzurathen seien.

Leichtere Grade des Schleimflusses aus den weiblichen Geschlechtstheilen können durch den alleinigen, aber anhaltenden Gebrauch des kalten Wassers, in Form der Abwaschungen und kalten Bäder, gänzlich beseitigt werden. In den schweren Fällen wird das kalte Wasser die andern für nöthig erachteten Mittel wenigstens sehr unterstützen. Sehr zweckmäßig sind hier kalte Einspritzungen oder das Einbringen eines in kaltes Wasser getauchten Schwammes. Die durch das sogenannte Bidet bewerkstelligten Bähungen bewahren ihren alten Ruf.

Von der geschwächten männlichen Zeugungskraft.

Das männliche Unvermögen, von der männlichen Unfruchtbarkeit wohl zu unterscheiden, kann durch sehr verschiedene Ursachen bedingt werden, hat jedoch am häufigsten seinen Grund in einer durch Ausschweifungen im Genusse der physischen Liebe, noch öfter durch Onanie herbeigeführten Schwäche der Geschlechtstheile, mit welcher stets eine allgemeine Entnervung und Schwäche des ganzen Körpers verbunden ist. Von allen Lebensverkürzungsmitteln, sagt Hufeland, kenne ich keines, das so zerstörend wirkt, und alle Eigenschaften der Lebensverkürzung so vollkommen in sich vereinigt, als die Verschwendung des Samens. Denn was kann wohl mehr die Lebenskraft in uns vermindern, als die Vergeudung desjenigen Saftes, der dieselbe in der ausgebreitetsten Gestalt enthält, der den ersten Lebensfunken für ein neues Geschöpf und den größten Balsam für unser eigenes Blut in sich schließt?

Als einen Vorzug vor den Thieren ist dem Menschen die Fähigkeit gegeben, zu jeder Zeit sein Geschlecht fortpflanzen zu können; allein er macht von dieser Freiheit nur selten einen vernünftigen Gebrauch. Keiner Begierde wird so allgemein und so ausschweifend gefröhnt, als dem Geschlechtstriebe. Erziehung und Lebensweise wirken dahin, ein zu frühzeitiges Erwachen des Triebes herbeizuführen, der im natürlichen Zustande sich erst nach vollkommener Reife des männlichen Körpers regen sollte. Zufälligkeiten oder Verführung leiten dann den unerfahrenen Jüngling zu einem Laster, vor dem die Natur schaudert. Das ehelose Leben begünstigt zwar die Neigung zu Ausschweifungen; allein im Ehebette wird oft genug, durch übermäßigen Genuß, alle Kraft des Leibes und der Seele verloren. Nicht auf körperliche Gebrechen und Schwächen Rücksicht nehmend, gehen viele Männer einem Hange nach, der durch öftere Befriedigung immer stärker wird. Den meisten Schaden fügen sich dadurch diejenigen zu, die eine sitzende Lebensweise (die freilich zum Beischlafe zu disponiren scheint) führen, und zu anstrengenden, geistigen Arbeiten genöthigt sind. Viele glauben, im Verhältnisse zu andern Männern, noch sehr selten den Freuden der Liebe sich hinzugeben; allein für ihre Köperkräfte ist auch dieses Wenige zu viel. Mancher Schwächling hat, Luthers kräftigem Ausspruch nicht folgend, seine Gesundheit ruinirt; da nicht zweimal in einer Woche, sondern einmal in vier Wochen schon hinlänglich für ihn gewesen wäre.

Alle andern schlimmern Folgen des übermäßigen Genusses übergehend, betrachten wir hier nur die aus demselben entstehende Schwäche der Geschlechtstheile, in Folge welcher diese ihren Verrichtungen nicht mehr oder gehörig vorstehen können. In der Türkei soll man, in Folge der Vielweiberei, kaum einen vierzigjährigen Mann treffen, der noch volle Beweise seiner Mannbarkeit zu geben im Stande wäre. Allein auch bei uns sind die Klagen über mangelhafte Erection, zu schnelle Samenergießungen u. s. w., nur allzuhäufig. Ohne uns in eine Beschreibung der Kennzeichen des Unvermögens einlassen zu wollen, was überdem schon oft genug in guten und schlechten Schriften geschehen ist, gehen wir vielmehr zur Heilung derselben über. Es ist dieses Uebel zu vortheilhaft für die Charlatanen, als das nicht seit langer Zeit viele Geheimmittel gegen dasselbe ausgeboten worden sein sollten. Diese sind sämmtlich zu verwerfen, da sie erstens meistens aufregende, erhitzende Bestandtheile enthalten, durch welche man sich wohl den trügerischen, schnell vorübergehenden Schein der verlornen Stärke erkünsteln kann, aber auch dafür durch nachfolgende größere Schwäche büßen muß, — und zweitens, wenn sie selbst in einem Falle einigen Nutzen gezeigt haben sollten, doch in zehn andern Fällen, wo ihr Gebrauch nicht paßt, offenbar schaden. Wer Arzneimittel nöthig hat, vertraue sich einem Arzte an. Allein nicht durch Pillen und Tränke wird die verlorene Mannskraft wieder erhalten, sondern durch eine regelmäßige, den Umständen angemessene Lebensweise und durch vernünftigen Gebrauch des kalten Wassers. Man lasse dem Körper Zeit, sich von der übermäßigen Samenverschwendung zu erholen; man führe ein arbeitsames und nüchternes Leben; vermeide Alles, was den Geschlechtstrieb aufregen könnte, zügele besonders die Einbildungskraft; verweise aus seiner Diät alle erhitzenden Speisen und Getränke, namentlich alle Gewürze, Kaffee, schwere Weine, starkes Bier; man mache sich täglich Bewegung in freier Luft, gewöhne sich an häufiges Trinken des frischen Wassers und an tägliches Waschen des ganzen Körpers mit demselben. Vorzüglich wasche und übergieße man die Rücken- und Kreuzgegend. Die Zeugungstheile bade man täglich mehrmals, aber nicht des Abends, wie fälschlich in manchen Volksschriften gelehrt wird, mit kaltem Wasser. Natürlicherweise kann ein durch Jahre lange Versündigungen erzeugtes Uebel nicht in kurzer Zeit geheilt werden; wer jedoch bei diesem Verfahren nach 6—8 Wochen noch keine Besserung seines Zustandes bemerken sollte, der hat

zu seiner Herstellung eine sorgsame ärztliche Pflege nöthig, die so bald als möglich von ihm aufgesucht werden muß. Unter jedem Verhältnisse wird aber das Wasser das Hauptmittel zur Herstellung bleiben, und dies um so mehr, als es zugleich gegen die das männliche Unvermögen begleitenden Uebel, Nervenschwäche, Hypochondrie, schlechte Verdauung u. s. w. seine Kraft erproben wird.

Wie erhält man ein gesundes und langes Leben?

Wichtig und zahlreich sind die Pflichten, welche dem Menschen obliegen, und erhaben ist die Bestimmung, die er auf dieser Erde zu erfüllen hat. Er bedarf daher eines gesunden und langen Lebens, wenn er diesen Ansprüchen vollkommen Genüge leisten will. Wie erhält er nun seinen Körper gesund? Er muß ihn gehörig üben und sich im Freien bewegen, mäßig und ordentlich leben, mit Arbeit und Schlaf mäßig wechseln, und Speise und Trank im erforderlichen Maaße und zur gehörigen Zeit genießen. Wenn er keine Art von Witterung scheut und seinen Körper an allen Wechsel derselben von Jugend auf gewöhnt, so bewahrt er ihn vor vielen Krankheiten. Zu einem gesunden Körper trägt auch der Geist bei, der sich zweckmäßig ausgebildet, moralisch veredelt hat und religiös gestimmt ist. In einem gesunden Körper wohnt auch eine gesunde Seele, sagt ein Weiser des Alterthums. Wenn der Mensch eifrig Wahrheit sucht und die Dinge und die Menschen gehörig zu erforschen strebt; wenn er mit Liebe und Gewissenhaftigkeit jede Menschen- und Berufspflicht erfüllt, so stählt dies Bewußtsein seinen Körper gegen viele Uebel. Manche Anfälle von Krankheiten verschwinden vor der Begeisterung für das Rechte und Gute, und der Körper, als das Werkzeug der Seele, ist zu allen Dem geschickt, was verständige Einsicht und sittlich guter Lebenswandel von ihm verlangen. Lebt er immer der Natur getreu, und befolgt er eifrig die Gebote der Vernunft, so achtet er viele Mühen, Sorgen und Gefahren nicht, die auf ihn einstürmen, und seine Gesundheit wird bei einer solchen Denkart gestärkt, wie die Geschicklichkeit aller Gliedmaßen zur Vorbeugung vieler Uebel erhöht.

Ein langes Leben ist der Lohn der Mäßigung und der

Ordnung, und wer so viel wie möglich die Vorschriften der Vernunft und die Lehren einer geprüften Erfahrung befolgt, der macht sich geeignet, es kühn mit den Widerwärtigkeiten des Lebens und mit den Uebeln aufzunehmen, welche unsere Gesundheit bedrohen. Ein sittlich guter Lebenswandel, eine religiöse Denkart und ein aufgeklärter Sinn, nebst Arbeitsamkeit, Reinlichkeit und Heiterkeit, tragen zu einem langen Leben bei; aber dieses Geschenk der Gottheit muß auch immer zum Gutesthun, zum Rechten und zum Wahren verwandt werden, wenn es nicht verderblich und unrühmlich für den Besitzer sein soll.

Der Geist allein lebt — das Leben des Geistes ist allein wahres Leben. — Das Leben des Leibes muß jenem immer untergeordnet und von ihm beherrscht werden; nicht umgekehrt, der Geist sich den Launen, Stimmungen und Trieben des Körpers unterordnen, wenn das wahre Leben erhalten werden soll.

Diese große Wahrheit wurde von jeher von den Weisesten dieser Welt als der Grundpfeiler aller Sittlichkeit, aller Tugend, aller Religion, genug Alles dessen, was groß und göttlich ist im Menschen und sonach auch aller wahren Glückseligkeit, gewürdigt. Dem Menschen liegt es in der Natur, lieber leiblich als geistig, zu leben, woher denn die vielen Gemüths- und Seelenverstimmungen kommen, welche Veranlassung zu verschiedenen Fehlern, späterhin Verbrechen geben, die bei Reinheit des Geistes viel weniger begangen werden.

Ewig wahr bleibt das Sinnbild, den Menschen als den Reiter eines wilden Pferdes sich zu denken! Nur dadurch, daß sich dies Thier der Reiter unterwirft und sich möglichst unabhängig davon macht, wird sein Leben regelmäßig, vernünftig und sittlich, und so nur wahrhaft glücklich. Läßt er dem Thiere die Oberhand, so geht es mit ihm durch, und er wird ein Spiel seiner Laune und Sprünge — bis zum tödtlichen Sturze.

Nicht blos für das höhere, geistige Leben und dessen Gesundheit bedarf es dieser physischen Selbstbeherrschung, sondern sie dient eben so sehr zur Erhaltung und Vervollkommnung des physischen Lebens und dessen Gesundheit, und wird dadurch eines der wichtigsten Diät- und Heilmittel.

Wir wollen keineswegs den Einfluß des Leiblichen auf das Geistige leugnen; aber eben so auffallend, ja noch größer ist die Macht des Geistes über das Leibliche. Sie kann

Krankheiten erregen und heilen. Ja, sie kann tödten und lebendig machen. Es giebt Fälle, wo der Mensch lediglich an einer gewaltsamen, dem Blitzstrahl ähnlichen Einwirkung des Geistes auf den Körper gestorben ist, und andere Fälle, wo solch eine geistige Einwirkung Ohnmachten, Lähmungen, Blutflüsse hervorgebracht hat; wie oft sind hingegen die schwersten Krankheiten durch nichts anders geheilt worden, als durch Freude, Erhebung und Erweckung des Geistes! Welche Wunderkraft besitzt nun nicht der Geist über den Leib. —

Darum sind Freiheit des Geistes, Unschuld des Gemüths, und Reinheit des Herzens die Hauptbedingungen, gesund und glücklich zu leben; aber in moralischer Hinsicht sind diese Eigenschaften ganz vorzüglich zu empfehlen. — Was ein reiner Körper ist, wissen wir alle, z. B. reines Wasser, reines Papier u. s. w; was aber unter einem reinen Gemüthe verstanden wird, ist nicht Jedem so deutlich. — Ein reines Gemüth ist ein solches, welches keinen bösen Gedanken nachhängt, welches von keiner bösen Leidenschaft beunruhigt wird. So wie nämlich das Wasser in einem Flusse oder in einem Teiche trübe oder unrein wird, wenn der Sturmwind oder irgend andere Ursachen es in heftige Bewegung bringen, so wird auch unsere Seele verunreinigt, sobald böse Gedanken, böse Wünsche, böse Begierden in ihr aufsteigen und sie in Unruhe setzen.

Dazu gehört z. B. der Zorn; eine häßliche Gemüthsbewegung, wodurch die ganze Seele des Menschen trübe und unrein gemacht wird, und wer hat es wohl nicht erfahren, wie es bei selbsterlebten Fällen darin war! Wie sie an nichts anders denken, nichts anders vornehmen konnte. Es glich also damals die Seele einem Spiegel, den man angehaucht hat, so daß er nichts klar und rein mehr vorstellen kann, bis die Dünste, welche seine Oberfläche bedecken, wieder verschwunden sind. Eine zornige Seele ist also eine unreine Seele. Ebenso verhält es sich mit dem Neide, der Eitelkeit, dem Hochmuth, der Wollust, der Unzucht. Letztere ein schändliches, für Leib und Seele verderbliches Laster.

Man traue der Versicherung, daß die schrecklichste, anfangs unbemerkbare Pest der Seele und des Leibes darunter verstanden werden kann; darum hüte man sich vor Gesellschaften schamloser, unzüchtiger, liederlicher Menschen, welche die unschuldigen Seelen durch Beispiel oder Verführung nur zu leicht anstecken können. — Und wenn man in Verbindung mit solchen Leuten treten muß, so erinnere man sich an die

Warnung und an den Zuruf unsers Erlösers: Selig sind, die reines Herzens sind! u. s. w. Denn eine unzüchtige Seele ist eine unreine und daher auch unglückliche, höchst elende Seele, welche meistentheils unheilbar bleibt. — Ein solcher Mensch ist immer unruhig und unzufrieden. Man urtheile nun selbst, wie es in einer solchen Seele aussehen müsse; ob die wohl rein genannt, ob die wohl selig gepriesen werden kann? Selig sind, die reines Herzens sind, heißt ferner mit andern Worten: selig sind, die da keinen lasterhaften Gedanken und Begierden in ihrer Seele Raum geben, die nicht zornig, nicht rachsüchtig, nicht neidisch, nicht wollüstig, nicht eitel, nicht hochmüthig, nicht tückisch, nicht habsüchtig, nicht ungerecht und betrügerisch, sondern im Gegentheil vielmehr sanftmüthig, friedlich, versöhnlich, züchtig, bescheiden, mildthätig und gerecht sind! — Darum mögen wir den Vers recht beherzigen:

O Herr, welch' unvergleichbar Gut
Ist uns ein rein Gewissen;
Wen dieses tröstet, der hat Muth,
Wenn Sünder zagen müssen.
Sein Herz, voll Frieden, zittert nicht,
Nicht vor dem Tod, nicht vor'm Gericht;
Du giebst ihm Ruh und Frieden.

Die Macht des Willens.

Der Mensch kann sich beherrschen, sobald er nur will; er kann seine Vorstellungen, Gefühle und Bestrebungen leiten und ihnen eine Richtung geben, wie sie die Vernunft verlangt und wie sie ihm zuträglich ist. Der Wille ist die Kraft der Selbstbeherrschung; man kann sich etwas versagen, etwas zumuthen, etwas erdulden und ausführen, wenn man standhaft will, so groß auch die dabei zu überwindenden Hindernisse sind. Der Mensch soll immer thun, was recht und gut ist; die Pflicht soll ihn bestimmen, und die Tugend soll der Zweck sein, den er zu erreichen strebt, und wenn ihn die Natur dazu bestimmt hat und ihn die Vernunft dazu auffordert, so muß er Muth und Kraft haben, Schwierigkeiten aller Art zu besiegen. Er hat es mit Hindernissen zu thun, welche ihm Neigungen, Begierden und Leidenschaften in den Weg legen; er muß es mit dem Bösen und Ungerechten aufnehmen, und

wenn er das Geistige zu leiten vermag, warum sollte er nicht das Körperliche und seine Beschaffenheiten lenken können? Warum sollte er nicht Krankheiten abwehren, die oft nur dann zum Ausbruch kommen, wenn man sich verzärtelt? Warum sollte er nicht eine Stimmung zu behaupten vermögen, welche alle Mißklänge umstimmt, jede Unpäßlichkeit verscheucht und jedes Mißbehagen verbannt? Man wolle etwas ernstlich, muthig und standhaft, und der Geist und Körper nehmen einen Ton an, welcher harmonisch wohlthätig auf beide wirkt.

Den Willen unterstützt man vorzüglich durch die Ideen der Gottheit, der Sittlichkeit, der Wahrheit des Rechts und der Tugend, wodurch er eine bewundernswerthe Stärke und Festigkeit erlangt. Wirft man oft einen Blick auf den Herrn der Welten und betrachtet man seine Weisheit und Güte; stellt man sich ihn als den Urheber der sinnlichen und übersinnlichen Welt und als ihren Regenten und Erhalter vor; denkt man an seine Heiligkeit und ermüdet man nicht, Spuren seiner Gerechtigkeit, Güte, Allmacht und Allwissenheit in dem Leben der Menschen aufzusuchen, und forscht man in dem Gange der Natur und in ihren Erzeugnissen nach den Spuren seiner Weisheit und Fürsorge, so wird unser Geist von Bewunderung und Erstaunen ergriffen; man entschließt sich, das Gute zu thun und das Böse zu lassen, und wenn der Wille immer unwandelbar auf diesen Vorsatz beharrt, so werden wir geistig, wie körperlich, ganz andere Menschen; er erlangt einen Einfluß auf den Körper, der äußerst wohlthätig auf ihn wirkt. Wir leben der Natur gemäß, folgen der Stimme der Vernunft, hüten uns vor jedem Uebermaße, gehen immer den Mittelweg und unser Körper wird durch die Erhabenheit der Ideen und die Macht des Willens gegen viele nachtheilige Einwirkungen gestählt; die Krankheiten meiden uns, wie der Geist das Böse, und wir wehren die verderblichen Einflüsse auf unsern Zustand ab.

Betrachten wir den tugendhaften Mann, der tapfer mit allen Versuchungen zum Bösen kämpft, auf den alle Verfolgungen losbrechen, den man verläumdet und mißhandelt; er bleibt in seiner Pflicht als Mensch und Bürger unerschütterlich und läßt sich nicht durch die Last des Ungemachs niederbeugen! Er wiedersteht jedem Bösen und beugt seine Knie vor keiner irdischen Macht, die Unrechtes will. Ein solches Beispiel von Tugend erhebt unsern Geist, belebt und stärkt ihn, und wir freuen uns, Wesen anzuhören, die so viel Großes vermögen,

und jedem Unrechte, jedem Bösen Widerstand leisten können. Unser Geist fühlt sich über alles Irdische erhaben; wir entschließen uns, stets unsere Pflichten zu thun, und leisten muthigen Widerstand den Uebeln des Körpers, so wie dem moralisch Bösen. Wir beherrschen uns und stählen den Körper gen verderbliche Einwirkungen durch die Macht des moralisch-guten Willens.

Das Durchdrungensein von der Idee der Wahrheit und des Rechts, das Erhabene dieses Gefühls spornt uns zur Nachahmung an; wir fühlen uns losgerissen vom irdischen Zwange und nehmen uns vor, das Wahre zu suchen und das Rechte zu thun, ohne Rücksicht auf Gewinn, und die Vernunft anzuhören und ihre Gebote zu beachten, sollte uns auch manches Uebel betreffen. Diese Geistesstimmung theilt sich dem Körper mit; im Einklange fühlt er sich sowohl gestärkt, als er Uebel mancherlei Art gar nicht achtet. Unsere Aufmerksamkeit ist auf das Himmlische gerichtet; wir schieben das bei Seite, was sie unterbrechen könnte, und unser Wille bekämpft standhaft jedes körperliche und geistige Uebel.

Vermag denn nur der Wille immer so Großes? Er ist nicht den Banden der Nothwendigkeit unterworfen; er ist kein Sclave der Leidenschaften, sondern gehört einer andern Welt an. Der Mensch ist frei und wäre er in Ketten geboren. Er ist Herr und Gebieter in der übersinnlichen Welt. — Er fängt Reihen von Handlungen an, beherrscht das Sinnliche und thut, was recht und gut ist. Er leitet die Aufmerksamkeit und beherrscht die Begierden; ihm verbürgt seine Freiheit das Sittengesetz, das sich ihm stets durch ein Sollen ankündigt, und er vermag in der Sinnenwelt Großes und Gewaltiges. Jede seiner Handlungen ist ein freier Akt; er nimmt jedoch den Schein der Gewohnheit an, wenn er immer das von der Vernunft Gebotene thut und das Verbotene unterläßt. Wer nun seinen Willen daran gewöhnt, jederzeit gesetzlich zu handeln, stets das Gute zu thun und keiner Versuchung zum Bösen nachzugeben, der kann über den Körper und seine Zustände auf eine höchst wohlthätige Art gebieten. Er wendet ab, was schadet, und führt herbei, was nützt, und die Krankheiten weichen, wie die moralischen Gebrechen. Der Mensch darf seinen Willen nur nach Gesetzen anwenden und ihn daran gewöhnen, und er wird über die Macht erstaunen, welche er zum Vortheil des Körpers aufzubieten vermag. — Ein gutes Gewissen ist ein Labsal für den Körper, ein Elysium für den

Geist; es ist ein felsenfester Träger der Gesundheit und bewahrt vor jedem Abschweifen ins Uebermäßige. Gut ist das Gewissen, wenn das Herz rein, der Mund wahr und die That recht ist. Brauche das Gewissen als Leuchte in all' deinem Thun, denn es wird dir gründlich zeigen, was in deinem Leben gut oder böse sei. Die glückliche Mitte findet es immer, und wer die Freuden desselben genießt, der nimmt es getrost mit jedem Ungemach auf. Grave hatte mit den größten körperlichen Leiden zu kämpfen; aber die edle Gesinnung, die ihn belebte, und die der Wiederschein eines guten Gewissens war, hielt ihn unter allen Schmerzen aufrecht. Das gute Gewissen verleiht dem Willen eine mächtige Stärke, und der Mensch erträgt Unglaubliches, sobald er sich bewußt ist, daß er immer seine Pflichten nach Kräften erfüllt. Napoleons eiserner Wille half ihm ein Leben ertragen, das ihm seine Feinde zum Spotte und zur Schmach machten, und wie viele andere Männer weiset die Geschichte auf, welche durch ihren Willen Unglaubliches bewirkt haben?

Jetzt einige

Kennzeichen es Körpers und Geistes,

die auf ein gesundes und langes Leben schließen lassen.*)

1) Gesunde Verdauungskräfte. Geht die Verdauung regelmäßig und ordentlich von Statten, so ist der Kopf frei, der Wille ungetrübt, und so haben die Leidenschaften, welche so oft Krankheiten verursachen, einen weniger nachtheiligen Einfluß. Man sorge daher für einen guten Magen, überfülle ihn nicht und beobachte Ordnung und Maaß in Speise und Trank.

2) Eine gute Brust, weil das freie, ungehinderte Athmen eine der nothwendigsten Lebensverrichtungen ist und dadurch das Blut, durch den Kreislauf erschöpft, wieder fähig wird, die Zwecke des Lebens zu verrichten.

3) Ein nicht zu reizbares Herz. Ist schon der Kreislauf des Blutes eine zum Leben nothwendige Sache, so verursacht er doch einen beständigen Aufwand von Kraft und verzehrt den Vorrath von Blut. Diejenigen, deren Puls in

*) Viel Nützliches hierüber findet man in Spieß's Gesundheitskunde. 1838. Preis 15 Sgr.

einer Minute hundertmal schlägt, wenden mehr Kraft auf, als die, wo der Puls blos sechzigmal schlägt. Ein kräftiger, regelmäßiger Puls ist immer ein Zeichen einer guten Gesundheit und die Anlage zu einem langen Leben; dagegen kann seine beständige Schwäche oder seine Aufreizung bei jeder kleinen Gemüthsbewegung oder bei andern Umständen schwerlich mit der Anlage zu einem langen Leben bestehen.

4) Ein gutes Temperament. Das beste Temperament zu einem langen Leben ist immer das sanguinische mit einer Mischung des phlegmatischen. Dies bewirkt Heiterkeit des Gemüths, mäßige Leidenschaften, unerschütterlichen Muth und die Geistesstimmung, welche für ein langes Leben günstig ist.

5) Starke und regelmäßige Ernährungskraft, wodurch der Verlust, den man beständig erleidet, leicht und schnell ersetzt wird. Dies erfordert nicht blos gute Verdauungskräfte und regelmäßigen Blutumlauf, sondern auch einen vollkommen gesunden Zustand der Abscheidungswerkzeuge und der Saugadern; denn die ernährenden Stoffe müssen nicht allein in hinreichender Menge, sondern auch rein und frei von beigemischten Unreinigkeiten an den Ort ihrer Bestimmung gelangen. Durch eine so schnelle Ernährungskraft können reiche Leute, ungeachtet beständiger Ausschweifungen, doch gesund bleiben und lange leben; was bei ihnen verloren geht, wird sehr schnell wieder ersetzt und angeeignet. Bei wilden Völkern ist die ernährende Kraft sehr groß und die stärksten Wunden heilen, ohne alle Zuziehung eines Wundarztes, sehr schnell.

6) Regelmäßige Urin- und Stuhlausleerung. Durch den Urin werden viele verbrauchte Stoffe des Körpers entfernt; mangelhafte Urinabsonderung führt deßhalb früh oder spät schwere Leiden herbei. Dasselbe gilt von der Stuhlausleerung.

7) Naturmäßige Ausdünstung; ist diese unterdrückt oder gestört, dann sind wir krank, die angebornen Fußschweiße dürfen deßhalb nie mit Gewalt fortgebracht werden.

8) Gleichförmiger und fehlerfreier Bau des ganzen Körpers. Ein unvollkommener Bau veranlaßt leicht örtliche Uebel und Krankheiten.

9) Keine besondere Schwäche irgend eines Werkzeuges (Organes), die ohne sichtbaren Fehler oder ohne Mißgestalt vorhanden sein und nachtheilig wirken kann.

10) Ein gewisser Mittelzustand zwischen Steif-

heit und Schlaffheit, womit eine regelmäßige Ausübung der Geschlechtsverrichtung verbunden ist.

Indessen kann man auch bei einer schwächlichen Körperbeschaffenheit gesund sein und lange leben; man darf nur Ordnung und Mäßigkeit beobachten und die Vorschriften des Sittengesetzes nach Kräften befolgen. Starke Naturen leben oft nicht lange, weil sie sich, im Vertrauen auf ihre Stärke, viele Fehler in der Lebensordnung zu Schulden kommen lassen, und in heftigen Krankheiten, bei der stärkern Gegenwirkung ihrer Natur, mehr leiden.

Nochmals ist zu bemerken, daß die Tugend das beste Mittel eines langen Lebens ist; ein sittlich-guter Lebenswandel bewahrt vor vielen Krankheiten, so wie er das Himmelreich erwirbt. »Die Tugend ist kein leerer Name, aus ihr fließt der Seelenfrieden und die Körpergesundheit.«

Ferner: Bedingungen eines gesunden und langen Lebens sind die:

1) Die Nahrung muß gesund und nicht im Uebermaaße sein.

2) Die Kleidung muß warm, besonders im vorgerückten Alter und während der strengen Jahreszeit sein.

3) Die Wohnung in einem recht luftigen Hause und mit gleichmäßig abwechselnder Temperatur.

4) Bewegung, ohne zu große Anstrengung, besonders auf angenehmen Spazierwegen und zu Fuße.

5) Heilsame Gewohnheiten, an deren Spitze man die Reinlichkeit stellen muß.

6) Selten muß man seine Zuflucht zu Aerzten, nie aber zu Quacksalbern nehmen. Der berühmte Arzt Boerhave sagt:

Halt't euch kühl, zuweilen warm,
Steckt nicht zu viel in euren Darm,
Halt't das Hinterpförtchen auf
Und gebt dem Doctor dann den Lauf.

7) Endlich trägt nichts mehr zu einem langen Leben bei, als eine immer gleiche Gemüthsstimmung; Heiterkeit der Seele, und Muth, die Unfälle zu ertragen, denen das Leben auf dieser Erde, besonders in vorgerücktem Alter, mehr oder weniger ausgesetzt ist.

Fontenelle, der 100 Jahre alt geworden ist, hatte diesen Vortheil dem Umstande zu verdanken, daß er an den Dingen die angenehme Seite heraussuchte und sich stets gleich blieb.

Zugabe,
in einigen Heilmitteln bestehend.

Es giebt zwei Uebel, gegen welche die Arzneikunde vergebens kräftige Heilmittel gesucht zu haben scheint, dies sind die Kopfgicht und das Podagra. Der berühmte Linné, der von beiden zu leiden hatte, behauptete, er sei von beiden durch folgende Mittel geheilt worden.

Die Kopfgicht hielt bei ihm immer ungefähr 21 Stunden an, und die Befreiung von derselben schreibt er dem Umstande zu, daß er sich Morgens allemal ein wenig Bewegung machte, nachdem er ein Glas reines Wasser getrunken hatte.

Das Podagra vertrieb er dadurch, daß er einen Monat lang bloß Erdbeeren aß; hiernach in seinen Schmerzen große Linderung merkend, aß er das zweite Jahr ebenfalls Erdbeeren, worauf das Uebel völlig verschwand. — Doch setzte er bis an sein Lebensende das Erdbeerenessen jedes Frühjahr fort. — Ein anderer Gelehrter hat seit 15 Jahren die Kopfgicht auf dieselbe Art vertrieben.

Doläus, der ein Werk über die Heilung des Zipperleins oder Podagra geschrieben hat, empfiehlt als das kräftigste Mittel gegen dieses Uebel und gegen den Stein, alle Tage dreimal, statt aller Speisen und Getränke, 50—60 Unzen frisch gemolkene Kuhmilch zu nehmen und dazu bloß etwas Zucker oder auch ein winig Salz und einige Unzen Weißbrod zum Mittags- und Abendessen hinzuzufügen. Er versichert, daß man durch diese Diät, die man wenigstens sechs, und höchstens achtzehn Monate lang, nach der Stärke und dem Alter des Zipperleins, standhaft fortsetzt, gänzlich von dem Zipperlein geheilt werde. Der Genuß des Calmus, Quajaks, Senfs und weißen Pfeffers ist im Anfange der Gicht nie zu versäumen, der berühmte Heker hat viele Kranke dadurch allein geheilt.

Man versichert, die Chinesen, welche Liebhaber von warmen Getränken sind, und kalte Getränke für ungesund halten, wüßten nichts vom Podagra.

Der berühmte Arzt Dümoulin erklärte auf seinem Sterbebette für die drei größten Aerzte: »das Wasser, die Bewegung und die Diät.«

Guter Wein, mäßig genossen, vermehrt die Kräfte und die Thätigkeit sehr, bewirkt eine schnelle Folge von heitern Vor-

stellungen und verbannt Furcht und Sorgen. Man kann ihn gleichsam als den Geist des Lebens betrachten.

Geistige Getränke, die man sehr mäßig genießt, beugen den schwächenden Wirkungen der Kälte und der Feuchtigkeit vor. Auch kann man sie äußerlich gebrauchen; die Müdigkeit verliert sich, wenn man sich die Füße mit Branntwein wäscht, oder wenn man sich davon in die Schuhe oder in die Stiefeln gießt.

Guter chinesischer Thee, mäßig genossen, erleichtert die Verdauung, belebt den Geist, erweckt Heiterkeit, zerstreut das Gefühl der Ermüdung, befördert die Ausdünstung und andere Absonderungen.

Nach einem englischen Schriftsteller erleichtert der Kaffee die Verdauung, erweckt und belebt die Geisteskräfte, verscheucht die Kopfschmerzen, verhindert, bis auf einen gewissen Grad, die Wirkungen der einschläfernden Gegenstände; allein wenn man zu viel oder zu starken Kaffee trinkt, so erhitzt er das Blut, veranlaßt Wallungen und kann mit der Zeit Nervenkrankheiten hervorbringen. Trinkt man ihn jedoch mäßig, so ist er ein gesundes und angenehmes Getränk; nur muß er von einer guten Beschaffenheit, gehörig reif und gut zubereitet sein. Seine Zubereitung ist jedoch schwieriger und erfordert mehr Sorgfalt, als der Thee. Alle Ersatzmittel haben weiter keine Aehnlichkeit mit dem Kaffee, als ihren Geschmack des Gebrannten und ihren brandigen Geruch.

Der Genuß eines gut gehopften und ausgegohrenen Bieres ist dem Weine oft vorzuziehen; wer an Mangel des Appetits leidet, der trinke des Morgens ein Glas Bier und esse dazu ein kleines Butterbrod; ein Gleiches thue er des Mittags, und er wird binnen 14 Tagen die höchst erfreuliche Wirkung hiervon verspüren.

Die Chokolade, welche aus Cacaobohnen, Zucker und Gewürzen zubereitet wird, ist ein sehr erquickendes, stärkendes und nährendes Getränk, und leistet daher allen abgelebten Leuten sehr vortreffliche Dienste; allein für junge, gesunde Leute ist sie zu nahrhaft, so wie auch für die, welche eine sitzende Lebensart führen, oder stark beleibt sind. Am vortheilhaftesten ist sie für Wiedergenesene und Kränkliche, jedoch hier besonders mit Maßen genossen.

Wie stärkt man den Magen?

Ein Magen, der gut verdaut, ist ein vorzügliches Beförderungsmittel eines gesunden und langen Lebens. Er erleichtert die Verrichtungen des Körpers und begünstigt die Thätigkeit des Geistes. Man darf ihn daher nicht überladen, und wenn man ihn auch bisweilen viel zutraut, so thut man doch wohl, wenn man immer Mäßigung beobachtet. Zu seiner Stärkung trägt jedoch bei, wenn man ihn warm hält und ihn weder preßt, noch überfüllt. Man handelt zweckmäßig, wenn man den Unterleib oft mit kaltem Wasser wäscht und ihn mit einer wollenen Binde umwickelt oder sonst durch warmen Anzug vor Kälte schützt; durch das Erste giebt man den Nerven und Muskeln die gehörige Spannkraft, und durch das Zweite bewahrt man den Verdauungswerkzeugen die erforderliche Wärme. Sie führen alsdann die ihnen obliegenden Verrichtungen mit Kraft aus, und der Mensch wird gestärkt und gesund erhalten. Trinkt man nun öfters etwas kaltes Wasser, so unterstützt man den Magen bei seinen mechanischen und dynamischen Verrichtungen auf eine vortheilhafte Weise. Er verdaut jede Speise gehörig und zur rechten Zeit, und der Mensch fühlt keine von den Unannehmlichkeiten, welche ein schwacher Magen nur zu oft verursacht.

Wer sich alle Tage Bewegung in freier Luft macht, sei dies zu Fuß, oder im Wagen, oder zu Pferde (und es ist sehr nützlich, wenn man mit diesen Bewegungen wechseln kann), der gewährt dem Magen eine heilsame Erschütterung. Man stärkt ihn und seine Gesundheit beugt einer Menge von Uebeln vor, welchen ein Magen ausgesetzt ist, der wegen Schwäche viele Speisen nicht verträgt. Durch die Bewegung regt man seine Kräfte auf und er verdaut leichter die ihm anvertrauten Speisen.

Fühlt man eine Uebelkeit, indem man zu viel gegessen oder getrunken hat, so stärke man ihn durch ein Glas Wein, und er erhält wieder die erforderliche Kraft zum Verdauen.

Der Hunger ist oft ein sehr zweckmäßiges Mittel, den Magen zu heilen und zu stärken und manche Krankheiten zu verscheuchen, welche im Anrücken begriffen sind. Wer bisweilen eine oder ein Paar Mahlzeiten aussetzt, und dies sollte man auch im gesunden Zustande thun, der ermuthigt sich zu neuem Leben und der Magen erlangt frische Kräfte. Er erzeugt die Eßlust und der Wohlgeschmack verschafft neuen Muth.

Nach einer überstandenen Krankheit sei man vorzüglich vorsichtig im Genuß der Speisen und in Menge derselben; je weniger man beim ersten Appetite diesen befriedigt, desto stärker wird er später und desto kräftiger ist auch der Magen, die Speisen zur Verdauung vorzubereiten.

Man reibe den Unterleib zuweilen mit Flanell, und man befördert dadurch nicht nur den Umlauf des Bluts und der Säfte, sondern regt auch die Verdauungskraft des Magens an. Wer an Unverdaulichkeit des Magens leidet, der wird mit großem Nutzen das eine oder das andere der hier angegebenen Mittel, oder auch mehrere derselben brauchen, und wird ein Uebel verscheuchen, das leider! nur zu oft großen Gefahren aussetzt. Man traue jedoch der Güte der Natur zuweilen etwas zu, und selbst die Schwäche weicht durch die Besiegung des Widerstandes. Die Natur ermannt sich und nimmt es kühn mit jedem Gegner auf, welcher sie in ihren Verrichtungen stört. Sie erlangt Stärke, und Krankheiten, wie Schmerzen, werden vertrieben.

Wer eine sitzende Lebensart führt und dabei den Unterleib zusammenpreßt, der muß bisweilen aufstehen und diesen reiben. Dies vertheilt die Wärme gleichmäßig, befördert den Umlauf des Bluts und trägt zur Stärkung des Magens viel bei. Man beugt dadurch der Grillenfängerei vor; mit Heiterkeit betrachtet man den Ernst des Lebens und man fühlt sich von Neuem zu jeder Arbeit geneigt. Die Heiterkeit des Geistes trägt vorzüglich zur Verdauung bei, eine frohe Stimmung befördert sie; dagegen bemerkt man, daß Gram, Traurigkeit, überhaupt heftige Affekte und Leidenschaften, so wie Ausschweifungen aller Art, sie stören. Der Nerveneinfluß auf den Magen ist sehr groß, und ein Schlag auf die Magengegend wirft den stärksten Mann zu Boden. Ist der Magen hingegen zu überfüllt oder zu geschwächt, so entsteht Kopfschmerz, Störung des Denkvermögens und Irrereden.

Magenstärkende Mittel.

1) Gutes bitteres Magenmittel.

Man gieße 1½ Nößel kochendes Wasser auf 2 Loth zerschnittene Enzianwurzel, eben so viel frische Zitronenschale, 2 Quentchen Kardemomensamen und 3 Quentchen Pomeranzenschalen, lasse dies in einem zugedeckten Topfe eine

Stunde lang stehen, seihe es sodann durch und trinke hiervon täglich zwei oder drei Weingläser voll. Es ist dies Mittel vortrefflich bei schlechtem Appetit, Blähungen, Magendrücken und den übrigen Beschwerden einer schwachen Verdauung.

2) Ein gutes diätetisches Magenmittel.

Bei Schwäche des Magens, wo sie sich bei sonst robusten, nicht sehr empfindlichen, oder etwas schwammigen und phlegmatischen Personen einfindet, und daraus Kopfschmerzen, Appetitlosigkeit u. dgl. entstanden sind, verdient folgendes Hausmittel vor vielen erkünstelten Essenzen und Elixiren den Vorzug. Man schneide nämlich gut ausgeräucherten rohen Schinken in ganz dünne Scheiben, bestreue ihn etwas reichlich mit Salz und gröblich gestoßenem Pfeffer und esse diese, zwischen dünne Schnitte schwarzen, altbackenen Brodes gelegt. Bedient man sich dieses Frühstücks mehrere Wochen lang unausgesetzt, so wird man bald die Verdauung gestärkt und das daraus entsprungene Uebel verschwinden sehen.

3) Ein vortreffliches magenstärkendes Mittel

für diejenigen, welche wegen vernachlässigter Leibesbewegung und wegen starker Anstrengung der Seelenkräfte an schlechter Verdauung, an Blähungen und Verstopfung leiden, besonders für Hypochondristen. Man gießt auf drei Quentchen bis ein Loth geraspeltes oder fein zerschnittenes Quassienholz 1 Pfund (½ Maaß) guten, alten Franzwein, und läßt dieses in einer zugestopften Bouteille 24 Stunden kalt digeriren, ehe man Gebrauch davon macht. Nach dieser Zeit wird, nach Umständen und Belieben, täglich 3 bis 4 Mal ein Gläschen voll davon getrunken und anhaltend damit fortgefahren. Der Erfolg dieser Kur wird alle Erwartungen übertreffen.

Das zeitweise Zerkauen und Niederschlucken von gutem Rhabarber hat öfters schon eine langdauernde Magenschwäche völlig gehoben.

4) Gegen schlechte Verdauung dient folgendes Mittel: Man zerschneide ein Stückchen gut ausgeräucherten rohen Schinken in ganz dünne Scheibchen; nachdem man zuvor das Fette abgeschnitten, tauche sie in Salz, mit einer guten Portion nicht zu klein geschnittenen Pfeffers vermischt, und esse sie mit gut gebackenem, alten Brode zum Frühstück. — Wer sich desselben nur sechs bis acht Wochen unausgesetzt bedient, der

wird gewiß finden, daß alle meine aufgestellten Magenstärkungen nicht dagegen in Betracht kommen, und er wird nicht mehr nöthig haben, sich ihrer zu bedienen. —

Magenmittel für Leute von hohem Alter.

Eine alte, schwächliche Frau von siebenzig Jahren, die an einer Magenschwäche litt, welche der Hilfe vieler geschickten Aerzte Trotz bot und ein nahes Ende befürchten ließ, bekam von ihrem Schwiegersohne aus Holland folgendes Magenmittel geschickt, wodurch nicht nur ihr Uebel völlig gehoben wurde, sondern bei dessen Gebrauch sie nahe an neunzig Jahre alt geworden ist, und sich noch sehr wohl befindet. Die Vorschrift ist folgende:

Man nimmt 1 Loth guten Zimmt, 1 Quentchen Gewürznelken und ¼ Pfund feinen, weißen Zucker, stößt es in einem Mörser ganz fein und bringt diese drei Ingredienzien mit zwölf Löffeln voll gedörrten Heidelbeeren in eine gläserne Flasche von 1½ Maaß. Man gießt 1 Maaß von dem besten Weingeiste oder sogenannten Vorlauf oder Vorsprung, den man aus guten Branntweinbrennereien nimmt, darauf, stellt die Flasche im Winter an den Ofen, im Sommer an die Sonne und läßt die Sachen darin einige Tage digeriren. Die Flasche wird mit einem Kork entweder nur belegt, oder mit etwas Schweinsblase, in welche mit einer Nadel einige Löcher gemacht werden, überbunden. Nach sechs bis acht Tagen filtrirt man die Feuchtigkeit, und alte Leute nehmen eine halbe Stunde nach der Mahlzeit einen Eßlöffel voll oder ein Weniges mehr davon.

Daubentons
Magenreinigungs- und Stärkungsmittel,

welches in Frankreich sehr vielfältig im Gebrauche und in großem Rufe steht und das Personen im herannahenden Alter, wo die Verdauungsorgane ihre Kräfte zu verlieren anfangen, oder die Speisen durch den Verlust der Zähne nicht mehr verarbeitet werden können, so große Dienste thut, besteht in folgender Zusammensetzung:

R. Pulv. rad. Ipecacuanh.
Cort. Cinnamom. àà Drachmas duas.
Sacchar. alb. Unc. unam.
M. exact f. c. Mucilag. Gummi arabic. q. s.
Trochis. Nr. LX.

Die beste Zeit des Gebrauchs ist Morgens nüchtern oder auch 2 Stunden vor dem Essen, wo jedesmal ein Täfelchen mit etwas Wasser oder Wein verschluckt wird, oder wie man sonst die Pillen einnimmt. Man fängt mit einem Täfelchen an, beobachtet die Wirkung und geht dann zu zweien und dreien über. Der Magen wird schnell dadurch gestärkt und der Schleim und das Magenübel verliert sich.

Säure und Schärfe aus dem Magen zu schaffen. Als Beantwortung einer Frage, wie diesem Uebel abzuhelfen stehe?

1) Der an der Säure Leidende wird durch den fortgesetzt n Gebrauch der tinctura rhei vinosa, alle 2 Stunden zu 40 bis 50 Tropfen, nebst einer zweckmäßigen Diät, den glücklichsten Erfolg höchst wahrscheinlich zu erwarten haben. Ist derselbe ein Kaffeetrinker, so wird er sehr wohl thun, solchen ohne Zucker, blos mit dem Gelben eines frischen Eies vermischt, zu genießen. Fleischdiät muß dabei vorwaltend sein, und Fußbewegung die Entfernung des Uebels erleichtern.

Folgendes Pulver ist bei Säurebildung von Krukenberg als vorzüglich wirksam befunden:

R. Natrici carbonici aciduli.
Acidi tartarici àà scruplos duos.
Elaeosachari foeniculi.
Sachari albi àà scrupulum unum.

M. f. Pulvis. D. in vitro S. Dreimal täglich eine gute Messerspitze voll auf die Zunge zu nehmen und mit Wasser hinunter zu schlucken.

Der Leidende enthalte sich aller erschlaffenden Getränke, und gewöhne sich an das Trinken kalten, frischen Wassers in starken Portionen. Morgens vor dem Frühstücke, dann zwei Stunden vor dem Mittagsessen, und kurz vor dem Schlafengehen nehme er jedesmal ein großes Glas frisches Brunnen- oder noch besser Quellwasser zu sich, und bei vorhandenen Unterleibsverstopfungen mischt er in jedes 1—2 Loth gestoßenen weißen Zucker. Bei anfänglichem Ekel gegen große Portionen dieses herrlichen Trankes kann mit kleinen Gläsern der Anfang gemacht werden. Dem Einsender hat dieses einfache Mittel, bei langjährigen, beschwerlichen Magenverschleimungen, die sich durch eine weiße Zunge untrüglich beurkunden, — und deren Folgen, bessere Dienste geleistet, als viele der berühmten Magenelixire, die in immer stärkeren Portionen genommen werden müssen. S. A. A. d. D. 1820. Nr. 294.