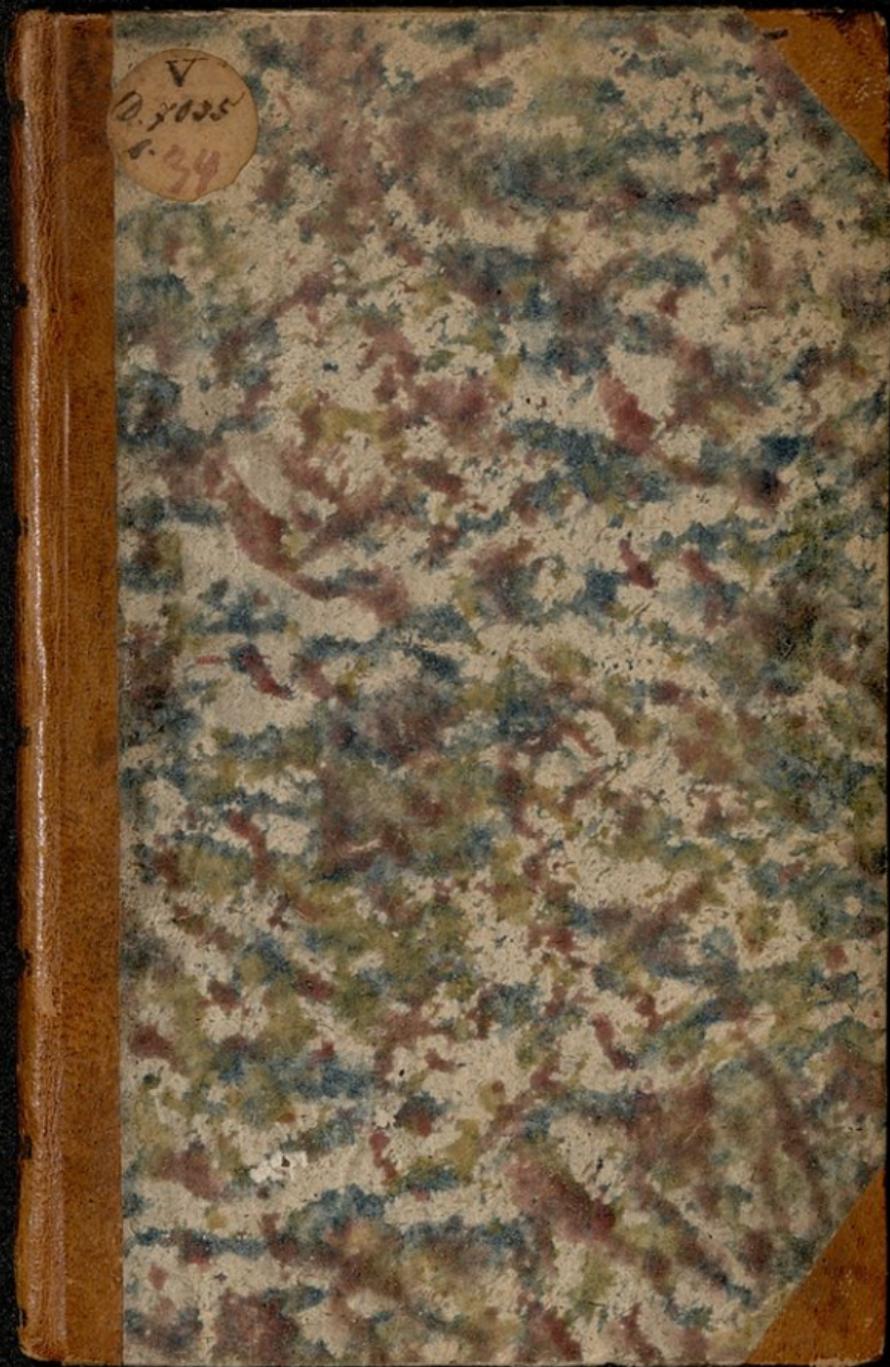
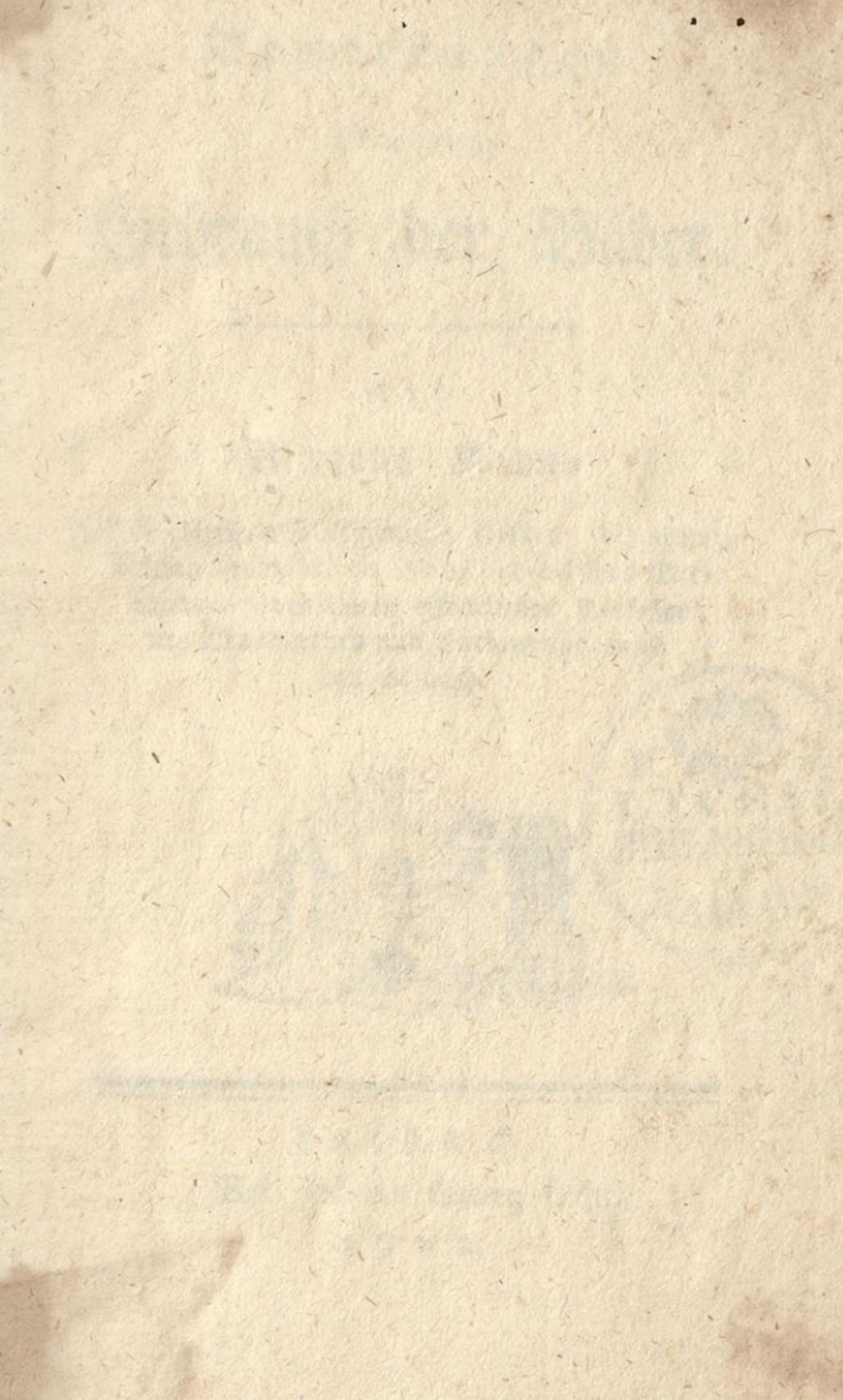


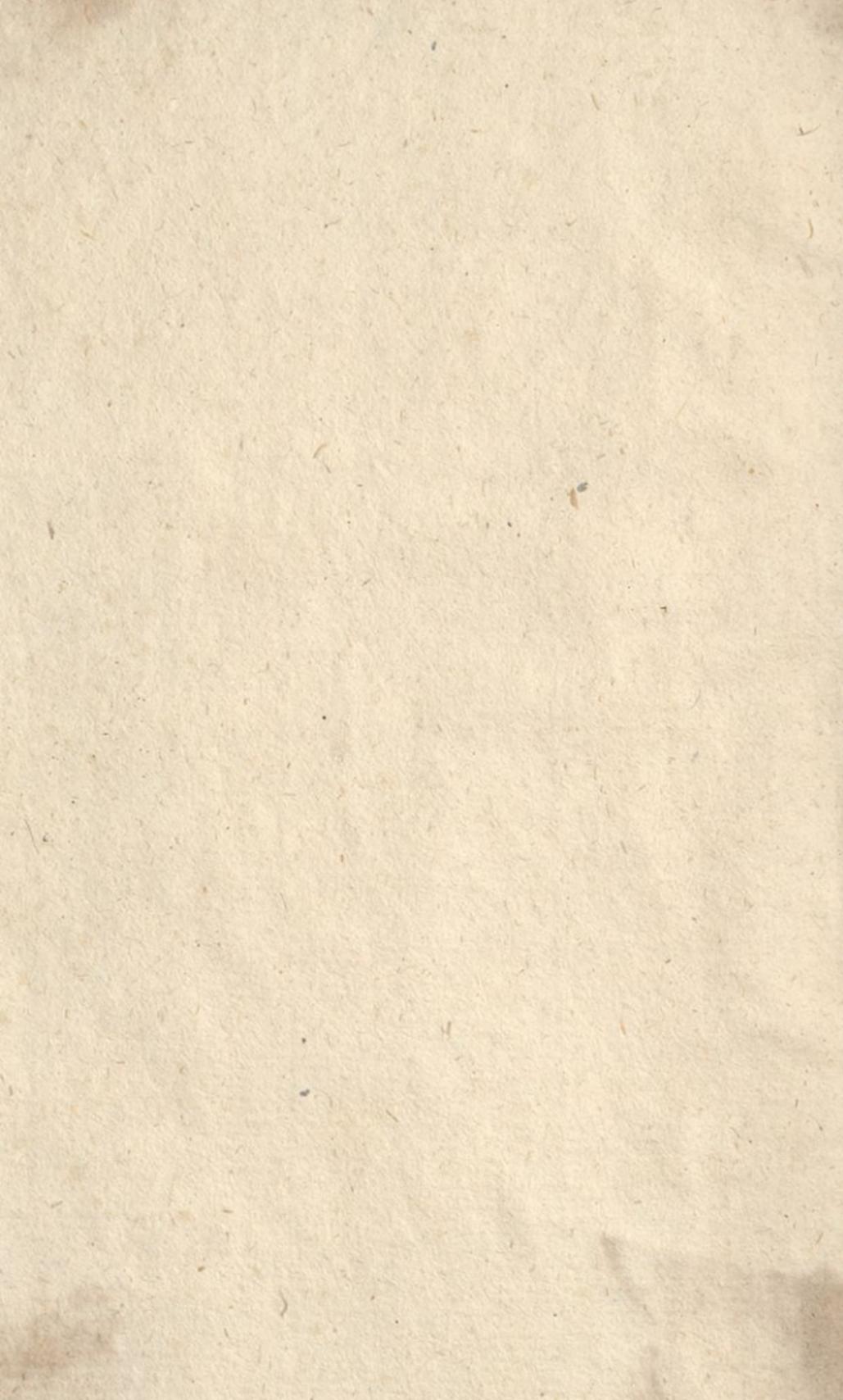
V
O. 8005
s. 34



7035, v. D. G. 2.

✓





Bemerkungen
über den
Gebrauch der Bäder.

Von

Vinzenz Kern,

der Medizin und Chirurgie Doktor, der medizini-
schen Fakultät zu Wien ordentlichen Mit-
gliede, ordentlichen öffentlichen Professor
der Wundarznei und Entbindungskunst
zu Laibach.



Laibach,
Bei Johann Georg Licht.
1802.

Eben so wenig als alles Neue nützlich ist —
eben so wenig können Jahrhunderte dem
Schädlichen das Bürgerrecht verschaffen.

IN 03 000 3451

Seinem Freunde

dem Herrn

J o s e p h B a u e r

w i d m e t

diese wenigen Blätter

mit dankbarer Erinnerung an die Beweise
seiner Freundschaft

Dr. B. S.

Erweitertes

und

Verzeichnis

der

in

den

Verzeichnissen

der

V o r r e d e.

Die wichtigen Veränderungen und Verbesserungen, die die Heilkunst in allen ihren Theilen im abgewichenen Jahrhunderte erlitten, die vielen neu aufgestellten Sätze in derselben, die zwar nicht neu in der Natur, sondern von jeher schon bestunden, nur aber von uns nicht bemerkt wurden, mußten nothwendig auch im Gebrauche der Bäder eine größere Bestimmtheit hervorbringen. Man ist nun gewiß, daß das Baden keineswegs ein unbedeutendes Mittel sey, welches von Jedermann, gleich, ob kalt oder warm, ob lang oder kurze Zeit, ob Ein- oder Fünffzigmal angewendet werden soll.

Die vielen unglücklichen Fälle, die ich als Arzt vom Misbrauche der Bäder zu beobachten Gelegenheit hatte, verleiteten mich gegenwärtige Bemerkungen niederzuschreiben, um dadurch meine Mitbürger aufmerksam zu machen, daß das ächte Verhalten beim Gebrauche der Bäder, ein zum glücklichen Erfolge unumgängliches Bedingniß sey. Möchte es mir doch gelingen etwas Gutes damit zu stiften! Möchte ich dadurch meine Mitbürger überzeugen können, daß es nur einen Wunsch in mir gebe — Denenselben zu nützen !!!

Laibach den 7. August 1801.

Der Verfasser.

Wenn man den bloßen oder nur wenig bedeckten Körper, oder einen Theil desselben in Wasser zur Reinigung, zum Vergnügen, oder zur Herstellung der verlorenen Gesundheit eintaucht, eine kurze oder längere Zeit darin läßt, so nennt man dies Baden *Balneare*. Da wir uns hingegen zum Baden vorzüglich zur Herstellung der Gesundheit nicht immer des Wassers bedienen, sondern Milch, Wein, Luft, Sand, Erde, Schlamm, oder auch noch andere Substanzen gebrauchen, so erhielten die Bäder eben nach dieser Verschiedenheit auch ihren Namen, nemlich Weinbad, Milchbad, Erdbad, Luftbad, u. s. w. Eben so verschieden ist die Benennung der Bäder, jenachdem der ganze Körper, nur die Hälfte, oder selbst nur einzelne Theile desselben gebadet werden, und heißen demnach ganze, halb Bäder, Fußbäder, Handbäder u. s. w.

Da wir hier nur vom Wasserbade sprechen, so findet ferner eine verschiedene Benennung statt, indem das zum Bad bestimmte Wasser von Natur oder Kunst zusammengesetzt ist, im ersteren Falle heißen sie mineralisches Bad, Seebad, Flußbad, im letzteren Falle künstliches Bad, Schwefel-Eisen-Seifenbad, je nachdem diese verschiedene Theile in Wasser aufgelöst enthalten sind.

So wichtig diese bisher gezeigten Verschiedenheiten der Bäder im Bezug auf Herstellung der Gesundheit auch sind, so ist doch die Verschiedenheit in der Dauer der Anwendung derselben, und der verschiedene Wärmegrad die Wichtigste von allen. Anders ist die Wirkung eines heißen, anders eines lauen Bades. Verändert muß sie seyn die Wirkung, wenn wir das Bad nur eine viertel Stunde brauchen, anders bei einer halben Stunde, anders wieder bei einer ganzen Stunde, und noch veränderter wenn die Bäder durch mehrere Stunden, und mehrmahlen des Tages gebraucht werden.

Da es meine Absicht ist, den in hiesigen Gegenden etwas fehlerhaften Gebrauch der Bäder zu beleuchten, denen dabei herr-

schenden Vorurtheilen zu begegnen, so werden sich daher alle meine Bemerkungen und Erinnerungen, auch bloß nur auf den Gebrauch deren in hiesigen Gegenden befindlichen Töplizer, Tieserer und Neuhauser Bades beziehen. Auch erkläre ich hiemit öffentlich, daß diese Bemerkungen nicht für Aerzte geschrieben sind. Ich halte es unter der Würde eines Arztes dieser Bemerkungen zu bedürfen; sie gehören dem Publikum, daß, wie es so oft geschieht, ohne den Rath eines Arztes, sich der Bäder bedienet, sich bloß an die alte hergebrachte Badeordnung hält, und so nicht selten mit zerrütteterer Gesundheit die Badeanstalt verläßt, als es sie besuchte.

Erste Bemerkung.

Größtentheils bedienet man sich, bevor man das Bad zu brauchen anfängt, eines Purgier-Mittels, läßt sich zur Ader, oder trinkt durch einige Zeit sogenannte Blutreinigende Dekokte, und glaubt, daß, wenn dieses unterlassen wird, das Bad nie vom gehörigen Nutzen seyn könne. Wer gesund ist, das ist, dessen Verrichtungen seines Organisme mit gehöriger Stärke, Leichtigkeit, Andauer, und Wohlbehagen vor sich

gehen, bedarf außer etwa zur Reinigung seines Körpers einige Mahle des Jahres, keiner Bäder folglich auch keines Purgier-Mittels noch Aderläße. Wird nun das Bad zur Heilung irgend eines körperlichen Gebrechens angewendet, erlaubt dasselbe eine Aderlaß, oder blutreinigende Getränke? — Wird dadurch die ohnehin zugegen seyende Schwäche des Körpers nicht noch mehr vermehrt werden? Ich habe es mehrmalen beobachtet, daß Personen, die im Begrif waren ins Bad zu gehen, sich aber vorher purgierten, und Blut abzapften, dadurch so sehr erkrankten, daß sie für diesmal nicht das Bad gebrauchen konnten; jedoch mich nachher versichern wollten, daß es gut geschehen sey, daß die Krankheit bevor ausgebrochen sey, als sie das Bad zu brauchen angefangen, sonst hätte es vielleicht noch viel übler ausfallen können. Und doch ist die Zunahme ihrer Krankheit, gewiß nur der unnöthig angewandten Aderlaße, oder Purgier-Mittel zuzuschreiben.

Man glaube ja nicht, daß eine Aderlaß oder ein Purgiermittel eine so unbedeutende Sache für unsere Gesundheit sey. Man reiße sich los von dem schädlichen Vorurtheile, den Magen einige Mahl des Jahres reinigen zu müssen.

Zwote Bemerkung.

Es ist ein höchst schädliches Vorurtheil die mineralischen Bäder, wenn man sich derselben zur Heilung einer Krankheit jemals bedienet hatte, diese nun alle Jahre um die nemliche Zeit wieder zu gebrauchen. Wer gesund ist, bedarf keines Heilmittels, folglich auch keines mineralischen Bades, nur dann, wenn er nicht vollkommen hergestellt ist, und seine Gebrechen den Gebrauch der Bäder fordern, wiederholle er dieselben, oder, was noch besser ist, man brauche sie gleich zuerst bis man geheilt ist, indem es wider alle gesunde Vernunft geht, ein Heilmittel auszusetzen, wenn es seine Wirkung nicht vollkommen geleistet, das ist, geheilt habe: Es versteht sich, daß es das wahre und gut gewählte Heilmittel sey. Dies fortgesetzte jährliche Baden kömmt mir eben so vor, als wenn jemand, der sich einst den Fuß gebrochen, und zur Heilung desselben 6 oder 8 Wochen im Bette bleiben mußte, sich nun alle Jahre um dieselbe Zeit eben so lange in's Bette legen zu müssen glaubte. Wem würde wohl beifallen die Arzneyen alljährlich zu wiederhollen, die er einst wegen einer Krankheit benöthigte? Gilt dies nicht auch vom Gebrauche mineralischer Bäder? Mit

welchen Beschwerden ist die Wiederholung solcher Bäduren nicht selten verbunden; Welchen Aufwand erfordern sie, welcher die übrigen häuslichen Bedürfnisse nicht selten unmöglich macht? Wer demnach durch den Gebrauch eines natürlichen oder künstlichen Bades vollkommen von seiner Krankheit geheilet wurde, und gesund geblieben, bedarf der jährlichen Wiederholung der Bäder eben so wenig, als der verrenkt gewesene und vollkommen eingerichtete Arm, der alljährlichen Ausdehnung und Wiederholung der Wiedereinrichtung.

Dritte Bemerkung.

Durchgängig glaubt man, daß man, wenn man sich der Bäder einmal bedienet habe, nun alle Jahre um dieselbe Zeit, — von der Natur durch eine besondere Empfindung von Beissen, Zucken, Reizen u. s. w. ordentlich gemahnt erinnert und zum Gebrauch der Bäder aufgefordert werden, — sagt, daß, wenn dann die Bäder unterlassen würden, immer eine sehr gefährliche Krankheit entstehe; — und jedes durch andere Schädlichkeiten verursachtes Uebelbefinden, welches alsdann folgt, wird einstimmig als Folge des unterlassenen Gebrauchs der Bäder

Bäder betrachtet. Ich habe schon oben gesagt: der vollkommen gesund ist, bedarf keiner Heilmittel, den wo nichts zu heilen ist, — giebt es da ein Heilmittel? — Mit dem jährlichen Erinnern und Auffordern der Natur hat es, scheint mir, eine ganz andere Bewandtschaft. Alle Krankheiten werden durch Fehler in Speis und Tranke, Bewegung und Ruhe, Lebensart, Klima, Hitze, Kälte, Gemüthsleidenschaften u. s. w. erzeugt. Diese Krankheiten werden nun durch verschiedene Mittel, durch Bäder geheilt: Wirken nach gescheneer Heilung, diese Einflüsse von schädlicher Nahrung, Luft, Hitze, Zorn u. s. w. nicht mehr auf den Menschen, ändern die Menschen ihre vorher gewohnte Lebensart? da sie dieß nicht thun. Müssen nicht die nemlichen Uebel entstehen? — Muß der neuerdings krank gewordene Mensch nicht wieder die nemlichen Empfindungen von Beissen &c. fühlen, die er vorher hatte? Wenn wollte wohl beifallen, daß derjenige Mensch, der einst, nachdem er in eine Pfäze fiel, und sich gereinigt, nun nicht mehr nothig werden solle, wenn er sich wieder in die Pfäze legt? der Gestank erinnert ihn, sich zu reinigen. Die durch fehlerhafte Lebensart neuerdings erzeugte krankhaften Gefühle, erinnern die Menschen zum Gebrauche der

Bäder — der erstere vermeide die Pflüge — die Menschen vermeiden die schädlichen Einflüsse wodurch Krankheiten sich erzeugen — und alles Erinnern der Natur wird sicherlich ausbleiben.

Vierte Bemerkung.

Allgemein glaubt man, daß die Bäder nur zu einer bestimmten Jahreszeit, nemlich in Sommer mit glücklichen Erfolge gebraucht werden könnten, und alles verschiebt die Anwendung derselben bis zu dieser Jahreszeit. Dieses so allgemein herrschende Vorurtheil hat gewiß schon vielen Tausenden das Leben gekostet. Man bedenke, ob die Krankheit, zu deren Heilung man den Gebrauch der Bäder unumgänglich nöthig findet bis zum Eintritte des Sommers sich aufschieben läßt. Wird sie nicht an Heftigkeit zunehmen? Wird das Heilmittel in einer Krankheit um 6, 7 oder 8 Monathe später angewendet den nemlichen Erfolg leisten?

Wie grausam würde man gegen denjenigen handeln, der heute schon hungert, und man verspräche ihm in 7 oder 8 Monathen Etwas zu essen zu geben, — hat es nicht die nemliche Bewandschaft mit dem Aufschieben des Gebrauchs der Bäder?

Freylich wird man mir einwerfen, daß die Kälte im Winter, die Ueberbringung der Kranken in's Bad unmöglich mache, daß die meisten Badeanstalten nicht zum Baden in allen Jahreszeiten zugerichtet seyen. Auf's erstere brauch ich nur zu sagen, daß man vor Kälte überhaupt sich leichter zu schützen im Stande ist, als vor dem unausweichlichen Steigen der Krankheit, wenn sie nicht geheilt wird; — auch hat man ja ohnehin nur bei der Hinreise in's Bad Ungemächlichkeiten zu dulden, bei der Rückreise ist man geheilt, und alles Ungemächliche läßt sich alsdann leichter ertragen.

Um das Mangelhafte der Badeanstalten zu beseitigen, hätte freylich die medizinische Polizey zu sorgen; allein, wenn die Eigenthümer der Bäder sehen werden, daß zu allen Jahreszeiten Gäste kommen, werden sie es an der nöthigen Einrichtung zum unausgesetzten Gebrauche derselben nicht fehlen lassen! Sie werden dieß um so lieber thun, da sie im ununterbrochenen Gewinnte bleiben, indeß sie vom May bis Ende August oft so sehr von Bade = Gästen überhäuft werden, daß sie sie nicht aufzunehmen im Stande sind. Wie oft erfährt man dieses hier, daß kein Platz bey der ersten, oder zweyten

Reihe der Badezeit mehr zu haben ist, und daß schon oft ganze Familien ausgestorben sind, ehe sie an die Reihe kommen konnten, um wegen körperlichen Gebrechen das Bad zu gebrauchen? Man gebrauche demnach die Bäder dann, wenn sie erforderlich sind, die Jahreszeit seye welche sie wolle, und verspare es nicht bis zu einer Zeit, wo nichts mehr zu heilen ist, wo entweder anderweitige wo' lthatige Einflüsse die Gesundheit bereits zurückgeführt haben, oder der Tod jede Heilung eines Uebels unmöglich machte.

Fünfte Bemerkung.

Ein höchst schädliches Vorurtheil herrscht noch allgemein, dessen Unterhaltung unnennbaren Schaden der leidenden Menschheit gebracht hat. Man hat nemlich nur eine Badeordnung für alle Menschen, sie mögen jung, alt, männlich, weiblich, mehr oder minder schwach seyn, alle baden sich gleich an Zahl und Dauer. Man sagt durchgängig: ja! das ist schön so gewöhnlich — Es thun es alle so, — Ich habe schon 10 Jahre das Bad gebraucht, und stets so, und es hat mir stets gut gethan u. s. w. Aber man bedenke doch, daß man jenen Schneider sehr thöricht nennen würde, der für alle Menschen

nur einen Schnitt hätte? Was würde man von jenem Schuhmacher sprechen, der für den zierlichen Fuß des holden Fräuleins, sich des Feistens eines großen Bauernbengels bediente? findet man hierbei einen so großen Unterschied zu machen nöthig. Warum zwingt man den alle Menschen beim Gebrauch der Bäder eine vollkommene Gleichheit zu beobachten? Da alle lauen Bäder stärken; denn daß sie dies thun, läugnen selbst diejenigen nicht, die vor dem Gebrauche derselben zum Purgieren einnehmen, oder sich zur Ader lassen, folglich schwächen, so muß nach der Verschiedenheit des Alters, des Geschlechts und des Krankheits-Zustandes des Badenden stets eine große Verschiedenheit herrschen sowohl in der Zahl der Bäder, als auch in der Länge der Dauer derselben; je schwächer der Kranke ist, desto kürzere Zeit darf er im Anfange sich im Bade aufhalten, und erst nach und nach muß er sich an diesen größern Reiz gewöhnen; die Zahl der Bäder kann daher ebenfalls nie für alle gleich groß seyn, sondern bestimmt sich nach dem glücklichen Erfolg, den die ersteren geleistet haben, ist die Krankheit, wegen welcher man das Bad zu brauchen angefangen, gehoben, ende man beim 3ten oder 4ten Bade die Kur, wo nicht, setze man's bis in's

60 oder wohl auch bis in's 100derste fort. Welches zu bestimmen das Geschäft eines erfahrenen Arztes seyn wird.

Sechste Bemerkung.

Sehr wichtig ist es bei dem Gebrauche der Bäder, wie schon gezeigt worden, nach Verschiedenheit der Krankheit, die Zeit zu bestimmen, Wann? Wie lange? und wie oft gebadet werden sollte? Es ist daher ein sehr verderbliches Vorurtheil, daß die meisten Badenden ihrer sonst gewöhnlichen Lebensordnung entgegen um 4 oder 5 Uhr Frühe aufstehen sich in's Bad begeben, und daselbst mehrere Stunden aufhalten.

Gesunde Menschen bedürfen keiner Bäder, Kranke müssen ihre gebührige Ruhe durch zu frühes Aufstehen nicht stören, auch kann man bey so frühem Morgen nicht leicht vorher Frühstück; und nichtern in's Bad zu gehen, ist, besonders für sehr Schwache, nicht zuträglich. Es ist daher nochwendig daß jeder Badende Morgens in's Bad gehe, um die Stunde, wenn er sonst aufzustehn gewöhnt war. Er verbleibe in dem Bade nach der Verschiedenheit seiner Schwäche, längere, oder kürzere Zeit, auch muß des

verschiedene Wärmegrad wesentlich beobachtet werden, je wärmer das Bad ist, desto kürzere Zeit darf man sich darin aufhalten, vorzüglich haben dieß sehr Kranke, Schwächliche zu beobachten; Einem solchen Kranken ist beim anfangenden Gebrauche der Bäder eine viertel, höchstens eine halbe Stunde hinreichend. Es ist demnach das in allen Bädern lange Baden, oder das sogenannte Steigen bis in's hohe Bad, ein höchst schädliches Vorurtheil. Der krankhafte Zustand mag nun seyn, wie er wolle, heißt es, man gebrauche das hohe Bad, das ist 3 Stunden Vor- und eben so viele Stunden Nachmittage, dann geht es wieder zurück.

Da die lauen, und warmen Bäder nie eine andere Krankheit geheilt haben, als solche, welche auf Schwäche, das ist, verminderte Erregung des thierischen Organism sich gründeten, die wahre Kräfte ausgenommen, welche durch warme Schwefelbäder geheilt wurde, indem sie die Kräfte verursachenden Milben tödten, da die warmen Bäder größtentheils nur durch ihre größere Menge von Wärmestof, den sie enthalten, reizend auf den Körper wirken, denselben zur größern Thätigkeit antreiben, so kann dieß in denen in hiesiger Gegend befindlichen Bädern durch-

gänglich übliche Steigen bis in's hohe Bad nie allgemein nützlich, höchst selten anwendbar, und fast größten Theils schädlich seyn. Ist denn die Schwäche, worauf sich die Krankheit gründet, in allen Fällen gleich? — Auch zeigt es leider die tägliche Erfahrung, daß die Wenigsten dies lange Baden, oder das sogenannte hohe Bad vertragen; — Schwindel, Kopfschmerz, Ohnmachten, Blutspeneyen, ja Schlagflüsse habe ich bei dem zu langen Gebrauche vorzüglich bei wärmeren Bädern häufig entstehen sehen.

Man binde sich daher nicht mehr länger an die alt hergebrachte Badeordnung, sondern lasse sich die Dauer desselben von einem einsichtsvollen Arzte bestimmen, und dann ziehe man sein eigenes Gefühl zu Rathe. So lange man sich angenehm erwärmt fühlt, das Gesicht nicht roth aufgetrieben ist, kann man sicher bleiben, so bald aber eine vermehrte Wärme sich über den ganzen Körper ausbreitet, das Angesicht roth, die Augen hervorgetrieben werden, ein Schweiß am Gesichte ausbricht, Kopfschmerz, Schwindel, Neigung zum Brechen, oder funkelnde Augen *ic.* entstehen, dann entferne man sich eiligst aus dem Bade, um sich nicht obangeführte Uebel zuzuziehen.

Siebente Bemerkung.

So schädlich der zu lange Aufenthalt im warmen Bade den Badenden ist, eben so nachtheilig ist der tägliche zweymalige Gebrauch desselben. Sehr wenige Menschen sind es, die sich durch vernünftige Vorstellungen hievon überzeugen lassen.

So übel das zweymalige Baden denen meisten auch bekommt, so können sie demohugeachtet, der von jeher eingeführten Gewohnheit, sich täglich zweymal zu baden, nicht entsagen. Man sagt: Ich bin es seit vielen Jahren, als ich das Bad gebrauche, schon so gewohnt, alle baden so, was soll ich unter dieser Zeit machen, als andere baden etc. Allein man bedenkt nicht, daß dies zweyte Baden gewöhnlich zu einer Stunde geschieht, wo sicher der meisten Badegäste ihr Verdauungsgeschäft noch nicht beendigt ist, sie gehen dann mit vollem Magen in's Bad, das den Körper von allen Seiten umgebende Badewasser, die warmen Dünste drücken nun auch den vollen Magen, dadurch wird der Kreislauf des Bluts gehindert, das Blut im Kopfe und Lunge zurückgehalten, und dadurch sehr leicht Schlagflüsse, oder Blutspenen verursacht.

Man bade des Morgens , nütze die übrige Zeit zum Spazieren gehen , Genüße reiner Luft , oder sonstiger Unterhaltungen und der glückliche Erfolg beim Gebrauche der Bäder wird ungleich zahlreicher seyn.

Achte Bemerkung.

Ein höchst schädlicher , die Gesundheit zerstörender Gebrauch ist das Essen und Trinken des Nachmittags im Bade. Ich habe schon oben gezeigt , wie schädlich das Baden mit vollem Magen sey. Zu dem ohnehin nicht leeren Magen kömmt nun eine Menge von Speisen , und Getränken hinzu , die Verdauung , die noch nicht geendet war , beginnt nun von neuen , der Magen so , wie der übrige Körper wird überreizt , Uebelkeiten , Brechen , Schwindel , Ohnmachten , Blutspeneyen , Schlagflüsse sind keine selt'ne Folgen dieses fehlerhaften Verfahrens.

Neunte Bemerkung.

Höchst fehlerhaft , und dem Gedeihen des Bades äusserst nachtheilig , ist das Betragen der Badenden im Bade selbst — die meisten derselben bewegen sich heftig , sprechen sehr laut , schreyen , singen , bespreizen

die Andern und dergl. Ich habe schon gezeigt, daß eben wegen verschiedener Beschaffenheit der Badenden eine äußerste Verschiedenheit im Gebrauche der Bäder statt finden müsse. Werden alle Badenden dies Geräusch und Lärm ertragen können? Wie unangenehm ist ein solcher gewaltiger Lärm nicht schon einem gesunden Menschen! — Wie erst einem Kranken! — besonders jenen schwächlichen Badenden, denen oft die stärkern Fußtritte schon beschwerlich sind! Man bedenke doch, wie einem zu Muthe seyn würde, wenn man in Gesellschaft von 40, 50, und noch mehr Menschen, wo jeder schreit, singt, herumspringt, in einem gewöhnlichen Zimmer durch 2 Stunden eingeschlossen seyn müßte, gewiß würden wir sagen: Nein, das ist nicht länger auszuhalten! — der Lärm ist zu groß — mein Kopf müßte mir zerspringen u. Hat es nicht die nemliche Beschaffenheit bei den Badenden? Gewiß um so mehr, da die meisten derselben wegen ihrer kränklichen Beschaffenheit um so empfindlicher sind; daß Freude, Munterkeit und Frohsinn, gewiß allen, die der warmen Bäder bedürfen, höchst zuträglich sind, wird gewiß Niemand läugnen; daß aber jener tumultuarische Lärm, der gewöhnlich in den Bädern herrscht, die Ge-

Gesundheit nicht herbei führen, sondern noch mehr entfernen müsse, bin ich mehr, als zu sehr überzeugt. Man verhalte sich ruhiger im Bade, die Schwächeren bleiben sitzen, die schon mehr gestärkten können herumgehen, vermeiden jedoch sorgfältig alle oben gerügten Ausschweifungen, und ein glücklicher Erfolg ist der Lohn dieses vernünftigen Benehmens.

Zehente Bemerkung.

Allgemein herrschend ist der Glaube, daß der, bei dem Badenden sich am Körper zeigende Hautausschlag, als eine gute Wirkung des Bades anzusehen sey, und daß man, wenn man denselben bekommt, ja bis zur gänzlichen Verschwindung desselben fortbaden müsse, und wenn man dies unterließe sicherlich die gefährlichsten Folgen daraus entstehen würden. Dieser Glaube an diese althergebrachte Meinung hat einen zu schädlichen Einfluß auf die Gesundheit der Badenden, als daß man nicht alles anwenden sollte, um die Menschen von diesem Vorurtheile zu überzeugen, und davon abzubringen. Jedes künstliche oder natürliche Bad hat nebst dem Wärmestof noch andere Stoffe als Schwefel, Kupfer, Eisen, Salze, Luft-

Säure zc. in sich, diese zusammen wirken nur auf unsere Nerven, und übrige Theile des Körpers, und treiben sie zur Thätigkeit an, wodurch denn die Krankheiten geheilt werden. Bevor sie nun aber auf die Nerven, oder andere Theile wirken können, müssen diese obengenannte Theile nicht zuerst auf die Haut wirken? müssen sie, bevor sie auf die tiefer liegenden Theile gelangen können, nicht durch die Haut eindringen? Man mache nur den Versuch, und lege seine gesunde Hand täglich durch zwey oder mehrere Stunden in ein Salzwasser, und gewiß wird in Kurzen, nach der verschiedenen Empfindlichkeit der Haut an der Hand, früher oder später ein Ausschlag an derselben bemerkt werden; ganz dieselbe Beschaffenheit hat es mit dem Badausschlage. Auch dieser ist stets die Folge des zu heftigen Reizes, oder vielmehr Eindringens der Bestandtheile des Bades in die Haut der Badenden. Nie ist derselbe daher der Gesundheit zuträglich, sondern da er eine neue Form des Uebelbefindens bildet, allezeit schädlich! Jeder Badende kann sich von der Wahrheit dieser Behauptung selbst überzeugen; — Er bade kürzere Zeit, die Gesundheit wird folgen, ohne daß ein Badausschlag erfolgt; Auch beweist schon dieß die Unwahrheit, daß der Badausschlag

der Gesundheit zuträglich sey, da ihm so viele, die da baden, und dadurch genesen, doch nicht bekommen! — Auch beobachtet man den Badausschlag nur an solchen, die eine sehr empfindliche Haut haben, oder schon zu Hautausschlägen geneigt sind. Ferners entsteht er nur immer an denen empfindlichen Theilen des Körpers, an den Schenkeln, Armen, Halse, Rücken u. da wo die Haut weniger empfindlich, als an der innern Fläche der Hand, Fußsohle, entsteht er nie. Ein Beweis, daß er nie als eine gute Wirkung des Bades anzusehen, sondern immer als Folge einer zu starken Einwirkung der Bestandtheile des Bades zu betrachten sey.

Wie zahlreich sind nicht die Beispiele, wo durch zu langes Baden, der Badausschlag entstand, welcher durch fortgesetztes Baden, und durch mancherley Mittel nicht geheilt werden kann. Ist dieß die gute Wirkung eines Heilmittels, daß eine andere Krankheit hervorbringt, die oft in Jahren nicht geheilt wird? die gute Wirkung des Bades ist die, wenn es die krankhaften Erscheinungen verschleißt, bei dem Badausschlage werden die damit behafteten von einem unerträglichen Jucken geplagt, dieses Jucken verursacht unruhigen Schlaf, ver-

lohrne Eklast, und die Gesundheit wird durch diese, auch von angesehenen Männern behauptete Meinung, als sey der Ausschlag gesund, oft noch mehr zerstört, als sie es war, bevor man das Bad zu brauchen anfing.

O! möchten doch die Menschen die hier vorgezeichnete Wahrheit annehmen, und dieß höchst schädliche Vorurtheil aufgeben!!! —

Filfte Bemerkung.

Sehr fehlerhaft ist durchgehends das Betragen der Badenden in Rücksicht der zu beobachtenden Lebensordnung. Ohne alle Rücksicht auf ihre Krankheit, wegen welcher sie das Bad gebrauchen, genießen sie alle Gattung Speisen, und Getränke, setzen sich jeder Unmäßigkeit derselben aus. Vorzüglich übertreiben es die Wohlhabenden im Genuße sogenannter Extra-Weine! Wie schädlich sind nicht den ganz Gesunden die Uebertreibung im Essen und Trinken! Wie erst den Kranken, der wegen zerrütteter Gesundheit sich der Bäder bedient. — Jedes Vergehen hierinn hat bei denen Badenden doppelt üble Folgen! Große Vorsicht sowohl in der Wahl der Speisen, und Getränke, als auch in der

Menge ist denen Badenden nicht genugsam zu empfehlen. Eben so fehlen auch sehr viele in Hinsicht der körperlichen Bewegung, sie fahren, reiten beständig, oder tanzen wohl auch wie rasend. So unumgänglich nothwendig jede Art körperlicher Bewegung, bestehe sie in Fahren, Reiten, Gehen, oder Tanzen, den Badenden auch sey, so wohlthätigen Einfluß ein mäßiger Tanz im frohen freundschaftlichen Zirkel auf dem geschwächten Kranken auch habe, — so ist doch jene bisher in denen Bädern gewöhnliche Uebertreibung hierinn höchst zu mißrathen; und zu wünschen, daß meine dieserwegen gemachte Bemerkung bald keinen Grund mehr haben möge.

Zwölfte Bemerkung.

Als ein nicht seltener Zufall findet sich bei den meisten Badenden, besonders zu Anfange der Badekur, eine Leibesverstopfung ein, sie ist die Folge der vermehrten Thätigkeit in den Gedärmen, wodurch alle flüssigen, zur Ernährung des Körpers tauglichen Theile ausgezogen, mithin die gröbern längere Zeit im Körper zurückgehalten werden. Es ist daher ein, der Herstellung der Gesundheit höchst nachtheiliges Vorurtheil, bei

nur einen Tage dauernder Leibesverstopfung sogleich ängstlich zu einem Purgiermittel seine Zuflucht zu nehmen; Ich habe schon mehrmalen gesagt, daß die warmen Bäder nur in Krankheiten nützlich sind, die auf Schwäche sich gründen. Werden wir demnach gestärkt werden, wenn alle jene Theile von Speise und Getränken, die wir zu uns nehmen, sogleich wieder ausgelehrt werden? Es ist doch sonderbar, daß die meisten Menschen über diesen Punkt so ängstlich sind — sie wollen täglich Leibes = Oefnungen haben — und vergessen, daß sie schon mehrere Tage beinahe nichts genossen haben! Möchte man sich doch bald von diesem höchst verderblichen Vorurtheile losreißen! — mir ist wenigstens bei rückkehrender Gesundheit meiner Kranken, ihre Leibesverstopfung eine höchst angenehme Erscheinung.

Ich schließe hieraus mit voller Ueberzeugung auf das wieder eingetretene Einsaugungs Geschäft in den Gedärmen, ohne welche der Wiederersatz der verlorren Kräfte nie geschehen kann. Vielfältig habe ich die Rückkehr der vorigen Krankheit mit all' ihren Zufällen, auch auf das schwächste Purgiermittel folgen sehen. — Nur dann nehme man bei Leibesverstopfungen zu gelindern

Ausleerungs-Mitteln seine Zuflucht, wenn dieserwegen wirklich Schwindel, Kopfschmerz oder Hitze entstehen sollte. Ein einfaches Klystir, wird aber in solchen Fällen meistens hinreichend, und selten ein anderes Mittel erforderlich seyn.

Dreizehnte Bemerkung.

Eben so ein gefährliches Vorurtheil ist die Meinung, daß das bei den Badenden öfters eintretende Abweichen, ihrer Gesundheit sehr zuträglich sey. Jene, die Uebermaß an Kräften besitzen, werden und dürfen sich der warmen Bäder nicht bedienen. Schwächlichen hingegen, kann denenselben eine Ausleerung zuträglich seyn, die ihnen alle Stoffe wieder entführt, von welchen sie ihre Kräfte hätten erhalten sollen? Sollte es wohl noch lange Zeit brauchen, um sich von diesem verderblichen Vorurtheile loszureißen? Ich will es wenigstens nicht hoffen.

Vierzehnte Bemerkung.

Die Schlaflosigkeit ist kein seltner Zufall, welcher sich bei denen Badenden findet. Sowohl die Stärkern, als Schwächlichen leiden Mangel am Schläfe, und die

dagegen gebrauchten Mittel sind gewöhnlich fehlerhaft, und müssen es seyn, da die Badenden die Ursache vom Ausbleiben des Schlafes nicht kennen. Die Stärkeren werden durch den Gebrauch der warmen Bäder mehr erregt, sie trinken dann, um sich Schlaf zu verschaffen, Abends ein Glas Wein, oder wohl auch Punsch mehr, da sie sich durch diese geistige Mittel noch mehr reizen, so wird die nächtliche Unruhe und der Mangel an Schläfe noch größer, — eine kürzere Zeit im Bad sich aufhalten, weniger Wein, kaltes Wasser, Limonade, ein gelindes Purgiermittel, oder im äußersten Falle, eine kleine Aderlaße, wird den Schlaf bei diesen sicherlich herbeiführen, indeß bei denen Schwächlichen durch Enthaltbarkeit von Wein, Punsch, der Schlaf nicht herbeigeführt werden wird. Was die Ersteren gänzlich vermeiden müssen, müssen die Letzteren vorsichtig genießen, und Beide werden bald durch einen sanften erquickenden Schlaf für ihr Benehmen belohnt werden.

Fünfzehnte Bemerkung.

Nicht minder fehlerhaft ist das Benehmen der meisten Frauenzimmer bei Eintritte ihrer monatlichen Reinigung, während der

Badezeit. Sie setzen sogleich den Gebrauch der Bäder aus, und fehlen, da dies unbedingt geschieht, sicherlich. Gesunde Frauen, deren Reinigung ordentlich eintritt, weder in zu großer, noch zu kleiner Menge abgeht, bedürfen keiner warmen Bäder. Bei jenen hingegen, die an fehlerhafter Reinigung leiden, — bestehe selbe in einem zu großen, oder zu kleinen Abgange des Geblüts, liegt immer Schwäche zum Grunde. Nur äußerst seltne Ausnahmen giebt es; Es ist daher ein höchst falscher Grundsatz, den die meisten Frauenzimmer haben, denen die Reinigung so häufig, und durch mehrere Tage abgeht, daß sie glauben, sie hätten zu viel Blut. — Man betrachte nur ihr blaßes abgezehrttes Aussehen, ihre verlorne Ekstase, Schwäche, und man wird an einen Ueberfluß des Geblüts gewiß nicht mehr glauben. Wenn nun diese Frauen die Bäder brauchen, so werden dadurch ihre Gefäße der Gebärmutter gestärkt, der Blutverlust wird sich mindern, da die Gefäße wegen zugenommener Stärke nicht mehr so viel Blut durchlassen. In jenen Fällen hingegen, wo der Abgang der Reinigung zu gering, wird durch den Gebrauch der Bäder der ganze Körper gestärkt, die Verdauung nimmt zu, der Körper wird besser ernährt, es erzeugt sich mehr Blut,

und so strömt es endlich in größerer Menge beim Eintritte der monatlichen Reinigung hervor. Ist demnach die der fehlerhafter Reinigung zum Grunde liegende Schwäche noch nicht vollkommen geheilt, so setze man den Gebrauch der Bäder fort, und lasse sich durch das Eintreten der monatlichen Reinigung nicht abhalten; — Nur dann können sie den Gebrauch der Bäder aussetzen, wenn der Abgang allzu heftig wäre. In solchen Fällen wird durch den Blutverlust die Schwäche oft so sehr vermehrt, daß sie die warmen Bäder nicht vertragen. In unbedeutenderen Fällen hingegen kann das Bad sicher, und zwar mit dem besten Erfolge fortgesetzt werden.

Sechzehnte Bemerkung.

Am Ende des Gebrauches der Bäder nehmen fast die meisten Badenden, wie zu Anfange ein Purgiermittel ein, in ihrer Meinung, jenen Unrath, der durch das Bad in Ihnen aufgelöst worden seye, vollends auszuführen; vorzüglich thun sie das, wenn der sogenannte Badausschlag noch nicht verschwunden ist. Daß jene Krankheiten, zu deren Heilung man den Gebrauch der warmen Bäder benöthigt, keine Purgiermittel

vertragen, habe ich schon in meiner ersten Bemerkung gezeigt, so, wie ich auch gezeigt habe, daß der Badansschlag nur eine durch zu langes Baden erzeugte Krankheit der Haut sey, welche durch Purgiermittel nie geheilt werden könne. Eben so wenig geschieht eine Auflösung im Innern, das durch Purgieren weggeschafft werden müßte. Wenn die Purgiermittel je einen Nutzen nach dem Gebrauch der Bäder geleistet haben, so ist es gewiß in jenen Fällen geschehen, wo die Badenden, durch Uebermaß im Essen sich eine Unverdaulichkeit zugezogen haben; wo sodann diese unverdauten Körper mit gutem Erfolge durch ein Purgiermittel ausgeleert worden sind, in allen übrigen Fällen, ist dieß ein höchst schädliches Vorurtheil. Es führt fast immer jene Krankheit, zu deren Heilung der Gebrauch der Bäder unternommen wurde, mit allen ihren schrecklichen Folgen wieder zurück, eine unzählbare Anzahl von Beobachtungen bestättiget diese Behauptung.

Wer wird demnach nicht gerne jenen Weg verlassen! auf welchem ihm sein höchstes Gut, seine Gesundheit, die ihm erst zu Theil geworden, wieder geraubt werden solle? Ich glaube, Jedermann. — Wenigstens ist es mein sehnlichster Wunsch!!!

