

Denn ob sie gleich langsam wirken, so wirken sie doch ohne Gefahr, und schaden daher niemanden.

Vom Baden.

§. 79.

So vortheilhaft die Meinberger Bäder der menschlichen Gesundheit sind, und so vortrefliche Wirkungen dieselben in Heilung der Ausschläge, in Vertreibung der Gliederschmerzen, in Erweichung harter Geschwülste, steifer Nerven und contracter Glieder bisher geleistet haben, so schädlich können sie auch werden, wenn man sie ohne vorhergegangne Prüfung und ohne ausdrücklichen Anrath des Arztes gebrauchen wolte. Auch hier gilt alles, was ich im 67 §. angezeigt habe. Der Arzt sucht gewisse Absichten durch das Baden zu erfüllen, und nach diesen Absichten richtet er die Temperatur des Wassers ein. Nicht allen Menschen ist einerlei Wärme dienlich, und nicht alle können einerlei Wärme vertragen. Es würde z. E. lächerlich seyn, wenn man einen magern ausgetrockneten Menschen kalt baden lassen wolte, um ihn noch trofner und straffer zu machen oder wenn man einen

einen Körper, der ohnedem schon schlaffe und weiche Fleischarte hätte, durch den Gebrauch des warmen Wassers noch mehr erschlaffen und erweichen wolte. Es ist also nicht genug, daß man badet, sondern es kommt hauptsächlich darauf an, wie man badet: und dieses kan freilich von niemand anders als von dem Arzt bestimmt werden, wil anders der Patient von seinen Bädern Vortheil erhalten. ¶

S. 80.

Ehe eine Badecur angefangen wird, so mus der Arzt vorher wohl überlegen, ob der Zustand seines Patienten so beschaffen ist, daß er ohne Nachtheil seiner übrigen Gesundheit dieselben vertragen könne oder nicht. Ist er mit dieser Bestimmung fertig, so mus er die Zufälle, die sich während der Badezeit efinden können, der Beurtheilung desjenigen Arztes überlassen, der sich bei dem Bade selbst aufzuhalten pflegt, und der die sich zutragenden Zufälle ohne Zeitverlust erfahren kan: denn einige sind heilsame Folgen, einige erfordern eine Abweichung in der Cur, und einige sind so gar so beschaffen, daß sie die Fortsetzung der Bäder verbieten.

§. 81.

Viele, die sich des Meinberger Wassers zum Baden bedienen, bekommen einen Ausschlag, der dem Friesel ähnlich sieht, juckt und zuweilen ungemächlich werden kan. Diejenigen, die mit diesem Ausschlag behaftet werden, befinden sich gemeiniglich leicht und wohl darnach. Er hat übrigens nichts zu bedeuten, wenn er nicht plötzlich verkältet wird: denn jede schleunige Verkältung schadet, wenn auch gleich kein Ausschlag bemerkt werden könnte. Er rührt von einer Schärfe her, die durch die eröffneten Schweislöcher durchdringt und die Haut wund beißt. Das beste Mittel dagegen ist das Baden selbst, wenn er nicht alzu stark ist: und selten ist's nöthig, daß das Baden deswegen eingestellt wird.

§. 82.

Die beste Zeit, die zum Baden angewandt werden kan, ist die Morgen- und die späte Nachmittagszeit, wenn die Verdauung gänzlich vollendet ist. Wie oft man aber die Bäder wiederholen solle, ob man täglich einmal oder zweimal, ob man einen Tag um den andern oder alle drei Tage

das

das Bad gebrauchen müsse, dieses alles mißt der Arzt nach den Kräften des Patienten und nach der Größe der Krankheit selbst ab. Am vernünftigsten ist es, wenn man die Kranken ohne Bestimmung einer gewissen Anzahl Bäder so lange fortbaden läßt, bis sie wieder hergestellt sind, wenigstens bis sie eine merkliche Abnahme ihrer Krankheit verspürt haben. Diejenigen aber, die keine wirkliche Patienten sind, die nur zu ihrer Erhaltung und Erholung die Bäder gebrauchen, diese können so oft baden, so oft sie von der Lust zu baden angetrieben werden. Wie lange man aber eigentlich im Bade sitzen müsse, dieses ist eine Frage, welche sich schwerlich beantworten läßt; denn einige können lange im Bade verweilen, einige hingegen nicht lange. Das beste ist, daß man sich allmählig daran gewöhnt, so kan man es nach und nach immer länger vertragen. Ein alzu kurzes Bad hilft wenig. Die gewöhnlichste Zeit ist eine Stunde.

§. 83.

Das Badewasser selbst, wenn es sol genutzt werden, mus anfänglich nur temperirt seyn, wel-

R 3

ches

ches der Badenbe alsdenn nach seinem eignen Gefallen und Gefühl selbst wärmer zu machen im Stande ist. Ein alzu heißes Wasser ist unerträglich, macht sogleich Beängstigungen, und zieht, indem es das Blut alzu stark ausdehnt, allerhand Folgen nach sich, die unangenehm sind und gefährlich werden können. Es giebt einige Subjekte, die eine besondere Temperatur des Wassers nöthig haben, und alsdenn bedient man sich der Thermometer, weil man sich auf den Sin des Gefühls nicht verlassen kan. Einige müssen ganz kalt baden. So vortheilhaft aber die kalten Bäder gegen einige Gebrechen der menschlichen Gesundheit sind, so dürfen sie doch nicht von jederman ohne ausdrücklichen Anrath des Arztes gebraucht werden, denn der Gebrauch der kalten Bäder, ohne die nöthige Vorsicht, bewirkt den Schwindel, und einigemal habe ich angemerkt, daß auf den unvorsichtigen Gebrauch derselben ein heftiges und anhaltendes Purgieren erfolgt ist, S. 102. n. 4.

S. 84.

Schwächliche und zärtliche Personen empfinden bei dem Baden zuweilen eine Uebelkeit und

Ma.

Magenschmerzen bis zu Ohnmachten. Diesen Personen, die zu diesen Zufällen geneigt sind, mus man im Bade eine Tasse Thee oder einen Schluf Wein zur Stärkung erlauben. Außer diesen Zufällen aber ist das Theetrinken unnöthig, und das gewöhnliche Wein- und warm Biertrinken, wodurch die Schweiß gleichsam erzwungen werden, höchst schädlich. Eine um den Magen festgebundene Serviette verhindert erst angeführte Zufälle oft mehr, als der Genus aller erwähnten Getränke. Von der zurückgebliebenen Oefnung können auch Beängstigungen und Ohnmachten entstehen. Das beste Mittel aber hingegen ist, daß man das Baden so lange aufschiebt, bis die Oefnung erfolgt ist.

§. 85.

In dem Bade selbst mus eigentlich der Leib von allen Kleidungsstücken entblößt seyn, außer der Kopf, welcher leicht bedekt und dabei kühl gehalten werden mus. Wil aber ja jemand ein Badehemd anziehen, so ist der Flanel dem Leinwand vorzuziehen. Man mus sich übrigens vor dem Zugang der kalten Lust hüten, und in diesem Zu-

stand mus der Badende so lange verweilen, so lange es der Arzt für gut findet, oder so lange es die Beschaffenheit des Patienten ertragen kan. Nach geendigtem Bad zieht der Gebadete ein trocknes und warmgemachtes Hemd an, und eilet ins Bett, in welchen er sich ausruht, wenn er keine Ausdünstung abzuwarten nöthig hat. Hierauf zieht er sich wieder an, und vermeidet die kalte Luft sowol wie die Erhitzung. Vielen ist so gar das Liegen im Bette nach dem Bade schädlich. Vid. Tilling Pr. de eorum, qui aquis mineralibus utuntur, diaeta p. 33. Vielen lasse ich während der Zeit, daß sie im Bade sitzen, eine kalte Servietten auf den Kopf legen, oder wol gar eiskaltes Mineralwasser auf den Kopf laufen. Bäder nach dem 96 Grad des Fahrenheitschen Thermometers in Verbindung des eiskalten Wassers auf den Kopf, ist eins der vortreflichsten Mittel gegen langwierige Kopfschmerzen und Schwindel.