

Die Moorbäder

kannten schon die alten Römer, wie dies aus Stellen im Plinius, sowie aus den Schriften des Galen und Paul von Aegina deutlich hervorzugehen scheint. Später, zu Anfang unseres Jahrhunderts, waren den Aerzten die Indikationen für den Gebrauch der Moorbäder und die durch sie herbeigeführten Heilresultate schon recht gut bekannt, aber erst der neuesten Zeit ist es vorbehalten geblieben, durch genaue Untersuchungen die physiologischen Wirkungen der Moorbäder uns besser kennen gelehrt und auf die grosse Bedeutung derselben unter den verschiedenen Bädersorten hingewiesen zu haben. Und dass diese Bedeutung ärztlicherseits jetzt auch allgemein anerkannt wird, das beweisen die alten Moorbadeorte durch die bedeutende Zunahme der in der Saison abgegebenen Bäder, weiter die vielen Badeorte, die, ohne selbst Moor zu besitzen, diesen weit herkommen lassen und Badeeinrichtungen für Moorbäder treffen, dafür zeugen endlich die vielen neu entstandenen Moorbadeorte in unserem deutschen Vaterlande.

Von den jetzt vielfach angepriesenen künstlichen Moorbädern (Mattoni), die zu Hause hergestellt werden können, kann nur dann eine Wirkung erwartet werden, wenn denselben noch das nöthige Quantum passender Erde zugesetzt wird. Geschieht dies nicht, so fehlt ihnen eben das, den natürlichen Moorbädern eigene, mechanische Wirkungsmoment, und sie sind ohne dieses dann in ihrer Wirkung auf den Organismus nur dem einfachen Wasserbade gleich.

Was versteht man nun unter

Moor, richtiger unter **Mineralmoor?**

Woraus besteht derselbe?

Wir haben diese Frage zur Beantwortung vorangestellt, weil es uns bekannt ist, dass bei Aerzten noch vielfach eine gewisse Unkenntniss darüber herrscht. Mineralmoor ist also eine aus verwitterten Bestandtheilen bestehende Torferde, welche lange Zeit hindurch mit einem Mineralwasser durchtränkt worden, in Folge dessen sich besondere chemische Verbindungen in ihr vollzogen haben. Der Verwitterungsprozess ist eben für die Bildung, die Brauchbarkeit und den Werth des Moors von der grössten Bedeutung, weil durch denselben ein grosser Bruchtheil der sonst unlöslichen Substanzen in lösliche übergeführt und die Entwicklung organischer Säuren herbeigeführt wird. Im Moor befinden sich nun ausser vegetabilischen Stoffen noch folgende Bestandtheile: Kiesel- und Thonerde, Schwefeleisen, phosphorsaures Eisenoxyd, Kochsalz, schwefelsaure Salze, Kohlensäure, Schwefelwasserstoff, Ameisen-, Essig- und Bernsteinsäure u. A. m.

Ist nun ein Mineralmoor durch das durchtränkende Mineralwasser und durch die daraus hervorgegangenen chemischen Verbindungen reich an schwefelsauren Alkalien und Erden, so nennen wir ihn einen salinischen Moor, enthält er aber viel schwefelsaures Eisenoxydul, so haben wir den Eisenmoor und bei reichem Gehalt an Schwefel und Schwefelwasserstoff den Schwefelmoor.

Die hier gemachte Unterscheidung hat indess für uns nur ein rein theoretisches Interesse. Und darin

befinden wir uns im Gegensatze zu anderen Autoren, weil wir behaupten, dass die Wirkung der drei genannten Moorarten, bezw. der Moorbäder, auf den Organismus die gleiche, nicht etwa durch Vorherrschen von Salz, Eisen oder Schwefel im Moor eine hierdurch verschiedene ist. Desshalb ist es unserer Ansicht nach auch vollständig irrelevant, ob ein salinisches, ein Eisen- oder ein Schwefelmoorbad in Anwendung kommt. Die Hauptsache ist, dass ein Kranker, dessen Leiden den Gebrauch eines Moorbades fordert, einem solchen, gleichviel welchem, so rasch als möglich überwiesen wird. Die Nähe eines Moorbades mag hier allein den Ausschlag geben. Sind doch auch die Indikationen für den Gebrauch der Moorbäder, ob nun salz-, schwefel- oder eisenhaltig, die gleichen.

Es ist bekannt und erwiesen, dass eine Resorption der im Bademedium aufgelösten Salze von der unverletzten Haut aus nicht stattfindet. Die Mächtigkeit und Trockenheit, sowie der Fettgehalt der Epidermis bilden das Haupthinderniss. Dazu kommt, dass auch in den tieferen Epithellagen Fett sich findet, und die äusserst engen Einstülpungen der Haut ein weiteres Hinderniss für die Aufsaugung bilden. Wenn trotzdem von interessirter badeärztlicher Seite vielfach das Gegentheil behauptet wird, so ist dies bei der Art und Weise, wie für Bäder »gemacht« wird, sehr leicht begreiflich, aber nicht verzeihlich. So kommt z. B. bei den kohlensauren Eisenbädern nicht die Wirkung des Eisens zur Geltung, sondern einzig und allein die der Kohlensäure auf das Hautorgan, bezw. den Organismus in Betracht. Die schwefelsauren Eisenbäder haben anderseits nur eine adstringirende Wirkung auf

das Hautorgan, die Haut gleichsam gerbend, und möglicherweise eine die Schweisssekretion beschränkende. Auch dass die Eisenmoorbäder auf die Schleimhaut der Vagina bei Fluor albus adstringierend und austrocknend zu wirken vermögen, ist nicht anzuzweifeln, doch ist, um dies herbeizuführen, die Anwendung eines Badespekulums erforderlich. Gegen eine solche haben sich aber, und nach unserer Ansicht mit Recht, autoritative Stimmen erhoben, weil seine Einführung eine Unsitte im Gefolge haben kann, die physisch wie moralisch nur von dem grössten Nachtheile für den Organismus sein wird. Aber wenn schliesslich von einer »nutritiven und neoplastischen (sic.) Einwirkung des schwefelsauren Eisens in den Eisenmoorbädern geschrieben wird, und dass das Gewebe der Haut und ihrer eingebetteten Organe dadurch kräftig genährt und deren plastische (!?) Thätigkeit gesteigert werden soll«, so sind solche Worte eitel Phrasen.

Trotz alledem wird aber, natürlich von gewissen Seiten, die Wirkung des Eisens im Moor auf den Organismus ganz besonders urgirt, als ob gleichsam eine interne Eisenwirkung stattfände. Und doch muss und kann die etwa constatirte günstige Beeinflussung auf das Befinden des Kranken in einem solchen Badeorte nur der körperlichen und geistigen Ruhe, der guten Ernährung und dem stäten Frischluftkneipen allein zugeschrieben werden. Durch diese Faktoren wird der Stoffwechsel des Organismus kräftig angeregt, die Blutbildung verbessert und vermehrt, und durch stärkere Nahrungsaufnahme und bessere Ausnutzung derselben eine Gesundung des Blut- und

Nervenlebens, mithin eine Kräftigung des ganzen Organismus naturgemäss herbeigeführt. Und diese Wirkungen schreiben dann einige Autoren dem Eisen im Moore zu! Eine wahrhaft naive Anschauung! So fällt denn auch die Behauptung, dass die Eisenmoorbäder therapeutisch die erste Stelle unter den Moorbädern einnehmen, in Nichts zusammen. Es ist nur die bekannte oratio pro domo! Viel eher könnte man schon dem Schwefel im Moor eine Wirkung auf den Organismus zuschreiben, da wir wissen, dass derselbe die äussere Haut kräftig reizt, und dass der Schwefelwasserstoff, von Haut und Lungen aufgenommen, eine den Stoffwechsel speziell anregende Beeinflussung ausübt.

Der Name »Moorbad« und »Schlammbad« wird noch vielfach und auch von Aerzten unterschiedlos gebraucht. Und doch welch' grosser Unterschied! Der Mineralschlamm ist eine Masse, die sich bei gewissen Quellen, besonders starken Soolen und Schwefelquellen, und auch an Meeresküsten, absetzt, bzw. niederschlägt, und enthält demgemäss die Bestandtheile dieser. Mechanisch und ganz minimal beigemennt sind verwitterte Theile von Gesteinen und Erden aus der Nachbarschaft, sowie zersetzte pflanzliche und thierische Reste. Die Wirkung der Schlamm-bäder ist daher nur die thermische eines jeden Bades, eine mechanische ist nicht vorhanden, und die chemische beruht bei den Schwefelschlamm-bädern nur im Schwefel. Aber alle drei Wirkungsweisen vereinigen in sich eben die **Moorbäder**.

Ein Uebergang zwischen Moor- und Schlamm-bädern existirt nun freilich und zwar an solchen Plätzen, wo

der Schlammverbrauch zu gross ist, als dass er durch den Quellschlag allein gedeckt werden könnte. Hier hilft man sich dann durch den Zusatz von mit Mineralwasser getränktem, durch Gehalt an verwesten Vegetabilien moorähnlichem Boden zum Bade.

Die Wirkungsweise der Moorbäder.

Diese beruht auf den physikalischen und chemischen Eigenschaften des Moors bei seiner Anwendung als Bademittel. Die physikalische Wirkungsweise theilt sich in eine thermische und eine mechanische, und aus der Vereinigung dieser beiden mit der chemischen in **einem** Bade geht wohl für einen Jeden zur Evidenz hervor, welch' hoher therapeutischer Werth den Moorbädern beigemessen werden muss. Die erste und zunächst liegende Eigenschaft aller Bäder ist ja die thermische. Die Temperatur eines Bades, ob kalt oder warm, wirkt in ausgesprochener Weise als ein kräftiger Reiz auf unsern Körper, der von den Hautnerven weitergeleitet, den Anstoss zu lebhafteren Molekularbewegungen in den Zellen und Organen desselben und dadurch zur Belebung des Stoffwechsels giebt. Aber eine wesentliche Differenz besteht indess in dem thermischen, hier in Betracht kommenden Verhalten zwischen Moor- und anderen Bädern, und sie betrifft das Wärmeleitungsvermögen. Der Moorbrei ist nämlich ein sehr schlechter Wärmeleiter, er hält aber länger die ihm einmal gegebene Wärme, d. h. er nimmt weniger leicht Wärme auf, giebt sie aber auch weniger leicht ab als Wasser.

Hierdurch und durch den geringeren Wärmereiz der Moorbäder auf die Hautnerven, als ihn gleichwarme Wasserbäder ausüben, ist es möglich, nicht nur höhere Wärmegrade, $+ 37-42^{\circ} \text{C}$, auf den Badenden einwirken zu lassen, sondern ihm auch einen längeren Aufenthalt bis zu einer vollen Stunde im Moorbade zu gestatten. So tritt ersichtlich eine Erschlaffung der Gewebe der Haut (kataplastische Wirkung der Moorbäder), dann eine stärkere Füllung ihrer Capillaren, Steigerung der äusseren Körperwärme, während die innere sinkt, eine vermehrte Herzaktion und eine Beschleunigung der Respiration ein. Die Hyperämie in den peripherischen Gebilden vermag nun den Stoffwechsel, bezw. eine Resorption, kräftig zu fördern, und die starke Erregung der sensibelen Nerven ist im Stande, durch Reflexwirkung auch die etwa gesunkene Energie des Nervensystems zu heben (tonisirende Wirkung).

Jene höheren Temperaturgrade des Moorbades und die längere Dauer seiner Anwendung bewirken zugleich eine kräftige Diaphorese. Diese schweiss-treibende Wirkung des Moorbades tritt nun freilich nicht immer beim ersten, sicherlich aber beim zweiten oder dritten Bade ein, und ist dann der Schweiss immer ein reichlicher, meistens im Bade selbst schon, sicher aber nach demselben im Bett. Ob nun die Krankheitsursache der rheumatischen Affektionen in Schizomyceten oder anderen deletären Stoffen zu suchen ist, die durch das Hervorquellen des Schweisses auf die äusseren Bedeckungen ausgeschieden werden, mag dahin gestellt bleiben. Vorläufig ist der Mikrobe der Polyarthrits nicht gefunden. Möglich auch, dass

durch den Schweiss ein rein mechanisches Moment ausgelöst wird, nämlich eine Entlastung der Gewebe, und dadurch eine freiere und energischere Blutcirculation in denselben, wodurch ebenfalls eine leichtere Ausscheidung der fraglichen *Materia peccans rheumatica* erfolgen könnte. Sicher ist ja, dass die antirheumatischen Mittel, wie Salicylsäure, salicylsaures Natron, Antipyrin und Salipyrin, sowie Phenacetin durch Herbeiführung eines starken Schweisses bei rheumatischen Krankheitsprozessen allein wirksam sind, und dass starkes Schwitzen überhaupt, sei es durch Arzneimittel oder Bäder hervorgerufen, auf die Resorption flüssiger und halbflüssiger Ausschwitzungen von der eklatantesten Wirkung ist.

Nach den oben aufgestellten Wirkungen der Moorbäder ist es auch klar, dass laue oder gar kühle Bäder dieser Art und solche von sehr kurzer Dauer nicht nur nichts nützen, wohl aber Schaden stiften können.

Da die einzelnen Moorschichten verschieden rasch erkalten, besonders an der Oberfläche und der Umgebung des Badenden, so ist dieser gleichsam gezwungen, zur Ausgleichung der Temperaturdifferenzen aktive Bewegungen in dem Bademedium vorzunehmen, um hierdurch die Differenzen in demselben auszugleichen. Diese Bewegungen erfordern aber eine bedeutendere Anstrengung des Körpers als gleiche im einfachen Wasserbade, und dies führt uns zur zweiten Art der physikalischen Wirkungsweise der Moorbäder, nämlich zu der mechanischen.

Eine solche hat ihre Begründung in den anorganischen Bestandtheilen und in der Consistenz des

Bademediums, des Moorbreis. Der mehr passiven Friktion des Körpers im Bade durch jene Bestandtheile des mehr oder weniger consistenten Badebreis können wir freilich ein aktives Moment hinzufügen, und zwar dadurch, dass wir den Badenden anhalten, seine kranken Theile mit dem Moorbrei tüchtig zu reiben, gleichsam mit ihm zu massiren. Hierzu ist es aber nothwendig, dass dem Kranken vom Arzte genau angegeben wird, wie, d. h. woher und wohin er das Reiben und Streichen führen soll. Dann aber hat dies Verfahren ganz vorzügliche Erfolge bei Resorptionsvorgängen zu verzeichnen.

Die Druckwirkung des Moorbreis auf den Körper lässt sich natürlich durch die grössere oder geringere Dichtigkeit des Bademediums leicht modificiren. Je dichter, desto stärker, je dünner, desto schwächer ist jene Wirkung. Sie macht sich in den ersten Augenblicken bei dem Badenden durch ein lästiges Gefühl von Oppression auf der Brust, von Athembeschwerden, geltend. Ob der Druck der Bademasse auf den nachgiebigen Unterleib und dadurch herbeigeführtes Aufwärtsdrängen des Zwerchfells oder durch veränderte Blutcirculation herbeigeführt wird, ist unserer Ansicht nach irrelevant. Jedenfalls ist aber bei Neigung zu Gehirncongestionen grosse Vorsicht geboten. Uebrigens verschwindet jenes Gefühl der Oppression recht bald, wenn Bewegungen im Bade sofort vorgenommen werden. Ob aber die Druckwirkung allein durch Pression des Blutes aus den äusseren Bedeckungen eine pathologische Anschwellung zu beseitigen vermag, wie angenommen wird, möchten wir doch sehr bezweifeln.

Die chemische Wirkung des Moors ist nur in den flüchtigen, gasförmigen Substanzen desselben zu suchen. Sichergestellt ist die Aufnahme des Schwefelwasserstoffgases von der Haut und den Lungen aus, wodurch eine Einwirkung auf den gesammten Stoffwechsel und eine vermehrte Ausscheidung von Harnsäure und Harnstoff erfolgt. Die Resorptionsfähigkeit der Haut für das Gas ist durch die stattgehabte, grössere Wärmeeinwirkung und die längere Dauer des Bades zugleich eine erhöhte. Aber auch die Kohlensäure, Ameisensäure und die anderen flüchtigen Säuren sind an der chemischen Wirkung des Moors auf den Organismus betheiligt. Sie reizen die peripheren Nervenendigungen und congestioniren die Hautcapillaren (hautreizende Wirkung). Von einer antimykotischen Wirkung der Moorbäder kann wohl absolut nicht die Rede sein trotz Franzensbad und anderen Eisenmoorbädern.

Die Moorbäder verdienen mithin nach den eben geschilderten Wirkungen ganz besonders dort angewandt zu werden, wo es sich in einem Krankheitsfalle darum handelt, einen erregenden Reiz auf das Haut- und Nervensystem auszuüben, eine grössere und länger dauernde Wärme auf den Körper einwirken zu lassen und das ganze Circulationssystem zu vermehrter Thätigkeit anzuregen. Dass durch diese drei Momente der Stoffwechsel im Körper stark gefördert, die Ausscheidungen vermehrt und hierdurch eine Resorption von Exsudaten in weiterer Folge sicher eingeleitet und durchgeführt wird, das bedarf wohl keiner weiteren Ausführung.

Indikation für den Gebrauch der Moorbäder.

Im Allgemeinen seien hier folgende Punkte zuerst betont. Handelt es sich um eine Hebung der Ernährung, um Anregung des Stoffwechsels, um Belebung der Blutbildung, um Höherstimmung des gedrückten Nervensystems, wird die erregende, reizende Wirkung der Moorbäder in mässigerem Grade gewünscht, so ist ein Moorbad von mittlerer Consistenz, indifferenter Badewärme ($35-37^{\circ}\text{C.}$), von 10—12 Minuten Dauer, jeden 3. oder 4. Tag, genommen, dazwischen etwa in Meinberg kohlensaure Salzbäder, indicirt. 10 Moorbäder dürften so genügen.

Stehen aber Erkrankungen in Frage, bei denen eine stärkere Anregung geboten ist, wo insbesondere eine adstringirende, tonisirende Wirkung der Moorbäder zur Geltung kommen soll, wie dies bei Catarsen der weiblichen Sexualorgane, bei Erschlaffung der Schleimhäute und Bänder gewünscht wird, so sind consistentere (mitteldick bis dick) Moorbäder bei indifferenter Badewärme, aber längerer Dauer (bis 20 Minuten), alle 2 Tage, neben den kohlensauren Salz- und Salzschwefelbädern, in Meinberg indicirt. 12 bis 15 Bäder mögen hier genügen.

Handelt es sich aber endlich um chronische, entzündliche Prozesse, um Ablagerungen, um Exsudate, welche durch andere Mittel schwer zu beeinflussen sind, so sind dicke, warme (bis $40-42^{\circ}\text{C.}$), länger dauernde, häufiger auf einander folgende Moorbäder indicirt. 18—20 Moorbäder sind genügend (Steinschneider).

Speziell sind Moorbäder angezeigt: 1) bei der Scrofulose in ihrer torpiden Form, welche sich durch gedunsenes Aussehen, aufgetriebenen Leib, chronische indolente Lymphdrüsenanschwellungen u. s. w. charakterisirt. Durch lebhaftere Anregung des Stoffwechsels ist nicht nur eine Besserung des Allgemeinzustandes des Kranken zu erwarten, sondern auch eine völlige Rückbildung der Drüsenpackete möglich. — Ebenso bei der Chlorose, Anämie und Anomalien der Menstruation, auch bei dem hieraus resultirenden Fluor albus. Die Beförderung der Hautthätigkeit, Anregung des Appetits, der besseren Blutbildung und einer guten Verdauung nebst einer Beruhigung der meist grossen, nervösen Reizbarkeit solcher Patientinnen sind hier die Wirkung der Moorbäder.

2) Bei den verschiedenartigsten Neuralgieen, besonders wenn ihnen Rheuma, Gicht oder ein Sexualleiden zu Grunde liegen. Ischias wird durch Moorbäder stets beseitigt, wenn ihrem Ent- und Bestehen nicht etwa Exostosen oder eine Geschwulstbildung zu Grunde liegen.

3) Bei Lähmungen, wenn dieselben auf chronisch-entzündlichen Zuständen in den Nerven oder auf Druck von Exsudaten beruhen, wie sie nach heftigen Erkältungen, schweren Entbindungen und puerperalen Erkrankungen häufig beobachtet werden.

Braun empfiehlt auch die Moorbäder bei der hysterischen Spinalirritation und der Tabes dolorosa, aber auch Lähmungen mit central begründeten Contrakturen, wie sie nach Myelitis, Wirbelcaries, syphilitischen Erkrankungen, Meningitis basilaris beobachtet werden, weist derselbe den Moorbädern zu.

Ebenso passen für sie die Lähmungen nach Diphtherie, Typhus u. s. w.

4) Bei chronischem Rheumatismus, sowohl der Muskeln wie der Gelenke, bei Gelenkschwellungen nach Rheuma wie nach einem Treuma, bei Schmerzhaftigkeit von Narben und bei Knochenschmerzen nach Schussfrakturen; ebenso bei der Arthritis deformans, Contrakturen und Anchylosen.

5) Bei der Gicht mit ihren Ausschwitzungen, wenn letztere noch nicht verkalkt sind. Hier wie bei 4 sind ausser den Vollbädern Moorkataplasmen mit dem ausgezeichnetsten Erfolge in Anwendung zu bringen.

6) Bei den verschiedenen Sexualerkrankungen des weiblichen Geschlechts, wie bei peri- und parametritischen Exsudaten, bei chronischer Oophoritis, Metritis und Endometritis. Ferner bei Blutungen aus dem normal grossen Uterus, wenn sie auf Stauungen in der Nachbarschaft dieses Organs beruhen, sodann bei adhäsiven Prozessen um Tuben und Ovarien, bei Retroflexio uteri fixata, und endlich bei Leukorrhoe, die auf Anämie oder Chlorose bei einem torpid-skrophulösen Individuum beruht. Ebenso werden Exsudatreste nach Venen- und Lymphgefässentzündung günstig beeinflusst.

7) Bei exsudativen Prozessen im Bereiche des Magen-Darmcanals, peritonitischen Verklebungen, Adhäsionen u. s. w. (Boas), Kisch rühmt die Anwendung von Moorkataplasmen bei Magen-neurosen mit erhöhter Sensibilität.

8) Bei der Prostata-Hypertrophie und bei der Impotentia virilis, wenn letztere auf Spermatorrhoe

oder geschlechtlichen Ausschweifungen zurück zu führen ist.

9) Bei Leber- und Milzschwellungen nach Intermittens, oder wenn sie auf Hyperämie und auf Fettreichthum beruhen.

10) Bei verschiedenen chronischen Hautaffektionen, bei Ekzerm, Pityriasis, Psoriasis, leichteren Graden von Ichthyosis und chronischen Hautgeschwüren.

Contraindicirt

sind die Moorbäder bei allen akuten Entzündungen, Neigung zu Congestionen nach edleren Organen, Herzkrankheiten, apoplektischen Lähmungen, Arteriosklerose, Tuberkulose und bei stärkerer Unterleibs-Plethora. Gravidität und Menstruation geben nur in bedingter Weise eine Contra-Indikation für den Gebrauch der Moorbäder ab.

Anwendungsarten, Dauer, Zahl und Badezeit bei den Moorbädern.

Das Moorbad wird als allgemeines und lokales Bad in Anwendung gezogen. Zu letzterem gehören die Sitz-, Hand- und Fussbäder. Auch die „Moor-kataplasmen“ haben sich mit folgender Massage bei den mehr starren, rheumatischen Muskel- und Gelenkexsudaten vortrefflich bewährt, ebenso bei Magen-
neurosen mit erhöhter Sensibilität (Kisch).

Was die Dauer und den Wärmegrad des Moorbades anbetrifft, so kann erstere von 10 Minuten bis zu $\frac{3}{4}$ Stunden, ja bis zu einer ganzen Stunde, währen, letzterer von 35^0 C. bis zu 42^0 C. reichen. Indess ist die Bestimmung darüber dem Badearzt zu überlassen, welcher in jedem einzelnen Falle die Art, Schwere und Chronicität der Erkrankung, sowie die grössere oder geringere Widerstandsfähigkeit des Patienten dabei berücksichtigen wird. Hier heisst es: »Individualisiren«.

Auch die Anzahl der Moorbäder unterliegt der Bestimmung des Arztes. Oft sind 5 Bäder ausreichend zur Besserung, häufiger aber erst 10 bis 20, ja selbst 30 Bäder. In letzterem Falle ist es indess geboten, die Kur in zwei Perioden zu gebrauchen, zwischen denen eine etwa vierwöchentliche Ruhepause liegt. Ueberhaupt ist es rationell, eine solche für einen Tag nach dem 2. oder 3. Bade eintreten zu lassen. Der Badegast erholt sich doch in etwas und erfreut sich, wenn auch nur für 24 Stunden, eines ungestörten Daseins. Anders aber fühlt er nach einer Reihe von hinter einander genommenen Moorbädern am Ende seiner Kur stets eine grössere Ermüdung und allgemeine Abspannung. Die Moorbäder sind mir nicht bekommen, heisst es dann von dem betreffenden Badegaste. Zum Glück geht aber jener körperliche Zustand nach kurzer Zeit vorüber und der Kranke fühlt sich jetzt wohl und gekräftigt.

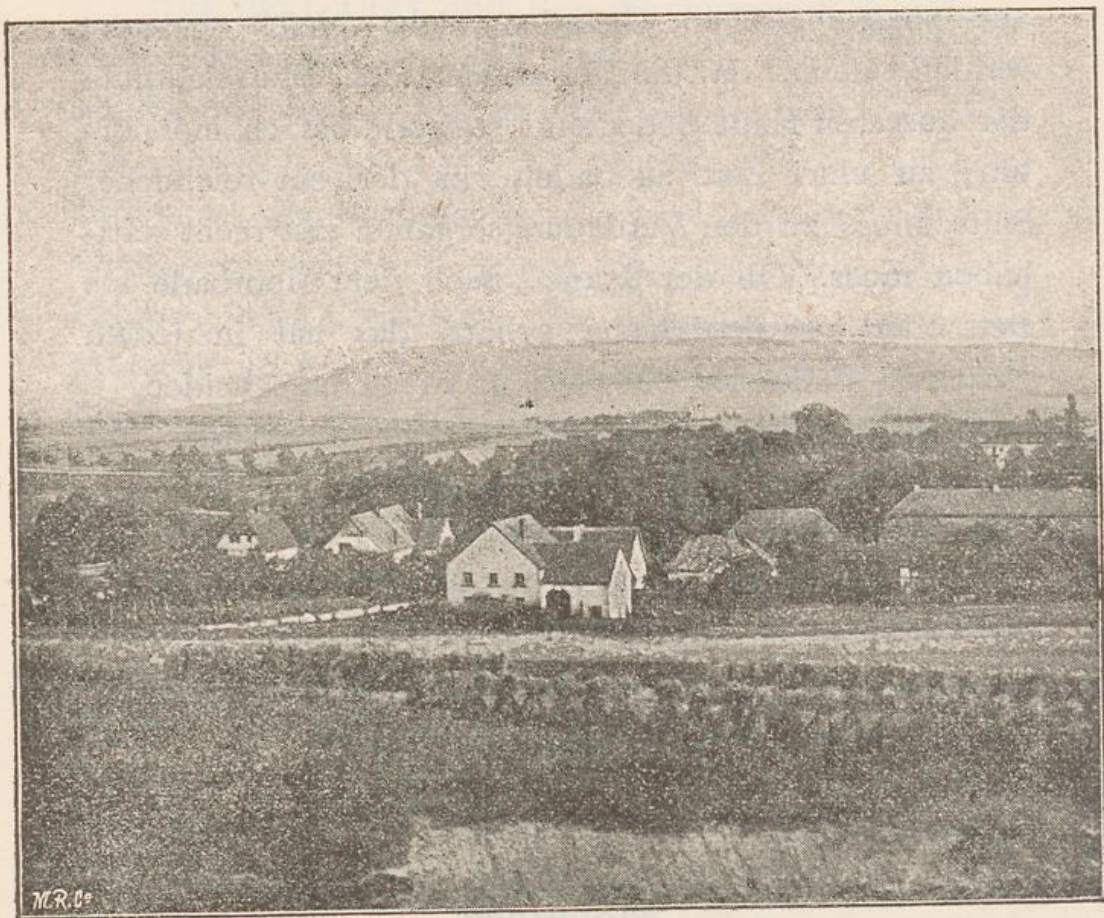
Was die Tageszeit angeht, zu der der Kranke baden soll, so gilt bei den Moorbädern erst recht der Grundsatz, solche nicht im nüchternen Zustande zu nehmen. Aber auch nach reichlichen Mahlzeiten soll

aus physiologischen Gründen nicht gleich gebadet werden, denn, da die Moorbäder den Blutreichthum der äusseren Haut bedeutend steigern, ist es inopportun, zu einer Zeit zu baden, in der ein reichlicher Säftezufluss zu den Verdauungsorganen erst recht stattfinden muss. Ob der Kranke nach dem Moorbade ins Bett oder auf das Sopha gehört, das hat in jedem einzelnen Falle der Badearzt allein zu entscheiden.

Die Jahreszeit endlich, in der Moorbäder mit Erfolg genommen werden, reicht von Ende Mai bis Ende September. Hierbei ist indess wohl zu beachten, dass für Rheumatismus-, Gicht- und solche Kranke, denen eine wärmere Aussentemperatur an und für sich zuträglicher ist, die heisseren Monate, also Juli und August, vortheilhafter zur Kur gewählt werden.

Meinberg

ist als Schwefelmoorbad seit einem Jahrhundert bekannt und im Gebrauch. Der zu den Bädern verwandte Moor wird in allernächster Nähe gegraben, und ist sein Terrain so gross und von solcher Ergiebigkeit, dass in absehbarer Zeit an den Verbrauch desselben nicht gedacht werden kann. Trotzdem hat die lippische Rentkammer in weiser Fürsorge für Meinberg es nicht unterlassen, ein neues, grosses Moorterrain anzukaufen, dessen Moor, von einem ausserordentlich hohen Schwefelgehalt, sicherlich weitere und noch brillantere Heilresultate bei den entsprechenden Erkrankungen erzielen wird.



Bad Meinberg.

Analysen des Meinberger Moors.

Die beiden Analysen desselben, die zu unserer Kenntniss gelangt, und andere existiren nicht, sind leider schon recht alten Datums, wie dies aus der chemischen Nomenklatur und der Art der Gewichtsangabe ersichtlich ist. Es wäre daher sehr erwünscht, und es liegt dies im Interesse Meinbergs selbst, wenn bald einmal eine neue, exakte und ausführliche Analyse seines Moors gemacht und veröffentlicht würde. Der Badeverwaltung sei hiermit dieser Wunsch recht sehr an's Herz gelegt!

Nach Brandes enthalten 16 Unzen der getrockneten Meinberger Moorerde:

Schwefelnatrium	15,50	gran
Chlormagnesium	7,47	»
Chlornatrium	5,04	»
Schwefelsaures Kali	2,15	»
Schwefelsaurer Kalk	77,22	»
Kohlensaurer Kalk	307,91	»
Kohlensaure Bittererde	4,80	»
Kieselerde	1282	»
Alaunerde	216	»
Eisenoxyd	111	»
Grünharz	14	»
Azotisirte, in Wasser lösliche Materie	4,80	»
Gummiartiger Extraktivstoff	10	»
Humussäure	42	»
Durch Aezkali ausgezogene in Wasser und Weingeist lösliche Materie .	28,1	»
Ebenso ausgezogene, pechschwarze atonisirte Moder- und torfähnliche Substanz	968	»
Pflanzenreste	4473	»
Hydrothionsäure in unbestimmter Menge.		

Die zweite Analyse ergab in 1000 Theilen getrockneter Moorerde:

Schwefelsaurer Kalk	10,05	gran
Kohlensaurer Kalk	40,9	»
Phosphorsaurer Kalk	0,1	»
Kohlensaure Magnesia	0,6	»
Natron	2,8	»
Kohlensaures Natron	0,9	»
Kochsalz	1,9	»

Kieselsaure Thonerde	28,1	gran
Eisenoxyd	14,4	»
Schwefel, freier	0,09	»
Organische Substanz	722	»

Aus beiden Analysen ersehen wir den reichen Gehalt an Salzen, sodass wir den Meinberger Moor als einen salinischen Schwefelmoor bezeichnen können. Der Gehalt an freiem Schwefel ist freilich gleich Null, der an Schwefelwasserstoff nach der ersten Analyse ein höchst geringer, da unbestimmbar, aber er wird eben durch die Erhitzung des Moorbreis in ausgiebiger Weise entwickelt, da die Sulfate von Kali und Natron zersetzt und in leicht lösliche Sulfüre übergeführt werden.

Neben seinen Moorbädern besitzt Meinberg noch einen zweiten, ebenso wichtigen als bei verschiedenen Krankheiten äusserst wirksamen Heilschatz, ein Unikum, nämlich

Die Kohlensäure.

Ein Bohrloch liefert sie als chemisch reine Kohlensäure, und beträgt ihre Menge in 24 Stunden 15 000 Kubikfuss. Angewandt wird sie 1) als trockene Gasdusche, 2) als Gas-Dampfdusche, 3) als Sprudelbad, 4) als kohlensaures Salz- und Salz-Schwefelbad und endlich 5) als trockenes Gasbad.

Die trockene Gasdusche wird im Voll- oder Sitzbade, besonders bei den weiblichen Sexualerkrankungen angewandt. Durch einen Gummischlauch, dessen oberes Ende mit einem Mutterrohr armirt ist, wird der

Kohlensäurestrom direkt auf die Schleimhaut der Vagina und den Uterus geleitet, hier erregend auf Nerven und Gefäße wirkend, den Uterus in seinen Muskelfasern zu kräftigeren Kontraktionen anregend. Daher ist ihre lokale Anwendung besonders indicirt bei Vaginalcatarrhen, die mit Erschlaffung der Schleimhaut einhergehen, bei chronischer Metritis mit Vergrößerung des Organs, bei den dadurch herbeigeführten Störungen in der abdominellen Sphäre und den krankhaften Reflexen im Nervensystem.

Die Gas-Dampfdusche wird durch eine Vereinigung des Kohlensäurestroms mit dem vom heissem Wasserdampf gebildet. Ihre Applikation ruft an der betreffenden Stelle einen starken Reiz mit lebhafter Congestionirung und dadurch erhöhter Resorptionsthätigkeit hervor, wodurch sie sich bei inveterirtem Rheuma, chronisch-rheumatischen und chronisch-entzündlichen Ausschwitzungen ganz vorzüglich heilsam erweist.

Die Sprudelbäder, die man durch kurzes, periodisches Zulassen der Kohlensäure zu dem einfachen Wasserbade herstellt, wirken durch die Kohlensäure. Sie regen die Hautthätigkeit, das peripherische Nervensystem, und damit auch das centrale an, und heben das Allgemeingefühl. Neuralgien, peripherische Lähmungen, Spinalirritation, Tabes, Impotenz, Blasen Schwäche sind die dankbaren Objekte für ihre Anwendung.

Die Salz- und Salz-Schwefelbäder werden ohne und mit Kohlensäurezuführung verordnet. In ersterem Falle sind sie den einfachen Salz-, resq. Salz-Schwefelbädern gleich, in letzterem dagegen mehr den

Thermalsoolbädern, und wie diese üben sie einen kräftigen Reiz auf die äussern Bedeckungen aus, regen in weiterer Wirkung den Stoffwechsel an und heben die Energie des ganzen Organismus. So sind dieselben indicirt bei der Rekonvaleszenz nach schweren Krankheiten, bei mit Hautschwäche verbundenem Rheuma, bei der Gicht, bei Neurosen und Lähmungen, bei der Tabes, Impotenz und chronischen Sexualaffektionen, überhaupt da, wo die Moorbäder für den betreffenden Kranken zu angreifend wirken sollten.

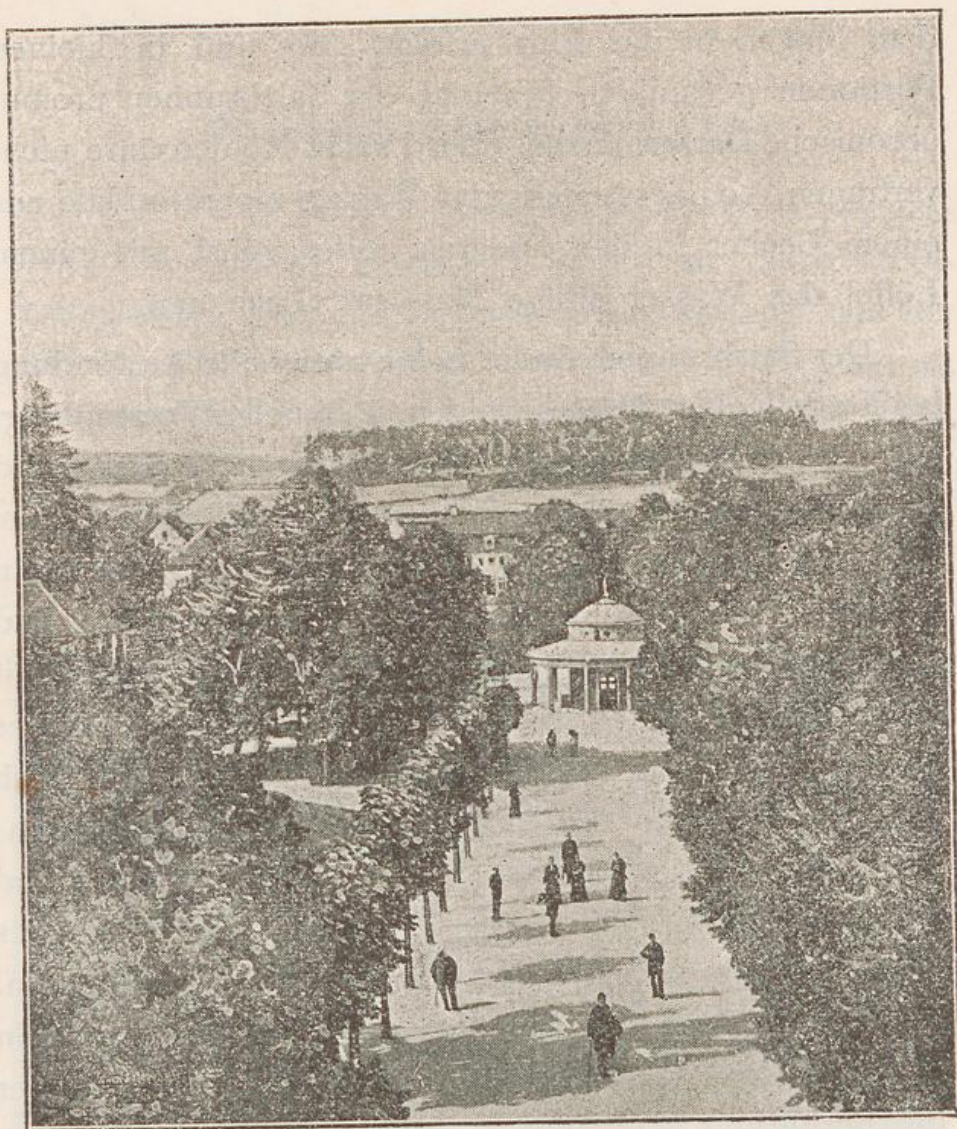
Das trockene Gasbad hat eine erwärmende, schmerzstillende und die Beweglichkeit steifer Gelenke fördernde Wirkung. Leider ist sie nur eine mehr vorübergehende, der Dauer der Kohlensäureeinwirkung adäquate. Aber schmerzfreie Momente im körperlichen Leiden sind gleichsam Sonnenstrahlen aus dunklem Gewölk, sie beleben die Hoffnung auf baldige Genesung.

Neben diesem Bäderreichthum befinden sich in Meinberg auch vorzügliche Trinkwässer, nämlich der

Salzbrunnen und der Eisenbrunnen.

Ersterer enthält nach Brandes in 16 Unzen:

Kochsalz	40,951	gran
Chlormagnesium	6,312	»
Jodmagnesium	0,098	»
Schwefelsaures Natron	11,012	»
» Kali	0,042	»
» Kalk	13,462	»
Kohlensaurer Kalk	6,032	»
» Bittererde	0,517	»



Brunnenallee und Brunnenhaus.

100 Kubikzoll Wasser enthalten 37 Kubikzoll Kohlen-
säure, die aber durch besondere Einrichtung eine be-
deutende Erhöhung erhält. Dadurch ist das Wasser
leichter verdaulich und seine Wirkung auf den Orga-
nismus eine kräftiger auflösende, abführende. Wird
diese Wirkung nicht gewünscht, so wird der Salz-
brunnen mit Zusatz von warmem Wasser getrunken,
wodurch ja eine raschere Diffusion des Wassers aus

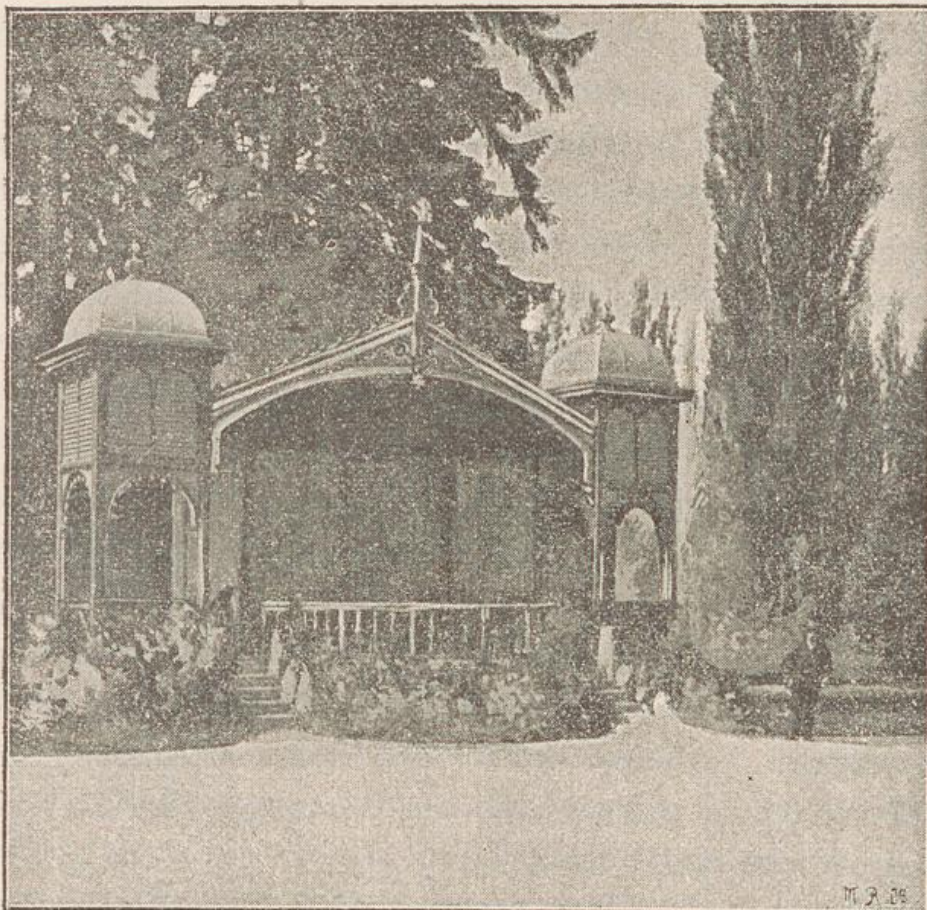
dem Magen in das Blut erfolgt. So und in kleinen Portionen getrunken, beseitigt der Salzbrunnen prompt chronische Darmcatarrhe. Wird seine Kohlensäure nicht vertragen, so giesst man das Wasser mehrere Male aus einem Becher in den anderen, oder rührt mit einem Löffel das Wasser einige Male im Glase um.

Der Salzbrunnen findet seine rationelle Anwendung bei Fettleibigkeit, Hämorrhoiden, habitueller Verstopfung, chronischen Magen- und Darmcatarrhen, Leber- und Milzschwellungen und bei gichtischer Diathese. Bei den chronischen Nasen - Rachencatarrhen lässt man mehrere Male tagsüber mit dem Wasser gurgeln, und dasselbe lauwarm in die Nase aufziehen oder mit einer Nasenspritze einspritzen. Die gewöhnliche Art des Gurgelns hilft gar Nichts. Soll das Gurgeln wirklich nützen, so muss es in folgender Weise geschehen: Man nimmt einen Schluck Wasser hinten in den Mund und macht dann Schluckbewegungen, ohne aber das Wasser herab zu schlucken. Es wird rasch gelernt sein. Auf diese Weise werden weicher Gaumen, Mandeln und die obere Rachenpartie gründlich mit dem Wasser in Berührung gebracht. Kranke mit chronischem Bronchialcatarrh, vermehrter Schleimsekretion und asthmatischen Zuständen trinken den Salzbrunnen erwärmt oder mit Zusatz von heisser Milch. Einathmen der mit Kohlensäure geschwängerten Luft in dem Pavillon unterstützt hierbei die Trinkkur auf das Beste. Ueber die Anwendung des Eisenbrunnens etwas zu sagen, ist wohl überflüssig.

Auch von der

Massage und Elektrizität

wird bei den dafür geeigneten Krankheitsfällen der ausgiebigste Gebrauch gemacht. Bilden sie doch erfahrungsgemäss eine vortreffliche Unterstützung bei der Wirkung der Moorbadekur und helfen kräftig mit zu den schönen Erfolgen, die Meinberg alljährlich gegen Rheuma, Gicht u. s. w. zu verzeichnen hat.



Musikhalle im Kurgarten.

Zum Schluss möchte ich aus einer Broschüre eines Dr. Gebel, die er, 86 Jahre alt, zum Ruhme Meinbergs 1867 in Glogau geschrieben, das Folgende hier wiedergeben, denn treffender kann es nicht gesagt werden. Er schreibt: »Wenn in der jetzigen Zeit noch alle Schriften gelesen würden, und nicht von der Fluth der Jetztzeit jeder Wissbegierige durch Tag-, Wochen- oder Monatsschriften, sowie einzelne Abhandlungen beinahe ersäufet würde, wenn durch diese bekannt wäre, welche ausgezeichnet guten Heilerfolge die Badeärzte Meinbergs erfahren haben, Meinberg müsste mit allem Recht unter die besuchtesten Bäder Deutschlands gehören, denn so viele gut eingerichtete Heilanstalten wird man nicht leicht vereint wiederfinden.«

»Hartnäckige Gicht, langwierige Lähmung, heftiges gichtisches Kopfweh, eingewurzelte nässende Flechten, gichtische Anschwellungen der Gelenke, mehrjährige skrofulöse Geschwüre wurden gründlich durch Schwefel-, Schlamm- und Sprudelbäder geheilt. Lähmung sämtlicher Glieder, schmerzhaftes Gicht in allen Gelenken und normale Gicht mit mehrjähriger Lähmung, Anschwellung und Straffheit der Unterglieder, hämorrhoidalische Leiden, unterdrückte, schmerzhaftes Menstruation konnten den meisten Anordnungen der Aerzte nicht widerstehen, und in Behebung der verschiedenartigen weiblichen Geschlechtskrankheiten und in der dadurch herbeigeführten Fruchtbarkeit kann sich Meinberg getrost mit den Wirkungen des Krähchens zu Ems messen«.

»Es würde gegen die Fortschritte der Wissenschaft verstossen heissen, nach Vorhandensein der verschie-

denen Stoffe, die in den Heilschätzen enthalten sind, die Krankheiten aufzuzählen, die durch sie behoben werden müssten, da nur überall die ungetheilte Einwirkung des Ganzen in einem entsprechenden Erfolge sich zur Erscheinung bringen kann; aber fussend auf das Obige kann ich nicht unterlassen, die Haupteigenschaften der Heilanstalt im Ganzen zu bezeichnen, welche ihren grossen Wirkungskreis bewährt und für alle Zeit sie höchst beachtenswerth erhalten wird. **Meinberg** ist das Asyl für die abgeschwächte Jugend, für die zu frühen Alten und die Erfrischung für die Altersmüden, welche die Lasten des Lebens — oft nur zu zeitig — niedergedrückt haben.

»Meinberg vermag durch seine Heilanstalten den geschwächten Stoffwechsel zu kräftigen und so zu erhalten, die Hinfälligkeit zu verscheuchen, der gealterten Jugend noch einmal Lebensstärke und Fülle zu verleihen. Meinberg vermag bezüglich seiner möglichen sanften Wirkungsweise die Uebel, welche eine unvermeidliche sitzende Lebensweise, geistige Anstrengungen, Nahrungssorgen und unliebsame Verhältnisse hervorgebracht haben, zu entfernen und dem neuen, geregelten, kräftigen Stoffwechsel sicheren Fortgang zu bereiten, mithin ein erfreuliches, krankheitsfreies Fortleben zu verschaffen. Wenn nur die grosse Zahl der jungen Alten, welche ihre Kräfte dem Bachus und der schönen Göttin geopfert haben und durch die Menge von Merkurialmitteln von den Aerzten sich vollends haben verderben lassen, statt in den überlebten Wasserheilanstalten ihre Wiedergeburt aufzusuchen, in Meinberg den Trinkbrunnen mässig genossen, zur Vorsicht

einige Schwefelbäder anwendeten und dann zum Gebrauch der Sprudelbäder übergangen, hier die schöne Luft einathmeten und die durchaus schmackhafte, kräftige Kost sich zu Nutze machten, sie würden viel angenehmer und sicherer in so vielen Wochen zum Ziele kommen, als sie dort Monate verbringen müssen.«

»Und wahrlich, übermüdete Geschäftsleute, stets angestrengte Beamte, überreife Gelehrte mit verstimmter Esslust, träger Unterleibsvollblütigkeit, hartem Stuhlgang, Hämorrhoiden- und Gichtgeplagte, sie können nirgends leichter und sicherer Befreiung von ihren Uebeln und Erfrischung des Lebens finden als in *Meinberg*«.

»Ich selbst in einem hohen Alter von 86 Jahren, von meiner Jugend an einem sehr vielseitigen, mitunter erschöpfenden Staats- und Wissenschaftsleben anheimgegeben, mehrere Male von sehr schweren Krankheiten heimgesucht, bringe bereits seit drei Jahren in *Meinberg* einige Wochen zu, um mich aufzufrischen, daher auch alles, was ich hier niederschreibe, einer unparteiischen Selbstanschauung entnommen ist«.

»Die Gesundheit im Leben wird durch einen geregelten Stoffwechsel begründet, und dazu wird in *Meinberg* alle Gelegenheit geboten«.

»Die Lage des Bades ist hoch, die Luft rein, die Anlagen geschmackvoll, sämtliche Beamte freundlich und zuvorkommend, sodass man nur durch eigene Schuld der Zufriedenheit entbehren kann. Ist die Zahl der Kurgäste auch nicht sehr bedeutend, so ist sie doch immer gross genug, um unter ihnen eine Auswahl zur freundlichen Anschliessung finden zu können«.

Nach unserer Erfahrung wahre, vortreffliche Worte!



Die Externsteine.

Meinberg ist
seiner Lage

Orell Füssli & Co. X. A.

nach ein wahres Idyll in dem an landschaftlichen Schönheiten so reichen Fürstenthum Lippe. Am Südabhange eines Ausläufers des Teutoburger Waldes gelegen hat dasselbe einen vollkommenen Schutz gegen Nordwinde. Gegen Süd, Ost und West dehnt sich ein weites, fruchtbares Thal aus, welches von prächtigen Höhenzügen begrenzt wird. Freundliche Gehöfte und kleinere Dörfer inmitten fruchtbarer Gefilde geben der Landschaft ein gar anmuthendes Gepräge.

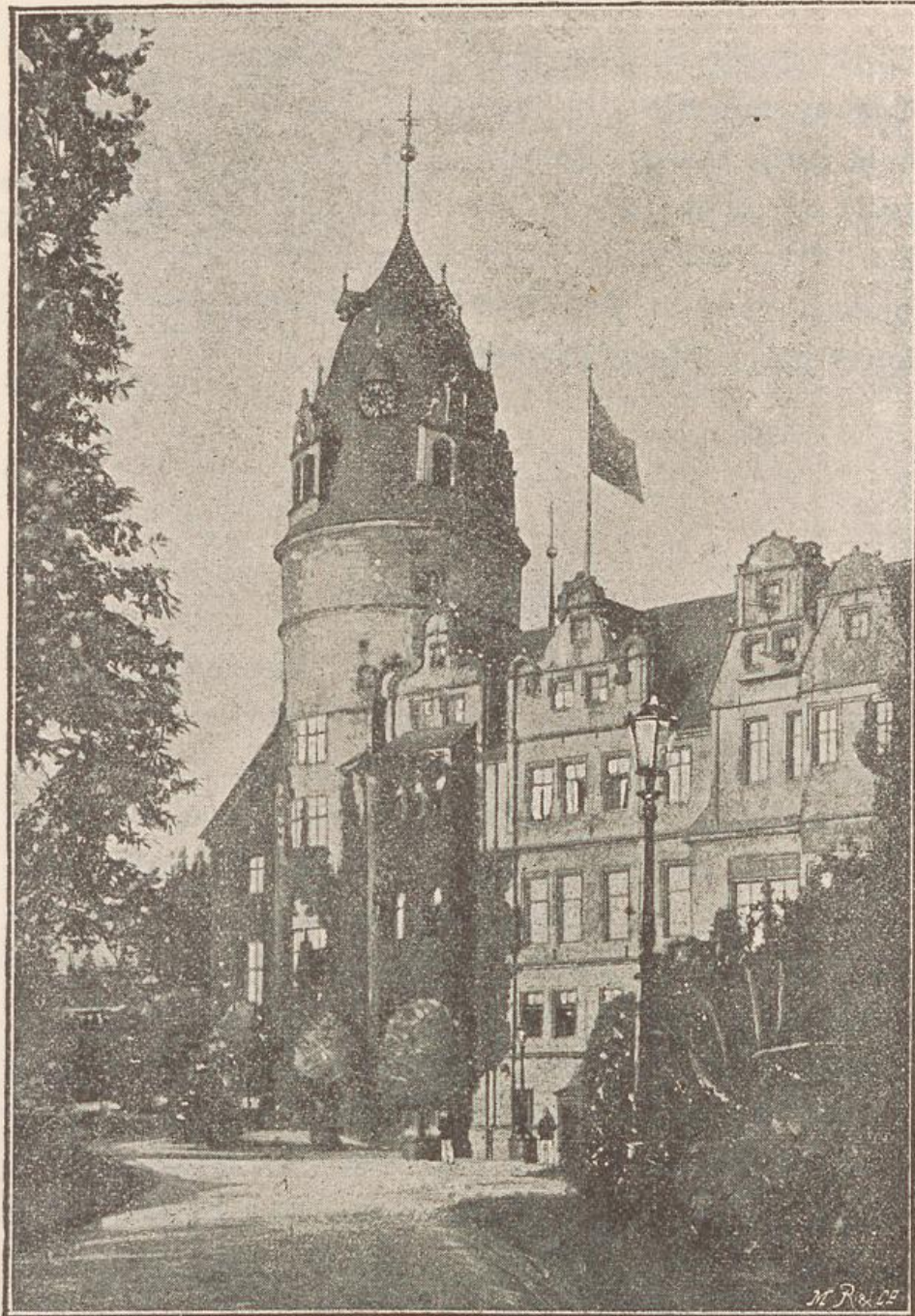
Lohnende Touren, die von Meinberg aus auf wirklich schönen Wegen leicht zu machen sind, führen nach den weltberühmten Externsteinen,

den Berlebecker Quellen, dem Hermanns-Denkmal, dem Jagdschloss Lopshorn, nach Detmold, der einzig grossartigen Nelkenzucht in Blomberg und vielen anderen sehenswerthen Punkten, die alle aufzuzählen hier zu weit führen würde.

Aber auch allen Denen, die keine Bade- oder Brunnenkur, wohl aber Ruhe des Körpers und des Geistes nöthig haben, ist Meinberg als

Sommerfrische

auf das Wärmste zu empfehlen. Hier ist Alles, was dem erholungsbedürftigen Menschen nutzt und frommt. die reinste, ozonreichste Luft im prächtigen Kurparke wie im nahen Walde; lohnende Spaziergänge auf schönen Wegen und mit angenehmer Abwechslung in der landschaftlichen Scenerie; eine sehr, sehr gute körperliche Verpflegung in Speise und Trank, und vor Allem eine köstliche Ruhe und Stille des sehr soliden Badelebens. Alles dies giebt dem müden und abgearbeiteten Geiste rasch und sicher seine alte Spannkraft wieder. Zerstreuungen leichter Art, Musik, hier und da ein Tanz, an dem man sich aktiv oder als Zuschauer betheiligen kann, lassen die schädliche Langeweile nicht aufkommen. Der Frohsinn Anderer weckt naturgemäss auch den eigenen, ein sicheres Zeichen der wiederkehrenden Gesundheit.



Fürstliches Schloss in Detmold.

Wohnung und Verpflegung.

Ein jeder Kurgast kann, was Wohnung und Verpflegung anbetrifft, in Meinberg nach seiner Façon, d. h. nach seinem Geldbeutel leben. Ueberall ist es »gut«, nicht nur in den Fürstlichen Badehäusern, dem »Stern«, der »Rose« und dem »Badhaus«, sondern auch in den am Kurpark liegenden Privathotels und einigen Privathäusern.

Reiserouten.

Meinberg wird von Detmold, Schieder, Steinheim oder Bergheim aus mit Wagen auf schönen Wegen bequem in einer Stunde erreicht. Erstere Stadt ist Endstation der Strecke Herford-Detmold, einer Abzweigung der Köln-Mindener Bahn, deren Fortsetzung nach Altenbeken augenblicklich im Bau begriffen ist. Nach dem Ausbau dieser Strecke — voraussichtlich bis 1895 — wird **Meinberg** durch die Station Horn—Meinberg directe Eisenbahnverbindung haben. Die übrigen genannten Orte sind Stationen der Hannover-Altenbekener Bahn, die man übrigens auch in **Altenbeken** verlassen kann; die Wagenfahrt von da nach Meinberg dauert zwar etwas länger (18 km), ist aber sehr schön und lohnend. Mitten durch den Wald führt die Fahrstrasse von **Paderborn** (30 km), die in ihrer zweiten Hälfte eine der schönsten Landstrassen im nordwestlichen Deutschland ist. Wagen nach den genannten Stationen besorgt die Fürstliche Badever-

waltung in Meinberg auf Vorherbestellung prompt und zuverlässig.

Von Ost und West, von Nord und Süd ist also für einen Jeden das Bad Meinberg leicht und bequem zu erreichen. Sicherlich ein nicht zu unterschätzender Vortheil.

