



UNIVERSITÄTS-
BIBLIOTHEK
PADERBORN

Universitätsbibliothek Paderborn

**Taschenbuch für die Curgäste Driburg's; oder Anleitung
zum äusseren und inneren Gebrauche der Driburger
Mineralwasser, der Schwefelschlamm- und Gasbäder und
der dabei zu beobachtenden Brunnendiät**

Brück, Anton Theobald

Osnabrück, 1846

Die Trinkstunden.

urn:nbn:de:hbz:466:1-8660

ken Organismus, welche in vielen Fällen als »Brunnencrisis« oder »Brunnenfieber« sich offenbart. Von der Leitung dieser kritischen Periode hängt sodann hauptsächlich

Viertens die Nachwirkung der Brunnencur ab.

Die folgenden Blätter sind dazu bestimmt, den Curgast die obigen vier Hauptmomente einer Brunnencur der Reihe nach näher vor's Auge zu führen. Wir fassen die beiden ersten Punkte in eins zusammen, als:

Die Trinkstunden.

Die heitern Morgenstunden sind dem Brunnen trinken gewidmet. Schon vor 6 Uhr pflegen die eifrigsten Brunnen trinker sich an der Quelle zu begrüßen. Die Ruhe der Nacht hat Leib und Seele erquickt, und mit Begierde empfängt Gaumen und Magen den erfrischenden Trunk des Säuerlings oder die Labung der erwärmenden Therme. Sowohl die warmen, als die kalten Mineralwasser werden nämlich zur Trinkcur verordnet.

Jetzt kommt es dem Curgaste zu gut, wenn er zu Hause bereits sich an früheres Aufstehen gewöhnt hat, woran wir in der Anweisung zur »Vorbereitungscur« erinnert

haben. Es giebt aber Nervenschwache, welche es durchaus nicht forciren dürfen, ohne sich den ganzen Tag zu verderben! »Diese, sagt HUFELAND, schwächt der Schlaf, der Morgen ist für sie die Zeit der Ermüdung und Schwerfälligkeit; erst Mittags fangen sie an zu leben, und der Abend ist der Zeitpunkt ihrer vollen Kraft.« Versuchen müssen sie aber dennoch diesen Rückschritt in die Bahn der Natur! Gelingt er irgendwo, so gelingt er am Brunnenorte — und ist er gelungen, wie belohnend ist er! Ihn sich zu erleichtern, beginne der Kranke damit, das erste Glas des Brunnens im Bette zu sich zu nehmen, etwa nachdem er vorher eine Tasse schwarzen Kaffees getrunken. Durch leichtere Bedeckung vermeide man dabei den sonst gern entstehenden Morgenschweiss.

Wer aber auch Gewohnheit und Kraft besitzt, »die Brust im Morgenroth zu baden,« verschmähe die Vorsicht nicht, sich in den kühlen Bergthälern der Heilquellen wärmer, als in seiner Heimath zu kleiden! Vorzugsweise dem weiblichen Theile der Curgäste gilt diese Warnung; denn nur zu oft wird eine schlankere Taille, ein leichtbekleideter Fuss am Morgen ein ausgestellter Wechselbrief, der am Abend mit Zahnschmerz und

wohl theurer eingelöst werden muss. Diese Vorsicht ist bei warmen Mineralwassern nicht minder nothwendig, als bei kalten, wenn gleich durch die letzteren auch noch der Magen bei jedem Becher eine kältere, ihm dadurch mitgetheilte Temperatur auszugleichen hat.

Die thermometrische Kälte des Mineralwassers wird am besten durch Zugiessen kochendheisser Milch oder kochenden Wassers — beides ist an der Quelle vorräthig — gemildert. Allein jene physische Kälte ist selbst empfindlichen Mägen gewöhnlich unschädlich, ja unmerklich, da die Heilquelle so reich an Kohlensäure ist; denn dieser »Brunnengeist,« wie die Alten sagten, ist eine wahre Würze des Mineralwassers, und mit Recht parallelisirt man die kalten Mineralwasser, ihrem Reichthum an Kohlensäure gemäss, den warmen Quellen hinsichtlich ihrer höheren Temperatur. Hier tritt nun beim Trinken dasselbe Verhalten der Kohlensäure im Magen ein, was bereits früher bei den kohlen-sauren Bädern als auf der Haut vor sich gehend dargestellt ist. Wie nämlich im kohlen-sauren Bade unzählige Luftbläschen aus dem Wasser sich an die Haut setzen und in dieser eine eigenthümliche Wärme erwecken, so dass das Bad von Minute zu Minute

wärmer zu werden scheint: ebenso setzen beim Trinken solcher an Brunengeist reichen Wasser diese Luftbläschen sich an die innere Wand des Magens, die dadurch eigenthümlich belebt und erwärmt, der physischen Kälte des Wassers nicht achtet.

Es bedarf wohl übrigens nicht des ärztlichen Rathes, sondern Jedem sagt es der eigene Sinn, langsam zu trinken, so bei den heissen, wie bei den kalten Heilquellen. Damit ist jedoch nicht immer gerathen, nur das Obere vom Glase zu schlürfen, wie man den Schaum vom Champagner zu nippen liebt. Sehr verschieden wirkt bei unsrer gasreichen Quelle dasselbe Wasser in seiner schäumenden oberen Schicht und in seinem langsam perlenden Bodensatze, und nur der Brunnenarzt kann es bestimmen, in welchem Falle die eine, in welchem die andere Trinkweise ihre Anwendung findet. Dasselbe Wasser bewirkt (den s. g. Brunnenrausch) Schwindel, Congestionen, Kopfschmerz, Verstopfung etc. und andererseits Heiterkeit, frisches Lebensgefühl, vermehrte Leibesöffnung etc., je nachdem es auf die eine oder die andere Weise geschlürft oder resolut getrunken wird.

Es ist oben bemerkt, dass auch der Geschmack des Mineralwassers beim Trinken

in Anschlag zu bringen sei. Glücklicherweise findet hier selten ein unüberwindlicher Widerwille (Idiosyncrasie) Statt; selten geschieht es, dass gleich von erster Instanz aus gegen unsern wohlschmeckenden Brunnen — appellirt wird; selbst an übelschmeckende, z. B. Schwefelwasser, gewöhnt sich der Curgast zum Verwundern leicht. (Kinder müssen ihn in kleinen Portionen und wenigstens Anfangs mit Milch trinken, da sie sonst leicht Übelkeit und Leibschmerz danach empfinden.) — Erwägt man zudem, dass es ein aus den reinen Händen der Natur hervorgehendes Heilmittel ist, was man genießt, so wird man sich tröstend erinnern, schlimmere Arzneien gekostet zu haben, die aus den nicht immer so reinen Händen der Kunst hervorgegangen waren.

Im Allgemeinen gilt NEUBECK'S Regel: »trinke gemacht!« d. h. alle Viertelstunden einen halben bis ganzen Becher. Es sind bei uns zweierlei Trinkgläser eingeführt; die grossen (7 Unzen) und die kleinen (5 Unzen). Ein solcher Trunk wird etwa 4- bis 8mal jeden Morgen wiederholt. — »Und wandle dabei!« setzt der Sänger der Gesundbrunnen hinzu. Besonders bei den an Kohlensäure reichen Trinkquellen ist das Wandeln nöthig, nicht nur weil consensuell mit der freiwilligen Be-

wegung des Gehens zugleich die peristaltische Bewegung des Magens und Darmcanals befördert und so das Wasser rascher verdaut wird; sondern auch, weil dadurch die Athmungsthätigkeit bedeutend gesteigert wird, wodurch das durch die Lungen strömende dunkle Blut um so frischer von der reinen Bergluft belebt, geröthet und durchgeistet wird. Eine solche täglich wiederkehrende Steigerung der Respiration und Belebung des arteriellen Blutes ist allein hinreichend, tiefgewurzelte Krankheitsanlagen, z. B. die s. g. erhöhte Venosität des Bluts, zu heben, welche die Quelle so vieler Unterleibskrankheiten ist. Endlich ist Wandeln im Schatten bei entblösstem Haupte oder sehr leichter Kopfbedeckung das beste Mittel gegen den Brunnenrausch. —

Bei gutem Wetter nehmen freundliche Alleen, schlängelnde Wiesenpfade und die Schatten des Rosenberges, bei schlechtem eine geräumige Brunnenhalle die Wandelnden auf. — Man hüte sich jedoch, in's Rennen zu gerathen, wozu oft ein Hastiger eine ganze Gesellschaft verführt, ehe man sich's versieht. Je lebhafter die Unterhaltung, desto schneller wird unvermerkt der Gang. Die Zunge ist der kleine behende Vorläufer, der die Füße bald mit in sein Tempo zieht. Nun stehen gewöhnlich

bei demselben Individuum beide Organe in Harmonie, wie denn der wohlredende HERMES auch der leichtfüßige Gott war —; es entsteht aber ein Missverhältniss, sobald eine behende Zunge einen ganzen Zug anführt, worin oft schwerwandelnde Füße mit Mühe ihre keuchende Herrschaft forttragen. Kommt dazu noch das öftere Begrüssen durch Abnehmen des Hutes, was an jedem Curorte verboten sein sollte: so entstehen täglich Erkältungen, Unterbrechungen der Cur, nicht selten ernsthaftige Krankheiten.

Am allerentferntesten von dem »Sokratischen Scherze«, der mit Recht empfohlen wird, ist der Ernst, die Spannung der politischen und polemisch - religiösen Unterhaltung, die, wie die Sachen stehen, immer mehr sich in's Leben drängt. Aber nirgends sind dergleichen Discussionen weniger an ihrem Orte, als beim Brunnentrinken, und ein diplomatisches Bad ist fast eine *Contradictio in adjecto*, wobei es entweder mit dem Baden, oder mit den diplomatischen Verhandlungen nicht rechter Ernst sein kann. — Als die Nachrichten von der Julirevolution bei hoher Saison in die gefüllten Alleen hereinbrachen, und sich ein Kreis von Zuhörern um jeden Zeitungsvorleser bildete, zur Hälfte erfreut,

zur Hälfte erschreckt; da hatte bei vielen der Curgäste die Heilwirkung des Brunnens ein Ende. Hier nun ist es, wo die Frauen vermittelnd, vorbeugend und besänftigend sich die schönsten Verdienste um die heitere und ungetrübte Geselligkeit erwerben mögen!

Eben so nachtheilig, als die politische u. s. w. Gallenaufregung bei Männern, ist am Brunnen die Mittheilung gegenseitiger Klagen und Nachtgedanken über Krankheitszustände bei Damen, woraus denn nicht selten ein gegenseitiges Anrathen von Mitteln und Curmethoden hervorgeht; — nirgends ist die Methode des gegenseitigen Unterrichts misslicher, als unter Kranken, wo oft wirklich der Blinde den Lahmen leiten will. Auch pflegt von beiden Seiten das Bestreben sich auszusprechen das des Anhörens beträchtlich zu überwiegen, so dass die geringste Pause des Redenden geschickt von dem Hörer benutzt wird, sich des Wortes »pro domo sua« zu bemächtigen.

Nachdem man die Zahl der Becher geleert, verbringt man noch ein Stündchen vor dem Frühstück im Freien, sei es, um einen nahe gelegenen Hügel zu besteigen, oder einen Gang durch die wogenden Kornfelder mit einem Befreundeten zu machen, bei steigender Sonne den Schatten des Rosenberges oder des

ferneren Waldes zu suchen, oder wie es sonst Gelegenheit und Laune gebieten. — Die Schwächeren, bereits durch die Trinkpromenade ermüdet, mögen zu Pferde, zu Wagen, zu Esel *) den Rest der Trinkstunden verbringen.

Ehemals tranken Viele so lange Brunnen, bis Leibesöffnung darnach erfolgte. Diese, durch die Menge des Wassers oder durch Zusätze von Salzen und anderen Arzneien zu erzwingen, ist selten rathsam. Magendrücken, Blähungen, Übelkeit, Schwindel sind oft die

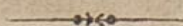
*) Die Eselritte sind die passendsten Brunnenpromenaden für schwache Fussgänger. Der bequeme, ruhige Gang dieser gleichmüthigen Geschöpfe versetzt den Reiter in eine passende Stimmung, und gewährt eine mässige Motion. — Reil machte die Bemerkung bei einer Calvalcade, dass anfangs, wo das Gespräch um Gespenstergeschichten sich wandte, Schritt geritten wurde. Je näher nun die Pferde den heimathlichen Ställen kamen, desto munterer ging es voran — gleichzeitig mit dem rascheren Schritte der Pferde belebte sich auch die Conversation, die beim Einritte in die Thore von Halle mit dem gestreckten Trotte den lustigsten Schwung genommen hatte. So wie nun das rasche Pferd die Conversation unvermerkt anfacht und aufregt, so beruhigt der langsame Esel. — Ein bequemer Sattel ist übrigens ein nothwendiges Erforderniss beim Eselritte. Es ist rathsam, die Promenaden vorher mit den Eselführern zu accordiren; dasselbe gilt von den Miethfuhren.

unmittelbaren Folgen eines Fehlgriffes oder Übermasses im Trinken. — Einem gar zu schwachen Magen kommt man wohl mit einem Stückchen Orangenschale, Calmus, Ingwer, nach dem jedesmaligen Trinken gekauet, oder einem Pfeffermünzkügelchen zu Hülfe, welche in der Halle vorräthig zu sein pflegen. MALFATTI räth beim Gebrauche des Carlsbader Wassers gegen jene unangenehmen Erscheinungen eine halbe Stunde vorm Trinken eine Tasse warmer Milch zu geniessen. Öfter dürfte wohl, wie bereits oben angedeutet, eine Tasse schwarzen Kaffees, wenigstens vor dem Genuße kalter Quellen, zusagend sein. In der Regel lasse ich eine Tasse Melissenthee trinken, welcher schon bei den Alten als Antimelancholicum gerühmt wurde; bei Lungenverschleimung Millefoliumthee.

Der Brunnen kann durch seine Kälte den Zähnen schädlich werden; empfindliche Zähne spüren auch die Einwirkung der Kohlensäure. Hiergegen ist von guter Wirkung, die Zähne nach jedesmaligem Trinken mit einem Salbeiblätte abzureiben. — Das beste Zahnpulver ist das englische, aus 8 Th. Kreide, 2 Th. Myrrhe und 1 Th. Camphor.

An verschiedenen Quellen, z. B. in Schwalbach, ist es eingeführt, gegen 11 Uhr Morgens

nochmals der Quelle zuzusprechen — ein Gebrauch, welchem ich meine Zustimmung nur in seltenen Fällen geben möchte. Besser dagegen ist es, gegen Abend nach völlig beendeter Verdauung ein oder das andere Glas Brunnen zu trinken; doch ist auch dieses keineswegs einem Jeden rathsam.



Brunnencrisis. — Nachwirkung.

Nach einigen Wochen einer täglich wiederholten Trinkcur bleibt bei bedeutenden Heilquellen die tiefere Einwirkung des Mineralwassers auf den Organismus nicht aus. Allmählig werden die Säfte des Körpers von dem täglich ihnen dargebotenen Heiltranke imprägnirt; sie nehmen Stoffe, welche ihnen fehlen, willig auf, und stossen andere, welche zu assimiliren sie sich weigern, von sich, wodurch sich critische Rückwirkungen offenbaren, die in der Gestalt fieberhafter Regungen, allgemeiner Unbehaglichkeit, Gemüthsverstimmung, Mangel an Appetit, Schlaflosigkeit, Congestionen, Auftreibung und Verstopfung des Leibes, Schwindel u. s. w. unter dem Namen »Brunnencrisis,« »Brunnenfieber« bekannt sind.

Jede Heilung ist das Resultat eines Kam-