



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**

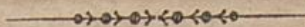
Brück, Anton Theobald

Osnabrück, 1846

Innerlicher Gebrauch.

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

Die Anwendung der eigentlichen Gasapparate im alten Badehause bedarf der Rücksprache mit dem Brunnenarzte.



Innerlicher Gebrauch der Mineralwasser.

Die Trinkcur.

»Trinke gemach, und wandle dabei, und heitre den Geist auf

»Durch Sokratischen Scherz!«

Neubeck.

Ein alter Gebrauch hat dreierlei Weisen der Trinkcur aufgestellt: die grosse, die mittlere und die kleine Cur.

Die grosse Cur von 20 — 30 Bechern, wie man sie ehemals in Carlsbad, Pymont etc. brauchen sah, ist wohl mit Recht ausser Gebrauch gekommen. Eine solche gewaltsame Magenüberschwemmung ist so abschreckend, als andererseits eine Trinkcur in homöopathischer Dosis lächerlich wird.

Die mittlere Cur ist gegenwärtig die vorherrschende an den meisten Brunnen. Der Kranke trinkt nüchtern alle Viertelstunden einen Becher Brunnens bis zum Gefühle der

Sättigung, wobei Einigen 3 — 4, Anderen 6 — 8 Becher (2 — 4 ℔) genügen.

Bei der kleinen Cur wird Morgens, auch wohl im Laufe des Tages, ein und das andere Glas Mineralwasser getrunken — den Meisten ein erquicklicher Genuss, ohne dass jedoch dadurch critische Bewegungen im Körper erregt werden, wie dieses der Zweck der beiden vorhergehenden Methoden ist. Die kleine Cur wird oft mit dem wohlthätigsten Erfolge jahrelang fortgesetzt, und so zur gewohnten Diät.

Das erste Erforderniss bei einer Brunnen-cur ist, dass der Brunnen dem Magen, seinem ersten Aufenthaltsorte, zusage, wobei zugleich der Geschmack zu berücksichtigen ist.

Die zweite Anforderung an den Brunnen, nachdem er mit dem Magen vertraut geworden, ist, dass er, wie der technische Ausdruck sagt, nicht »stehen bleibe,« sondern »passire,« d. h. durch Stuhlgang und Urin unter allgemeiner Erleichterung mehr als gewöhnliche Ausleerungen erfolgen. — Wird diesen beiden Anforderungen an die Erstwirkung des Brunnens entsprochen: so beurkundet sich dadurch, dass er vertragen wird.

Im Laufe der Cur ergiebt sich dann drittens die tiefere Einwirkung auf den kran-

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

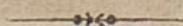
*) Die Eselritte sind die passendsten Brunnenpromenaden für schwache Fussgänger. Der bequeme, ruhige Gang dieser gleichmüthigen Geschöpfe versetzt den Reiter in eine passende Stimmung, und gewährt eine mässige Motion. — Reil machte die Bemerkung bei einer Calvalcade, dass anfangs, wo das Gespräch um 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 Salbeiblatte 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-

pfes, welchen der krankhafte Organismus mit dem Arzneimittel eingehen muss. Ist das Arzneimittel stärker, als der Organismus, so überwindet es ihn; solche Mittel heissen Gifte. Ist aber der Organismus dem ihm dargebotenen Heilmittel überlegen, so geht er siegreich aus dem Kampfe hervor. Es ist nun die Aufgabe der ärztlichen Kunst, den kranken Organismus mit gerade solchen Arzneimitteln in Kampf zu bringen, welche erfahrungsgemäss ihn von den Schlacken der Krankheit reinigen, nicht minder jenen Kampf so zu lenken, dass der Organismus, welcher ja Kämpfer und Kampfplatz zugleich ist, nicht zu sehr darunter leide.

Statt des furchtbaren Wortes »Kampf« könnte man die Ausdrücke »Wahlverwandtschaft, Wechselwirkung« gebrauchen, um sich die Lebensvorgänge zu erklären oder vielmehr anschaulich zu machen.

Nicht immer entsteht, wie bemerkt, die Brunnencrisis im Laufe der Cur. Oft geht der krankhafte Zustand unvermerkt (*per lysin*) in Besserung über; oft kommen critische Bewegungen erst in der Heimath — wohl erst nach Monaten — in Folge der Cur zu Wege. Ersteres ist besonders bei der kleinen Cur der Fall, oder wo der Körper willig die ihm

dargebotenen Heilstoffe aufnimmt, deren er bedürftig ist. So zeigt es sich z. B. oft bei der Eisencur der Bleichsüchtigen. Durstig nimmt hier die blasse Blutmasse das dargebotene, fein aufgelöste Eisen in sich auf, und die allmählig sich röthenden Wangen geben, möcht' ich sagen, das Zeugniß innerer organischer Lebensfreude. — Bei anderen tiefgewurzelten Cachexieen aber tritt nicht selten der zweite Fall ein, dass nach Monaten, wo oft schon der Kranke an seiner Heilung verzweifelt, durch critische Bewegungen (Schweisse, Ausschläge, Ausleerungen etc.) die Heilquelle wunderbar nachwirkt. Eine solche Nachwirkung entsteht jedoch später auch wohl unvermerkt (per lysin) ohne critische Revolution bei Solchen, welche während der ganzen Curzeit keine Spur einer wohlthätigen Einwirkung, ja nicht einmal Verschlimmerung wahrnehmen konnten.

Dieses alles von vorn herein zu wissen, ist jedem Brunnengaste nützlich, manchem tröstlich. — Viele haben die Vorstellung, am Curorte sofort aus der Hölle der Krankheit in den Himmel der Genesung einzugehen; sie müssen aber wissen, dass hier vielmehr der Ort der Läuterung und Reinigung ist, die oft nicht ohne grosse Unbequemlichkeiten vor sich geht! Sie müssen wissen, dass die Cur nicht

selten alte Leiden, die längst schwiegen, wieder zum Vorschein bringt, und diese nur schlafenden, doch keineswegs besiegten Feinde von neuem in die Schranken des Kampfes ruft!

Gewöhnlich sind es jedoch nur — wenn der Ausdruck erlaubt ist — die Schatten der früheren Leiden, welche während der Brunnen-*crisis* noch einmal vorüberziehen — längst geheilte Narben schmerzen wieder, längst geheilte Knochenbrüche, sogenannte *Calender* und Krankheits-Nachklänge bringen sich wieder schmerzhaft in Erinnerung; — selten, und nur bei sehr auflösenden Curen, z. B. in Carlsbad, ereignet es sich, dass alte Wunden wirklich wieder aufbrechen u. dgl.

Von der Bestimmung des Brunnenarztes hängt es ab, ob der Kranke im Zustande des Brunnenfiebers forttrinken und fortbaden darf, wie alsdann die Diät zu modificiren, und ob anderweitiges ärztliches Einschreiten nothwendig wird; — denn die Zufälle können zu gefahrdrohender Höhe sich steigern.

Offenbaren sich im Laufe des Brunnenfiebers critische Ausleerungen, wie man dergleichen oft von überraschender Quantität und Qualität durch Stuhlgang, Schweiss, Urin etc. wahrnimmt: so pflegt daraus unmittelbar das heiterste Wohlbefinden hervor zu gehen, unter

welchem die Cur mit steigendem Wohlgeföhle zu Ende gebracht wird. Doch verlöhft das Brunnenfieber nicht immer mit so in die Augen fallenden critichen Ausleerungen; da ist denn anzunehmen, dass ungesehene innere Umstimmungen von diesem Fieber bewerkstelligt werden; ohne Zweifel sind damit auch Aussonderungen krankhafter Stoffe verbunden, welche nicht in die Sinne fallen. Dergleichen gehen ja nicht selten durch die s. g. unmerkliche Ausdünstung vor sich, z. B. bei Gichtparoxysmen, wodurch die merkwürdige Erscheinung sich erklärt, dass Thiere (Meerschweinchen, Kaninchen etc.) an gichtisch-entzündete Glieder gelegt, bald unruhig, und wenn sie nicht entfliehen können, gleichfalls krank und gichtisch-contract werden — so wie die nicht minder auffallende Erscheinung, dass abgeschnittene Haare eines gesunden Menschen einem Weichselzopfkranken über Nacht auf die Brust gelegt, sich weichselzopfartig verfilzen.

Die Lehre von der Nachwirkung der Brunnencuren hat das Schicksal, von manchem Ungläubigen als ein leerer Trost beim Abschiede angesehen zu werden, was sie in der That nicht ist. Allerdings hilft nicht jede Brunnencur jedem Curgaste, und wer wollte

von einer vierwöchigen Curzeit verlangen, dass darin Alles wieder gut gemacht werde, was ein jahrelanges, unregelmässiges Leben oder auch ein tiefliegendes unverschuldetes Kranksein desorganisirte?

Von diesem Gesichtspunkte betrachtet, wird man es auch nicht unbillig finden, wenn in veralteten Fällen der Arzt auf eine mehrjährige Wiederholung der Cur besteht, eine Anforderung, welcher in früheren Zeiten weit mehr, als in unserm ungeduldigen Zeitalter des Schnellebens und der Schnellcuren Gehör gegeben wurde. So besuchte der berühmte Mineralog WERNER neun und vierzig Jahre hinter einander Carlsbad; so begrüsse ich in Driburg noch jährlich Curgäste, die dort seit Decennien in jeder Saison heimisch sind, und allen vielsitzenden Geschäftsmännern ist eine solche jährliche Excursion anzurathen.

Die Nachwirkung der Brunnencuren wird nur zu häufig verkannt und noch öfter gehemmt und gestört! Nicht selten wird die Cur, welche durch die Umstände oder den Eigenwillen der Kranken auf eine bestimmte Zahl von Tagen von vorn herein festgesetzt war, ohne zu erwägen, dass sich die Natur dergleichen Ordonnanzen nicht immer gefallen lässt, in der besten Wirkung unterbrochen —

eine beschwerliche Heimreise, der Drang neuer Sorgen und Geschäfte bei der Rückkehr hemmt die eben begonnenen Heiloperationen, und es heisst dann, die Cur sei nicht angeschlagen. — Mancher kehrt in Verzweiflung über nutzlos verschwendete Zeit und Kosten, wie er glaubt, verschlimmert heim, verfällt wieder in seine alten üblen Gewohnheiten, fängt (von neuem an, täglich Medicin zu nehmen, und das Übel wird ärger als vorher. Auf solche Weise wird die Nachwirkung des Brunnens geradezu gehemmt und gestört. — — Andere, ebenfalls unzufrieden mit ihrer Cur, kehren resignirt zu den Ihrigen zurück — im Laufe des Winters entstehen jedoch unversehens critische Erscheinungen, und damit, oder auch ohne solche, allmählig Besserung. »Das hat die Natur gethan,« heisst es dann (oder vielleicht ein homöopathisches Streukügelchen). Freilich hat es die Natur gethan; allein hätte sie es ohne die Sommercur vermocht? das ist die Frage! — Auf solche Weise wird die Nachwirkung verkannt.

Höchst einseitig wäre übrigens, es läugnen zu wollen, dass es Fälle giebt, wo die Brunnencuren nicht nur unwirksam, sondern wo sie geradezu schädlich sind. Sollen wir uns schämen, einzugestehen, dass es Krank-

heitsfälle gebe, die dem jetzigen Stande der Heilkunde gemäss unheilbar sind? Wird nicht manchmal vom Hausarzte aus Unkunde oder Vorliebe der unpassende Curort vorgeschlagen? und lassen nicht Brunnenärzte manchmal Kranke zum Gebrauch ihrer Quellen, denen sie billig eine andere Heilquelle empfehlen sollten? Ich wenigstens komme jährlich mehrmals in die Verlegenheit, oft weitherkommenden Kranken von vorn herein die Cur dringend widerrathen zu müssen und sie einem passenderen Curorte zuzusenden. Wie oft geschieht es endlich nicht, dass Kranke, ohne ärztlichen Rath, oder doch ohne diesem strenge Folge zu leisten, einen ihrem Zustande übrigens passenden Brunnen unzweckmässig gebrauchen! — Kein Wunder, dass unter solchen und ähnlichen Umständen die Brunnen-curen misslingen und schaden!

Nachcuren.

Wie die Vorbereitungscur im Wesentlichen nichts Anderes ist, als der allmälige Beginn der Cur: so ist die Nachcur nur das allmälige Nachlassen derselben. Die Vorcur ist das Besteigen des Berges, auf dessen Gipfel

die Cur vor sich geht, und von dem man durch die Nachcur wieder herabsteigt. In einem alten Reiterspruche sagt das Ross: den Berg hinauf reite mich; auf der Höhe tummle mich; den Berg hinab leite mich. Man könnte diese Regel auf den Cyclus der Cur anwenden, wo ebenfalls die Vorcur mit Besonnenheit eingeleitet, die Cur mit Energie durchgeführt werden soll, und die Nachcur mit Vorsicht wieder in die Ebene des gewohnten Lebensanges zurückführt. In der That bedarf es einer gesteigerten Vorsicht nach einer durchgreifenden Cur, und der Curgast hat sich nach einer solchen Revolution, wie v. AMMON richtig bemerkt, als ein von einer bedeutenden Krankheit Genesender zu betrachten.

Ehemals war es die Meinung der Ärzte, jeder Genesung durch s. g. Roborantia zu Hülfe kommen zu müssen; bittere Tropfen, Stahlwein u. dgl. beschlossen die Cur. So pflegte man auch die Brunnen- und Badecuren mit einer (vermeintlich) stärkenden Nachcur, meistens in den stärkeren Stahlbädern zu beschliessen, wie man sie durch auflösende Mittel begonnen hatte. In Schwalbach, Pyrmont, Driburg, Eger, Spaa etc. erschienen zur Nachcur Schwärme von Nachzüglern, welche ihre Hauptcur in Carlsbad, Ems, Aachen, Nenn-

dorf etc. abgemacht hatten. Andere brauchten ihre stärkende Nachcur zu Hause, wo sie entweder die gebrauchten, odere andere, meist Eisenwasser, noch einige Wochen nachtranken, und wohl noch hin und wieder ein stärkendes Kräuterbad nahmen.

Die Mode unsrer Zeit will auch die Nachcuren rein abschneiden, und zwar nicht immer zum Frommen der Kranken.

Es wird aber genügen, uns hierüber in aphoristischen Andeutungen auszusprechen, damit nicht dieses Büchlein, welches zur Lectüre am Brunnen bestimmt ist, durch ermüdende Weitschweifigkeit das Geschick verdiene, selbst zur Nachcur zurückgelegt zu werden.

Es ist misslich, bei der Rückkehr aus sehr auflösenden Thermen zur Nachcur an Eisenquellen vorzusprechen — der umgekehrte Fall tritt wohl nicht ein. Nach einer Cur in Lippspringe wurde Driburg als Nachcur in geeigneten Fällen oft mit sichtlichem Nutzen gebraucht, dessgleichen nach Kissingen u. a. salzreicheren Mineralwassern. Es ist auffallend, dass in manchen Fällen, wo letztere die gewünschte »auflösende Wirkung« versagten, diese in Driburg sofort eintrat.

Seebäder werden nach der Driburger Cur wohl vertragen; doch dürften sie in der Regel

überflüssig sein, zumal wenn die Eisenbäder durch kalte Übergießungen modificirt werden. Übrigens kann man auch zu viel baden.

Auf der Heimreise als Nachcur das Brunnen-trinken fortzusetzen, ist nur dann rathsam, wenn kleine Tagreisen gemacht werden, wenn das Fahren nicht Congestionen und Obstructionen hervorbringt, wenn gute Diät beobachtet werden kann — Bedingungen, denen in der Regel auf Reisen nicht genügt wird. Ein Glas Bitterwasser bekommt dagegen vielen Reisenden, vor'm Schlafengehn getrunken, vortrefflich.

Zu Hause eine Nachcur von Mineralwasser zu brauchen, ist Manchen, deren Verhältnisse eine längere Brunnencur nicht gestatten, unerlässlich, etwa in der Form der kleinen Cur; doch sollen sie geistig und körperlich eine Diät halten, die der Brunnendiät möglichst nahe kommt.

Wo der Krankheitszustand eine auflösende Vorcur und eine stärkende Nachcur verlangt, dem Kranken aber nicht vergönnt ist, beide an den natürlichen Quellen zu suchen, ist es vorzuziehen, die auflösende Cur zu Hause, die stärkende an der Quelle zu machen, weil erstere mehr Zeit verlangt und durch Arzneien aus der Apotheke eher bewirkt werden kann.

Aber auch wenn man auflösende Mineralwasser dazu brauchen will, verlieren diese minder durch Versendung, können auch leichter durch künstliche ersetzt werden, als die stärkenden Mineralwasser, die wo immer möglich unmittelbar aus der frischen, brausenden Quelle geschöpft werden sollten.

Wofern nicht neue Übel zum Vorschein kommen, oder die alten zu lästig werden, möge Jeder, der von einer treulich und pünktlich gebrauchten Cur dennoch dem Anscheine nach ungebessert heimkehrt, sich in den ersten Monaten aller Arzneien enthalten, um der Nachwirkung Spielraum zu gestatten.

Ein naturgemässes Leben, durch die Cur eingeleitet, Mässigkeit in Genüssen und Arbeiten, Leibesbewegung und Gemüthsruhe — wer diese Gewinne von der Brunnencur gezogen hat, bewahre sie für und für — und wem es leichter wird, solche unter der Firma einer »Nachcur« festzuhalten, der bediene sich einer solchen Nachcur bis an seines Lebens Ende!

