

Werk

Titel: Das goldne Buch für Hypochondristen und für hysterische Frauenzimmer, in Absicht ...

Autor: Kritzinger, Friedrich Adolph

Ort: [S.l.]

Jahr: 1784

Kollektion: Bucherhaltung; vd18.digital

Gattung: Medizin

Werk Id: PPN730255476

PURL: <http://resolver.sub.uni-goettingen.de/purl?PID=PPN730255476> | LOG_0010

OPAC: <http://opac.sub.uni-goettingen.de/DB=1/PPN?PPN=730255476>

Terms and Conditions

The Goettingen State and University Library provides access to digitized documents strictly for noncommercial educational, research and private purposes and makes no warranty with regard to their use for other purposes. Some of our collections are protected by copyright. Publication and/or broadcast in any form (including electronic) requires prior written permission from the Goettingen State- and University Library.

Each copy of any part of this document must contain there Terms and Conditions. With the usage of the library's online system to access or download a digitized document you accept the Terms and Conditions.

Reproductions of material on the web site may not be made for or donated to other repositories, nor may be further reproduced without written permission from the Goettingen State- and University Library.

For reproduction requests and permissions, please contact us. If citing materials, please give proper attribution of the source.

Contact

Niedersächsische Staats- und Universitätsbibliothek Göttingen
Georg-August-Universität Göttingen
Platz der Göttinger Sieben 1
37073 Göttingen
Germany
Email: gdz@sub.uni-goettingen.de

Das
goldne Buch
für
Hypochondristen
und für
hysterische Frauenzimmer,
in Absicht auf ihre Gesundheit.

~~Verlag von J. Neumann, Neudamm~~

00037253





Hypochondristen werden diejenigen Menschen genennet, die in den obern Theilen des Unterleibes Drücken und Schmerzen auch Magendrücken haben, die wohl gar verwirrt im Kopfe darüber sind. Es werden überhaupt unter die Nervenkrankheiten alle diejenigen außerordentlichen Zufälle gezählt, welche bey einigen Menschen aus so geringen Ursachen entstehen, davon gesunde Menschen nichts, oder sehr wenig fühlen. Man nennt diese Nervenkrankheit hypochondrisch, oder hysterisch, nämlich Hypochondrie, bey den Mannspersonen, und Mutterbeschwerung, bey den Frauenzimmern. Bey der Nervenkrankheit, so man Hypochondrie, und bey dem weiblichen Geschlechte Mutterbeschwerung nennet, muß einerseits eine ungewöhnliche Nervenlage, und andererseits eine reizende Ursache zusammentreffen, die nach den gemeinen Erscheinungen in der Natur zu ihren hervorgebrachten Wirkungen kein Verhältniß hat, so daß der Grund dieser Wirkungen größtentheils in einer außerordentlichen Reizbarkeit der Nerven liegt.



Wo fängt die Hypochondrie gemeinlich an?

Das hypochondrische, oder hysterische Uebel fängt gemeinlich im Unterleibe an: die hypochondrischen oder hysterischen Kranken fühlen Blähungen im Magen, oder in Gedärmen; hierzu kommt noch ein Brennen im Magen, ein saures Aufstoßen, Ekel, Erbrechen, einer wässerichten, oder zähen schleimichten, oder schwarzen Materie. Andere verdauen schnell, und fühlen ungewöhnlichen Hunger; zur Zeit dieses Hungers zeigen sich Schwäche, Ohnmachten, Leere im Magen. Oft haben die hypochondrischen und hysterischen Kranken große Lust nach seltsamen, ungewöhnlichen Dingen, welche die Natur zur menschlichen Nahrung nicht bestimmt hat, selbst Kreide und Kohlen nicht ausgenommen. Der Magen schwillt, besonders nach dem man abgespeiset hat, sichtbar auf, bisweilen stoßen Krämpfungen, oder heftige Schmerzen des Magens dazu; dann erfolgt ein beschwerliches Drücken oder Zusammenschnüren auf der Brust, eine unangenehme, doch eben nicht schmerzhafte Empfindung im Magen ist manchmal mit einer Niedergeschlagenheit des Gemüths, mit Aengsten, mit einer ungewöhnlichen Furchtsamkeit vergesellschaftet. Man fühlt oftmals ein beschwerliches Klopfen durch den ganzen Leib, eine Spannung im Gedärme, und in manchen Theilen eine widerige Ausdehnung; andere klagen über heftige Schmerzen im Bauche, und über ein starkes Ge-



Gemurre im Unterleibe. Bei diesen ist Ueberfluß bei jenen Mangel des Stuhlgangs, welcher, wenn der Anfall des Uebels heftiger wird, wie Ziegenkoth abgeht; und dies ist ein richtiges Zeichen, daß man nun eben von dieser Nervenkrankheit Anfälle auszustehen hat. Hiezu komme bisweilen im Rücken ein Schmerz, welcher sich nicht selten durch den ganzen Leib verbreitet, und dem Steinschmerzen ähnlich ist, häufiger Speichel läuft in den Mund, öfters fühlt der Kranke einen Reiz, und eine ungewöhnliche Hitze an der Harnröhre, mit dem Triebe Urin zu lassen, welcher oft häufig, wie Brunnenwasser entfließt. Fast alle Aerzte halten den häufigen Abfluß eines wasserähnlichen Urins für das Kennzeichen einer Nervenkrankheit, es müßten nur andere Zufälle das Gegentheil lehren.

Es haben nicht alle Kranken erwähnte Zufälle, denn manche fühlen mehr, andere weniger. Aber dieß ist allen hypochondrischen und hysterischen Patienten gemein, daß sie den Anfang vernachlässigen, und einen verderbten Magen beschuldigen. In diesem Fall vernachlässigen sie sich selbst, nehmen ihre Zuflucht zu schwarzen Kaffee, suchen durch bittere Weine den Magen zu stärken, oder wollen durch abführende Mittel Wind und Galle, wie sie denken, aus dem Leibe schaffen. Aerzte, die weder Zeit noch Mühe, wie es die Umstände forderten, an die Kranken wenden wollen, oft auch, wenn sie gleich wollten, nicht können, suchen eine Un-



reinigkeit in den Verdauungswegen, und schreiben dem Patienten auflösende Pulver, oder abführende Arzeneien vor.

In der That fühlt sich der Patient erleichtert, vergißt indessen die Ursache zu heben, aus welcher das Uebel entstanden, kennt sich nicht einmal, lebt auf seinem gewöhnlichen Fuß, und sein altes Uebel kehrt wieder. Er flieht abermal zu seinen ersten Mitteln, welche ihm einmal Erleichterung schafften, fühlt vielleicht wiederum Erleichterung, und fährt, wie vor, in seiner Lebensordnung fort; unmerklich verschlimmert sich sein Uebel, und er wird stufenweise kränker. Wenn Unreinigkeiten im Magen und im Gedärme sitzen, so kann die erwähnte Heilungsart Nutzen schaffen, besonders wenn sich die hypochondrischen und die hysterischen Kranken zur gehörigen Lebensart bequemen, aber da dieß nur selten geschieht, verschlimmert sich die Krankheit gemeiniglich.

Wenn die Anfälle heftiger werden, dann fährt jähe fliegende Hitze den ganzen Leib durch; bald fällt ein Schauer oder Frost gewisse Theile des Körpers an, gleich als ob kaltes Wasser auf selbige gegossen würde. Nicht selten nach der Mahlzeit, oder nach einer heftigen Anstrengung des Gemüths steigt eine ungewöhnliche Hitze, gemeiniglich in die Wangen auf. Dazu gesellen sich fliegende Schmerzen an Armen und Beinen, ein drückender Schmerz im Rücken, und zwischen den Schultern, krampfhaft Bewegungen

gen der Eingeweide, oder der Mäuseln des Halses sowohl, oder des Kopfes, Zuckungen mit einem beschwerlichen Zusammenziehen im Magen, im Gedärme, im Schlunde, an Händen und Füßen; dann folgt eine Ohnmacht nach der andern, das Herz pocht und zittert: der Puls ist überhaupt sehr veränderlich: oft ganz natürlich, bisweilen ungewöhnlich langsam, ein andermal sehr geschwinde, gemeiniglich mehr schwach, als voll, und setzt in manchen Umständen aus.

Bei vielen hat man einen trockenen Husten, beschwerliches Athmen, und ein unangenehmes Zusammenschnüren auf der Brust, welches zu gewissen Zeiten wiederkehret, beobachtet: Gähnen, Schluchzen, Seufzen sind gemeiniglich Folgen der Beklemmung: die Patienten haben die ängstliche Fühlung, gleich als ob eine Kugel, oder irgend ein anderer fester Körper, von dem sie zu ersticken fürchten, den Hals einnehme. Einige weinen, andere lachen übermäßig ohne zureichende Ursache. Patienten dieser Art fühlen zwar den Tag über größtentheils Kälte, und ihr Puls ist ungewöhnlich langsam; hingegen zur Zeit des Schlags überfällt sie eine fliegende Hitze, welche sich durch den ganzen Körper verbreitet, der Puls wird schneller, stärker; es kommt Schwäche dazu, und die Empfindung einer Ohnmacht, welche von der Gegend des Magens beginnt. In diesem Zustande nehmen die Kranken ab, sie fangen an, obgleich die Eplust unveränderlich ist, nach und nach mo-



ger zu werden, wozu vielleicht die Angst wegen ihres Uebels, und die Furcht eines nahe herandrückenden Todes das meiste beiträgt.

Nun wird Rath eingeholt, dem Uebel zu steuern. Man sucht eine nicht selten unsindbare Schärfe im Blut auf; oder man sieht aus der nächtlichen Hitze ein schleichendes Fieber herandrücken: der Kranke nimmt aus eigener Wahl, oder aus Vorschrift, Suppe, Milchspeisen, Gerstenschleim, gekochtes Quackenzurzelwasser, und andere sogenannte anfeuchtende Mittel. Aber umsonst, so lange die Hypochondriekrankheit nicht mit aller Aufmerksamkeit untersucht wird, so lange man nur die Rissen des Gebäudes verputzet, so lange man nicht an die Grundfesten Hand legt, deren Erschütterung diese Uebel verursacht. Man meide die Ursachen, man halte genaue Lebensordnung oder strenge Diät, man nehme wenige, aber abgemessene Arzneien, und das Uebel wird gehorchen. Im widrigen Falle verschlimmert sichs: Die Kranken, besonders wenn sie sich geschwind vom Schläfe erheben, werden vom Schwindel befallen, quälende Kopfschmerzen kehren von Zeit zu Zeit wieder; oft ist's nur eine Seite des Haupt, welche vom Schmerz ergriffen wird, oft nur ein Ort in der Größe einer Silbermünze mit der schmerzlichen Empfindung, gleich als wäre ein Nagel daselbst eingeschlagen worden.

Ein Geflingel, oder Gesäuse in den Ohren, wozu sich noch eine Verdunkelung der Augen gesellt,



stellt, sind solchen Patienten nicht selten beschwerlich, besonders, wenn sie von Blähungen geplaget werden. An ihren Augen ist nirgends ein Fehler zu entdecken; dennoch scheints ihnen, als hübe sich von selbst ein dichter Nebel auf, oder als thäten ihnen Funken vor die Augen treten, oder als thäten sie jeden Gegenstand doppelt sehen. Kommen Hypochondristen oder hysterische Frauenzimmer auf geräumige Plätze, wollen sie ihr Auge mit angenehmen gedehnten Ausichten weiden, dann übersfällt sie Mattigkeit, oder ein Schwindel, und alle Glieder fangen an zu wanken. Einigen wird der Geruch, andern der Geschmack zu ungewöhnlichen Empfindungen gereizt. Sie fühlen Gerüche von Gegenständen, die nicht auf sie wirken können, weil sie nicht zugewegen sind; hierzu kommt noch eine anhaltende Schläfrigkeit, von Unruhen begleitet, die kaum zu beschreiben sind, aber sich nach und nach wieder verlieren, so bald die Kranken erwachen; der Schlaf selbst ist unruhig, und oft mit schrecklichen Träumen verbunden; manchen, kaum als sie sich zu Bette legen, stellen sich verschiedene Gegenstände auf, und mit Mühe reißen sie sich von dieser Irre los; nicht selten ist Trägheit, und allzugroßer Hang zum Schlafe dabei.

Gemeiniglich sind solche Kranke furchtsam, traurig, melancholisch, wiewohl sie zu einer andern Zeit eine ausserordentliche Munterkeit bis zum Ekel treiben. Ueberhaupt trifft diese Er-



scheinung mit plötzlichen Wetterveränderungen ein. Ihre Gedanken sind zerstreut, das Gedächtnis schwach, und die ganze Denkungsart umgeändert. Die vormals plötzliche Todesfälle mit standhaftem männlichen Muth anhörend konnten, beben nun bey jeder Geschichte gefährlicher Krankheiten, oder unvermutheter Todesfälle; haben sie noch dazu die Person gekannt, wissen sie, daß dieselben mit der ihrigen ähnliche Fälle erlitten, hat diese Person einen Tod genommen, den sie eben fürchten, dann steigt Einbildung und Furcht auf einen so hohen Grad, daß sie kaum den Namen der Krankheit, oder des Verstorbenen vertragen mögen.

Welche an dergleichen hypochondrischen, oder hysterischen Uebeln krank sind, die sind insgemein von einer zärtlichen und mitleidigen Empfindung. Sie fühlen zwar Unwillen wider den Verbrecher, der sich eines Mordes, oder Diebstahls schuldig gemacht hat, ihn aber zur Gerichtsstätte führen, oder den wohlverdienten Lohn seiner Uebelthaten kriegen sehen, ist ihrer ganzen Empfindung zuwider. So sehr sie auch einerseits Neugierde reizte, entweder den Uebelthäter selbst zu sehen, oder doch von Augenzeugen die Züge seines Betragens bey dem blutigen Auftritte schildern zu hören, so sehr werden sie anderseits durch die große Zärtlichkeit ihres Gefühls zurückgehalten. Sind sie etwa gezwungen, eine Beschreibung irgendwo mit anzuhören, dann fühlen sie gemeinlich krampfhafte Anfälle. Ein Frost



Frost läuft über den Rücken ab, das Angesicht wird blässer, und von der Gegend des Magens steigt eine Art von Ueblichkeit auf, die in Ekel übergeht. Vor so empfindsamen Seelen bey Tische solche Gespräche führen, wäre große Unart. Aus einem so veränderten Gemüthscharakter habe ich nicht selten die Kranken als hypochondrisch erkannt, und die Erfahrung lehrt es, daß dieses zarte, mitleidige Gefühl sich in dem Grade verliert, in welchem das Uebel den Kranken verläßt.

Das schlimmste ist, daß sich Patienten dieser Art eine Menge Krankheiten einbilden, die sie auch nicht haben; und gleichwie sie derselben überzeugt sind, also zürnen sie, wenn ihre Zufälle andern nicht eben so dringend, und gefährlich scheinen.

Nun versuchen sie alle Aerzte, schaffen sich medicinische Bücher an, sich selbst Aerzte zu seyn, sehen den Tod immer heranrücken, und senken sich allmählig in tiefe Schwermuth. Aber kommt eine gute Stunde, dann vergessen sie ihr Uebel wieder; essen, trinken, spielen, tanzen mit den gesündesten; und unterhalten sich in einer Gesellschaft, die ihnen ansteht, aufs munterste. Hieraus merken sie wohl, wie sehr eine angenehme Zerstreung der Linderung ihres Uebels zu staten kommt, aber zugeben, daß es größtentheils von Einbildung abhänge, dieß können, dieß wollen sie nicht.



Ob die Nervenkrankheit der Hypochondrie in der Einbildung bestehe, oder eine wahre Krankheit sey?

Ich vermuthete, daß hier die Untersuchung, ob die beschriebenen Zufälle, eine eitle Wirkung der Einbildung, oder eines wirklich vorhandenen Uebels sey, nicht am unrechten Orte stehe. Wenn das Uebel anfängt, ist es gemeiniglich so geringe, daß es sich dem Hypochondrischen Kranken, seinen Freunden, nicht selten auch dem Arzte zu bergen pflegt. In der Fortdauer dieser Krankheit gewöhnen sich endlich Freunde, und Wärter an die immerwährenden, oft übertriebenen Klagen; sie bemerken, daß der hypochondrische Patient gute Eßlust, ruhigen Schlaf, Heiterkeit des Gemüths hat, besonders wenn es ihm an Gelegenheit sich zu zerstreuen nicht fehlt. Man findet den Puls gut, und kann vielleicht aus äussern Kennzeichen auf keine anwesende Krankheit schließen; nun heißt es der Kranke sey hypochondrisch, und voll von Einbildung. Dieß ist gleichsam das Signal, des Kranken zu lachen, seiner Klagen heimlich, auch öffentlich zu spotten, Anekdotchen zu erzählen, die zwar Gesunden Stoff zum Lachen geben, aber den hypochondrischen Kranken nicht kuriren. So wenig auch Menschenliebe in diesem Betragen zu seyn scheint, so denkt man dennoch vieles gethan zu haben, daß man den hypochondrischen Patienten für einen Thoren erklärt hat, ohne sich



sich zu bemühen, daß auch sein Uebel gehoben werde: dieß ist gleichviel, als ob man einen Podagrifen verlachte, weil er bei allen Schmerzen noch immer gute Gestalt hat.

Es giebt beschwerliche, auch gefahrvolle Krankheiten, in welchen der Eßlust nichts entgeht. Ich hatte Lungensüchtige unter meinen Händen, welche ihren nächtlichen Hunger zu stillen sich heimlich im Bette mit Eßwaaren versahen. Auch der Schlaf stellt sich bey vielen Krankheiten wieder ein, wenn einmal der heftige Anfall eines Uebels abgetobt hat. Man nehme sich ein Beispiel an denen, die von schmerzenden heftigen Zahnschmerzen gequält werden, sie schlafen wieder ruhig ein, so bald diese vorüber sind: Wäre es nun wohl! gethan, wenn wir aus der Eßlust des einen, und aus dem ruhigen Schläfe des andern, jenem die Lungensucht, diesem die Zahnschmerzen anstreifen wollten?

Eben so sehr würden wir nun irren, wenn wir den Hypochondristen einer bloßen Einbildung beschuldigten, aus dem eiteln Grunde, daß er oft ruhigen Schlaf, und unverderbte Eßlust hat. Muß doch nicht jedes Uebel mit gleicher Heftigkeit fortwüthen, um endlich den Namen einer Krankheit zu verdienen: selbst die, welche vom Krebschaden, oder von Steinschmerzen gequält werden, fühlen nicht stets ihre Schmerzen: manche derselben sehen bey ihrem Uebel ziemlich wohl aus, sind heiter, sind munter im Umgange, wenn das Uebel nachläßt, dürfte man darum ihre



Ihre Krankheit Einbildung nennen? — Nein keinesweges.

Aber warum! fühlen sie zur Zeit der Zerstreuung nichts, gewiß weniger? Es giebt fast keine Krankheit, welche nicht durch Unterhaltung, so lange man solcher fähig ist, gemildert würde, darf man nun fragen, warum sie den Hypochondristen nütze? — zur Zeit des Anfalles haben die Nerven eine widrige Spannung: tritt nun angenehme Zerstreuung ins Mittel, so werden die Nerven anders gespannt; und die Hypochondrie läßt theils wirklich nach, theils achtet der Kranke niedrige Empfindungen weniger.

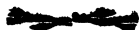
Man muß sich aus dem Sinne schlagen, sagt der Gesunde zu dem Hypochondristen: Ich glaube es; wenn man im Stande wäre, sich über manches hinweg zu setzen, dürfte man weniger fühlen. Allein unser Körper hat zu großen Einfluß auf dem Geist, als daß wirs auch jedesmal zuwege brächten. Darf mans dem Kranken zur Last legen, daß Blähungen im Magen, und in den Gedärmen Empfindungen hervorbringen, die ihm den Tod fürchten machen. Ist er derselben entladen, dann lacht er selbst mit, und glaubt nicht, daß er der nämliche ist: Gerade so wie bei hitzigen Fiebern: Der Kranke raset, und zürnet auf alle, die sich in seine verworrenen Begriffe nicht schmiegen wollen; aber ist einmal das Fieber gehoben, dann lacht er seiner Thorheiten selbst.

Ein



Ein Hypochondrist, der heute nichts fühlt, glaubt sich kaum selbst, daß er noch gestern erst so viel gelitten, hat; — und ist sein Uebel die Hypochondrie durch Arzneien gänzlich gehoben, dann ist er nicht einmal mehr geneigt, andern zu glauben, die ist von ähnlichen Uebeln gequält werden. Seine widrige Empfindung hat ein Ende, und seine Einbildung, die von jener verderbt war, ist wieder zurechte gewiesen. — Wenn ich hieraus schluß, daß die Hypochondrie ein wirkliches Uebel ist, will ich darum nicht leugnen, daß es durch Einbildung vergrößert werde. Man merke vielmehr, in welchem Grade sich der Kranke hinauszusetzen weiß, in eben demselben verliert sich nach und nach das Uebel. Allein eben dieß ist der Hypochondrie eigen; und man würde daher nicht richtig urtheilen, wenn man alles der Einbildung aufliede; vielmehr bin ich überzeugt, die Einbildungskraft sey zugleich eine Wirkung, zugleich ein Kennzeichen der Hypochondrie, wiewohl in die Länge Krankheit, und Aberwitz, eines von dem andern Nahrung und Wachsthum erhalten kann.

Man sage nicht, wenn die Einbildungskraft durch eine wirkliche Krankheit verderbt wäre, und nicht vielmehr die ganze Krankheit der Hypochondrie in der Einbildung bestünde, wie kommts, daß manche solcher Kranken übrigens ganz richtig denken? — Die erfahrensten Aerzte haben uns in ihren Schriften genug Beispiele hinterlassen, und ohne erst fremde Erfahrungen
Rathe



Rathe zu ziehen, kennen wir selbst deren genug, welche in einer Sache beynahe allein unrichtig, in allen übrigen richtig denken. Hierzu ist nicht einmal eine Krankheit nothwendig, vorgefaßte Urtheile, eine herrschende Leidenschaft, Harmonie, oder Mangel derselben sind oft zureichend, unsere Beurtheilungskraft in Ansehung einiger Gegenstände so zu verwirren, daß wir sehen, was Niemand anders sieht, oder nicht sehen, was allen übrigen helle vor Augen liegt. Ein sehr gelehrter Mann mußte sich an seiner linken Seite zur Zeit seiner gelehrten Arbeiten Bücher aufthürmen, um die falsche Idee oder Vorstellung von einem gefährlichen Abgrunde zu täuschen. — Diese Schilderung hypochondrischer Zufälle mag jedem zureichen, über sein eigen Uebel den Schluß zu machen: ob es auch der Klasse hypochondrischer Krankheiten überhaupt beizuzählen sey. Ist er dessen einmal überzeugt, dann hat er besonders und vorzüglich darauf zu sehen, zu welcher Art der Hypochondrie sein Uebel gehöre.

Abtheilung hypochondrischer Krankheiten.

Zwo Arten derselben werden insgemein unterschieden. Die eine ist ohne Materie, die andere mit Materie. Hieraus entstehen nun zweyerlen Gattungen hypochondrischer Kranken, deren Unterschied abermal aus einer richtigen Beschreibung ihrer Zufälle am deutlichsten erkannt wird. — Ohne Materie hypochondrisch

drisch sind diejenigen, welche entweder von Natur, oder aus spätern Ursachen eine so große Reizbarkeit der Nerven erhalten haben, daß sie von der geringsten Ursache in große Unordnung gebracht werden. — Dieser Art Leute befinden sich insgemein wohl, haben eine gesunde, gute Gestalt, und würden ihr Uebel kaum fühlen, wenn sie den reizenden Ursachen auszuweichen wüßten, Jede Gemüthserschütterung, besonders Verdruß, nagender Kummer, heftiger Zorn, selbst ein widriger Geruch ist fähig, sie in Zittern, Herzklopfen, Zuckungen, Ohnmachten zu stürzen. Wenn die Reizbarkeit nur vorzüglich den Nerven des Magens, und der Gedärme eigen ist, dann reicht ein Getränk, so tausend andern bekömmt, oder eine unschuldige Speise zu, Blähungen, Aengstigkeiten, Beklemmungen, und alle angeführten Zufälle hervorzubringen. Ist Verdruß, Kummer, Zorn vorüber, oder die widrige Speise aus dem Leibe geschafft, dann ist auch die Krankheit gehoben; nur bleibt noch die Gefahr zurück, von der geringsten Ursache wieder in ihr altes Uebel zu stürzen. So lange der Anfall währet, breitet sich zwar über dem Angesichte eine böse, bedeutende Farbe aus, da sich aber gemeiniglich der Patient in einigen Stunden wieder erholt, ist eben aus der Gesichtsfarbe nichts widriges zu schließen.

Mit Materie hypochondrisch sind, die nicht nur überaus reizbare Nerven haben, sondern auch von einer andern Ursache, welche



in ihrem Leibe sitzt, immer etwas zu leiden haben. Ihre Kennzeichen sind eine anhaltende Niedergeschlagenheit, und eine gelbliche Gesichtsfarbe, so daß auch das Weiße der Augen gemeiniglich ins Gelbe übergeht. Es giebt nur wenige Stunden, in welchen diese Hypochondristen ihres Uebels ledig sind. Daß auch diese Hypochondristen reizbare Nerven haben müssen, ist klar, denn es giebt derer genug, welche an der Gelbsucht, an der Gicht, an Würmern, am Stein in der Blase, an Verhärtungen im Unterleib, an der goldnen Ader krank sind, ohne eben darum auch hypochondrische Zufälle an sich zu haben. Hingegen ist oft eine kleine Verstopfung im Gefröse zureichend, bey einem reizbaren Nervensysteme die wunderlichsten und unangenehmsten Wirkungen hervorzubringen. Der deutlichste Unterschied zeigt sich an dem schönen Geschlecht. Einige desselben, wenn die monatliche Reinigung gehemmt ist, fühlen zwar Leidenwehen, und Kopfschmerzen, aber hiemit ist's auch alles; da hingegen andere, deren Nervensystem mehr Reizbarkeit hat, mit Herzklopfen, Erstickungen, Ohnmachten, zuweilen auch mit Zufällen befallen werden. Das Uebel, so nun den Körper einnahm, ist zu beiden Seiten eben dasselbe, die ganze Verschiedenheit hängt also von der ungleichen Reizbarkeit der Nerven ab. —

Von den Ursachen der Hypochondrie.

Es kann den Lesern an speculativischen Ursachen, auf welche nach verschiedenen Systemen, und Meinungen die Hypochondrie gegründet seyn soll, nichts gelegen seyn, denn sie unterrichten nicht. Ob wir die gehemmte Ausdünstung, oder einen unregelmäßigen Einfluß des Nervensystems, oder wohl gar etwas, so in der Natur sich nicht erklären läßt, oder sonst noch eine andere Grundursache annehmen, was gewinnen wir auch? — lernen wir daraus das Uebel entweder zu meiden, oder wenns einmal da ist, zu heilen? — Aber praktische Ursachen, denen wir uns theils in Absicht auf uns selbst, theils in Beziehung auf unsere Nachkommenschaft entziehen können, sind ein würdiger Gegenstand unserer Betrachtungen,

Wir können vier verschiedene Ursachen annehmen woraus das hypochondrische Uebel entsteht, fortgepflanzt, vergrößert wird. Eine unglückliche Erbschaft, eine übertriebene Anstrengung des Geistes, ein entnervender Genuß der Liebe, und heftige, oder anhaltende Gemüthsbewegungen. Alles aber scheint da hinaus zu laufen, daß aus diesen, und andern ähnlichen Ursachen das Nervensystem bis zur außerordentlichen Reizbarkeit geschwächt ist. Diese Nervenschwäche, diese ungewöhnliche Reizbarkeit kann sehr wahrscheinlich, als eine Grundursache aller hypochondrischen Erscheinungen angesehen werden. Also nicht eine gehemmte Ausdünstung,

B a

nicht



nicht ein unrichtiger Einfluß des Nervensaftes?
— Ich sage, nein.

Man muß die Ursache von ihrer Wirkung, oder was auf einerley hinausgeht, die nahen wirklichen Ursachen von entfernten, und habituellen unterscheiden, es ist wahr, an keinem wird die Ausdünstung so leicht, als an Hypochondristen gehemmt. Erkältung, oder Benetzung der Füße, oder ein kühles Lüftchen nach einer mäßigen Sonnenhitze haben für ihn schlimme Folgen. Ist ein Ratharr, oder Schnupfen im Anzuge, wie arg werden nicht sogleich seine Umstände, so leidentlich sie sonst auch seyn mochten? — Die Materie, welche nun, da die Ausdünstung gehemmt ist, im Leibe bleibt, ergreift seine reizbaren Nerven des Magens, und der Gedärme: Blähungen, Baugigkeit folgen auf dem Fuß nach, der Stuhlgang ist unordentlich, der Urin geht schwer ab, und das Uebel läßt nicht eher nach, als bis es aus dem Leibe geschaffet ist.

Aber hier bleibt noch immer die Frage, woher diese Anlage des Körpers sey, in welcher die Ausdünstung so leicht gehemmet wird. Es ist wohl unstreitig das wahrscheinlichste, wenn man eine größere Reizbarkeit, oder eine Schwäche des Nervensystems annimmt, vermöge welcher die geringste Veränderung der Luft so gewaltsam auf unsern Leib wirkt. Selbst die, welche eine zurückgetretene Ausdünstung zum Grunde hypochondrischer Zufälle angeben, reichen dennoch ihrem Kranken stärkende Arzeneien, und suchen

suchen dadurch, daß sie die Schwäche heben, wiederum die Ausdünstung in den gehörigen Stand einzusetzen. Durch eine solche Meinung läßt sich auch die Meinung derjenigen rechtfertigen, welche die Hypochondrie einem unrichtigen Einfluß des Nervensaftes zuschreiben. Daß in unsern Nerven ein flüssiges Wesen enthalten sey, ist höchst wahrscheinlich; aber auch der Einfluß dieses flüssigen Wesens würde nicht, wenigstens so leicht nicht, unregelmäßig werden, wenn nicht die Nerven an sich schon eine größere Reizbarkeit hätten. Nun aber, wie gesagt, diese Reizbarkeit kann durch die vier oben angeführten Ursachen hervorgebracht werden. Wir wollen sie genauer entwickeln.

Es ist ein trauriges Erbtheil, wenn Kinder, die von alten, durch Krankheit, Anstrengung, oder Geilheit entkräfteten Eltern erzeugt werden, den Keim dieses Uebels noch eher in sich haben, als sie aus dem Leibe ihrer Mutter hervortreten. Selten kann das ererbte Uebel gänzlich gehoben werden, doch wird es eine ordentliche Lebensart, besonders unter einem Himmel, welcher den Leib stärkt, gewiß mildern, und mäßigen, da hingegen ein unordentliches Leben, große, besonders frühzeitige Anstrengung, und jeder entnervende Mißbrauch, (onanitische Saamenverschwendungen,) die natürliche Anlage nothwendig immer verschlimmern muß.

Allein auch erst im geseßtern Alter, wenn man gleich in seiner Geburt glücklicher war, kann



man dennoch von diesem Uebel angegriffen werden. Die oben genannten drey Ursachen reichen zu, die meisten Fälle zu erklären. Die erste, aber eben nicht die gewöhnlichste ist eine übertriebene Anstrengung der Geistes- oder Gemüths-Kräfte, wenn man besonders gezwungen, oder willkührlich seinen Arbeiten selbst die Nächte weihet, und immerwährend sitzt, ohne den Leib durch ordentliche Bewegungen zu stärken. Jederman sieht, daß aus dieser Quelle vorzüglich die hypochondrischen Uebel gelehrter Männer abgeleitet werden. Die zweite Ursache ist viel gewöhnlicher, und besteht überhaupt in der Uebermacht mancher Leidenschaften, (oder Begierden,) derjenigen besonders, welche das Gemüth lange, und ununterbrochen in eine traurige Lage setzen: Ein nagender Kummer, der uns unzertrennlich begleitet, ein plögliches Schrecken, so sich in Furcht auflöst, ein verirrtes Gewissen, ein anhaltender Schmerz über einen erlittenen Verlust, der nun unwiederbringlich ist, eine Beschämung, die sich unserer ganzen Seele bemächtigt hat, eine Hintansetzung, die mit wesentlichen Nachtheilen für eine lange Zukunft verbunden ist, die heftige Liebe eines fühlbaren Mädchens, welche durch die so sehnlich gewünschte Heirath nicht befriediget werden kann, ziehen gemeiniglich dem Nervenbau ein Uebel zu, welches nur schwer wieder gehoben werden kann. Von solchen Leidenschaften beunruhiget, sinnt man seinem nahen, oder gegenwärtigem Unglücke nach, sucht

Eind.

Einöden, will sich mit Trostgründen aufrichten, heftet sich immer mehr an den qualenden Gegenstand, schläft wenig, und sinkt immer tiefer, bis endlich die Nerven des Magens, wie der Gedärme geschwächt sind, und noch ehe man es vermuthet, zu dem nagenden Uebel, vielleicht noch ein größers, die Hypochondrie, sich gesellet hat.

Die Entnervung durch den Genuß der Liebe, oder noch vielmehr ausser demselben (auch die Selbstbefleckung,) ist die dritte Ursache, und eine unglückliche Quelle, aus welcher nicht selten eine außerordentliche Schwächung der Nerven, und alle damit verbundene Uebel abgeleitet werden. Diese schädliche Gewohnheit schaft Jünglinge zu entkräfteten Greisen um, und ist Mädchen, oder jungen Frauen eben so nachtheilig, als Jünglingen. Ungewöhnliche Blähungen, und ein kraftloser Magen sind gemeiniglich die ersten Anfälle, und Vorboten kommender Uebel.

Aus diesen dreien Ursachen entsteht größtentheils die außerordentliche Reizbarkeit der Nerven. Entreißt man sich denselben nicht mit Vorsicht, und Gewalt, kömmt noch eine verderbliche Lebensart dazu, sind Speise, Trank, Schlaf, und Bewegungen des Leibes durch ihre Unordnung gleichsam bestimmt den Leib noch mehr zu entnerven, dann rücken hypochondrische und hysterische Anfälle immer stärker heran, und die Nerven erhalten einen so hohen Grad der Reizbarkeit, daß man gleich einem Wetterglaße die geringsten Veränderungen fühlt, welche entwe-



der in der Luft, oder selbst in uns, und unserer Lebensordnung vorgehen. Jeder Wechsel der Witterung, jedes bevorstehende Donnerwetter ist vermögend, unsern Nervenbau zu erschüttern, die Zeit der Nahrung, oder des Schlafes abkürzen, oder verlängern, den Magen nur wenig überladen, oder genüßen, was seinen allzureizbaren Nerven zuwider ist, zieht oft ganze mürbische, und fränkliche Tage nach sich.

Werden nun diese Anfälle oft wiederholt, so ist es kein Wunder, daß die festen Theile geschwächt werden, und die flüssigen Theile ausarten. Daher wird Schleim im Magen, Säure, Würmer, in der Leber und im Gefroße, Unordnung in der monatlichen Reinigung, weiße Fluß, goldne Ader, Steine in den Nieren, oder in der Urinblase, Stof zum Podagra, und andere dergleichen Uebel gezeuget.

Man denke nur, daß durch die Nerven unsere festen Theile belebt werden, so ist's klar, sobald jene geschwächt sind, daß auch diese ihre Kraft verlieren müssen. Ist einmal die Kraft der festen Theile dahin, so können sie auf die flüssigen nimniermehr, wie im gesunden, und kraftvollem Stande wirken. Hieraus entsteht Ausartung der flüssigen Theile, aus dieser Ausartung allerlei Krankheiten. Dieß wende man auf alle Eingeweide an, und man wird leicht einsehen, daß alle Arten von Krankheiten, deren irgendwo ein Theil des Leibes fähig ist, aus dem Uebel der Hypochondrie entstehen können. Die
Hypo-

Hypochondrie mit Materie setzt wohl die nämliche Grundursache, eine außerordentliche Reizbarkeit der Nerven voraus, woher auch diese immer entstanden seyn mag; allein dieß hat sie mit aller Hypochondrie ohne Materie gemein. Was sie eigentlich unterscheidet, sind die gelegentlichen Ursachen, zäher Schleim, und Säure im Magen, oder in Gedärmen, Verstopfungen in den Eingeweiden des Unterleibes, Würmer, oder eine schädliche Materie, welche nach übel geheilten Krankheiten im Leibe zurückgeblieben. Dahin gehören schlecht behandelte Wechselfieber, die gehemmte goldene Ader, ein voreilig gestopfter Bauchfluß, die unordentliche monatliche Reinigung, Stein in den Nieren, oder in der Urinblase, eine arthritische oder gichterische, oder venerische Schärfe, welche noch im Blute herum irrt. Von allen diesen Ursachen entsteht die Hypochondrie mit Materie.

Von der Vorsage.

So schwer das hypochondrische Uebel auch zu heben ist, wenn man es gleichsam aus Mutterleibe, mit auf die Welt gebracht hat, so leicht kann dasjenige, so man sich erst aus einer der drey gegebenen Ursachen gezogen hat, wieder gehoben werden, wenn man gleich anfangs, ehe es noch so sehr herangewachsen ist, in geschickte und emsige Hände geräth. Einige dieser Kranken, besonders wenn ihr Uebel in verstopften Gefäßen des Unterleibes steckt, können wohl

auch in sechs Wochen wieder hergestellt werden, einige haben eben so viel Monate nöthig, und andere müssen auch manche Jahre bis zu ihrer gänglichen Genesung abwarten.

Ueberhaupt sind diese Nerven Zustände mehr beschwerlich, als tödlich! Kinder, und Greise werden nicht leicht von der Hypochondrie angefallen; geschieht aber einmal, so ist sie bei Greisen unheilbar. Bisweilen erwächst sie auch zur gefährlichsten Krankheit, und tödtet in wenig Stunden. Ich hatte eine Frau, die von Krampfhaften Halswehen angefallen, und nahe ans Ende ihres Lebens gebracht wurde, trockne Schröpfköpfe an den Hals äußerlich angebracht, haben sie noch glücklich gerettet.

Wenn diese Nerven umstände mehrere Jahre fortwähren, so sieht jedermann leicht ein, daß der Leib geschwächt werden muß; vorzüglich wird derjenige Theil hart mitgenommen, welcher in dem die Anfälle wahrten, am meisten gelitten hat. Schlagfluß, Dampf, Lungenucht, und andere Krankheiten dieser Art sind die bösen Folgen. In der Länge bleibe die Hypochondrie ohne Materie nicht allein; gemeinlich gesellt sich die mit Materie dazu; und dann wird sie nur selten gehoben, es müßte denn seyn, daß sich die Natur durch Abweichen, goldne Ader, Erbrechen, monatliche Reinigung, oder andere Ausleerungen Hülfe schafft. Ein Mädchen so in dieß Uebel fiel, weil sie als Nonne nicht angenommen.

nommen wurde, litt 15 volle Monate die verschiedensten Anfälle. Eine Nacht machte dem Uebel ein Ende. Mit einem gewaltigen Erbrechen wurde die Materie aus dem Leibe geschafft, und die Krankheit mit Wechselfieber, oder auch andere Krankheiten haben schon manche Hypochondristen ihres langwierigen Uebels entlediget.

Nach einem Umlaufe gewisser Jahre geht mandymal auch im Nervensysteme eine heilsame Veränderung vor, ohne daß man eine andere Ursache angeben könnte. Lange hat der Arzt alle Mittel versucht; aber vergebens: Nun, ohne zu wissen, wodurch, genas der Kranke. Eine neue Veränderung hat der Natur Kraft und Gesundheit zurückgegeben. An schwangern Frauen läßt sich ein Begriff von dieser Veränderung machen. Das gesündeste Mädchen, so sich verhehlicht, fühlt Tags darnach Zahnwehen, Kopfschmerzen, Mattigkeit, Ekel, Beklemmung, die bewährtesten Mittel wollen nicht zureichen dem Uebel zu steuern, auch nur Linderung zu schaffen. Aber kaum ist die erste Hälfte der Schwangerschaft vorüber, als sich die schlimmen Zufälle auch ohne Arzeneien verlieren. Würde man die Ursache nicht in einer vorgegangenen Veränderung des Nervensystems auffuchen, so möchte wohl alles fernere Suchen vergeblich seyn.

Ich hatte mit Patienten zu thun, die einen trocknen Husten, einen schnellen Puls, und alle Kennzeichen eines ausgehrenden Fiebers an sich hatten.



hatten. Plötzlich änderte sich alles. Hunger, und Eßlust nach harten, schwer verdaulichen Speisen stellte sich auf einmal ein. Von Tag zu Tag wuchs Munterkeit, und Kraft, und eine vollkommene Genesung hob alle Zweifel eines Auszehrungsfiebers. — Es geschieht nicht selten, daß sich die Hypochondrie hinter der Maske einer Auszehrung birgt; gleichwie Verwechslung der Heilungsart überaus schädlich wäre, so kann man nicht genug Behutsamkeit anwenden, die eine Krankheit von der andern zu unterscheiden. Ist man einmal von der Nervenkrankheit befallen, oder fühlt man wenigstens große Anlage dazu, so hüte man sich vorzüglich die Lustseuche, oder nur auch den Tripper, sich aufzuladen. Durch dieses zweite Uebel würde das erste ungemein größer, und die Folgen, welche es nach sich zöge, könnten nicht anders, als höchst beschwerlich werden.

Werden Männer zwischen 30 und 40 Jahren, oder Frauen zwischen 40 und 50 Jahren von diesem Uebel angegriffen, so fordern sie eine große Aufmerksamkeit der Aerzte: denn es wäre dem Kranken sehr nachtheilig, wenn man an einer Nervenschwäche heilen wollte, da man zuerst auf die goldne Ader, oder monatliche Reinigung zu denken hätte. Nicht alle Uebel, wenn sie gleich von ähnlichen Fällen begleitet werden, muß man sogleich in die Reihe der Nervenkrankheiten setzen. Steckt Unrath im Unterleibe, so kann man wohl Ekel, Blähungen, Bangigkeit

gigkeit fühlen, aber darum ist es noch keine Nervenkrankheit. Manche Leute werden für hypochondrisch gehalten, so bald man aber Würmer gemahr wird, und dieselben von ihnen fortschaft, so ist ihre Hypochondrie geheilet.

Alles, so wir leiden, empfinden wir mit Hülfe der Nerven. Wollten wir nun alle Uebel, welche von einem schmerzhaften Reize unserer Nerven begleitet werden, in die allgemeine Klasse der Nervenkrankheiten bringen, so dürfte wohl in der ganzen Welt keine Krankheit seyn, der dieser Name nicht zufäme. Allein wer einmal die Beschreibung wahrer hypochondrischer Zufälle, so wie sie oben gemacht wurde, recht inne hat, der wird das Uebel nicht leicht verkennen.

Ehe ich noch von der Heilungsart dieser hartnäckigen Krankheit zu reden anfangte, muß ich die Leser erinnern, daß sie vergebens einen vollständigen Unterricht verlangen würden, der sie in den Stand setzte, in allen Fällen, welche dieß Uebel begleiten, ihr selbst eigener Arzt zu seyn. Sehr oft ist diese Krankheit so verworren, und ihre Erscheinung so in einander verflochten, daß auch kluge, und sehr erfahrene Aerzte, wenn sie nicht Fleiß und Aufmerksamkeit verdoppeln, getäuscht werden, und ganz eine andere Krankheit zu sehen vermuthen, wie die, welche wirklich da ist. Aber gesetzt auch, man kennt nun einmal daß das Uebel wahre Hypochondrie ist; ist darum auch die besondere Eigenschaft jegliches Körpers, und Temperaments bekannt? — thun auch alle Mittel allen Pa-
tienten.

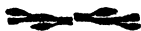


tanten in ähnlichen Fällen gut? — weis man sogleich, daß auch ähnliche Zufälle, und Empfindungen aus eben derselben Quelle entspringen? — Sehen nicht oft Krankheiten einander ähnlich, wiewohl die Quellen durchaus verschieden sind? wie leicht wird da geirret, nicht von Unerfahrenen nur, auch von Kunstverständigen? — und ein Irrthum dieser Art, welche üble Folgen kann er nach sich ziehen? — Es giebt sehr viele Umstände, die einen feine Aufmerksamkeit auffordern, und ohne lange Uebung, ohne viele vorhergehende Kenntnisse aus einem schriftlichen Unterricht über eine Art Krankheiten nicht können erlernt werden. Auch der geschickteste Arzt muß sie mit aller Genauigkeit und Behutsamkeit abwägen, ehe er sich zur Verordnung der Heilmittel entschließt.

Wer immer mit Nervenzuständen gequält ist, soll sich zur Regel seyn lassen, nicht stets bey andern Aerzten sich Rathes zu erholen, wie kann man sich versprechen, daß der neue Arzt den ganzen Fall auf der Stelle so übersehen kann, wie ihn der erste übersah, der sich schon seit etlichen Monaten sehr bemühet, die Natur des Kranken, wie die Beschaffenheit der Krankheit selbst kennen zu lernen, und die Heilmittel nach den Umständen selbst einzurichten? — Will der neue Arzt flug zu Werke gehen, so muß er gleich behutsam, als der erste, den Wegen der Natur, und der Krankheit nachspüren, Versuche anstellen, und mehr beobachten, als wirken.

wirken. Geschlecht es nun, daß sich einige Umstände verschlimmern, oder daß der Patient sogleich keine Linderung fühlt, dann wird er des zweiten Arztes, wie des ersten überdrüssig, und sehnt sich schon nach einem dritten. Dieser beständige Wechsel läßt keinem Arzte die gehörige Zeit, aus ordentlichen Versuchen ein allenthalben bestimmtes Urtheil zu fällen, und Niemand verliert mehr als der Kranke. Wenn man einmal aus dem Betragen eines Arztes schließen kann, daß er genaue Emsigkeit, und Liebe genug für das Wohl seines Patienten hat, dann gebührt sich, daß man das Vertrauen, so man ihm und seiner eignen Wahl schuldig ist, nicht sogleich auf das Gerede mancher Mütterchen hintansetzt.

Was nun aber Aerzten, denen es weder an Belesenheit, noch an Nachsinnen, noch an Erfahrung mangelt, dennoch so schwer zu kuriren wird, wie kann der Kranke aus wenigen Bogen sich so viel Geschicklichkeit erwerben, daß er dreiste entscheidet, wo der erfahrene Arzt noch schüchtern urtheilt? — Man wird sich des allgemeinen Irrthums nicht erwehren, aus ähnlichen Fällen auf eben dieselben Heilmittel zu schließen, die uns schon ein andermal Linderung geschafft haben; und dieser Irrthum wird ein kleines Uebel, so man zu heben gesinnt war, bis zur äußersten Lebensgefahr verschlimmern. Verschlimmerungen dieser Art sind so selten nicht, als man sich etwa vorstellt. Man hat einmal erfah-



erfahren, daß Schmerzen im Unterleibe, Blähungen, steigende Hitze durch Hofmannische Tropfen mit Bibergeilessen glücklich gehoben worden sind, und nun vermuthet man, ein sicheres Mittel zu haben, sobald sich ähnliche Empfindungen einstellen, dem Uebel zu steuern. Aber man bedenkt nicht, daß vielleicht eine kleine Gedärmentzündung eben diese Empfindungen hervorbringt, nimmt hoffnungsvoll zu den nämlichen Tropfen seine Zuflucht, vergrößert die Entzündung, und stürzt sich muthwillig in eine der gefährlichsten Krankheiten. Ist wohl jemand vermögend, seinem Leser in etlichen Blättern so viel Fähigkeit und Kenntniß beizubringen, daß er in verworrenen Fällen gehörig zu entscheiden, und angemessene Mittel richtig zu wählen weiß? — Welchen Nutzen, werden die Leser sagen, hat man denn von diesen Bogen zu erwarten? — Wenn ein Kranker sein Uebel kennen lernt, bey plötzlichen Anfällen Mittel weiß, die ihm heilsam sind, ohne jemals schaden zu können, einsieht, ob auch sein Arzt gehörige Mühe anwendet, eine Lebensart lernet, wodurch sein Uebel anfänglich gelindert, zuletzt auch gehoben werden kann, so denke ich, habe er Vortheils genug.

Von der Heilungsart der Hypochondrie ohne Materie.

Der Grundsatz aller Heilungsart hypochondrischer Krankheiten läuft da hinaus,
daß



daß man die Reizbarkeit der Nerven zu heben suche, sie mag ererbt, oder durch zufällige Ursachen erzeugt worden seyn: Nicht genug; zugleich sind auch die Ursachen aus dem Wege zu schaffen, durch welche die Nerven gereizt, und alle bis ist erwähnte Zufälle hervorgebracht werden. Zu diesem Ende reicht man stärkende Mittel, wodurch die Nerven gleichsam abgehärtet werden, um nicht so leicht von geringeren Ursachen in Unordnung zu gerathen. Diese Heilungssarr geht vorzüglich jene hypochondrische, oder hysterische Patienten an, deren Uebel ohne Materie ist; denn da ihre ganze Krankheit auf eine Schwäche des Nervensystems entweder den ganzen Leib durch, oder nur in einem Eingeweide, nämlich des Magens, der Gedärme, der Gebärmutter, und s. w. hinausgeht, kann man mit Grunde auf Mittel vertrauen die den geschwächten Nerven Kraft und Stärke wiedergeben. Dennoch müssen einige kleine Vorbereitungen nicht unterlassen werden.

Vollblütigen wird gleich anfangs der Kur zur Ader gelassen; theils weil man aus der Erfahrung weiß, daß alsdann die stärkenden Mittel bessere Wirkungen haben, theils weil man bey Vollblütigen ohne vorhergehende Aderlässe Gefahr läuft, das Geblüt, so von stärkenden Mitteln gereizt wird, irgendwo auf einen edlen Theil des Leibes zu treiben, woraus Entzündungen, und andere Uebel entstehen würden. Dennoch wäre es zu wünschen, daß man die Vollblütigkeit

E

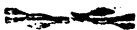
nicht



nicht so oft beschuldigte, dann auch, wenn sie ganz unschuldig ist. Manche sind durch wiederholte Ueberlässe in langwierige, und hartnäckige Nervenkrankheiten gestürzt worden

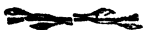
Ist eine Unreinigkeit irgendwo im Magen oder in den Gedärmen, so wird diese zuvor abgeführt, oder durch ein Brechmittel, so doch mit großer Behutsamkeit zu gebrauchen, aus dem Leibe gejagt, damit nicht der Unrath durch die stärkenden Arzeneien welche nun folgen sollen, unvorsichtig eingeschlossen, böse Folgen hervorbringe. Vor allen aber wird eine genaue oder strenge Lebensordnung angerathen, worauf es gewiß am meisten ankömmt, ob die Natur von schicklichen Arzeneien unterstützt, dem Uebel gewachsen seyn werde, oder nicht. Da hierin das Betragen des Patienten von größter Wichtigkeit und die Sache selbst dem unmedicinischen Leser die verständlichste ist, werde ich von dieser Lebensordnung umständlich handeln.

Hierinnen bestehen nun die wichtigsten Vorkehrungen, welche der Heilungsart unmittelbar vorhergehen, oder dieselbe auch bis ans Ende begleiten müssen. Sind diese richtig getroffen, dann folgen die Arzeneien selbst, denen das Uebel endlich gehorchen soll. Unter den stärkenden Mitteln sind Chinarinde, Eisenspäne, und die bittern Arzeneien; zu diesen letztern gehören vorzüglich Enzianen, Tausendguldenkraut, Kalmus, Alantwurzel, und s. w. Man nimmt sie bald in Pulvern, bald in Pillen, bald in Latwergen,
nun



nun als Tinktur, als Wein, als Tropfen, oder Mixture. Rückt der Sommer heran, dann müssen die Kranken Spaawasser, oder jenes aus dem Pyramonterbrunnen trinken; will auch dieses nichts nützen, so nimmt man seine Zuflucht zu riechenden Gummi, Armoniac, Galbanum, Asa, foedita, man versuche die Pomeranzenblätter, Balbrian, und s. w.

Man weiß so ziemlich, daß eben nicht sehr viele Hypochondristen sich einer vollkommenen Wiederherstellung zu erfreuen haben. Sind sie auch so glücklich, so geht es gemeiniglich sehr lange zu, daß man billige Gründe zu zweifeln hat, ob sie nicht ihre Genesung vielmehr einer gütigen Wirkung der arbeitsamen Natur, als den zur Heilung gereichten Arzneien zu danken haben. Wenn das Uebel einmal abgetobt, und die wirksame Natur eine glückliche Gährung hervorgebracht hat, dann unterbleibt freilich eine vollkommene Genesung nicht lange mehr. Das letzte Arzneimittel, so man oft zufälliger Weise, oder aus einer von Unwillen angewandt hat, weil es ein altes redliches Mütterchen, als ein bewährtes Hausmittel anrieth, gewinnt nun den ganzen Dank des Kranken, wiewohl er vermuthlich auch ohne dasselbe genesen wäre. War die letzte Gährung, wie es zu geschehen pflegt, noch von gefährlich scheinenden Zufällen begleitet, dann zweifelt Niemand mehr, die wunderwirkende Arznei hätte auf einmal Gefahr und Krankheit gehoben.



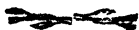
Ich will über die vorzüglichsten Heilungsarten hypochondrischer Krankheiten meine Gedanken eröffnen. Erhalten die Leser nicht, was sie vielleicht wünschen, nämlich vollkommen darin unterrichtet zu seyn, so kann ich sie doch vor manchen Misbräuchen warnen. In keiner Krankheit, als eben in dieser ist gewöhnlicher, allerley Mittel dem Kranken aufzudringen, einzureden, und mit Histörchen zu begleiten. Endlich läßt sich der Kranke überreden, denn er wird nun des langwierigen Siechens überdrüssig. Sehr oft ist er selbst Schuld daran, daß sich sein Uebel nicht bändigen läßt. Welcher Kranke hat endlich die Geduld durch einige Jahre die Arzeneien ordentlich fortzusetzen, auch an jenen Tagen, an welchen er sich übrigens wohl findet? und entschließt er sich noch zu Arzeneien, erhält man wohl auch eben so leicht von ihm, daß er durch eine geraume Zeit sich an die Vorschrift einer gehörigen Lebensordnung halte? Man kann dennoch nicht leugnen, es liege oft die Schuld in den verschlungenen Arzeneien selbst. Wenn man sich auf einige Beispiele, und Erfahrungen stützt, ohne genau abzumägen, ob das Mittel auch diesem Patienten, auch diese Dosis, auch in dieser Jahrszeit, auch in diesen Umständen taugt, dann kan es wohl schaden, anstatt zu nützen. So muß zum Beispiel derjenige, der sich während der Kur eine Unverdaung zugezogen hat, vom Gebrauche stärkender Mittel aussetzen, und ehe er denselben wieder erneuert,

die

die Materie aus dem Leibe schaffen, wenn er sie nicht einsperren, und das heilende Mittel in Gift verkehren will.

Die Arzneien selbst betreffend, sind weder die bittern Mittel, noch die Fiebereinde, und Eisenfeile nach Willkühr zu nehmen, Jedes Mittel muß den Umständen angemessen werden. Denen, die einen schnellen Puls haben, taugt die Fiebereinde besser, als Eisenfeile, oder bittere Arzneien. Denn die letztern würden das Fieber verstärken, welches dann leicht in ein hitziges übergehen, oder wegen der verstopften kleinern Gefäße in ein schleichendes ausarten, und andere Uebel nach sich ziehen könnte.

Die natürlichste Gestalt, worin Chinarinde genommen wird, ist wohl das Pulver, entweder allein, oder mit Syrup, auf Art einer Latwerge vermengt. Allein die meisten fühlen darauf Schwere im Magen, die nicht selten in Ekel übergeht. Daher ist es besser, aus dem Extracte derselben Pillen zu machen, oder kaltes Wasser auf die gestoßene Fiebereinde aufzugießen, und dann entweder Pillen, oder Aufguß zu nehmen. Die eines magern Körpers, und frei von Verstopfungen des Unterleibes sind, können den Aufguß mit Milch vermengen, wodurch sie zugleich genähret werden. — Phlegmatische Körper, deren Gesichtsfarbe bleich, und deren Fleisch aufgedunsen ist, macht die Eisenfeile gute Wirkung. Man kann sie gleichfalls wie die Fiebereinde in Pulver oder Latwerge nehmen. Weil



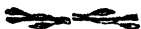
man aber insgemein auch hier über Aengstlichkeiten, und Schwere im Magen klagt, so wüßts schicklicher seyn, entweder den Extract der Eisenfeile in Pillen, oder die Tinctur von eben demselben zu nehmen. Der medicinische Wein aus Eisenfeile, China, Pomeranzenschale thut insgemein die beste Wirkung. Man läßt diese Species 24 Stunden in Wein digeriren, seihet ihn ab, und nimmt ihn lösselweise. Deren Puls nichtieberhaft ist, so daß ihr ganzes Uebel größtentheils in einer Schwäche des Magens und der Gedärme besteht, denen wird der Extract von Chinarinde mit dem Extracte von Enzianen, Chamillenblumen, Kalnus, oder Alantwurzel, und s. w. in Pillen gegeben, großen Nutzen schaffen.

Ich habe mit Bedacht diese wenige Ideen entwickelt, weil sie manchnial den Leser leiten mögen. Wenigstens wird er behutsam genug werden, nicht sogleich auf das Einrathen eines Unverständigen ein Mittel zu versuchen, so ihm schädlich werden kann. Das nämliche, so meinen Freund geheilt hat, kann vielleicht mich tödten, oder mein Uebel vergrößern. Er hats gebraucht, es half; — das giebt noch keinen richtigen Schluß: also wüßts auch mir helfen.

Kalte sowohl, als warme Bäder haben ihre eigene Bestimmung. Daß kaltes Wasser stärkt, ist außer Zweifel. Bey einer allgemeinen Schwäche des Leibes kann es, mit gutem Vortheile gebraucht werden. Die Alten bedienten sich desselben

selben sehr oft, und fanden sich wohl. Allein Behutsamkeit ist nun so viel nothwendiger, je sicherer das kalte Bad in manchen Umständen schaden würde. Magern, oder Pollblütigen, besonders wenn sie Verstopfungen in irgend einem Eingeweide haben, ist kaltes Baden un-
gemein schädlich; wenigstens kann man nicht sicher seyn, ob nicht eine Schärfe der Gäfte, oder in den feinsten Gefäßen eine Verstopfung zugegen ist. In beiden Fällen würde der Kranke Gefahr laufen, entweder die Schärfe auf ein edleres Eingeweid zu treiben, oder die Verstopfungen durch einen größern Anlauf des Blutes bis zur Entzündung zu verschlimmern. Sollten wir aus diesen Gründen zweifeln, ob uns das kalte Bad taugen würde, so dürfte die kluge Vorsicht, den Leib mit kaltem Wasser zu waschen, eingerathen werden. Nach einem solchen, wenigstens nicht eben so schädlichen Versuche könnte man denn auf die Wirkung des kalten Bades schließen.

Fette Körper, wenn sie nicht vollblütig sind, oder keine Verstopfung in irgend einem Eingeweide unterliegen, haben vom kalten Bade keine schlimmen Folgen zu befürchten, hingegen können sie auf eine allgemeine Stärkung der Nerven sichere Rechnung machen. Kann es Magern, und Blutreichen die Woche nur zweimal, höchstens dreimal erlaubt werden, so dürfen jene kein Bedenken tragen, auch täglich zu baden; allein das sieht jedermann leicht ein, daß man



es ohne oben erhitzt zu seyn, und nur bey warmer Witterung brauchen müsse.

Die vom kalten Baden keine Hülfe zu hoffen haben, nehmen ihre Zuflucht zum warmen Bade, oder zu Sauerbrunnen, und mineralischen Wassern. Man würde sehr erdentlich zu Werke gehen, wenn man sich auf einmal, und beynähe zu gleicher Zeit allen diesen Mitteln vertrauen wollte. Auch der geschickteste Arzt kann vorhinein für die Tauglichkeit, und Wirkung seines Mittels nichts gewisses angeben. Er schlüßt aus den Umständen auf die größere Wahrscheinlichkeit, und beobachtet mit vieler Klugheit alle Erscheinungen währendem Gebrauch eines Mittels, um bey Zeiten wieder zurückzuziehen, so bald er wahrnimmt, daß man der anfangs gehofften Wirkung nicht länger mehr zu warten habe.

Gleichwie die Nerven durch kaltes Wasser gestärkt werden, also werden sie durch warmes geschwächt. Dieserseits haben sich also hypochondrische Kranken keine Vortheile von warmen Bädern zu versprechen, Allein da sie mineralisch sind, und gemeiniglich Schwefel und m. d. führen, stärken sie entweder durch die mitgeführten Theile, oder zertheilen, was irgendwo in kleinen Gefäßen des Körpers sitzt. Nur wäre es zu wünschen, daß man die Badekur mit einer bessern Lebensordnung, als es insgemein in Bädern zu geschehen pflegt, verbinden möchte, damit nicht durch das eine niedergerissen werde, was
durch

durch das andere gebauet wird. Man genüßt mehrere Speisen, trinkt stärkere Weine, setzt sich am Abend kühlen Lüften aus. Die Folge des überladenen Magens, der gemeiniglich durch warme Bäder geschwächt wird, ist Unverdaunung, wodurch Ausartung der Säfte erzeugt wird; da indessen die kührende Abendluft fränklichen Leibern die Ausdünstung hemmt, und schlimmern Krankheiten Stoff giebt, als die waren, welche zu heilen man die Badekur unternahm.

Es verdient allerdings untersucht zu werden, was man von Karlsbad, Schwalbach, und Spaa, zu halten habe; theils damit diejenigen, welchen diese Heilungsart zu kostbar ist, an ihrer Genesung nicht verzweifeln, theils damit die, welchen solche Orte angerathen werden, nicht zu sehr auf die Wirkung ihrer Wasser vertrauen, und die übrigen Mittel, die sie zu Hause um leichten Preis haben könnten, nicht mit Verachtung stoßen.

In Nervenzuständen ohne Materie wird ohnehin Niemand ans Karlsbad denken; und überhaupt von den Sauerbrunnen zu reden, bin ich der Meinung, daß gewiß die geringsten Vortheile von ihrer selbst eigenen Wirkung, die meisten von den Nebenumständen, wovon der Gebrauch derselben begleitet wird, zu erwarten sind. Man wird sich überzeugen können, wenn man die Eigenschaften solcher Wasser untersucht. Denn entweder kommt das Wasser selbst, oder dessen Kälte, welche gewiß stärkende Kraft hat,



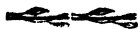
oder die wenigen Grane Mittelsalz, und Eisens, die in jeder Flasche entdeckt werden, oder endlich ein gewisser Mineralgeist in Betrachtung, welcher im Grunde nichts weiter ist, als die fixe Luft mit einer subtilen Säure gesättigt. Ob dieß letztere eben so viele Stärke mittheilen kann, als man von diesen heilsamen Brunnen insgemein erwartet, will ich nicht entscheiden; aber das weiß ich, daß Kranke, die an Blähungen von einem schwachen Magen, an einer hieraus entstandenen Säure, am Schwindel leiden, sehr oft sich auf solche Wasser übel finden. Uebrigens wird man die heilende Kraft, welche man von dem Wasser selbst, oder dessen Kälte erwarten mag, gewiß unsern heimischen Wässern nicht absprechen können. Den größten Unterschied scheint Eisen- und Mittelsalz anzugeben; aber auch dieses vergebens, denn man kann eben dasselbe Salz in unserm Wasser auflösen, eben so viel Grane aufgelöstes Eisen darunter mengen, daß wir von dieser Seite nicht nur nichts verlieren, auch gewinnen können, wenn wir für nöthig erachten sollten, die Dosis des Mittelsalzes zu vergrößern.

Bei Untersuchung der Flaschen, wie schwach, wie kraftlos finden wir oft das Wasser, so doch des hohen Preises wegen keine geringen Vortheile leisten sollte? — Unterdessen bin ich nicht gesinnt, die guten Wirkungen, die manche von dem Gebrauche dieser Sauerbrunnen erfahren haben, anzustreiten, nur bin ich geneigt, das
Meiste



Meiste derselben den Nebenumständen zuzuschreiben. — Wenn der Kranke nach Spaa. oder nach Karlsbad reiset, dürfte nicht schon die Zerstreuung der Ideen, die Erschütterung im Wagen, die Mannigfaltigkeit der Gegenstände, die Luftänderung, der Reiz wechselnder Aussichten, die Entfernung mühsamer Geschäfte zur Wiederherstellung und Stärkung der Nerven beitragen? Am Badorte selbst, wie sehr ist alles verändert, Luft, Nahrung, Beschäftigung! — Man steht früher auf, athmet reinere Morgenluft, stärkt sich mit kaltem Wasser, bewegt sich mehr, ordentlicher, findet neue, angenehme Gesellschaft, ist frey von Arbeit, Sorgen, Verdrücklichkeiten, beobachtet, will man ernstlich genesen, genauere Lebensordnung, und genüßt mit freyerm Herzen alle die Erleichterungen, welche die Einwohner dieser Badorte ihren Gästen gern zu machen pflegen. Sollte man von diesen Umständen, alle zusammen genommen, nicht mehr Wirkung erwarten, als von etlichen Granen Mittelsalzes, oder von der fixen Luft mit Mineralsäure gesättigt?

Vielleicht dürfte man sich von etlichen Gläsern kaltes Wasser, oder wenn es doch seyn muß, herbeigeschaften Spaawassers zu Hause, noch sicherer irgendwo in einer ländlichen Gegend eben dieselben Vortheile, wie zu Spaa selbst, versprechen. Allein man müste gerade so hier, wie in Spaa leben. Bewegung, Luftveränderung, reizende Aussichten, Lebensordnung, Zerstreuung,



ung, und sorgenlose Ergehung sind eben nicht an Spaa gebunden. Kaum als man erwacht Fasse nehmen, den Tag zwischen Kummer, und Gezänke theilen, das Gemüth mit Nachdenken anstrengen, stets hinter einander arbeiten, sitzen, und dennoch den Magen überladen. Abends am Spieltische die Zeit zubringen, zwischen eben denselben Stunden, und Ideen ohne Ermunterung, ohne Zerstreuung, ohne Veränderung, schläfrig harren, und bey dem allen von einem mineralischen Wasser gleich große Wirkung erwarten, als hätte man es selbst an der Quelle getrunken, ist freilich unisonst gewartet.

Kluge Aerzte sehen oft die Unmöglichkeit ein, zu Hause alle diese Vortheile herbeizuschaffen; eine Unmöglichkeit, welche nicht selten von Umständen, welche nicht leicht abgeändert werden können, noch öfters aber von der Unthätigkeit, oder von dem Eigensinn ihrer Patienten abhängt, die sich ungezwungen ihrer lange angewöhnten Lebensart, und ihren täglichen wiederkehrenden Umständen nicht entreißen wollen. Daher sehen sich Aerzte sehr oft in der nothwendigen Lage, ihre Kranken nach Spaa reisen zu lassen, damit sie gezwungen sind, anderswo das aufzusuchen, wofür ihnen zu Hause ekelte. Im Grunde ist es einerley, ob der Patient dem Wasser, oder den Nebenumständen, oder beiden zugleich seine Heilung zu danken habe. —

Wenn nun aber nach allen angewandten Mitteln das Uebel hartnäckig bleibt? — dann
ist

ist noch der einzige Rath übrig; eine bescheidene Lebensordnung fortzusetzen, nur dringenden Fällen zu steuern, und alles übrige der gütigen Natur zu überlassen. Es ist dieß die schlimmste Eigenschaft der Hypochondrie, daß sie manchmal alle Kunst der Aerzte und aller Willsfähigkeit der Kranken auslenkt. Man hat den Heilungsweg ordentlich eingeschlagen; der Kranke ließ sich durch Jahre nicht verdrüßen, der Vorschrift geschickter Aerzte zu folgen; aber umsonst, das Uebel harret noch, unbeweglich, unbändig, ohne daß weder der Arzt, noch der Patient Schuld hätte. Denn wir stoßen in unserm Leben auf Jahre, die Veränderungen im Leibe, und vorzüglich in den Nerven mit sich führen. Die Uebel, welche hieraus entstehen, weichen keinen der bekannten Mittel, und unbekannte Mittel wagen wollen, wäre nichts anders, als sich der gewissesten Gefahr ergeben, die Sache ungemein zu verschlimmern. Hat das Uebel einmal ausgetobt, ist die Natur in ihrer Arbeit durch widerige Arzeneien nicht irre geworden; dann verliert sich nach und nach früh, oder spät, und läßt uns im Dunkeln, wodurch es eigentlich gehoben wurde. In diesem Falle habe ich oft bey Kranken durch Unthätigkeit und Vertrauen auf die wirkende Natur mehr gewonnen, als wenn ich sie mit den heilsamsten Arzeneien überhäuft hätte.

Zwar sind manche der Meinung, in solchen Umständen könne man mit dem Mohnsaft Versuche



suche machen, damit die allzureizbaren Nerven stumpf, und weniger empfindsam würden. Allein dieses Mittel ist nie anders, als mit der größten Behutsamkeit anzuwenden; denn nützt es nicht, so kann es gewiß ungemein schaden. Ein sehr mäßiger Gebrauch vom Kampfer, oder Biesam kann in diesen Fälle gute Wirkung haben, nur muß man nicht bey jedem krampfhaften Anfälle, so gering er auch ist, zu solchen Mitteln seine Zuflucht nehmen; denn ein unmäßiger Gebrauch derselben schadet mehr, als der mäßige nützt,

Die merkwürdigste Veränderungen in unserm Leibe pfliegen bey Männern zwischen 30 und 40, bey Frauen zwischen 40 und 50. Jahren vorzugehen. Würde man da aus einem häufigen, blassen Urin, oder aus Krämpfungen im Halse, oder im Unterleibe, aus andern hypochondrischen Kennzeichen sogleich auf eine Schwäche, und übertriebene Reizbarkeit der Nerven schließen, und die Patienten auf die erst erwähnte Art behandeln, so wäre die Krankheit verkennt, und das Uebel würde langwährend, hartnäckig, vielleicht auch unheilbar werden. Die Quelle dieses Uebels in den angegebenen Jahren ist gemeiniglich die goldne Ader, oder die monatliche Reinigung. Noch beklage ich einen Mann, der immer noch mit einem langwierigen Uebel ringt, so ihm die Verfehrung der Heilungsart in diesem Falle zugezogen hat

Von



Von der Heilungsart der Hypochondrie mit Materie.

Die Hypochondrie mit Materie, kann nicht auf einerlei Art geheilet werden; denn gleichwie die Materie oder die Ursache verschieden ist, so muß es auch die Heilungsart seyn. — Sinds Verstopfungen in der Leber, in dem Milze, oder in dem Gefröse. die krampfhafte Anfälle erregen, so zielt nothwendig die vornehmste Sorge dahin, daß diese Ursache gehoben werde. Zu diesem Ende taugen die Seifenpillen mit riechendem Gummi, und Rhabarber vermengt. Aber ihre Wirkung ist langsamer Art, und daher muß man in deren Gebrauche auch durch eine längere Zeit nicht ermüden. Die sich etwa mit diesem Pillen nicht vertragen können, mögen Glasers Polichrest, oder das Schwannensalz, oder jenes vom Karlsbade an deren Stelle nehmen. Gelinde Reibungen des Unterleibes, wenn der Magen leer ist, nebst einer gehörigen Lebensordnung sind ein leichtes, und in die Länge kräftiges Mittel. Von jeher hat man Kranken dieser Art das Karlsbad angerathen, da aber aus vielen nicht einer selbst nach Karlsbad hingehen kann, so muß man sich in seiner Heimat, das ist zu Hause, dieses Mittel so gut bedienen, als es möglich ist. Zu diesem Ende kann man eine Dosis Karlsbadersalzes in frischem Wasser aufgelöst täglich nehmen, und dabei bedacht seyn, durch Bewegung, und angenehme Zerstreuung auch in Ansehung



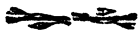
sehung der Nebenumstände so viel möglich ist, sich schadlos zu halten. Wollte man diese Mittelsalze noch kräftiger wirken machen, so könnten sie in einem Getränke von Cichorie, und Köhrlkrautwurzeln aufgelöst werden. Auch der Saft von auflösenden Kräutern gepreßt, wenn er nicht die Blähungen zu sehr vermehrt, ist von heilsamer Wirkung. Diejenigen, deren Vertrauen größer ist, je kostbarer die Mittel sind, können sich in diesem Falle des Selzerwassers bedienen, so gleichfalls eine auflösende Kraft hat.

Ueberhaupt verdient die Behutsamkeit anempfohlen zu werden, daß man mit allen diesen Mitteln nur in kleiner Dosis anfangt, hieraus wird sich zeigen, ob sie die Natur verträgt, ob man sie fortsetzen, die Dosis vergrößern, oder ganz verwerfen soll. Vollblütigen, deren Puls schnell läuft, besonders wenn sie öfters von Hitze befallen werden, müssen sich der erwähnten Pillen enthalten, weil sich von denselben ein Fieber entzünden möchte. Der Gebrauch von Mittelsalzen würde ihnen heilsamer und sicherer seyn; man kann sie mit Sulzen, mit jener besonders von Hollunder vermengen, und dann im Frühjahr die Molken trinken. Die Ursache ist klar, weil man entweder die scharfen Säfte umändert, oder die Verstopfungen kleiner Gefäße durch verdünnende und auflösende Arzeneien heben will. Auch wäre hier der Fall, in welchem man sich erweichender innerlicher Mittel, oder äußerlicher Bäder, wie jenes der Donau ist, doch vorsichtig, bedie-

bedienen könnte. Aber alle Nervenkrankheiten auf diese Art behandeln wollen, heißt viele Kranke noch größern, auch unheilbaren Uebeln aussetzen. Man mache den Versuch bei einer schwachen reizbaren Frau, man gebe ihr Mosten, lasse sie im lauen Wasser baden, gar bald werden sich Mattigkeiten, und Zuckungen einfinden. Denn alles schadet ihr, was die festen Theile des Körpers schlapp macht: Auch das stärkste Leder wird durch warmes Wasser erweicht, wie viel grösser muß dessen Wirkung auf unsern Leib seyn? Der Mißbrauch des warmen Donaubades, zumal im Sommer, kann also Personen dieser Art nicht anders, als nachtheilig seyn.

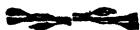
Allen diesen Auflösungen muß noch bisweilen ein abführendes Mittel zu statten kommen; aber kein anders, als welches von sehr gelinder Art ist, damit nicht ein allzustarker Reiz große Unordnung hervorbringe, Verstopfungen, die einmal veraltet, u. gleichsam verjährt sind, zumal mit Ernste angreifen, ist niemals rathsam. Man ruft nicht selten Krankheiten herbei, welche den Tod bringen. In solchen Fällen müste sich der Kranke mit einer lindernden Heilungsart zufrieden geben. Hat es aber der arbeitenden Natur, und den unterstützenden Arzeneien gelungen, die Verstopfungen gänzlich zu heben, dann müssen die Gefäße auf eben die Art gestärkt werden, welche schon bei der Hypochondrie ohne Materie beschrieben worden ist.

Wer von hypochondrischen Leuten Krämpf-
 D ungen



ungen und Zusammenziehungen im Halse, oder Krämpfe auf der Brust vom stockenden Schleim fühlet, daß der zähe Schleim preßt und nicht fort will, und wie ein Pflock oder Knoten im Halse zu stecken scheint, der nehme ein halb Mößel ganze Gerstengraupen und giesse zwei Kannen Brunnenwasser darauf, laße es mit den halben Mößel Gerstengraupen etwas einkochen, aber nicht viel, alsdenn seihe er das gekochte Graupenwasser durch ein reines Tuch, und trinke täglich, bis zur völligen Besserung, diese zwei Kannen Gerstengraupenwasser, der wird gewiß nach und nach Linderung und Heilung finden, und Pressung und Stockung auf der Brust und im Halse des zähen Schleims los werden. Das Biertrinken muß ein solcher Hypochondrist oder hysterisches Frauenzimmer aussetzen, und nur bysweilen ein Glas abgegohrnes Bier mit trinken, weil sonst die Blähungen und Pressungen im Halse und auf der Brust veranlaßt werden. Dieses vortrefliche Mittel merke man sich besonders. -

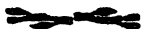
Verstopfungen sind nicht die einzige Ursache der Hypochondrie mit Materie; oft ist es eine rheumatische oder gichtische, oder scorbutische, vermischte Schärfe, die im Gebälge herumirrt; oft sind es Würmer, oft Stein, oder Sand in den Nieren, am öftesten die goldne Ader, oder monatliche Reinigung. Was es nun immer für ein Uebel ist, das muß behutsam gehoben werden, ehe man sich der stärkenden Mittel bedient, den Nerven ihren gehörigen



gehörigen Ton wieder zu geben. Wollte ich die Arten, alle diese Uebel zu heben, hier umständlich beschreiben, so würden hieraus gleich viele neue Abhandlungen erwachsen; jedes für sich ist fast eine Krankheit, und ich begnüge mich in diesem geheimen und goldnen Buche für Hypochondristen und hysterische Frauenzimmer nur so viel Licht angezündet zu haben, daß sie sehen mögen, wie sehr man auf Universalmittel vertrauen könne, denen sich hypochondrische Patienten, wenn sie einmal ihres langwirigen Uebels überdrüssig sind, am Ende gemeiniglich überlassen.

Welches Mittel ist auch zureichend, allen den verschiedenen oft sich widersprechende Ursachen der Hypochondrie auf eben demselben Wege zu begegnen? Es ist freilich bitter, nach vielen lange gebrauchten Arzneien weiter nichts gewonnen zu haben, als daß man förmlich zu einem Hypochondristen erklärt, und das Uebel, welches man so lebhaft fühlt, größtentheils einer verkehrten Einbildung zugeschrieben wird; aber darum zu Universalmitteln seine Zuflucht nehmen, wäre eben so viel, als einem noch gewissern Uebel, und viel sichersten Gefahr in die Arme laufen, seinem siechen Leben nie wieder, als durch den Tod ein Ende zu machen. —

Was ich bisher angab, war die ordentliche Heilungsart in Nervenkrankheiten. Allein es giebt auch dringende, oder sehr beschwerliche Fälle, in welchen man auf der Stelle Linderung und Hülfe wünscht. Der Dampf, Ohnmach,



zen, Zuckungen, fordern gegenwärtige Mittel. Man sehe daher zuerst, ob die Kranken vollblütig sind: in diesem Falle muß man vor allen übrigen Dingen zur Ader lassen. Ich rathe dieß an, ohne darum den Mißbrauch zu billigen, nach welchem sich manche Kranke bey jedem leichten Anfalle vorzüglich des Schwindels wegen, aus Furcht, daß nicht ein Schlagfluß daraus folge, sogleich eine Ader öffnen lassen. Durch solche unzeitige Aderlassen wird ohnstreitig das Uebel verschlimmert, und hartnäckiger gemacht. Ueberhaupt wäre es zu wünschen, daß einmal diesem Mißbrauch gesteuert würde. Man nimmt wohl die Vollblütigkeit weg, aber die festen Theile werden schwächer, und geben zur neuen schädlichen Vollblütigkeit Anlaß. Es würde viel klüger seyn, wenn man sich an eine mäßige Lebensordnung hielte, und durch angemessene Arbeit, oder Bewegung der Vollblütigkeit, zuvorkäme. Ist nuu die Aderlaß, im Fall sie nothwendig war, vorbei, wird dem Patienten zu gleicher Zeit freie, reine Luft verschafft, dann kommt man mit andern Mitteln zu Hülfe, wenn sie nicht gleich anfangs konnten angebracht werden: riechende Arzeneien, als Asand, Bibergeil, Hirschhorngeist, Kampfer vor die Nase gehalten, wie auch etliche Tropfen vom Hirschhorngeiste mit Agstein, und in einem Löffel voll Wasser gereicht, leisten gute Dienste. Ein Klystier von abgekochten Chamillenblumen, worunter etwas Asand, oder Bibergeil gemenget worden, ist von vortreflicher

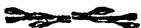
licher Wirkung. Andere zünden Muskatblüten, Bänder, Federn an, und lassen den Dampf in die Nase steigen. — Allein viele Kranke können dieses riechenden Zeuges nur wenig, oder nichts vertragen, ihr Kopf wird zu sehr davon mitgenommen, und das Uebel verschlimmert. In diesem Falle würde man sich eines starken Eßigs oder kalten Wassers, so man in das Angesicht sprüht, füglich bedienen. Dem Patienten zuzurufen, bringt bisweilen einige Veränderung in seinen Nerven hervor. In manchen Umständen ist man wohl auch gezwungen dem Nacken blasenziehende Pflaster anzulegen, damit durch einen neu erregten Schmerzen, der heftig genug ist, an einem andern gefährlichen Orte der Krampf gestillt werde. Ueberhaupt habe ich gefunden, daß Eßiggeruch, kaltes Wasser, und ein Klystier die sichersten Mittel sind. Denn sie haben wenigstens die vortrefliche Eigenschaft, unschädlich zu seyn, da hingegen andere Mittel sehr nachtheilig werden können, wenn man sich nicht durch eine reife Erfahrung die Fertigkeit erworben hat, eine sichere, und den Umständen angemessene Wahl der Mittel zu treffen. Blähungen und Aufstoßen, sind die gewöhnlichsten Begleiter der Hypochondrie. In dringenden Fällen gesellte sich eine Kälte, und Starre der Glieder, ein beschwerlicher Schwindel, und eine so außerordentliche Bangigkeit bey, daß die Kranken dafür halten, den Tod nahe zu haben. Der Urin,



welcher häufig und blaß abgeht, zeigt an, daß der Anfall hypochondrisch ist.

In diesen Umständen wollen sich einige mit den Hofmannischen Tropfen, oder mit dem süßen Salpetergeist helfen; andere nehmen ihre Zuflucht zum Kümmelwasser, wiederum andere, wenn besonders eine Kolik, oder ein Magenkrampf das Hauptübel ist, suchen Hülfe bey dem sogenannten guldnen Salbeimasser. Bisweilen haben diese Mittel gute Wirkung, aber zur Unzeit genommen, bringen sie Entzündungen, und andere Uebel hervor. Weit geschwinder, und öfter sah ich alle die erwähnten Anfälle weichen, wenn der Patient ein Quentgen Krebsaugen, und darauf etliche Tassen Schafgarbenaufguß trank. Setzen sie noch die Füße in warmes Wasser, oder hüllten sich dieselben in warme Tücher ein, dann gab das Uebel noch schneller nach. Wenn man so verfährt, wird die Säure, welche den Magen einnahm, gedämpft, der gleiche Umlauf des Bluts durch alle Theile hergestellt, und die Ausdünstung befördert, wodurch das ganze Uebel gehoben wird. Eben derselbe Schafgarbenaufguß kann auch statt eines Klystiers taugen, wenn heftige Bauchschmerzen mit verbunden sind.

Auf diese Art verfährt man weit sicherer, als mit allen obgedachten Mitteln, wenigstens gewinnt man sehr viel schon in dieser Absicht, daß sie die Anfälle gewiß erleichtern, ohne eine etwa verborgene Krankheit zu erwecken. Durch ein Beyspiel wird die Sache deutlicher werden. Klei-
ne



ne Umstände, und Veränderungen des Wetters ziehen oft hypochondrischen Leuten große Ungelegenheiten zu. Seine Füße werden naß, oder ein kaltes Wetter fällt plötzlich ein, ohne daß er Zeit und Gelegenheit hatte, mit gehörigen Kleidern sich dawider zu schützen. Er merket es gleich, denn die Ausdünstung tritt zurück, und die reizbaren Nerven leiden zuerst. Noch weiß der Kranke, vielleicht auch der Arzt nicht, daß schon ein Schnupfen, ein Husten, ein Rheumatismus heranrückt. Krebsaugen und Schafgarbenaufguß verringern ohne weitere Gefahr seine krampfhaften Anfälle. Aber man gebe ihm an deren Statt Hofmannische Tropfen, Salpetergeist, Rimmelwasser, oder andere hitzende Arzeneien; seine Nervenankfälle werden gelindert, er fühlt sich erleichtert; hingegen ist vielleicht eine Lungenentzündung, ein hitziges Fieber, oder sonst ein ähnliches Uebel die Folge der gegenwärtigen Erleichterung. Nicht immer wird man den Gebrauch hitzender Arzeneien so theuer bezahlen; aber schlimm genug, daß man es manchmal in seinem Leben dahin bringt, noch schlimmer, wenn schon die erste böse Folge zugleich die letzte ist.

Mit gutem Vorbedacht rathe ich die Krebsaugen, oder das Pulver von gereinigten, aber nicht gebrannten Austerschalen an, denn ich habe bemerkt, daß solche Kranke meistens eine Säure im Magen haben. Ich war der dreizehnte Arzt einer Frau, welche die herrlichsten Nervenstär-



henden Mittel versucht hatte. Ich rieth ihr täglich ein Loth Krebsaugen zu nehmen, und kaltes Wasser darauf zu trinken. Auf der Stelle hörten jedesmal ihre Zufälle auf. Wenn sie von sich eine genaue Lebensordnung erhalten könnte, so zweifle ich gar nicht, sie würde in kurzer Zeit ihres Uebels ganz entledigt seyn. Eine Menge Beobachtungen an verschiedenen Kranken dieser Art bestärkte mich in meiner Meinung. Sie erfahren von keinem der gewöhnlichen Mittel die gewünschte Hülfe, bis sie sich zu solchen verstanden, welche die Säure verschlingen. Krebsaugen täglich in zureichender Menge genommen, und eine genau beobachtete Lebensordnung ohne andere Arznei gaben ihnen nach einiger Zeit die Gesundheit wieder, welche sie lange zuvor in den kostbarsten Arzneien vergeblich gesucht haben. Ich kann demnach nicht oft genug wiederholen, daß man auf die Säure, welche sehr oft mit ins Spiel gemengt ist, ein sehr achtsames Auge haben, und seine Heilungsart darnach einrichten müsse.

Unverdaung bringen oft die schrecklichsten Zufälle auf. Alle angewandten Mittel helfen wenig, oder nur auf eine sehr kurze Zeit, wenn man nicht erstlich durch ein gelinde abführendes Mittel den Unrath hebt, und dann erst den Magen zu stärken sucht. Man würde sehr irren, wenn man zuerst mit Vermuthessen, oder andern Elixiren den Magen zurechte bringen wollte. Damit wäre die Unreinigkeit noch nicht aus dem Leibe geschafft, vielmehr der Wolf in den Schafstall einge-

eingesperret. Dennoch ist nichts gewöhnlicher, als daß man zuerst nach solchen Magenstärkenden Mitteln langt. Man hat sie gemeinlich zu Hause, und ehe man noch einen Arzt zu Rathe zieht, hat man schon ein kleines Uebel zu einem ungleich größern erhoben. Es wäre weit klüger, so lange man zweifelt, ob noch Unrath steckt, der auszuschaffen ist, einige Tassen Schafgarbenaufguß, den ich in den meisten Nervenzufällen dienlich fand, zu nehmen.

Hingegen muß man sich auch vor dem entgegen gesetzten Misbrauch hüten, nicht immer nach ausführenden Mitteln zu greifen. Die meisten hypochondrischen, oder hysterischen Kranken haben von Verstopfungen zu leiden; ein öfterer Stuhlgang verschafft ihnen Erleichterung, und wenn ihn die Natur nicht hervorbringt, sucht man denselben durch abführende Mittel zu befördern. Ich leuge nicht, daß man jedes Mal eine augenblickliche Linderung hat; aber hiemit ist noch dem Uebel nicht gesteuert, vielmehr gewinnt es immer neue Kräfte. Denn der Reiz, welchen die abführenden Mittel nothwendig erregen, nimmt die Nerven des Magens sowohl, als der Gedärme von Zeit zu Zeit ärger mit, und die krampfhaften Anfälle, welche man kaum gestillt zu seyn vermuthet, kehren geschwinder und stärker zurück. Allein, die an Verstopfungen leiden, rathe ich an, sich vielmehr durch Klystiren, als durch abführende Arzneien den Leib zu öffnen;



denn dadurch wird der Magen samt dem größten Theil der Gedärme verschont bleiben.

Was ich bisher von der Heilungsart hypochondrischer Krankheiten erwähnt habe, wird unmedicinischen Lesern zureichen, sich in manchen Fällen, da es nothwendig ist selbst zu rathen, oder vor Misbräuchen zu hüten, die bey langwierigen Krankheiten, in welchen man gemeiniglich alles versucht, nur gar gewöhnlich sind. In alle die Kleinigkeiten, und Feinheiten hinein zu gehen, die noch überdieß erfordert werden, setzt eine vollkommene Arzneiwissenschaft voraus; wer diese nicht so weit gebracht, der kann diese Kleinigkeiten und Freiheiten nicht leichtlich fassen, wer aber in der Arzneiwissenschaft erfahren ist, der kann leicht meines Unterrichts entbehren.

Von der Lebensordnung der Hypochondristen und der hysterischen Frauenzimmer.

Die Lebensordnung, als der wichtigste Theil meines igiten Unterrichts für hypochondrische und hysterische Menschen ist noch übrig, und zwar darum, weil die Lebensordnung an sich in Nervenkrankheit mehr noch als die kostbarsten Arzneien gilt, sondern auch, weil sie den Lesern und Leserinnen faßlicher und brauchbarer seyn wird, als was bisher von der Heilungsart nur überhaupt vorgetragen, und gleichsam nach der Einsicht derjenigen, die in der Arzneiwissenschaft unerfahren sind, abgewogen wurde.

Die



Die Lebensordnung bezieht sich nicht nur etwa auf die Nahrung allein, auch die Luft, Witterung, Bewegung, selbst der Schlaf, die Leidenenschaften des Herzens, die Ausleerungen des Körpers müssen hiebei in Beobachtung kommen. Jeder dieser Gegenstände fodert die Aufmerksamkeit des Patienten, und gewisse Verhaltensregeln, nach welchen er sich zu richten hat, wenn er seiner schwächlichen Gesundheit ernstlich zu statten kommen will. Glückselig ist derjenige, dem Natur, oder Abhärtung einen so dauerhaften Leib bescheret hat, daß er die Abweichung von einer genauen Lebensordnung nicht fühlt; er braucht diese medicinische Regeln nicht, deren Beobachtung einem schwachen oder allzureizbaren Leibe unentbehrlich ist. Nichts destoweniger gewinnt auch die dauerhafteste Natur, wenn sie dieselben nicht ganz ihrer Achtung unwerth hält. Eine fortwährende Gesundheit, und ein grünes Alter würden vermuthlich die angenehmen Folgen seyn, die sich der gesunde und starke Körper aus einer ihm angemessenen Lebensordnung versprechen könnte. Aller Unordnung auszuweichen, werde ich einen Gegenstand nach dem andern behandeln.

Die Luft.

Die Luft, ein zum Leben nöthiges Element, hat ungemein starken Einfluß auf jeden Körper; aber vorzüglich -- osfinden die Patienten ihre Wirkung. Also soll dem Kranken keine Sorge überflüssig scheinen, dieselbe so viel möglich ist, rein zu



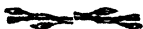
zu erhalten. Es finden sich allgemeine Hindernisse in Rücksicht auf die reine Luft, welche eine Privatperson nicht heben kann. Immer wird eine Privatperson nur wünschen können, daß die Gassen besonders in Vorstädten gesäubert, daß der Unrath aus den Mistgruben nicht von einer Ecke der Stadt zur andern, sondern vielmehr zum nächsten Thore ausgefahren, und daß die Luft nicht immer von faulenden Urin mit bösen Gerüchen, Dämpfen gefüllt werde.

Der ausdampfende Schlamm der Flüsse, das unbewegte Wasser in den Gräben müssen die Luft mit faulen Dünsten verunreinigen, welche wir von Zeit zu Zeit einathmen, besonders aber diejenigen Leute, die nahe an diesen Pfützen wohnen. In Vorstädten hat fast jede Gasse die schlimmsten Ausdünstungen, deren Gestank uns leicht erachten läßt, wie sehr da von die Luft verunreiniget werde; es kann auch nie anders werden, so lange es jedem zugelassen wird, Urin, Seifenlauge, Gelten und s. f. in die Kanäle, welche an den Häusern angelegt sind zu gießen, ohne daß jemand sie zu reinigen bedacht wäre. Kirchhöfe mitten unter den Volkreichen Wohnhäusern, auch die Krankenhäuser sind von Stadt und Vorstadt zu entfernen, und müssen in eine Gegend versetzt werden, wo die Winde alle böse Dünste leicht verwehen können, ohne sie eben der Stadt, oder den nahegelegenen Häusern zuzutragen. Eine gleiche Vorsicht mit jenen Handwerken getroffen, deren Arbeiten nothwendig die Luft



Luft anstecken, würde den Luftkreis der Stadt um sehr vieles reiner erhalten. Kurz, alles, was hypochondrische und hysterische Kranke, denen die faulende Luft ein sehr schädlicher Gift ist, sich hierinn leisten können, ist, daß sie die Gegenden meiden, in welchen mehrere dergleichen ansteckende Ursachen zusammen treffen.

Hingegen ist es ein Werk unserer eigenen Bemerkung, wenigstens in unsern Stuben die Luft so rein, als möglich ist, zu erhalten, und alle die Ursachen wegzuschaffen, welche uns die Luft nicht rein athmen lassen. Je weniger dufende Körper in unsern Wohnzimmern sind, desto reiner bleibt in denselben die Luft. Hunde, Katzen, Vögel, so reinlich sie auch gehalten werden, verunreinigen immer den Luftkreis. Baumfruchte, Blumen, oder Töpfe mit wohlriechenden Kräutern gefüllt, verderben nicht nur die Luft, sondern sind auch denen, die an Nervenkrankheiten leiden, durch ihre Gerüche schädlich; wenn sie besonders zur Nachtzeit in geschlossenen Zimmern aufbehalten werden. Man will die Luft in den Zimmern, besonders nach dem Essen, durch räuchern reinigen, aber weit gefehlt, der schlimme Geruch wird wohl gemäßiget, oder bestimmter gesagt, von einem stärkern Geruch verdrängt, allein die Luft kann dadurch nicht reiner werden, vielmehr wird sie mit neuen Gerüchen gleichfalls von unterschiedenen Theilen angesteckt. Man würde besser thun, wenn man die Fenster auf-



aufmachte, die bösen Dünste hinauszuschaffen, und dafür reine Luft einzulassen.

Ueberhaupt ist keine Luft reiner und gesünder, als die, welche frei, und unverschlossen ist. Man übertreibt daher seine Sorgfalt, wenn man zur Winterszeit die Vorfenster aufs genaueste verstreicht, und die Thüren allenthalben mit Tappeten verhängt, um nur alle reine Luft auszuschließen. Man sollte es sich vielmehr zur allgemeinen Regel dienen lassen, in jedem Falle, in welchem man keine reine Luft fände, wenigstens auf einige Minuten die Fenster aufzumachen, oder gewiß die Thüren hin und wieder zu bewegen. Diese Reinigungsart ist die einzige, alle Rauchwerke taugen nichts, aber man muß die Vorsicht brauchen, so lange die Fenster offen stehen, in ein anders Zimmer sich zu verfügen.

Man sehe nur bei großen zahlreichen Zusammenkünften, wie manchen so oft Uebelkeiten zustoßen. So bald sie freiere Luft athmen, so bald finden sie sich erleichtert. Die Ausdunstungen so vieler Anwesenden, der Speisengeruch, die Menge brennender Lichter hatten die Luft verunreinigt. Eben dasselbe ereignet sich oft in Kirchen, wohin eine große Volksmenge zusammenkömmt, besonders wenn daselbst todte Körper begraben liegen, und eine Menge Lichter brennet. Nun schluß man, wie sehr eine faulende in Zimmern versperrte Luft, die wir den ganzen Tag, auch die Nacht über einsaugen, endlich schaden müsse, da sie in manchen Umständen bey reizba-

ren

ren Körpern so große Veränderungen hervorbringen kann.

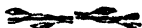
Den Tag über ändern wir doch die Luft, wir bleiben nicht immer in einerley und in eben demselben Zimmer, wir gehen aus auf die Straßen, und athmen freier; aber die Nacht durch ist alle Luft geschlossen, und wir saugen sie ein, ohne Aenderung. Man sollte allerdings bey der Wahl einer Schlafkammer darauf denken. Nicht das kleinste, vielmehr das geräumigste Gemach, so am Tage durchlüftet wird, sollte gewählt, und alle Ursachen abgeschafft werden, welche zur Verderbung unsers nächtlichen Luftkreises beizutragen pflegen. Ich würde alle Nachttöpfe aus den Schlafkammern entfernt sehen, wenn sie gleichnoch so künstlich gearbeitet sind, sie mögen wohl das Auge täuschen, aber die Nase erkennt ihre Bestimmung nicht. Wenn der Urin, welchen man vor dem Schlafen läßt, die ganze Nacht über ausdünstet, wer darf sich einbilden, daß so faule Dünste der Gesundheit nicht nachtheilig sind.

Auch die Nachtlampe muß bemerkt werden; denn sie brennt beynahe in allen Schlafzimmern und füllt die Luft mit unreinen Theilen. Man trete früh Morgens, ehe noch die Fenster aufgemacht werden, in eine solche Schlafkammer, um sich zu überzeugen, wie deutlich so gleich die Dämpfe des Nachtlichts oder der Nachtlampe gählet werden. Diese athmen wir stets ein, und wundern uns, daß wir am Morgen, da wir erwachen, über Mattigkeit, oder Beklemmung zu klagen



klagen haben. Mein Rath wäre, die Nachtlampe entweder in einem andern Zimmer aufzubehalten, oder sie wohl gar vor dem Fenster der Schlafkammer oder des Schlafgemachs in einer Maschine anzubringen. In dem nämlichen Zimmer, so wir einmal für unsern Schlaf bestimmt haben, zugleich essen, den Tag über bleiben, oder Thiere, und riechende Dinge aufbehalten, kann unmöglich zur Gesundheit taugen. Die Luft muß sehr unrein seyn. Wenn es aber aus was immer für Ursachen nicht anders geschehen kann, so sollte das Schlafzimmer wenigstens den Tag hindurch öfters, am gewissesten aber des Nachts, ehe man zu Bette geht, ausgelüftet werden.

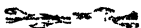
In volkreichen Städten, wo die Einwohner gedrängt aneinander wohnen, wo die große Menge Menschen, und Viehs mit ihren Dünsten die Luft füllt, wo die hohen Häuser den Wind den freien Zugang sperren, wo es unvermeidlich ist, daß nicht Pfützen, stehende Wasser, hinausgeworfene faulende Dinge, Krankenhäuser, Kloakgruben, und sehr viele andere Ursachen die Luft verunreinigen, wird sich der hypochondrische Kranke niemals genug erheben können. Er kann also nichts bessers unternehmen, als daß er den Sommer, wenn es seine Umstände und Vermögen erlauben, in einer gesunden ländlichen Gegend zubringt. Den Winter durch kann er sich auf einem großen Platze, an einer durchlüfteten Gegend der Stadt durch geräumige



räumige hohe Zimmer schadlos halten. Dieß mag in Ansehung einer reinen Luft genug seyn. Die übrigen schädlichen Eigenschaften, womit die Luft auf allzureizbare Körper vorzüglich wirkt, sind fast nicht zu verhüten. Möchte man doch gleich zur Zeit der ersten Erziehung den Leib so gewöhnen, daß ihm nicht gleich jede Veränderung der Luft empfindlich wäre. Wer aber einmal so unglücklich ist, daß er den Einfluß jeder Witterung fühlt, der muß sich, so viel er kann, nach den Abwechselungen der Witterung richten, so vieler mag, vorzubeugen, und den schädlichen Wirkungen derselben zuvorzukommen suchen.

Die Witterung.

Die Witterung ist nur viererlei Hauptveränderungen unterworfen, denn die Witterung ist entweder kalt, oder warm, trocken oder naß. Trockne Kälte stärket den Körper, und ist unschädlich, wenn man sich der doppelten Vorsicht gebrauchet, erst sich wohl mit Kleidern zu verwahren, zweitens sich niemals, wenn man erhitzt ist, sich derselben auszusetzen. Am besten thut man, wenn man die Zimmer und Stuben nie zu sehr heizen läßt. Der 14te Grad im Reaumurischen Thermometer kann zur Regel einer mäßigen Hitze angenommen werden. Wer einmal gewohnt ist, bis nahe zum Schweiße sein Zimmer warm zu halten, geht, so bald er daraus tritt, der Gefahr entgegen, von der Kälte übel mitgenommen zu werden. Ich würde auch jedem anrathen, nicht mit so vielen Kleidern sich wider die Kälte zu schützen.

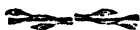


schützen. Ein solcher zu sehr eingehüllter Leib schwimmt gleichsam in seinen eigenen Dünsten; jede anfallende Kälte, jeder noch so geringer Wind zieht ihm Schnupfen, Katharr, Rheumatismen zu, (Rheumatisme ist eine Krankheit, von zähen Flüssen und Feuchtigkeiten, die wegen ihrer Schärfe in vielen Gliedern Schmerzen verursachen) wodurch seine Nerven umstände rege gemacht werden.

Ich muß hier einen schädlichen Mißbrauch bemerken: Manche Leute tragen Flanell am bloßen Leibe, dieß ist es nicht, was ich eben mißbillige; aber wenn sie, wie manche thun, eben denselben Flanell immer am Leibe lassen, dann wird es ihnen schädlich, was sie doch als vortheilhaft ansehen. Die Dünste kleben an dem rauhen Flanell, und von ihm saugt ihn der Leib ein. Eben so nachtheilig würde es seyn, das Hemde durch längere Zeit nicht zu ändern. Alle angewandte Mühe, die Luft zu reinigen, wäre vergeblich, wenn man nicht zugleich auf die Reinigung, und auf den Wechsel der Kleider bedacht seyn wollte, vorzüglich derjenigen, welche unmittelbar unsern Leib berühren.

Nasse Kälte ist dem Leibe schädlich; genug, daß sie die Ausdünstung hemmt. Das sicherste wäre wohl, wenn sich hypochondrische Kranke niemals einer feuchten Luft aussetzen dürften. Allein dieß ist zu viel begehrt; es wird also genug seyn, wenn sie ihren Leib durch hinlängliche Kleidung, und vorzüglich ihre Füße vor aller Feuchte

oder



oder Nässe bewahren. Ich habe es an mehreren bemerkt, daß sie sogleich Anfälle von Schnupfen, und Rheumatismen hatten, so bald ihre Füße wider die Nässe nicht geschützt waren. Auch dieser Fall ist nicht immer zu vermeiden. Geschiehts nun einmal, so hat man zu sorgen, daß man die Füße, so bald es thunlich ist, wieder trocken halte. Kann dieß auch nur lange nicht geschehen, und hat man die Erfahrung, daß hierdurch die hypochondrischen Anfälle sehr rege gemacht, oder andere Uebel nachgezogen werden, so laße man es sichs nicht reuen, die Füße im warmen Wasser zu baden, und etliche Schalen Hollunderblüthenaufguß laulich zu nehmen. Auf diese Art wird die gehemmte Ausdünstung wieder befördert, und manches Uebel verhütet, so uns zur Last seyn würde.

Trockne Hitze thut insgemein allen denjenigen gut, welche von Nervenzuständen gepeinigt werden. Sie haben ihre ordentliche Ausdünstung und befinden sich wohl dabei. Aber wenn sie ihre Kleider nach einer starken Erhitzung plötzlich wechseln, oder sich an kühlen Abenden unvorsichtig erquicken, dann treten nothwendig die Dünste zurück, und setzen den Körper neuen Qualen aus. — **Nasse Hitze** hingegen, besonders bey wehenden Südwinden, entkräftet Niemanden so sehr, als die Hypochondrischen Kranken. Sie werden matt, niedergeschlagen, mürrisch, zu Verrichtungen unaufgelegt. Da man weder die Ursache, die auffer uns ist, heben,
E 2 noch



noch eine andere Wirkung eher erwarten kann, als bis man einen stärkern Körper, der weniger empfindsam ist, wieder erhält, so ist alle medicinische Hülfe hier überflüssig, ausser daß bey dringenden Zufällen, wenn sich welche zutragen sollten, zuerst gesteuert werde. Uebrigens muß es der Hypochondrist durch Erlustigungen, Zerstreuungen, Bewegungen dahin zu bringen trachten, daß er das gegenwärtige Uebel keiner weitem Aufmerksamkeit würdiget, um es nicht durch Nachsinnen und Einbildung zu verschlimmern.

Alle bevorstehende Wetterveränderungen sind Hypochondristen fühlbar; ein künftiger Regen, nahender Schnee, ein kommendes Donnerwetter macht lange vorher schon große Eindrücke auf dergleichen lebendige, sehr bewegliche Wettergläser. Man schreibt dieß nicht auf die Rechnung der Einbildungskraft: Es ist nicht nur Hypochondristen eigen; die auch, welche eine alte, wiewohl geheilte Wunde tragen, fühlens eben so, ohne daß es jemand einfiel, sie der Einbildung zu beschuldigen. Selbst Vögel, und Fische nehmen nahe Wetterveränderungen wahr. Die Luft, welche nach und nach den Wechsel der Witterung verbreitet, wenn sie gleich, so weit sie sichtbar ist, noch keine Veränderung zeigt, wirkt dennoch auf die reizbaren Nerven des Schwächern, ohne daß sie noch dem Stärkern fühlbar würde.

Gleichwie es weder in des Kranken, noch in des Arztes Macht steht, solche Veränderungen zu hindern, so kann auch die Wirkung derselben



selben durch keine Arzneikunst abgeschafft werden. Man muß der oben gedachten Regel folgen; dringende Zufälle sind zu lindern, gemeine Anfälle nicht zu achten. Angenehme und wechselnde Unterhaltungen, besonders mit einer Bewegung des Leibes verbunden, leisten hiezu die vorzüglichsten Dienste. Uebrigens wird man in eben dem Verhältnisse, in welchem die Krankheit abnimmt, auch von diesen Wetterveränderungen weniger zu fühlen haben.

Die Herbst- und Frühjahrs- Witterung ist den Hypochondristen gefährlich; denn diese Jahreszeit ist es, in welcher wir fast täglich eben die Veränderungen erfahren, die sich sonst nur in Monaten zu äußern pflegen; gemeiniglich haben wir frühe und abends kühle, feuchte Luft; da hingegen die Mittagssonne oft wie im Sommer hitzt. Es ist keine übertriebene Vorsicht, für jene Menschen besonders, deren Ausdünstungen leichter gehemmt werden, wenn sie frühe und abends Kleider wählen, welche sie vor Kälte und Feuchte schützen, oder überhaupt früh im Herbst, und spät im Frühlinge die gewöhnlichen Kleider wechseln. Sie beugen hiedurch manchem Uebel vor; aber vorzüglich haben sie sich vor ziehenden Lüften zu hüten, dann besonders, wenn sie erhitzt sind. Da die Nervenankfälle größtentheils durch eine zurücktretende Ausdünstung aufwachen, müssen sie diese Behutsamkeit, so beschwerlich sie ihnen auch seyn mag, so lange nicht außer Acht lassen,

E 3

bis

Bildfehler /2

Bitte melden Sie den Fehler an das Göttinger Digitalisierungszentrum,

Email: gdz@sub.uni-goettingen.de

ken erlaubt sey. Erziehung, Alter, Gewohnheit, Klima, und andere Umstände wollen hie-
rinn ihre alte Rechte behaupten; auf sie kommt
das meiste an, und allen Menschen gleichsam ei-
nerlei Gewicht anordnen wollen, wäre nicht viel
klüger, als allen gleich große Schuhe zuschnei-
den. Mann halte sich überhaupt an die einfache
Regel, und esse nie auf einmal zu viel, immer
so, daß man noch Lust zum fernern Essen habe.
Viele, ich weiß es, haben die Gewohnheit, aller
24 Stunden nur einmal zu essen, und sie befin-
den sich wohl dabei. Man kann sich an alles
gewöhnen, so lange man jung, stark, gesund
ist, in dieser Lage begeht man ungestraft auch
die größten Unordnungen. Allein nun habe ich
mit schwachen Leibern zu thun, diese würden sich
sehr irren, wenn sie sich jene gesunde Leiber zum
Muster nehmen wollten.

Alle Thiere, und die Nahrung betreffend
ist auch an Menschen eigentlich das Thierische zu
betrachten, fühlen den Trieb öfters, aber jedes-
mal nur wenig, zu essen. Nach einer mäßigen
Mahlzeit ist die Verdauung binnen acht Stun-
den vorüber. Wenn wir den Magen nur einmal
des Tages befriedigen, so wird er durch die noch
übrigen 16 Stunden bis zur äußersten Leere ge-
bracht. Dieser Sprung in der Natur würde
(vielleicht) meinem Kranken übel bekommen.
Aber auch dem gesunden Menschen kann es end-
lich fehlschlagen. Wenn er sich nun wieder zur
Tafel setzt, fühlt er Hunger, oder gewiß große
E 4



Eßlust, verschlingt begierig, was er vor sich hat, nimmt sich zum Kauen die gehörige Zeit nicht, und giebt hiemit Gelegenheit zur Unverdaunung, wie zu allen hieraus entstehenden Uebeln. Allein des Tages nur einmal zu essen, ist selten ein Fehler derjenigen, die an Nervenzuständen leiden. Vielmehr fühlen sie Unordnung, so oft sie den Magen beladen, und ihrer Schlappheit zu Hülfe zu kommen, sehnen sie sich öfters noch, als der Gesunde nach einer Art von Erquickung. Ausser den gewöhnlichen Nahrungsstunden zu Mittag, und Abends, wollen sie frühe sogleich, als sie sich vom Bette erheben, insgemein auch noch in der Zwischenzeit vom Mittage bis zum Nachtessen befriedigt seyn. Dieß wäre nun schwachen kränklichen Leibern leicht zu gestatten, wenn nicht nur das Maaß, sondern auch die Wahl der Nahrung allenthalben richtig wäre.

Der schädliche Misbrauch, sogleich am Morgen seine schlappen Nerven durch warme Getränke noch schlapper zu machen, ist zu sehr ausgebreitet, als daß man sobald eine heilsame Aenderung hoffen dürfte. Dennoch kann ich dem Leser nicht vorenthalten, daß ihm zu seiner Nervenkrankheit nichts nachtheiliger sey. Gleichwie das Kalte stärkt, so schwächt das Warme. Es ist also mein aufrichtiger Wunsch, daß man vom Frühstücke oder Frühmahle alle warmen, vorzüglich aber die ausländischen Getränke verdrängen möchte. Wird einmal dieser Misbrauch abgethan seyn, so werden unsere Nachkommen kaum vermuthen, daß wir
wir

wir in einem Lande, welches die Natur mit einem solchen Ueberflusse an Nahrungsmitteln gesegnet hat, ein fast allgemeines tägliches Getränk aus Asien und America geholet haben. Hätten diese Getränke noch endlich die Kraft unsern Leib zu stärken, dauerhaft zu machen, und von Krankheiten zu bewahren, so dürfte unsere Lusternheit noch eine Entschuldigung verdienen. Nun aber geschieht gerade das Gegentheil. Sie schwächen uns vor der Zeit, und erlauben uns kaum, einen Anspruch auf jenes grüne Alter zu machen, dessen sich unsere Vorfahren rühmen konnten, die von solchen fremden Getränken entweder gar keinen, oder einen sehr mäßigen Gebrauch machten.

Ich will darum diese Getränke nicht überhaupt und ohne Ausnahme verwerfen. Daß es unserer Gesundheit zuträglicher wäre, wenn wir auch nie den Namen derselben gekennt hätten, dieß bin ich wohl gewiß; aber wer einmal daran gewohnt ist, sich wohl befindet, oder wenigstens keine schlimmen Folgen erfährt, kann immer dabei bleiben, wenn er sich auch nur vor den Mißbräuchen hütet, welche sehr oft den Gebrauch begleiten. Will man einmal Kafeetrinken, warum muß denn eben die unverdauliche Haut der Sahne so begierig verschlungen werden. Säure, Aufstoßen, verderbter Magen, Mangel der ordentlichen Eßlust, Unverdaulichkeit durch einige Tage sind oftmals die Folgen eines augenblicklichen Vergnügens.



Man giebt überhaupt der Chokolade eine stärkende Kraft zu; untersucht man aber ihre Bestandtheile, worinn soll sie enthalten seyn? — Kakao, Zucker, und vielleicht etwas Zimmt, und Vaniglia ist alles, woraus sie besteht. Daß der Zucker den Magen nicht stärkt, ist allgemein bekannt, und vom Kakao, wenn es gleich so bekannt nicht ist, ist es doch eben so gewiß. Er giebt eine Butter; ist also ein ölichter, nahrhafter erweichender Körper, der nicht stärkt, vielmehr schlapp macht. Wer mag sich nun einbilden, daß die Stärkung, so weit sie von einigen Granen der kostbaren Vaniglia entsteht, jener Erschlappung nur gleich kommt, welche der erweichende Kakao in warmen Wasser aufgelöst hervorbringt? — Hielt die Chokolade, so geschieht es vorzüglich nur daher, weil das Fett des Kakao durch Kösten emphyreumatisch (oder ranzig) wird; überhaupt aber, und für sich ist sie als ein nährendes Mittel anzusehen. Das Vorurtheil, daß sie desto besser sey, je älter, und abgelegener sie sey, kann der Gesundheit nicht anders, als nachtheilig seyn; denn es ist natürlich, daß das Fett des Kakao durch langes Aufbehalten schimmeln muß.

Manche bilden sich ein, die Chokolade zehre, richte den Magen ein, und befördere die Eßlust; denn diese finden sie um die Mittagszeit stärker, als wenn sie am Morgen Kaffee getrunken haben. Die Erfahrung mag immer richtig seyn, aber die Ursache dürfte man wohl eher in den Neben-

benum-

benumständen, als in der Natur beider Getränke finden. Ich vermute wohl, daß die Sahne (Schmette) mehr nährt, als der schlechte Kakao, wie er insgemein zur Chokolade genommen wird. Das Brod, so zu diesem Getränke verbraucht wird, kommt gemeiniglich in keine Betrachtung, wenigstens ist leicht zu begreifen, daß zwei Schalen Kasec mehr Brodes hinein locken. Ist's nun ein Wunder, daß nach genommener Chokolade die Eßlust größer ist? — Freilich ist es leichter, alle die Arten des Frühmahls, woran wir gewohnt sind, zu verwerfen, als dafür eine andere, einheimische, nützlichere vorzuschlagen. Man würde umsonst seine Zuflucht zum Thee, oder zur Suppe nehmen. Die einmal an Nervenkrankheiten leiden, denen ist weder das eine, noch das andere deutlich. Ueberhaupt sollten sie sich aller warmen schlappmachenden Getränke enthalten; denn es wäre seltsam denken, wenn man dächte, vom lauen Wasser eine Nervenstärkende Kraft zu erwarten.

Aber wenn alles dieses abgeschafft wird, welches Frühstück, wird man sagen, bleibt denen noch übrig — Den Winter durch, denke ich, dürfte etwas Wein mit Brodt genommen, zur Stärkung der Nerven immer mehr beitragen, als alle nun üblichen Frühmahle. Deren Magen von einer Säure zu leiden hat, die müßten Tokayer, Razersdorfer, Schumelauer, Dedenburger, Erlauer wählen. Was sich von Baumfrüchten den Winter über halten läßt, würde
Mancheim

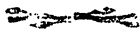


Manchem bessere Dienste thun, als warme Getränke. Muß es endlich eine Suppe seyn, so bereite man sie aus Bier, oder Wein; diese stärkt doch zum Theile, und ist übrigens dieser Jahreszeit wohl angemessen.

Im Sommer kann frische Milch mit allen Gattungen zeitiger Baumfrüchte wechseln. Andere begnügen sich mit kaltem Wasser, so jenen besonders anzurathen, deren schwacher Magen zur Erzeugung der Säure aufgelegt ist, denn Milch und Baumfrüchte würde das Uebel vermehren. So sehr ich auch überzeugt bin, daß überhaupt zu reden, diese vorgeschlagenen Gattungen des Frühstückes den Hypochondristen und den hysterischen Frauenzimmern viel zuträglicher wären, als was sie insgemein zu nehmen pflegen, so will ich sie doch niemand aufdringen; denn ich weiß, daß Erziehung und Gewohnheit diesen Getränken ein Recht gegeben haben, so man ihnen ohne Ahndung nicht benehmen kann. Wenn gleich über eine Zeit die Gewohnheit umgeändert wird, so entschließen sich doch nur wenige, gleichwie eine neue Lebensart anzufangen, die wenigstens anfangs nicht ohne alle Beschwerlichkeit ist. Möchten doch Eltern so viel Liebe für ihre Kinder haben, daß sie dieselben nicht an alle die schwächenden Getränke gewöhnten, welche ihnen gewiß nachtheilig sind, und deren sie sich einst nach langer Gewohnheit, auch wenn sie noch so gerne wollten, nicht leicht mehr werden entschlagen können.

Die Mittagsmahlzeit für kränkliche Menschen muß nothwendig anders, als für gesunde Menschen eingerichtet seyn. Was diesen wenigstens keinen gegenwärtigen Nachtheil bringt, kann den hypochondrischen, hysterischen Menschen sehr nachtheilig werden. Am besten wird es ihnen gedeihen, wenn das Mittagessen aus wenigen einfach bereiteten Speisen besteht. Durch diese Kunst haben unsere Väter ihre Jahre verlängert, und die Kraft ihrer Leiber erhalten. Eine Gattung Fleisches ist zureichend, viele durch einander gemenget reizen wohl den Gaumen, aber desto schlimmer bekommen sie dem Magen. Dessen Lusternheit sich mit einer Gattung nicht begnügt noch begnügen kann, der mag sich noch an die zwote wagen; über mehrere wollte ich ihm nie weiters rathen, er soll denken, daß er kränklich ist, daß er seine Kraft, und Gesundheit wieder hergestellt sehen will, und sich also unmöglich mehr erlauben kann, als sich selbst unsere gesunden, und nervichten Ahnen erlaubt haben.

Mann soll essen, weil man Hunger fühlt, nicht weil die Mittagsstunde schlägt. Langsam essen, heißt, wohl kauen, damit die Verdauung erleichtert werde. Mäßig essen, heißt nicht, so lange essen, bis alle Eßlust vorbey ist, man kann satt seyn, wenn gleich noch eine Eßlust übrig ist. Ueberhaupt ist es hypochondrischen Kranken, die an Nervenzuständen leiden, allezeit schädlich, wenn sie ihrem Magen auf einmal viel Arbeit geben. Sie können hierinn nicht behutsam genug



nug seyn; nicht selten quält sie ein außerordentlicher Hunger, geben sie demselben nach, so folgen Blähungen, Bangigkeit, Unverdaulichkeit. Als ein gewisses Zeichen, daß der Magen nicht überladen ist, kann man es annehmen, wenn man nach dem Essen, wie vor, eben dieselbe Fertigkeit zu seinen Verrichtungen hat.

Man zähle nur einmal, bey einer auch mittelmäßigen Tafel, wie viele Gattungen der Thiere geschlachtet, wie viel unverdauliches Fett, wie viel Arten des Gewürzes verschwendet werden, um nur, sobald als möglich Zerstörung unsers Leibes herbey zu rufen. Wenn wir gleich diese Absicht aufrichtig, und von ganzem Herzen befördern wollten, so könnten wir keine thätigern Mittel gewählt haben. Alles Fett ist hypochondrischen Kranken, deren Magen gemeiniglich schwach ist, höchst schädlich; denn die festen Theile sind schlapp; und die Säfte nicht genug ausgearbeitet, das Fett zu verkochen. Wenn die Butter etwas älter, der Braten mit Specke eingebunden ist, fühlt es der Hypochondriste sogleich wenige Stunden darauf; Alle Arten von Bäckereien bekommen ihm übel, so sehr auch übrigens die äußerliche Gestalt den Appetit lockte. Viele begreifen nicht, warum das zarte Lammfleisch so manche Unordnung in ihrem Magen hervorbringt. Die Ursache ist leicht einzusehen: Man bedenke nur, wenn das Lammfleisch mürbe seyn soll, wie das Fett gleichsam jede Faser umgiebt.

Es ist ein Misbrauch unserer Küchen, alle Braten mit einer Menge Butter zu begießen, alle Zugemüse im Fett gleichsam zu tränken, daher Spinat, und Kohl, zu deren niedlichen Bereitung vieles Fett nöthig ist, Hypochondristen selten gedeihen. Wer vermöge seiner Umstände von den Gartenspeisen gute Wirkung erwartet, der lasse die Kräuter in der Suppe sieden, und dann auspressen. Auf diese Art wird er nicht nur von dem unverdaulichen Fette frei, sondern ersparet auch seinen Magen die Mühe, die unnützen Squeletten des Pflanzenreichs zu verdauen. Ueberhaupt müssen sich Hypochondristen, (und hysterische Frauenzimmer, die an Mutterbeschwerden, oder Blähungen, auch Krämpfen kränklich sind,) aller Speisen enthalten, die entweder hart zu verdauen sind, oder viel Luft erzeugen, oder die Säure des Magens vermehren. Zur ersten Klasse gehört vorzüglich alles geräucherte Fleisch, alle Speisen, welche aus Mehle roh bereitet sind, und vor allen die Schwämme, oder sogenannten Bilze oder Erdschwämme, (dazu auch in etwas die Morcheln zu rechnen sind) welche ich ihrer Unverdaulichkeit wegen aus der Reihe der Eschaaren gänzlich verwiesen und abgeschafft wissen möchte. Daß die Hülsenfrüchte viele Blähungen hervorbringen, ist bekannt, und wer aufmerksam seyn will, wird erfahren, daß ihm die Speisen, die mit Limoniensäure bereitet werden, meistens nicht wohl bekommen. Ich rede von Hypochondristen, (und
von



von den hysterischen Frauenspersonen,) besonders deren Magen überflüssige Säure hält.

Dennoch läßt sich keine gewisse Regel bestimmen. Eine Frau, die von Nervenzuständen und vorzüglich von Blähungen überaus sehr gepeinigt wird, finden sich nie besser, als nach genommenen Kettich. Ein anderer, dessen Magen nur wenig verträgt, findet nach dem Käse nicht nur keine Unverdaung, sondern auch Erleichterung. Daher bleibt uns der einzige Weg übrig, bei einer ordentlichen Lebensart aufmerksam zu seyn, was uns gut, was uns schlecht bekommt, und über solche Bemerkungen sich eigne Verhaltensregeln zu machen, ohne jedoch die allgemeinen Grundsätze außer Acht zu lassen.

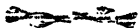
Dessen Magen viele Säure kocht, der sieht leicht ein, daß er Milch, Mehlspeisen, Zuckermüß, Baumfrüchte, vorzüglich sauern Salat meiden müsse. Es sind also Hypochondristen nicht recht daran, wenn sie sich überhaupt ohne Unterschied mit Obste kuriren wollen. Hingegen rührt die Hypochondrie von Verstopfungen der Eingeweide her, dann dienet ihnen Obst und Zuckermüß, als ein auflösendes Mittel. Aber ist Schwäche des Magens, und der Gedärme die Quelle der Hypochondrie, dann würden diese Früchte nicht eben so dienlich seyn; sie würden ganz leicht eine Säure hervorbringen, und die Krankheit vermehren.

Und das Abendbrod, ist es denn so nothwendig, daß man es nicht entbehren sollte, dem Magen
feine



seine Verrichtungen zu erleichtern? — Wenn es eine Folge mittäglicher Mäßigkeit ist, mag es immer noch hingehen, allein hat nur Lusternheit und Gewohnheit Theil daran, ist noch die Verdauung der Mittagsmahlzeit nicht vorbey, wozu dient den Magen die Aufbürdung neuer Lasten? — Hier, dünkte ich, wäre der Ort, dem Kaffee und der Chokolade gänzlichen Abschied zu geben, Es ist gar nicht zu begreifen, wie man bey Abendbesuchen, diese Getränke nicht nur freigebig genüßt, sondern auch mit Limonade, oder Mandelmilch, mit Gefrorenen, und Bäckereien zu wechseln kein Bedenken trägt; ob uns gleich nicht selten schlimme Folger gewarnt haben, für unsern Magen bespre Sorge zu tragen.

Es giebt viele Menschen, die nur einmal des Tages essen, ich begehre also nicht zu viel, wenn ich das Abendbrod wegen der Gefahr des Mißbrauchs abgeschafft wissen möchte. Des Abendessens wegen hat es für hypochondrische Kranken eine andere Beschaffenheit. Wiewohl es der Gesunde oft entbehren kann, ist's doch dem Schwächlichen nicht eben anzurathen. Blödigkeit des Magens und ein Mangel natürlicher Wärme würden oft den erquickenden Schlaf stören; da hingegen am Morgen, oder um den Mittag Gefahr wäre, daß man den Magen, seine stärkere Eßlust zu befriedigen, überladen möchte. Uebrigens sollte niemals eher ans Abendbrod gedacht



werden, als bis nach vollbrachter Verdauung sich wieder ächte Eßlust einstellt. Je mäßiger man Abendbrod isst, desto gewisser kann man auf einen ruhigen Schlaf Rechnung machen. Selbst die Art der Speisen des Abends muß von jenen des Mittagsmahl sehr unterschieden seyn, und sich durch eine leichte Verdaulichkeit empfehlen. Meine Absicht ist hier nicht, die Leser und Leserinnen mit einem bewährten Kochbuche zu versuchen. Nur rathe ich einem jeglichen an, daß er Gewohnheit, und Erfahrung zu Rathe ziehe, um die Wahl sowohl, als das Maaß der Speisen seinem Verdauungsvermögen anzumessen. Vieles Fleisch würde ich meinem Kranken nicht erlauben; noch weniger wird es ihm dienlich seyn, wenn er sich sogleich nach dem gegessenem Abendbrod zu Bette legt.

Das Getränk ist auch ein wesentlicher Theil menschlicher Nahrung, eben sowohl als es die Speisen sind; denn das Getränk nährt zum Theile nicht nur für sich, sondern befördert auch die Auflösung der festen Körper, und stärket den Magen zu seiner Verdauungsarbeit. Ein reines aus frischer Quelle geschöpftes Wasser ist ohne Zweifel das natürlichste, und der menschlichen Gesundheit zuträglichste Getränk. Auch hier kommt uns Gewohnheit und Erziehung zu statten. Wer einmal an ein Wasser gewöhnt ist, merkt bei dessen Veränderung Zufälle, die er nun so lange dulden

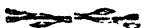


den muß, bis er sich entweder an das neue Wasser gewöhnt hat, oder wieder das vorige anfängt zu trinken. Einem meiner Freunde bekam bey veränderter Wohnung das veränderte Wassertrinken so schlecht, daß er viele Tage Schmerzen im Unterleibe fühlte; sie wollten auch auf keine Artcher nachlassen, als bis er sich entschloß, von einem öffentlichen Brunnen zu trinken.

Einem Hypochondristen können manche Dinge, wovon andere gesunde Menschen nichts ausstehen dürfen, viele Unbequemlichkeiten zuziehen, und darum muß derselbe auch Behutsamkeit beim Wassertrinken gebrauchen. Je länger ein Wasser über sandigen Boden läuft, je geschwinder es am Feuer warm wird, je eher es wieder kalt wird, je eher in selbigen die Hülsenfrüchte als Erbsen, Linsen und s. f. weich gesotten werden, je mehr es endlich von allem Geschmack und Geruche frei ist, für desto reiner wird es gehalten. Einige ziehen das filtrirte Flußwasser vor, jene besonders, die eines schwarzgalligen Temperaments und Verstopfungen des Stuhlgangs unterworfen sind. — Die einen schwachen Magen, oder reizbare Nerven haben, können gemeiniglich das Bier nicht vertragen. Unser Bier ist kaum jemals von Hefen gereinigt, und aus Mangel des zureichenden Malzes geht es leicht in eine Säure über. Es wäre zu wünschen, daß deswegen den Bierbrauern eine

F 2

Regel



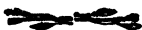
Regel festgesetzt würde, damit unsere Gesundheit von solchem Getränke weniger nachtheiliges zu befürchten hätte. Die einmal Bier trinken wollen, ungeachtet sie ihres schwachen Magens überzeugt sind, müssen bitteres Bier wählen, so ihnen wenigstens nicht eben so schädlich seyn wird. Verhaltneß Bier taugt eben so wenig, als Most, oder verhaltne Weine. Noch ist die Gährung nicht vorüber, es sind also mehrere unreine Theile darunter gemengt, welche alle mit verschlungen werden. Ueberdieß enthalten diese Getränke auch viele Luft, welche sodann durch ihre Ausdehnung im Magen, Bangigkeit, Blähungen, Erbrechen, Abweichen, verursachen. Ein jeder hypochondrischer Patient prüfe die Biere mäßig, und untersuche alsdann welches Bier ihm am besten bekommt.

Für einen schwachen Magen ist der Wein das natürlichste stärkende Mittel, so wie dessen übermäßiger Gebrauch nach längerer Zeit eine allgemeine Nervenschwäche verursacht. Die an der Säure leiden, müssen saure Weine eben so sehr, als das Bier meiden. Alle Folgen vorhin vorauszusehen, ist eben so unmöglich, als zu bemerken, was in dem innersten unsers Körpers vorgeht. Vieles ist uns von dem allweisen Schöpfer in der Natur unsers Körpers verborgen gelassen. Jeder prüfe vorsichtig seine Natur, und wähle nach eigener Erfahrung. Genug, daß er in diesem

sein goldnem Buche für Hypochondristen und hysterische Frauenzimmer, dasjenige zu lesen und zu betrachten findet, worauf er besonders seine Aufmerksamkeit anwenden soll. Fühlt er, daß seine Zufälle jedesmal, oder gewiß sehr oft von dieser Speise, von jenem Getränke rege gemacht werden, dann forderts bescheidene Selbstliebe, durch fluge Enthaltensamkeit dem Uebel auszuweichen.

Bisweilen ereignet sich wohl auch, daß eine Nahrungsart, die lange Zeit, oder gewiß etliche Monate gut gethan hat, schlechte Folgen nach sich zieht. Die Natur ist eigensinnig, es ist unser: Klugheit gemäß der Natur nachzugeben, und in diesem Falle die Nahrungsart umzuändern. Ueberhaupt ist's natürlicher, daß wir Speisen sowohl, als Getränke nach unsern gegenwärtigen Bedürfnissen einrichten, als daß wir von der Natur gleiche Willsfähigkeit verlangen. Wer dieß vorhinein bestimmen, oder die Natur in ähnlichen Fällen zwingen wollte, dürfte seinen gefährlichen Versuch auch wohl mit dem Leben bezahlen. Ein aufmerksamer Arzt wird hierinn nach Gestalt der Umstände dem Kranken für einzelne Fälle rathen, was er nie vorhin ein hätte bestimmen können.

Aber wenn gleich der Kranke fühlt, daß er nun ungestraft etwas mehrers wagen kann, muß



er noch immer Behutsamkeit genug zurückbehalten, sich allzeit vor schädlichen Ausschweifungen zu bewahren. An eben derselben Tafel Bier, Wermut, und verschiedne Arten Weines aufgüssen, kann nicht anders, als nachtheilig seyn. Die unvermeidliche Folge solcher Mischung ist eine heftige Gährung im Magen, wovon schwächliche Leiber immer zu leiden haben. Der Gebrauch des Kafee, oder Rosoglio nach dem Mittagessen ist gänzlich zu verwerfen. Jedermann fühlt nach aufgehobener Tafel, wie sehr ihm die Hitze ins Gesicht steigt, ein Zeichen, daß mehr Blut gegen die obern Theile getrieben wird. Wer nun darüber geistige, oder hitzende Getränke mißbraucht, bereite sich allmählig zum Schlagflusse zu. Man bildet sich ein, die Verdauung hiemit zu befördern, allein wer die Nahrung den Kräften seines Magens anmischt, wird solcher Mittel nicht nöthig haben. Ob eben so viel verdauende Kraft darinn liege, will ich nicht entscheiden. Vielleicht dürfte denen besonders, die eben nicht sparsam Wein getrunken haben, ein Glas Wasser zur Auflösung der eingenommenen Speisen gleichviel beitragen.

Die Bewegung.

Ohne Bewegung werden endlich die festen Theile des Körpers schlapp, und die flüssigen Theile arten aus. Zur Erhaltung unserer Gesundheit ist also eine ordentliche Bewegung nöthig.

wendig. Worinn das ordentliche derselben bestehe, ist eben so leicht nicht zu bestimmen. Zeit, Ort, Dauer, Hestigkeit, und vorzüglich die Art, womit die Bewegung geschieht, alles zusammen ist in Betrachtung zu ziehen, damit sie nach dem gegenwärtigen Umständen ordentlich sey. Was dem einen eben zureicht, ist diesem zu viel, jenem zu wenig. Es ist nämlich, wie in allen Dingen, so auch hier in der heilsamen Bewegung des Körpers nichts schwerers, als das ächte Maaß zu finden.

Im Winter ist wohlunstreitig die Mittagszeit zur Bewegung die bequemste aus allen. Hingegen wäre sie in warmen Tagen nie anders, als Morgens und Abends vorzunehmen; eine Stunde, nämlich nach Aufgang der Sonne anzufangen, und noch vor dem Niedergange derselben zu endigen, damit nicht die kührende Luft, oder der fallende Thau empfindlichen Körpern nachtheilich werde. An einem schattichten Orte, wo die Sonnenhitze nicht durchdringt, unterliegt man freilich dieser Regel nicht; aber dafür hat man zu sorgen, daß auch die Luft rein, und frei genug sey. Alzugleich auf das Mittagessen sich bewegen, hindert oft die gleichförmige, ordentliche Verdauung. Aber auch allzufrüh, oder nach dem Untergange der Sonne in freier Luft herumgehen, bekommt hypochondrischen Kranken selten wohl; denn die feuchte, thauende Luft

F 4

treibt



treibt öfters die Ausdünstung zurück, besonders wenn man zu sommerlich gekleidet ist. Uebrigens wird jeder Hypochondrist sich erleichtert finden, wenn er seine Spaziergänge in einer angenehmen Gesellschaft guter Freunde, mit heiterm Gemüthe, unter wechselnden Gegenständen, und ermunternden Gesprächen genießen kann; denn nebst vielen andern Vortheilen, die er aus diesen Umständen zieht, ist auch dieser Umstand nicht unwichtig, daß sie ihn seines Uebel vergessen machen.

Die längere, oder kürzere Dauer der Bewegung läßt sich keiner genauen Bestimmung unterwerfen. Man kann zur Regel annehmen, so bald man müde, oder die Haut feucht wird, ist zu ruhen, damit nicht die Kräfte des Patienten zu viel geschwächt, oder durch den Schweiß nützliche Säfte erpreßt werden. Es wäre ungereimt, diese Verhaltensregel, auch auf gesunde Menschen ausdehnen zu wollen; wie vieler Bewegungen müßten sie den Sommer über entbehren. Allein, unnützer Weise, fast alle Tage bis zur Erpressung häufiges Schweißes die Bewegung fortsetzen, ist auch bey gesundem Körper nicht klug gethan. Dessen Körper an heftige Bewegungen nicht gewohnt ist, der thut unrecht, wenn er sie auf einmal unternimmt. Sie würde, statt die Gesundheit herzustellen, das Bischen, so noch da ist, auch mit verderben.

Der

Der Leib kann sich wohl an alles gewöhnen, aber man muß Stufenweise zu Werke gehen. Es ist überhaupt sicherer, und nützlicher mit kleinern, oder sehr mäßigen Bewegungen anzufangen, und so bis zur heftigen fortzuschreiten.

Nichts ist lächerlicher, und zugleich schädlicher, als wenn Leute, die Amts wegen, oder aus welchen Ursachen es immer geschehen mag, ganze Tage ruhig zu sitzen pflegen, auf einmal zu heftigen Bewegungen sich entschließen, um sich, wie sie sagen, der Verstopfungen, oder anderer Uebel des sitzenden Lebens zu entledigen. Sie wählen gerade das Mittel, alles das zu verschlimmern, was sie bessern wollen. Was können sie sich endlich von so heftigen Bewegungen versprechen? ihre Säfte sind durch langes, ununterbrochenes Sitzen zähe geworden; soll sie nun die Bewegung auf einmal verdünnen? gewiß nicht; vielmehr können sie in ein edles Eingeweide getrieben werden. Hieraus entstehen Verstopfungen, die man eben meiden will, oder wenn schon welche da sind, dürften sie leicht in eine Entzündung übergehen. Dabei läuft selten eine allzu starke, besonders ungewohnte Bewegung ohne Schweißzerpressung ab; hiedurch werden die zurückbleibenden Säfte noch zäher, und die Ausdünstung tritt leichter zurück, so bald man sich einer Kühle aussetzt, die nie mehr, als nach heftigen Bewegungen zu locken pflegt.



Die natürlichste Art sich zu bewegen ist auch die beste. Nicht nur zu Verrichtungen, auch zur Erhaltung der Gesundheit taugen uns die Füße, womit uns die von Gott erschaffene Natur versah. Denn auf diese Art, und fast nur auf diese allein, werden alle Glieder verhältnißmäßig bewegt. Menschen, die sich zu allen Arten der Bewegung zu schwach fühlen, denen bleibt doch die Sänfte übrig, oder sie können, wenn es ihre übrige Umstände erlauben, auf dem Wasser im Lustschiffe fahren, wo kein Schiffbruch zu befürchten ist, dann, wenn sie sich besser bey Kräften fühlen, die Kutsche versuchen, bis sie ihre Füße zur natürlichsten, und dienlichsten Bewegung stark genug finden. Eine Reise durch angenehme Gegenden unternommen taugt eben derselben Absicht. Nicht nur die beständige Erschütterung des Magens, auch die reizende Abwechselungen der Gegenstände wird dem reisenden Kranken heilsam; denn sie macht ihn seines Uebels vergessen, und giebt seinen Nerven eine andere Richtung.

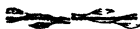
Vielen Hypochondrißien wird zu reiten angerathen. Deren Magen schwach ist, oder deren Gedärme sehr reizbar sind, die haben von dieser Erschütterung allerdings Vortheile zu hoffen. Nur muß die Bewegung weder zu heftig, noch sogleich auf das Mittagessen vorgenommen werden. Im Trabe, oder Galop zu reiten mag wohl



wohl gesunden Leuten angenehm seyn; aber der Kranke verliert seine Kräfte, und kommt noch der Schweiß dazu. auch einen guten Theil seiner Säfte. Im Schritte, oder im sanften Trabe reiten, wird hypochondrischen Kranken am besten bekommen. Deren Hypochondrie die goldne Ader zur Grundursache hat, denen wird die Bewegung mit Reiten nicht sehr heilsam seyn. Eben die Gefäße, worin der Sitz ihres Uebels ist, werden vorzüglich erhitzt; die Folge läßt sich leicht errathen; es läuft mehr Bluts dahin, und bahnt den Weg zur goldnen Ader aufs Neue.

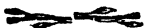
Weit bessere Wirkung habe ich oft von einer Reibung, welche man entweder am ganzen Leibe, oder vorzüglich am Bauche anbringt, als vom Reiten gesehen. Man setze sie aber durch mehrere Monate am Morgen mit nüchternen Magen fort, und man darf sich davon sicher viel Vortheilhaftes versprechen. Des Tages eine Viertelstunde wird zureichend seyn; wenn die Wirkung zu geringe scheint, der kann noch eben so viele Zeit zugeben. Die Reibung selbst geschieht nur sehr gelinde; dadurch erhalten oft die ausgedehnten Gefäße ihre gehörige Spannung wieder.

Ich muß nur noch erinnern, daß es bey Bewegungen, so wie bey allen übrigen, wovon bisher gehandelt worden ist; überhaupt auf Erziehung



huug und Gewohnheit ankommt. Tanzen, Fechten, laufen sind zu heftige Bewegungen; die oft Schaden bringen. Man sage nur nicht, ich habe von den heftigsten Bewegungen, die ich oft bis zum Uebermaasse fortgesetzt habe, keine schädlichen Folgen erfahren. Ich wills halb und halb zugeben, aber wenn uns Vernunft und Erfahrung lehrt, daß eine Ursache schädliche Wirkungen nach sich zieht, folgt noch lange nicht, weder daß sie allezeit auf das Daseyn dieser Ursache erfolgen, noch daß sie sogleich gefühlt werden müssen. Manchmal bereitet sie den Leib zu Uebeln, welche um so größer sind, je später sie losbrechen; und was nützt es endlich, wenn es uns gleich etliche Jahre erlaubt wäre, das Maaß ungeahndet zu überschreiten? — Es kommt ein anderes, in welchem wir, ehe wir es vermuthen, die schrecklichste Ahndung erfahren. Wie viele Jünglinge und junge Frauenzimmer haben sich durch unmaßiges Tanzen und Erhigung, vor der Zeit, in der besten Jugendblüte, ihren Sarg gebauet! — Die Erfahrung beweist es.

So gut der Leib des hypochondrischen Kranken eine ordentliche Bewegung verlangt, so nothwendig ist es auch seinem Geiste, oder Gemüthe, beschäftigt zu seyn. Wo Beschäftigung mangelt, und der Hypochondrist Muse oder Zeit hat, seinem Uebel nachzuspinnen, da wird sicher die Einbildung ihr Spiel treiben, und die
Krank.



Krankheit verschlimmern. Es versteht sich, daß hier nicht von einer zuweit getriebenen, ununterbrochenen Anstrengung der Geisteskräfte die Rede ist. Ueberhaupt sollte der Hypochondrist seine Kopfarbeiten in den Vormittagsstunden vollenden, und da auch nur so lange fortsetzen, als er keine Ermüdung spürt. Je mannichtiger dieselben sind, und je angenehmer ihre Gegenstände sind, desto weniger werden sie auch dem Leibe schaden. Kurz, das Gemüth des hypochondrischen Kranken verlangt auf eine angenehme Art beschäftigt zu seyn, und sein Körper verlangt eine ordentliche ihm nützende Bewegung, damit die ganze lebendige Person geneset; und gesund sey.

Der Schlaf.

In Ansehung des Schlafes wäre zu wünschen, daß man die Ordnung der Natur nicht verkehren möchte. Die Nacht über wachen, und einen ziemlichen Theil des Tages dem Schlafe weihen, gedeiht unserm Körper nicht eben so wohl, als wenn wir dem ordentlichen Rufe der Natur folgen wollten. Ich rathe dem hypochondrischen Kranken, daß er um zehn Uhr zu Bette gehe, und demselben sich längstens bis 6 Uhr Morgens wieder entreisse. Man denke nicht, daß es ganz einerley sey, ob man dem Schlafe die nächtlichen Stunden, oder gleichviele des Tages opfere; denn die Erfahrung lehrt uns,
daß



daß die Ausdünstung des Körpers oder des Leibes gerade in den angegebenen Stunden am besten befördert werde. Wer zu lange im Bette bleibt, stört die Ausdünstung, und macht sich kraftlos. Nichts kann also denen, die von Nervenzuständen gepeinigt sind, mehr eingeschärft werden, als das sie frühe genug den Schlaf abschütteln, und sich vom Bette erheben. Nichtsdestoweniger verkenne ich auch hier die Rechte nicht, welche Gewohnheit und Erziehung auf unsern Körper hat, auch würde ich dem, der es einmal gewohnt ist, spät zu erwachen, niemals anrathen, sogleich eine andere Tagesordnung zu ergreifen. So ein Sprung in der Natur hat selten nützliche Wirkung. Dennoch weiß ich auch, daß man eine alte Gewohnheit langsam, und gleichsam Stufenweise wieder mit heilsamen Erfolge ablegen kann.

Wer nicht durch eine lange Erfahrung überzeugt ist, daß ihm der Schlaf nach dem Mittagessen gedeihe, thut besser, wenn er sich dessen enthält, wenigstens sollte er nicht leicht länger als eine Viertelstunde nach der Mittagsmahlzeit schlafen. Nach eingenommener Mahlzeit ist jedermann wärmer; kommt noch der Schlaf dazu, so wächst die Hitze an; durch die Stellung des Liegenden selbst wird das Blut mehr nach dem Kopfe getrieben, und der Keim zu allerlei Uebeln in den Körper gelegtr. Man spüre den Handlungen



lungen vernunftloser Thiere nach; denn ihr natürlicher Trieb zur Erhaltung ist durch Künsteleien nicht verderbt worden. Wir sehen zwar, daß sie sich überhaupt nach der Nahrungsstunde eben so wenig, als im Sommer bei großer Hitze bewegen. Sie ruhen wohl insgemein; aber zu dieser Zeit schlafen, ist ihre Sache nicht. Da wir Menschen, die Nothwendigkeit der Nahrung, des Schlafes, und die Bewegung mit Thieren gemein haben, würden wir, dünkte ich, durch die Bemerkung und Nachahmung ihres Betragens viel gewinnen. So manche Menschen, die über schlaflose Nächte klagen, würden das Uebel los werden, so bald sie sich zur größern Munterkeit am Tage entschlüßen wollten; denn die Natur, wenn einmal die Nacht heranrückt, würde nun selbst nach dem Schläfe verlangen, der ihr am Tage versagt worden ist.

Daß manche Menschen sich sogleich nach dem Abendbrode zu Bette legen, ist nicht zu billigen. Eine Stunde sollte das Nachtesten wenigstens dem Schläfe vorgehen, wenn nämlich ein Theil der Verdauung schon vorbei ist. Die Ursache ist leicht einzusehen; denn je mehr die Adern des Magens, und der benachbarten Eingeweide von der Speisenlast gedrückt werden, desto mehr wird Blut nach dem Kopfe getrieben. Hiedurch wird der Schlaf entweder gehindert, oder gewiß mit Unruhe verbunden, und das
Haupt



Haupt langsam zu verschiedenen beschwerlichen Krankheiten bereitet.

Die Leidenschaft.

Wem Natur und Philosophie Gleichgültigkeit genug im widrigen Schicksale verliehen hat, dessen Körper ist eben so von vielen Krankheiten, wie sein Geist von Unruhe frei. Aber nur wenige Menschen können sich einer so gütigen Natur rühmen, und ohne dieselbe mögen wohl philosophische Gründe manchmal gute Wirkung haben; allein die Menschlichkeit gleichsam von allen Schlacken zu reinigen, möchte ihr nur überaus selten, nur bey außerordentlichen Menschen gelingen. Das ist also schwerlich, worauf sich die Arzneiwissenschaft stützen kann. Wir mögen immer dem hypochondrischen Kranken vorsagen, daß er sich für jähem Zorne, für Traurigkeit, für ungegründeter Furcht, und andern nagenden Leidenschaften bewahre, daß er seine Begierden oder Leidenschaften einschränke, und seine Zufriedenheit nicht in den äußerlichen Glücksumständen, nicht in den Meinungen anderer Menschen, sondern in seiner selbst eigenen Vollkommenheit gründe. — Umsonst: ein unermutheter Zufall setzt ihn in Schrecken, hebt seine Galle empor, senkt ihn zur Traurigkeit nieder, füllt seine Einbildungskraft mit so lebhaften Bildern seines künftigen Schicksals an, daß eine ängstliche Furcht an allen seinen Nerven nagt.

Glück.



Glücklich ist derjenige Mensch, der von seiner zärtlichsten Jugend an gelernt hat, seine Begierde zu mäßigen, ~~oder~~ den die Natur mit einer mäßigen Art von Leichtsinzigkeit versehen hat, daß ihm so manches gleichgültig ist, wornach andere Menschen mit äußerster Lebhaftigkeit streben. Insgemein aber sind eben die, die an Nerven-
zuständen leiden, am wenigsten Meister ihrer Leidenschaften oder Begierden; denn ihre zureizbare Nerven machen sie zu allen lebhaften Einbildungen fähig. Es ist sehr löblich, daß sie bei diesen Umständen die Philosophie zu Hülfe rufen, aber ein erfahrner Arzt wird noch sein ganzes Vertrauen auf dieses Heilmittel nicht setzen. Je mehr Hypochondristen sich mit Aufsuchung zureichender Trostgründe beschäftigen, diese verwerfen, jene annehmen, und bald wieder zu schwach finden, desto mehr sinnen sie in ihrem Uebel nach, beruhigen selten ihr Herz, und ihre Geisteskräfte werden durch Anstrengung schwächer.

In diesem Falle können Arzneimittel keinen Vortheil schaffen, ihre Pflicht ist vielmehr, den dringenden Zufällen zu steuern, welche durch emporgebraachte Leidenschaften rege gemacht werden. Der Hypochondrist also, will er diese Quelle seines Uebels verstopfen, so muß er seine Zuflucht nicht so viel zu Arzneien, als zu andern passenden Mitteln nehmen. Eine kluge Vorsicht in



Vermeidung aller derjenigen Gegenstände, die sein Gemüth beunruhigen, eine geschickte Lenkung des Herzen von der nagenden Leidenschaft zu einer Begierde die dem Menschen gleichsam balsamisch, oder gewiß nicht so nachtheilig ist, eine ermunternde Zerstreuung, und Beschäftigung, vorzüglich aber die kluge Leitung eines Freundes sind der beste Gegengift wider alles Uebel, so die Leidenschaften auf unsere Leiber oder Körper bringen.

Ich kenne keine schlimmere Leidenschaft für den menschlichen Körper, als Furcht, und Traurigkeit, und gerade sind diese dem Hypochondristen eigen. Furcht und Traurigkeit quälen sein Gemüth am Tage, und malen ihm noch im Traume ihre Schreckbilder vor. Die Traurigkeit, hält sie lange genug an, erschüttert den ganzen Körper, vorzüglich die Nerven. Ihr Uebel ist schwer zu heben. Man denkt den Gegenständen, welche sie hervorgebracht haben, immer nach, senkt sich von Tag zu Tag tiefer, sucht die Einsamkeit, eckelt vor aller Zerstreuung, und flieht die menschliche Gesellschaft, von welcher allein noch Linderung, Trost und Heilung zu hoffen wäre.

Gelingt es uns, durch eine unternommene Beschäftigung, welche den ganzen Geist des Men-

Menschen auffordert, unser Herz von den Gegenständen der Furcht abzulenken; und uns auf andere Gegenstände zu übertragen, welche uns eine Quelle des Vergnügens sind, so haben wir bennähe den Handel gewonnen. Die Nerven erhalten eine andere Richtung, die furchtbringenden Bilder verlieren sich und verlöschen nach und nach. Ist man selbst nicht im Stande, seinen Geist auf diese Art zu beschäftigen, so suche man sich angenehme Gesellschaften auf. Schauspiele, Musik, Weine mäßig getrunken, Bewegungen in reizenden Gegenden, Kicme, wiederholte, ermunternde Reisen werden nie ohne alle Wirkung seyn. Von keinem dieser Mittel hoffe man die ganze Hülfe; alle müssen zusammen stimmen, und ein beständiger Wechsel muß den Eckel verdrängen, der sich bey Hypochondristen gar bald einzustellen pflegt.

Aus allen angenehmen Bewegungen des Herzens, ist keine dem menschlichen Körper zuträglicher, als die Hoffnung, die Hoffnung heilt, auch wenn sie uns täuscht, denn durch sie genießen wir fast augenblicklich die angenehme Empfindung von einem künftigen, oft nur eingebildetem Gut. Der Hypochondrist kann nicht genug nach ihr haschen. Daher thun jene Greisen und alte Leute wohl, die Häuser und Gärten bauen, ohne vielleicht so glücklich zu seyn, daß

G 2

sie



sie die Vollendung derselben sehen werden. Sie sind schon durch die Hofnung derselben schadlos gehalten, welche ihnen täglich etwas angenehmes verheißt.

Will dieses alles nicht gedeihen, kehren die Bilder der Furcht, und der niederschlagenden Traurigkeit, mitten unter Zerstreuungen, und hofnungweckenden Gegenständen zurück, so weiß ich kein besseres Mittel, als daß man sich ganz einem Freunde vertraut, wenn man anders glücklich genug ist, irgend einen verdient, und gefunden zu haben. Die Anschüttung unsers Herzens, die Theilnehmung eines aufrichtigen Freundes, seine Zuredung, seine Rathschlägigkeit, die Tröstungen, und die Vorstellungen, daß eine franke, übertriebene und verkehrte Einbildung uns vor falsche Vorstellungen verursacht, beruhigen uns, und heitern uns auf, und seine Zusprechungen und thätige Hülfe, werden das Uebel entweder heben, oder lindern. Aber der Hypochondrist muß sich überhaupt vorstellen, daß er außer Stande ist, sein eigener Rathgeber zu seyn, er muß den Rath seines Freundes nicht nur hören, auch befolgen; und seiner Leitung beinahe ganz sich in solchem frankem Zustande überlassen. Gemeiniglich sind Hypochondristen, bey ihrer franken und verkehrten Einbildung, hier eben am eigenfinnigsten, sie bil-

den

den sich ein, alles besser zu sehen, weil sie ihren Umständen am meisten nachgedacht haben, und bedenken nicht, daß eben das allzuvieler Nachsinnen Ursache ist, wenn sie beinahe nichts in seiner ordentlichen Lage sehen.

Wenn ich von diesen Mitteln wider ausschweifende Leidenschaften rede, verstehe ich den Misbrauch in der Wollust nicht, dem nur Enthaltbarkeit entgegengesetzt werden kann. Es ist dieser Misbrauch eine der größten Schädlichkeiten, so die Hypochondrie verursacht, und wenn sie schon da, unheilbar, oder fast unheilbar macht. Viele Jünglinge haben sich noch in ihren blühendsten Jahren, (auch von der Onanie, dieser schädlichen Ausschweifung) bis zum Greisenalter entkräftet. Eben da sie die Munterkeit des jugendlichen Alters am meisten genießen sollten, klagen sie über Schwäche des Magens, der Augen, der Füße, des Gedächtnisses, und untauglich zum Arbeiten, unfähig die Freuden der Jugend zu genießen, bringen sie mit Unlust ihre stiefen Tage zu. Kommt noch die Lustseuche dazu, dann unterliegt der Leib zweien Uebeln; und eine Auszehrung ist die endliche Folge ihrer Ausschweifungen. Die Vorstellung aller dieser Uebel, und eine feste Entschlußung diejenigen Gelegenheiten zu meiden, welche eine so schädliche Ausschweifung veranlassen, kann man als



die wirksamsten Mittel ansehen, sich einer Leidenschaft zu entladen, deren Unmäßigkeit so unheilbare Wunden schlägt.

Die Ausleerung.

Ausdünstung, Urin, und Stuhlgang sind die drei allgemeinen Arten, auf welche die Ausleerung unsers Körpers geschieht. Je ordentlicher diese sind, desto freier wird man von hypochondrischen Anfällen seyn. Ist eine dieser Ausleerungen gehemmt, so darf man sich nicht wundern, wenn das alte Uebel rege wird. Ich werde nichts weiter davon melden, wiewohl sie Hypochondristen von Wichtigkeit seyn müssen; denn über die Vorsicht, welche man anzuwenden hat; daß nicht die Ausdünstung gehemmt werde, habe ich die nöthigen Warnungen hie und da bei Gelegenheit angebracht. So habe ich auch meinen Lesern angerathen, nicht sogleich bey gehemmten Stuhlgänge an ausführende Mittel zu schreiten, welche zwar eine kurze Linderung verschafft, aber die Ursache des Uebels, daß ist die Schwäche der Nerven, vielmehr vergrößert wird. Daher, wenn man keine Angstigkeit, kein Anlaufen des Bauchs fühlt, so sey man immer ruhig, bis sich der Stuhlgang von sich selbst ergiebt: wirrigenfalls müste man sich durch Zugemüse, geochtes Obst, oder welches überhaupt der gesündeste Weg ist; durch
ein

ein Klystier Hülfe schaffen. — Rühren die Nervenzustände von der verhaltenen monatlichen Reinigung, von der goldnen Uder, von zur Unzeit geheilten Geschwüren, oder zurückgetretenen Ausschlägen her, dann muß es dem erfahrenen Arzte überlassen werden. Ihm steht es zu, genau zu untersuchen, welche Ursache vorhergegangen, welche Wirkung erfolgt sey, was für Theile vorzüglich leiden, und mit welchen wirksamen Mitteln man dem Uebel begegnen müsse.

Uebrigens, was ich von der Lebensordnung gesagt habe, geht eigentlich nur den Kranken an, der von Nervenzuständen gequält wird. Diesem hypochondrischen Kranken kann ich es zum Troste versichern, daß ich viele Hypochondristen durch eine anhaltende Beobachtung derselben genesen sah, an denen die vortreflichsten Arzneimittel fruchtlos verschwendet worden. Jener Hypochondrist erreichte durch eine strenge Lebensart, die er im 35ten Jahre seines Alters ergriff, ein volles Jahrhundert. Dieß kann ich Niemanden versprechen; aber Linderung, wo nicht gänzliche Wiederherstellung, kann man sicher erwarten. Gesunde sind an diese Vorschrift nicht gebunden; dennoch würde die Beobachtung etlicher Verhaltensregeln, deren besonders, die ihrem Temperamente, ihrer gegenwärtigen Lage, und ihrer übrigen Lebensart, mehr angemessen sind, viel



viel beitragen, ihre Gesundheit dauerhaft zu machen. — Deren Umstände es nicht erlauben, nach allen hier vorgeschriebenen Gesetzen zu leben, denen mag es genug seyn, so viele derselben, und so oft, als es möglich ist, zu beobachten. Aber die, welche keine Lust haben, sich einer beschwerlichen Lebensordnung zu unterwerfen, mögen es sich dann selbst zuschreiben, wenn sie statt zu genesen, die noch übrigen Tage ihres kränklichen Lebens mit beständigen Kränkeln zurücklegen, und beinahe jeden Tag die Bitterkeit des Todes kosten müssen. Wohl ihnen, wenn sie sich noch bei Zeiten zur strengen Diät durch Lesung dieser Vorschriften ermuntern lassen!

