

# **Badische Landesbibliothek Karlsruhe**

**Digitale Sammlung der Badischen Landesbibliothek Karlsruhe**

## **Badenweiler mit seinen Umgebungen**

**Wever, Gustav**

**Freiburg, 1843**

[Regeln für den Kurgast]

[urn:nbn:de:bsz:31-333629](https://nbn-resolving.org/urn:nbn:de:bsz:31-333629)

durch Strophelsucht hervorgerufenen Eranthemen. Insbesondere ist der innerliche Gebrauch der Molken, etwa in Verbindung mit Langenbrücker Schwefelwasser zu empfehlen. — Bei der oben schon erwähnten Eigenschaft unserer Therme, nicht nur die Haut und die Nieren in erhöhte Thätigkeit zu versetzen, sondern auch auf der Haut selbst Ausschläge hervorzurufen und dadurch günstige Ableitung von innern, edlern Organen zu bewerkstelligen, muß ihre Anwendbarkeit in den bezeichneten Fällen, wo es sich entweder darum handelt, krankhafte Thätigkeit des Hautorgans zu reguliren oder ein erhöhtes Leben in ihm hervorzurufen, klar werden.

Wenn es einerseits die erste und Hauptaufgabe des Arztes ist, die Mittel zu bestimmen, welche gegen irgend ein Uebel als zweckdienlich bekannt sind, wenn es ferner seine oft nicht leicht zu lösende Aufgabe ist, unter einer Reihe von in ihrer Wirkung verwandten Mitteln, das der Individualität des Einzelnen entsprechende herauszufinden, so kommt am Ende noch ein Drittes mit in Betracht, nemlich die zweckmäßigste Art und Weise des Gebrauches. Das nemliche gilt von den Bad- und Brunnenkuren. Viele Dinge sind dabei zu berücksichtigen, Manches hat der Kurgast zu beobachten,

wenn die angewandten Mittel von Erfolg, der bereits herbeigeführte Erfolg nicht wieder unterbrochen und entfernt werden soll, ja selbst wenn nicht zu dem schon bestehenden Uebel noch ein weiteres hinzutreten soll. Dem Kurgaste mögen ungefähr folgende Regeln dienen.

Die zu einer Badekur geeignetste Zeit des Jahres sind die Monate Juni, Juli und August. Selten erlaubt die Witterung schon in den Monaten April und Mai, häufiger aber in den spätern Monaten September und Oktober einen Badeaufenthalt, da sie durch ihre Veränderlichkeit, durch die kalte, nasse, feuchte Witterung nicht günstig auf den Kurgast einwirken. — Die zur Reise zu wählende Tageszeit sey weder der frühe Morgen noch die späte Nacht. Man reise so bequem und schnell als möglich und vermeide, wenn es immer thunlich ist, die heiße Mittagszeit. — Sogleich nach der Ankunft ist es die erste Aufgabe, sich seine Wohnung zu wählen, ich sage zu wählen, da dies nichts Gleichgültiges ist. Die Zimmer für den Kranken seyen geräumig und hoch, worauf besonders der Brustkranke zu sehen hat, sie sollen genug Licht und Luft, die zwei wichtigen Elemente des Lebens, haben, ihre Lage sey womöglich östlich oder südlich, die Wohnung gesund, frei, trocken, ohne lästigen und Krankheiten erzeugenden Zugluft. Schwächliche reizbare Personen sollen solche Zimmer wählen, die

von dem rauschenden Tanz- und Musiksaale entfernt liegen, oder ruhige Privatwohnungen beziehen.

Der Kranke wähle einen Gasthof, wo er so viel als möglich Bequemlichkeiten findet. — Nach seiner Ankunft übergebe er dem Bad- und Brunnen- arzte die Mittheilungen seines Arztes über voraus- gegangene Krankheit und Behandlung, und lasse sich von diesem in der Art unterweisen, wie er die Kurmittel zu gebrauchen habe.

Der Morgen sey die Zeit, die man der Kur widmet, der Nachmittag diene der Erholung und dem Vergnügen. Schon die Alten glaubten an einen schützenden Brunnengenius, der am Morgen die Heilquellen besonders kräftig mache. Nach vorausgegangenem erquickendem Schläfe ist der Körper gestärkt, von Seiten der Naturkräfte größere Reaction zu erwarten, der Magen ist leer, seine Säfte durch nichts anderes verunreinigt, die Verdauung und Aufsaugung geht schneller vor sich. — Die Therme werde entweder nüchtern ganz früh 5 oder 6 Uhr, oder 2 Stunden nach dem Genuße der Molken oder Eselinnenmilch, während des Vormittags unter fortwährender mäßiger Bewegung — bei guter Witterung im Freien, bei schlechter dagegen im Saale getrunken und von 4 bis 12 Gläser gestiegen. Auch für die Eselinnenmilch und die Molken eignet sich ausschließlich der frühe Morgen.

Man beginne um 6 Uhr, um welche Zeit die Molken stets warm, ja heiß zugetragen werden, und mache fortwährend mäßige Bewegung dazu. Man trinke sie in Abtheilungen von einem Viertel Schoppen und in Zwischenräumen von etwa 5 Minuten, bis die vorgeschriebene Quantität von oft mehreren Schoppen verbraucht ist. In kürzerer Zeit wird die Eselinnenmilch getrunken, weil sie nur in kleineren Quantitäten verordnet wird. Man beginnt in der Regel mit einem Viertel Schoppen, steigt nach einigen Tagen auf einen halben und erst nach geraumer Zeit auf einen ganzen Schoppen, was als Maximum zu betrachten ist. Nicht selten schon sah ich von nicht zeitgemäßem Gebrauch, sowie vom Genuße derselben in allzugroßer Quantität, Magenbeschwerden, Blähungen, Kopfschmerz und dgl. eintreten, Fälle, in denen die Wirkung unmöglich die gewünschte seyn konnte. Die Quantität des mit den Molken zu trinkenden Mineralwassers geht in der Regel mit der der Molken gleichen Schritt. Weder die Molken noch die Mineralwässer werden des Abends getrunken und nur selten ist dies mit der Eselinnenmilch der Fall. Auch ist es sehr zweckwidrig, ja selbst nachtheilig, ein Mineralwasser während des Mittagessens zu trinken. — Einige Stunden nach dem Gebrauche der genannten Heilmittel nimmt man, nachdem sich unter fortwährender Bewegung in der freien Luft ein guter Appetit

eingestellt hat, ein leichtes, reizloses Frühstück und suche hierauf in heiterer, angenehmer Gesellschaft die Promenade. — Etwa eine halbe Stunde vor 10 oder 11 Uhr kehre man zurück, um das Bad zu gebrauchen. Auch hiebei ist in jeder Beziehung Vorsicht nothwendig. Der Kranke gehe nie in's Bad ohne vorhergegangene genügende Abkühlung und Ruhe, nie mit vollem Magen. Die Dauer, sowie die Temperatur des Bades zu bestimmen, ist lediglich Sache des Arztes. Im Allgemeinen gilt die Regel, daß man nur mit etwa 10 Minuten beginne und mit jedem Tage um eine oder einige Minuten steige bis zu einer halben oder ganzen Stunde.

In demselben Grade als man mit der Dauer steigt, fällt die Temperatur. Auch dies ist Sache des Arztes. Nur in seltenen Fällen wird auch des Abends gebadet. Im Bade selbst halte der schwächliche Kranke seine Bedienung in der Nähe und vermeide nach demselben ganz besonders die Erkältungen. Hierzu halte er warme Tücher zum Abtrocknen in Bereitschaft und versehen sich mit dichter Kleidung. Nach dem Bade wird es bisweilen nothwendig, theils um vermehrte Transpiration hervorzurufen, theils um der Ruhe zu pflegen, da das Bad nicht selten angreift und schwächt, auf kurze Zeit sich zu Bette zu legen. Hierauf macht man in der Regel entweder nach einen kleinen Spazier-

gang oder seine Toilette und begiebt sich mit erneuem Appetite versehen zur Tafel. Dies ist ein in jeder Beziehung wichtiger Zeitpunkt für den Kurgast und erheischt besonders bei den üppigen, luxuriösen Gastmahlen, wie sie unsere Gasthöfe haben, die größte Vorsicht, den unbedingtesten Gehorsam von Seiten des Kranken, die unmaßsichtlichste Strenge von Seiten des Arztes. Was mit vieler Mühe, mit unzähligen Opfern gut gemacht worden ist, kann durch einen Diätfehler verdorben werden; bei dem Einen gestattet Krankheit und Individualität dieses, bei dem Andern jenes Nahrungsmittel nicht, bei Diesem sind gewisse Idiosyncrasien zu berücksichtigen, bei Jenem muß darauf Acht genommen werden, daß die Nahrungsmittel die Wirkung der Arzneistoffe nicht stören und neutralisiren. Es sind dies so feine Rücksichten, daß auch hierin wieder die Bestimmung des Arztes allein maßgebend seyn kann, und der Kurgast sich streng an dessen Verordnungen und Anweisungen zu halten hat. Der Kurgast beobachte überdies, selbst bei der sorgfältigen Wahl seiner Nahrungsmittel, die goldene Regel: er esse nie so viel, daß er nicht noch mehr essen könnte, eine Regel, die selbst dem Gesunden nur zuträglich seyn kann. — Nach der Tafel unterhalte man sich in angenehmer Gesellschaft, vermeide die schädlichen Nachmittagschläpfchen, mache bald wieder mäßige Bewegung

und gegen Abend weitere Ausflüge. Die Art der Bewegung richtet sich ebenfalls wieder nach der Krankheit, der Individualität, dem Alter und dem Grade der vorhandenen Schwäche. Langsames Gehen ist das Zuträglichste. Minder kräftigen Individuen dient das Reiten zu Esel oder das Fahren in guten Wagen. — Nach der Rückkehr vom Spaziergange oder dem Ritte in heiterer Gesellschaft, die in großen Caravanen am Berge sich hinzog, nehme man ein einfaches, leicht verdauliches Nachtmahl, das am besten und zuträglichsten aus einer Suppe und einer kleinen Portion leichten Gemüses bestehe. Der Schlaf ist eine so köstliche Gabe, er erquickt und stärkt so ungemein kräftig, ja er macht selbst die Arzneien entbehrlich; wer ihn aber ungestört genießen will, der belaste seinen Magen nicht zuvor, esse wenig und gehe erst etwa zwei Stunden darauf zu Bette. Es ist für den Kurgast ebenso wenig vortheilhaft, zu bald nach genommener Nachtmahlzeit als zu lange nach derselben zu Bette zu gehen. Nicht minder wichtig und beachtenswerth sind für den Kurgast die Vorsichtsmaasregeln in Beziehung auf die Kleidung. Wir dürfen im Allgemeinen annehmen, daß die verschiedenen Jahreszeiten sich in den Tageszeiten verjüngen. So wie jene eine verschiedene Kleidung nothwendig machen, so erheischen es auch diese, und nicht selten ist es der Fall, daß der Kranke,



der gegen die atmosphärischen Einflüsse empfänglich ist, seine Kleidung dreimal des Tages ändern muß. Dies gilt besonders vom weiblichen Geschlechte. Während man die Brunnenkur gebraucht, seye man leicht und warm gekleidet, der Magen seye nicht gedrückt und beengt. Leichter wird die Kleidung während der Mittagshize, der kühle Abend aber mahnt wieder an die wärmeren Gewänder.

So hat der Kurgast unendlich viele Dinge zu berücksichtigen, die mehr oder minder wesentlich in Beziehung zur Kur stehen, welche alle hier aufzuführen in's Unendliche führen und die Grenzen dieser Schrift überschreiten würde. Der Kurgast wird stets am besten thun, den Weisungen des Arztes genau zu folgen.

Zur weitem Erläuterung und Begründung des über die Wirksamkeit und Gebrauchsweise der unserm Kurorte eigenen Heilmittel Gesagten folgen einige Krankengeschichten, als Repräsentanten der einzelnen oben aufgezählten Krankheiten und Krankheitsgruppen.

Herr S. aus Mühlhausen, Fabrikant, 22 Jahre alt, hatte während der Monate Merz und April ein nervöses Schleimfieber durchgemacht und war in der Reconvalescenz kaum so weit vorangeschritten, um die Reise vornehmen zu können. Er war noch so