

6.) Man besleißige sich einer mäßigen Lebensordnung und vermeide besonders jede Regellosigkeit, die mit Erschöpfung der Kräfte, Aufregung der Leidenschaften und Abkürzung des Schlafs verbunden ist.

7.) Man wähle einfache und leicht verdauliche Speisen, und vermeide besonders den zu häufigen Genuß von Schweinefleisch, Wurst, fettem Backwerk und schweren Mehlspeisen; dagegen der mäßige Genuß von säuerlichen Dingen vorzüglich zu empfehlen ist. Bemittelte Personen können sich darüber leicht mit ihrem Arzte besprechen. Vermehren ist hauptsächlich der häufige Genuß von Heeringen, Sauerkraut, sauern Gurken, Meerrettig, Rübsen, Sellerie, Möhren, sauern Erdäpfeln, Zwiebeln und Knoblauch anzurathen.

8.) So nützlich es ist, dann und wann ein Glas guten Wachholder-Branntwein oder ein Glas Wein mehr, als sonst, zu genießen, und besonders des Morgens, ehe man sich Kranken nähert, etwas Geistiges zu sich zu nehmen, so wenig glaube man, sich durch Uebermaß schützen zu können, als wodurch gerade die Empfänglichkeit für Ansteckung aufs höchste vermehrt wird. Gutes, mäßig bittres, wohlausgegohrnes Bier, für Vermere Rosent, Wasser mit etwas Branntwein oder Fruchtessig, sind zum gewöhnlichen Getränk am meisten zu empfehlen.

9.) Man unterlasse das zu starke Heizen der Zimmer, hauptsächlich der Krankenzimmer, lege aber, auch bey wärmeren Tagen, die wärmere Winterbekleidung nicht zu frühzeitig ab.

10.) Beym Spazierengehen vermeide man die Orte, wo sich, von der Ueberschwemmung her, stehende Gewässer befinden. Vorzüglich nachtheilig ist die üble Gewohnheit, in gegenwärtiger Jahreszeit an öffentlichen Orten bey warmen Sonnenschein unter freyem Himmel zu sitzen, als wogegen hiermit ernstlich gewarnt wird.

11.) Was im Vorhergehenden von der Reinlichkeit im Allgemeinen gesagt worden, das gilt in noch höherm Grade für Kranke