den sind, gar nicht wieder aufhören wollen. Bemerkt man nun gar noch blutigen Auswurf aus der Lunge, dann ist die Gefahr der Lungensucht schon sehr nahe. — Wer diese Anzeigen verspürt, der hüte sich ja vor hitzigen Getränken, Wein, Branntwein, Liqueurs, vor Gewürzen, starken Bewegungen, z. E. heftigem Tanzen, Laufen und dergleichen, Ausschweifungen in der Liebe, vor dem Sitzen mit zusammengedrückter Brust, oder dem Andrücken der Brust wider den Tisch beim Arbeiten, auch vor zu anhaltendem Singen oder Sprechen.

Eine andere Anlage ist die zu Hämorrhoiden (güldenen Ader). Man erkennt sie daran, wenn sie die Eltern hatten, wenn man zuweilen Rückenschmerzen tief unten im Kreuze spürt, oder fliegende Stiche quer durch das Becken, oder zuweilen ein schmerzhaftes Zwängen beim Stuhlgang, wenn man immer an Hartleibigkeit leidet; wenn man ein öfteres Jucken am After, oder starken Schweiß in der Gegend, auch wohl öfters Kopfweh und Vollblütigkeit des Kopfs empfindet. — Solche Personen haben nöthig, nicht allein alles hitzige Getränke, sondern auch warme Getränke zu meiden, besonders Kaffee, Thee und Chokolade, mehr von frischen, saftigen Gemüsen und Obst, in Verbindung mäßiger Fleischnahrung zu leben, Mehlspeisen, Kuchen, Backwerk, blähende Speisen zu meiden, nie anhaltend zu sitzen, und sich täglich Bewegung zu machen, das zu lange und starke Drängen beim Stuhlgange zu unterlassen, den Unterleib nicht zu binden oder zu schnüren, sondern ihn vielmehr täglich eine Viertelstunde ganz gelinde zu reiben.

Anlage zur Hypochondrie oder Hysterie und andere Nervenkrankheiten merkt man an folgenden: Wenn man von nervenschwachen Eltern gezeugt wurde; wenn man frühzeitig zum Lernen und Sitzen angehalten wurde; wenn man in der Jugend Onanie getrieben hat; wenn man viel sitzend, in der Stube, einsam gelebt, und viel warme Getränke genossen, auch wohl viel schmelzende und empfindsame

Bü=