

IX. Brief.

Die Heilmittel, ihre Wirkung und Anwendung.

L. F.! Die unbestreitbaren Erfolge, welche so oft in C. und in anderen Kurorten erzielt werden, verdanken wir keineswegs, wie so oft von Seiten des Publikums angenommen wird, einer besonderen, wunderbaren Kraft der Mineralquellen und =Bäder, vermittelst deren alle möglichen im Körper herumirrenden Krankheitsstoffe, die hartnädig allen versuchten Haus- und Apothekermitteln widerstanden, hinausdirigirt werden. Die gebotenen Heilmittel sind vielmehr in mancher Beziehung die denkbar einfachsten, aber angewandt nach den Prinzipien einer rationellen Gesundheitspflege.

Wir bemühen uns zunächst den allen nachtheiligen Einflüssen seiner Heimath entzogenen Kurgast in möglichst normale Lebensverhältnisse zu versetzen. In C. wird ihm zunächst das Haupterforderniß eines gesunden Lebens, reine Luft, in reichster Fülle geboten. Wir verordnen dem Kranken das einfachste Bad, welches jeder Mensch täglich mehr oder weniger genießt, das Luftbad. Dasselbe ist weit wichtiger, als gemeinhin geglaubt wird, da es die Wärmeökonomie des Körpers und somit den Stoffwechsel, sodann das Nervensystem erheblich beeinflusst. Wir wenden nun aber dieses mächtige Heilmittel nicht wahl- und planlos an, sondern unter Berücksichtigung der Temperatur und Windströmung, des Drucks und Wassergehaltes der Atmosphäre bestimmen wir je nach dem individuellen Krankheitszustande des Einzelnen die Dauer und Stärke des Luftbades, indem wir genaue Anweisung geben, wann, wie lange und wie es anzuwenden ist. Mit anderen Worten gesagt, suchen wir also ein richtiges Verhältniß zwischen körperlicher Bewegung und Ruhe herzustellen. Die Wirkung eines auf solche Weise rationell angewandten Luftbades wird sich schließlich zeigen in erhöhter Widerstands- und Leistungs-