

Die Engländer glauben auf diese Weise am meisten Nutzen und am wenigsten Schaden von kalten Bädern zu erfahren, und ihre Auctorität sollte hierin wol etwas gelten.

2. Bey jedem kalten Bade muß der Kopf voran kalt werden. - Man sollte zuerst durch Aufgießen des Wassers auf den Kopf, oder durch Aufschlagen kalter und nasser Tücher, diesen Theil recht abkühlen, und sich alsdann, den

E e 3

Kopf

wie in England, hineinfahren und bey jeder Wasserhöhe baden könne, und der sich, wenigstens an den deutschen Ufern der Nordsee, wenig findet, wo mehrentheils Klengrund ist. Ferner zweifle ich auch, daß, wenigstens die Nordsee, an den deutschen Küsten, die zum erspriesslichen Seebaden nöthige Wärme habe. An die englische Küste, zu Brighthelmstone, Weymouth, allenfalls auch zu Margate, welches die gewöhnlichsten dasigen Seebäder sind, kommt das Wasser des atlantischen Meeres, welches von der Sommerhize besser durchdrungen ist, als es die Nordsee seyn kann. Erst im September geht man nach den Seebädern, weil man alsdann erst das Wasser gehörig erwärmt hält.