

ist, machen wir unterleibskranke Frauen darauf aufmerksam, beim Trinken der Quellen sowie überhaupt während der Kur möglichst wenig zu gehen. Sobald das Gehen nur einigermaßen beschwerlich fällt, dann dürfen Unterleibskranke nur kleine Strecken und nur in der Ebene gehen, und müssen dazwischen öfter längere Zeit ausruhen, z. B. 5 Minuten lang gehen und dann 10 bis 30 Minuten sitzend ruhen. Ist der Morgen zum Sitzen im Freien zu kühl, dann mögen solche Kranke die einzelnen Becher mit möglichst kurzen Pausen trinken und nach dem letzten Becher sogleich nach Hause gehen.

Ist die Kranke sehr matt oder stellen sich bei oder nach dem Gehen erhebliche Beschwerden oder Schmerzen ein, dann trinke man — vorausgesetzt, dass das Trinken vom Arzte überhaupt gerathen wurde — den Brunnen nur sitzend, bei schönem Wetter in der Nähe der Quellen oder, wenn man entfernter von den Quellen wohnt, im Garten vor der Wohnung; bei schlechtem Wetter mögen sich solche Kranke den Brunnen in die Wohnung bringen lassen und denselben im Bett oder nach dem Aufstehen trinken.

In Bezug auf das Trinken der Quellen während der Periode ist Folgendes zu berücksichtigen: Verläuft die Periode vollständig regelmässig, fühlt sich die Kranke während derselben gesund und kräftig, und treten auch keinerlei Beschwerden weder bei noch nach dem Gehen auf, dann kann das Trinken der Quellen, und zwar sowohl der Salzquelle als der übrigen eisenhaltigeren Quellen sowohl früh wie Nach-