

wird durch einen sogenannten Dämmer-schlaf, der sich über 5 Tage erstreckt, erreicht. In dieser Zeit erhält der Kranke mehrmals einen Schlaftrunk.

Es ist sehr wichtig, die Mindestdosis an Schlafmitteln für jeden Kranken schnellstens zu erkennen, die einen sicheren, fast ununterbrochenen Schlaf gewährleistet. Gleichzeitig ist es erforderlich, von vornherein diesen Schlafmitteln andere Stoffe beizumischen, welche die sonst lästigen Erscheinungen, wie Durchfälle usw., auf ein Minimum beschränken oder sehr oft überhaupt nicht auftreten lassen. Es gelingt, den Schlaf so abzumessen, daß der Kranke täglich zweimal leicht erwacht, um seine Notdurft zu verrichten und zugleich Nahrung zu sich zu nehmen. Während der ganzen Dauer des Schlafes müssen täglich zwei ausgiebige Mahlzeiten gereicht werden, schon damit der meist sehr abgemagerte Kranke nicht noch einen weiteren Gewichtsverlust erfährt. Es bedarf keiner besonderen Erwähnung, daß in die Ab-wartung des Kranken sich Arzt und besonders erfahrene, pflichttreue Schwestern teilen müssen.

Fünf Tage und fünf Nächte währt dieser Schlaf, dann ist der Körper von dem Gifte frei. Langsam erwacht der Kranke aus dem Traumland, das ihn umgab, um an diese Zeit und an die zwei folgenden Tage später keine Erinnerung mehr zu haben. Ruhig und friedlich hat er meist geschlafen, und, wenn er sich selbst erhob, so kam es nie zu dem gefürchteten Toben, nie zu Erregungen, die eine entscheidende Änderung der üblichen Maßnahmen erforderlich machten.

Überaus ungläubig nimmt der Kranke am Ende des fünften Tages die Nachricht entgegen, daß er aufstehen, sich anziehen und in unseren Gesellschaftsraum kommen soll, aber schon erwacht in ihm die Lebensfreude, und das langentbehrte Selbstvertrauen paart sich mit einem gesunden Sinn für das Äußere. Er, der eben noch seine Kleidung und die Pflege seines meist recht verunstalteten Körpers, mit der durch die vielen Einstiche lederartig gewordenen Haut, recht vernachlässigte, ist von einem starken Gefühl der Gesundheit

erfüllt und beginnt, auf Kleider und Haltung großes Gewicht zu legen. Der erste Schrei des geheilten Mannes gilt dem Friseur, der der Frau dem Lippenstift und der Puderquaste.

Am nächsten Tage kann der Patient schon am frühen Nachmittag aufstehen, um von nun ab den ganzen Tag bis auf eine einstündige Ruhe außerhalb des Bettes zu verleben. Der Gang, der zu Anfang noch ein wenig schwankend ist, wird ruhig und sicher, das gläsern gebrochene Auge wird klar und glänzend, die Muskeln straffen sich, die eingefallenen Wangen werden wieder ausgefüllt. Schon 48 Stunden nach der Schlafkur ist man imstande, ein- bis zweistündige Spaziergänge zu unternehmen; ein Kranker machte mit mir zu diesem Zeitpunkt einen Ausflug von einem halben Tage mit mehrstündigem Fußmarsch.

Die ganze Zwanglosigkeit der Behandlung kommt besonders an den Abenden zum Ausdruck, die im Kreise der Familie verlebt werden, sei es im munteren, bald ernsten, bald heiteren Gespräch, bei dem nicht selten der Arzt unaufdringlich diesen und jenen Ratschlag erteilt, und bei dem mit lächelnder Miene dem Morphinismus die Maske der Heimlichkeit heruntergerissen wird, sei es in harmlosen Zerstreuungen, die den jeweiligen Wünschen der Gäste angepaßt werden. Weder um 9 Uhr noch um 10 Uhr abends soll der offizielle Ruf ertönen: „Bitte zu Bett gehen“, sondern Stimmung und Müdigkeitsgefühl bedingen das Ende eines jeden Zusammenseins.

Überaus reichlich und vielseitig muß die Ernährung gestaltet werden, damit der Appetit angeregt und der oft schon in der zweiten Woche einsetzende Heißhunger weitgehend gestillt wird. Kleinliche Einschränkungen sind hier ebenso wenig am Platze wie die Berücksichtigung aller von den Kranken geäußerten Wünsche nach einer Diät, die meist nicht erforderlich ist und den Kranken nur an den Krankheitsbegriff fesselt. Gewichtszunahmen von 20 Pfund und mehr am Abschluß einer Kur gehören durchaus zur Norm. Das Gewicht pflegt nach dem Fortgang