betroffen, welche sich in guten Verhältnissen befinden, gut oder vielmehr zu gut essen und trinken und dabei nicht die nöthige körperliche Bewegung haben. So stellen z. B. gut situirte Beamte, welche viel sitzen müssen, zu diesen Krankheiten ein anständiges Contingent. Wie wohl wird sich dann so ein Patient fühlen, wenn hübsch früh aufgestanden wird (das fällt auf dem Lande nicht schwer), dann rasch angezogen und in den Wald marschirt, hier ein oder mehrere Glas Molken (am besten Alaun-) getrunken, dann noch 1—2 Stunden im Schatten bergan spazieren gegangen, gelegentlich dann gegen Mittag ein Kaltwasserbad genommen, dann zu Mittag eine gute, aber fett- und eiweissarme Kost genossen u. s. w. Auf diese Weise werden sich ja wohl bald die Beklemmungen verlieren, die verdriessliche hypochondrische Stimmung, die trüben Gedanken an einen nahen Tod u. dgl. werden einer frohen zufriedenen Stimmung Platz machen „und neues Leben blüht aus den Ruinen". Es bedarf wohl nicht besonderer Erwähnung, dass Trink- und Badekuren ohne alle Schwierigkeit dabei gebraucht werden können.

Beiläufig sei auch der Hautkrankheiten gedacht. Die Zeit ist allerdings vorüber, wo man glaubte, dass die Hautkrankheiten die Unreinigkeiten des Blutes ausscheiden. Aber doch ist für ihre Heilung ein reger Stoffwechsel neben lokaler Behandlung durch Bäder u. s. w. von nicht zu unterschätzender Bedeutung, und die Behandlung derselben bei Aufenthalt und Bewegung in frischer Luft wird doch recht dankenswerthe Resultate erzielen. Weiteres hierüber soll unten bei den Bädern besprochen werden.

Für Nervenkranke gilt ziemlich dasselbe, ein reger Stoffwechsel bei normaler Lebensweise wird seinen günstigen Einfluss nicht verfehlen.

Sächsische Landesbibliothek – Staats- und Universitätsbibliothek Dresden http://digital.slub-dresden.de/id390683639/19