Populäre

Oesterreichische Gesundheits-Zeitung;

zur

Warnung für Nichtkranke und zum Troste für Leidende.

97. Wien, Samstag den 3. December 1831.

Von dieser Zeitschrift erscheinen wöchentlich zwey Nummern — Mittwochs und Samstags; und man pränumerirt für Wien in der Strauß'schen Verlagshandlung (Dorotheergasse Nr. 1108) ganzjährig mit sechs Gulden, halbjährig mit drey Gulden und vierteljährig mit einem Gulden dreyßig Kreuzer C. M. auf dieselbe. In den Provinzen nehmen alle k. k. Postämter Bestellungen an, und liefern die Blätter um den Preis von acht Gulden C. M. ganzjährig, und um vier Gulden C. M. halbjährig wöchentlich zwey Mahl portofrey. Im Auslande kann das Blatt um denselben letztgenannten Preis durch die k. k. Postämter bis zur österreichischen Gränze bezogen werden; oder durch die Tendler'sche Buchhandlung in Monathheften mit Umschlägen versehen.

Was zeichnet unsere Zeit aus, und wovor haben wir uns zu hüthen?

Von Dr. Andreas Ludwig Jeitteles.

Wer eine Zeit, sey es in welcher Beziehung immer, zu beurtheilen sich herausnimmt, muß vor Allem darauf bedacht seyn, daß ihm die göttliche Idee der Menschheit, deren Repräsentanten die Millionen vernunftbegabter Wesen sind, welche die Erde bewohnen, immer klar und lebendig vor Augen schwebe. Ohne einen Maßstab ist keine Kritik denkbar. Er muß ferners gleich jenem Gotte mit dem Doppelantlitz, vor sich und hinter sich zu schauen vermögen: vor sich in die jugendlich-frische Gegenwart, und in die noch ungeborne Zukunft, hinter sich in die graue Vergangenheit. Denn woher sonst als aus der Geschichte früherer Zeit nähme er die nöthigen Materialien zum Aufbau seines Gebäudes, und wie zöge er, wenn er nicht zugleich den Blick auf die Folgezeit richtete, die gehörige Nutzanwendung, worauf es doch hier, wie in den meisten Dingen, wesentlich ankommt?

In den folgenden Zeilen hat es sich der Verfasser zur Aufgabe gemacht, zunächst den physischen Charakter der gegenwärtigen Zeit einer Prüfung zu unterwerfen, und die Gründe nachzuweisen, warum er sich so und nicht anders gestaltet habe. Die nicht gemeine Schwierigkeit des Unternehmens konnte ihn nicht abhalten, sich mit einer Materie zu beschäftigen, welche so folgenreiche Resultate verspricht, und für den Arzt, wie für den Statistiker, Politiker, Philosophen und überhaupt jeden Gebildeten von gleich großem Interesse seyn muß. Doch erwarte man nicht, daß er dieselbe bis in ihre leisesten Nüancen und Schattirungen hinein erschöpfe, genug wenn er das Seinige beygetragen hat, ein bisher noch wenig bearbeitetes Feld, so viel an ihm lag, urbar machen zu helfen.

Zuvörderst aber, ehe wir unserem Ziele näher schreiten, wird es gerathen seyn, unsere Ansicht vom Ideale der Menschheit vorauszuschicken, welches zu erreichen der Einzelne, so wie das ganze Geschlecht, nicht allein fähig, sondern auch verpflichtet und berufen ist.

Dreyerley Elemente sind, wie Keime, welche der Landmann in den fruchtbaren Schooß der Erde legt, vom Schöpfer in den Menschen gelegt worden; nach dreyerley Richtungen hin muß sich daher auch seine Kraft entfalten, wenn er den Sinn des Ewigen veranschaulichen, wenn er überhaupt will, daß sein Daseyn Werth und Bedeutung erhalte. Leib, Geist und Gemüth (physische, intellectuelle und moralische Natur) sind die heilige Trias, welche das Menschenleben constituiren; leiblich, geistig und gemüthlich hat er sich zu entwickeln und auszuprägen, um werth zu seyn, daß man ihn den Liebling und das Meisterstück der Schöpfung nenne, und zu verdienen, daß man ihm den obersten Platz in der Reihe zahlloser Geschöpfe einräume. Wie dieses zu bewerkstelligen sey, umständlich aus einander zu setzen, liegt außer unserer Absicht; es gehört eine solche Erörterung in das Gebieth der Erziehungskunde, worein wir uns nicht verlieren mögen. Nur so viel müssen wir andeuten; daß uns eine Erziehung mangelhaft dünkt, welche den Menschen nicht als Ganzes aus einem Gusse behandelt, d. i. statt alle seine Kräfte gleichmäßig zu berücksichtigen, einer vor der andern ein widernatürliches Übergewicht verleiht. Harmonisch muß die Ausbildung der Menschenvermögen geschehen, keines darf auf Kosten des andern parasitisch wuchern, und in die Höhe emporschießen: sonst ist es um

die Schönheit des Kunstwerkes gethan, die göttliche Idee der Menschheit erscheint getrübt, und statt eines in sich vollendeten und abgeschlossenen Ganzen, erblicken wir ein mühsam zusammengeflicktes Stückwerk, bey dessen Betrachtung den Kenner ein dunkles Gefühl von Bedauern und Abneigung unwillkührlich überschleicht.

Frägt es sich nun, ob und wie diesen Anforderungen in unserem Zeitalter Genüge geleistet worden sey, so muß man gestehen, daß sich dasselbe zwar durch seine Geistigkeit, wenn wir so sagen dürfen, vor allen andern auszeichnet, daß aber Geist, Gemüth und Körper bey uns nicht immer jenen erfreulichen Einklang bilden, welcher zur Erreichung der Glückseligkeit auf Erden wesentlich nothwendig ist, und daß nahmentlich der Körper auffallend im Nachtheile sich befinde.

Die Klage ist nicht neu, daß die jüngere Generation, was Körperkraft und Widerstandsvermögen gegen äußere Einflüsse betrifft, keinen Vergleich mit den Altvordern aushalte, daß der Krankheiten immer mehr, und der Beyspiele eines hohen und ungebeugten Alters immer weniger werden. — Man ist, indem man sich dieses Phänomen zu erklären suchte, sogar auf den absurden Gedanken gerathen, der heiligen Mutter, Natur, die ganze Schuld davon aufzubürden: sie fange zu altern an, sie habe sich erschöpft, sie habe nicht mehr die Fähigkeit, ein tüchtiges und energisches Geschlecht hervorzubringen. Aber die Natur ist ewig jung, und ewig neu, und drückt ihre Kinder noch heute, wie vor Jahrtausenden, mit überschwenglicher Liebe an den mütterlichen Busen, aus welchem wir, so gut wie unsere Vorfahren, wenn wir nur selbst wollen, Kraft und Gesundheit saugen können. In uns, in unserer Nichtbeobachtung der Naturgesetze, im unverhältnißmäßigen Gebrauch unserer Kräfte, nirgend weiter, ist die Quelle des Übels aufzusuchen. Eine einfache Betrachtung der gegenwärtig prädominirenden Gebrechen gibt dieser Behauptung Nachdruck und Gewicht.

Zuerst jene große Reitzbarkeit, Empfindlichkeit, Beweglichkeit der Nerven, oder wie man dieses Übel immerhin nennen mag, so oft das Erbtheil ganzer Familien und mit Recht die Geißel der Ärzte genannt, worin anders hat sie ihren Grund als in der voreiligen und gewaltsamen Geistes- oder Gefühlscultur, ohne Rücksicht auf den Körper und seine periodisch modificirten Bedürfnisse? Ihr schlagt den Leib in Fesseln, frühzeitig nehmt ihr ihn unter die Herrschaft des Geistes gefangen, was Wunder, wenn der edle Gefangene, unter dem allzuschwer lastenden Joche mühevoll sich krümmend, endlich erliegt? Nur aus der Ungebundenheit erwächst die Kraft, ein Sclave kann und wird sich nicht naturgemäß entwickeln.

Wartet ab, bis der Leib stark genug ist, mit seiner Gefährtinn, der Seele, in Frieden und Eintracht zu leben, denn freundschaftlich, nicht kriegerisch, soll ja das Verhältniß zwischen ihnen beyden seyn. So dachten es sich die Alten, denen gewiß eine kerngesunde Ansicht des Lebens nicht abzusprechen ist, darauf deutet der schöne Mythos von Amor und Psyche, der noch immer einen Gegenstand unserer Bewunderung ausmacht. Gönnet dem Körper erst Zeit zu wachsen, und zu reifen, und ihr werdet staunen über das Selbsterwachen, und das mächtige Vorwärtsschreiten des Geistes in späteren Jahren. Die Natur selbst empfiehlt uns dringend ein solches Verfahren, aber wir verstehen ihre Winke nicht, oder wollen sie vielmehr nicht verstehen. Von Stufe zu Stufe steigt sie empor, sie ahmt im Neugebornen das Leben der Pflanze nach, erhebt ihn erst nach Jahren zur Würde eines animalischen Geschöpfes, und endet spät, aber sicher mit der Einsetzung desselben in die Rechte der Menschheit. Wenn doch Niemand in dem Prozesse die stillbildende Gewalt der Liebe mißverstände, ihre wohlthätigen Absichten vereitelte, ihren segenreichen Planen vorgriffe! Wahr ist es: zuweilen äußert sich schon im zartesten Kinde eine Schärfe des Verstandes, eine Tiefe des Gefühls, welche uns in Erstaunen setzen, und zu der Vermuthung Anlaß geben, als habe die Natur hier einmahl sich selbst übertreffen wollen, als wäre es ihr darum zu thun gewesen, zu zeigen, wie sie selbst mit einem unreifen Körper eine reife Seele zu verknüpfen wisse. Allein nicht so häufig, als es sich vielleicht die Eitelkeit mancher Ältern träumen läßt, sind solche Fälle, und wenn sie da sind, so beweisen sie nichts, als eine fehlerhafte, rasche Ausbildung des Organismus, wogegen wir eher zweckdienliche Mittel gebrauchen sollen, als daß wir sie durch künstliche Reitze der verschiedensten Art, wie das fast immer geschieht, zu begünstigen suchen.

Von der allzugroßen Nervenempfindlichkeit bis zur vollendeten Nervenschwäche und Nervenkrankheit ist der Schritt bald gethan, indem letztere nur durch erstere bedingt und unterhalten werden. Stimmfähige Richter, wie Hufeland, haben längst entschieden, daß es keine Zeit gegeben habe, welche so reich an Nervenkranken aller Art gewesen wäre, als die unsrige. Bis in die gemeinsten Stände herab verbreiteten sich jetzt Gebrechen, welche sonst das ausschließliche Eigenthum nur einzelner verfeinerter Menschenorganisationen zu seyn schienen. Es ist gar nichts Seltenes in unsern Tagen, daß das dienende Mädchen eben so gut an Krämpfen und Ohnmachten laborirt, wie die gebiethende Herrinn, und sogar an hypochondrischen Bauern — leiden wir keinen Mangel *). Ja so gewöhnlich, so allgemein durchgreifend ist die Convulsibilität des Nervensystems in den meisten Ländern Europa's während der letzten zehn bis zwanzig Jahre geworden, daß sich jetzt nach dem einstimmigen Urtheile der Ärzte, selten eine Krankheit, sie habe was immer für einen Nahmen, mehr findet, zu welcher sich nicht alsbald nervöse Symptome hinzugesellten, oder welche nicht in den nervösen Charakter vollständig überzugehen drohte. Auch völlig neue, früher nicht da gewesene

*) Der Verf. hatte es vor Kurzem mit einem solchen zu thun, der ohne einen besondern materiellen Grund, Tag und Nacht den schwermüthigsten Ideen Raum gab, bis er ihnen endlich unterlag. Das einzige Rettungsmittel wäre freylich gewesen, wenn er wieder zu seiner gewohnten Feldarbeit zurückgekehrt wäre, aber dazu war er durchaus nicht zu bewegen.

Leiden hat das neunzehnte Jahrhundert aufzuweisen, wovon wir nur das „Irrereden mit Zittern" Delirium tremens (Aegl) zum Beweise anführen wollen. Lassen sich nun diese Thatsachen — denn Thatsachen sind es einmahl, darin wird uns jeder unbefangene Beobachter beypflichten — lassen sie sich, fragen wir, etwa aus Veränderungen in der Atmosphäre, aus dem Einflusse der Planeten, aus der Ab- und Zunahme der Elektricität, und was dergleichen weithergeholte Dinge mehr sind, erklären, oder muß man nicht vielmehr ihren einfachsten und nächsten Grund in der Verschrobenheit des Zeitalters, in der falschen Richtung, welche die Geister genommen haben, in der ungeregelten Art zu leben, im Mangel an wahrhaft humaner, oder was eins ist, harmonischer Ausbildung suchen *)? Bey der innigen Verbindung, in welcher bekanntlich Körper und Seele stehen, kann es nicht anders geschehen, als daß sie sich ihre Begegnisse wechselseitig communiciren, daß eine Störung des Einen auch eine Störung des Andern unausweichlich herbeyführt. Wie zittert nicht oft ein Affect in den entferntesten Theilen des Körpers nach, wenn die Aufwallung auch lange vorüber ist, und wer hat es nicht erfahren, wie bald auf ein körperliches Unwohlseyn Verstimmung und Mißbehagen der Seele folge? Um so mehr müssen eine anhaltende Spannung des Geistes, eine tiefe, fortdauernde Bewegtheit des Gemüthes dem Körper unvertilgbare Spuren von Kränklichkeit aufdrücken; und wo sollte sich diese Krankheit eher äußern, als in demjenigen Systeme, welches der Vermittler und die Brücke ist zwischen Seele und Leib, nähmlich in den Nerven? Wenn wir daher sagen, daß das Überspringen der von Natur und althergebrachter Sitte jedem Einzelnen angewiesenen Schranke, das Gleichthunwollen mit den Höheren und Höchsten, die Sucht zu glänzen, (koste es was es wolle), das glühende Verlangen nach Wohlleben bey einem großen Theile der Menschen, selbst aus den untern Classen, jetzt an der Tagesordnung sey, so haben wir damit eben so viele Potenzen genannt, welche Krankheit, und vorzugsweise Krankheit des Nervensystems, zu erregen im Stande sind. Werden diese Begierden befriedigt, so liegt schon in ihrer Befriedigung bekanntlich ein reicher Anlaß zum physischen Verderbniß. Man stürzt von Genüssen zu Genüssen, ein Reitz verdrängt den andern, eine schädliche Gewohnheit die andere, und Siechthum ist das Ende. Aber meist bleibt es bey der bloßen Begier ohne Befriedigung, ja es liegt in der Natur der Begierde, daß sie eigentlich nie vollständig befriedigt werden kann; sie gleicht der lernäischen Schlange: Ein abgeschlagener Kopf wird durch zwey andere ersetzt. Und so bildet sich denn jener gefährliche Zustand des Kämpfens und Ringens nach einem Etwas, das nicht erreichbar ist, ein Zustand, von dem man, ohne den Vorwurf der Übertreibung auf sich zu laden, behaupten kann, daß er ungleich größere Verwüstungen im Körper anrichte, als irgend eine bekannte Schädlichkeit jemahls anzurichten vermocht hat.

*) Der Einwurf, daß man eine solche Bildung von den niederen Ständen nicht erwarten könne, ist völlig ungegründet. Human ausgebildet ist, wer einen gesunden Geist und ein gesundes Gemüth in einem gesunden Körper besitzt; und dazu braucht man eben keiner Facultät oder gelehrten Gesellschaft anzuhören.

(Der Beschluß folgt.)

Über Träume.

(Beschluß.)

Wer Träumen keine Bedeutung gibt, wer mäßig lebt, besonders des Abends wenig genießt, und dieß ein paar Stunden vor dem Niederlegen, — dazu sich der Gemüthsruhe befleißiget, wird wenig und nicht so leicht die sogenannten schweren Träume haben. Das sicherste Mittel, gut, fest zu schlafen, ist: — Ermüdung, und Wassertrinken vor dem Schlafengehen.

Für die Lage, in der man schlafen soll, lassen sich keine Regeln vorschreiben, weil sehr viele Menschen während dem Schlafe sie verändern; aber für die Vorbereitung zum Schlafen, gibt es denn doch eine der Absicht entsprechende Lage des Körpers; diese ist — auf der rechten Seite, gegen das Zimmer, nicht gegen die Wand zu, — und die ausgestreckte. Die Lage auf dem Rücken ist die beste nicht, (ist sie es nicht durch Gewohnheit schon geworden) weil die stete Erwärmung des Rückenmarks, Anregungen auf's Gehirn verursacht, daher Unruhe veranlaßt.

J. B.*****

Über die verschiedenen Weinsorten, ihre Bestandtheile und ihre Zuträglichkeit.

Zu den Getränken, die nach einer vorhergegangenen weinichten Gährung benutzt werden, gehören alle die verschiedenen Arten von Weine; so wie man zu den Getränken, die aus in weinichte Gährung gebrachten Substanzen mit Wasser gekocht, und dann aufs Neue einer geringen, weinichten Gährung überlassen werden, die verschiedenen Arten von Bier und Meth rechnet.

Der Wein ist der, aus reifen Weintrauben gewonnene und dann in eine weinichte Gährung gesetzte Traubensaft. Seine Bestandtheile sind Wasser, Weingeist, Schleimzucker, Extractivstoff, Weinstein, Weinsteinsäure u. m. a. vegetabilische Säuren. Ihr Verhältniß ist aber bey den verschiedenen Arten von Weinen, verschieden.

Schon aus den angegebenen Bestandtheilen wird man zu dem Schlusse berechtiget, daß die Natur uns den Wein nicht zum gewöhnlichen Getränke, wie es im gesunden Zu-

stande zur Befriedigung des Durstes erforderlich ist, bestimmt haben kann.

Dem ungeachtet aber ist und bleibt der Wein eine köstliche Gabe des Schöpfers, deren Lob schon von tausend und abermahl tausend Zungen gepriesen worden ist.

Bey einem angenehmen Geruch und Geschmack stärkt er den ermüdeten Körper, hebt die geschwächte Erregung, erhöhet die Lebensthätigkeit, nährt den Frohsinn, bringt Heiterkeit des Geistes und verscheucht Sorge und Gram.

Je älter ein guter Wein ist, desto angenehmer, milder und kräftiger ist er, desto mäßiger muß er aber genossen werden. Je jünger er ist, desto mehr freye Säure und Weinstein enthält er, desto geistloser und saurer ist er, desto mehr kann daher von demselben genossen werden, ohne berauscht zu werden, aber desto leichter macht er auch Magensäure, verursacht andere Magenübel und bringt unzählige andere Nachtheile.

Wer sich gewöhnt hat, bey Tische täglich Wein zu trinken, kann bey dieser Gewohnheit immer gesund seyn und bleiben, wenn er eine leichte und gute Sorte von Wein und nie viel und am besten erst gegen das Ende der Mahlzeit trinkt. Wie es aber überhaupt für die Gesundheit am besten und zuträglichsten ist, sich vor täglicher Gewöhnung zu hüthen, so ist es auch bestimmt am dienlichsten für den Menschen, sich den Wein nicht durch Gewöhnung zum täglichen Bedürfniß zu machen.

Bey der großen Menge der verschiedenen Arten von Weinen ist es nothwendig, sie unter verschiedene Hauptarten zu vereinigen. Man unterscheidet demnach die süßen, sauren, herben, schäumenden Weine.

Die süßen Weine, welche alle nur in den wärmeren und heißen Ländern einheimisch sind, haben eine überwiegende Menge von Weingeist, vielen Schleimzucker, und die wenigsten Säuren. Sie gehören also zu den intensiven Reitzmitteln, deren häufiger und zweckwidriger Gebrauch, zumahl in gesunden Tagen, von dem größten Nachtheil für die Gesundheit ist, indem er die Lebensflamme zwar lebhafter anfacht, aber auch schneller verzehrt und leicht Krankheiten mancherley Art herbeyführt. Nur bey geschwächter Verdauung, nach erschöpfenden Anstrengungen, bey Entkräftung im Alter dürfen sie in gesunden Tagen, mäßig getrunken, für dienlich erachtet werden.

Zu dieser Art von Weinen rechnet man den Tokayerwein, sowohl den gemeinen, als auch die edleren Arten desselben, den Ausbruch und die Essenz, ferner den Capwein, den Xereswein oder Sect, den Lacrima-Christiwein, den Alicante, den Malaga, und den Madeirawein, den Canariensect, den Malvasierwein, den Cyperwein, den Muscatwein und dessen beste Sorte Estestest genannt.

Die sauren Weine aus den, mehr nördlichen Ländern, aus dem nördlichen Frankreich, und dem nördlichen Deutschlande haben einen geringen Antheil von Schleimzucker und Weingeist, dagegen einen überwiegenden Antheil von Pflanzensäuren. Je größer das Übergewicht der Säure über den Weingeist ist, desto leichter ist ein solcher Wein nachtheilig. Die sehr sauren Weine reichlich genossen, machen leicht eine kupferige Nase, und ein kupferiges Gesicht. Der einzige Nutzen, der sich von den übersauren Weinen angeben ließe, möchte höchstens der seyn, daß sie bey übermäßiger Fettigkeit eines Körpers zur Schmelzung des Fetts beytragen könnten, indem der Sauerstoff des Weins sich mit dem Kohlen- und Wasserstoff des Fetts verbindet, und Kohlensäure und Wasser bildet, die aber freylich durch verstärkte Lebensfunction ausgeleert werden muß, wenn nicht Wassersucht die Folge des Magerwerdens seyn soll.

(Der Beschluß folgt.)

Miscelle.

Schlecht vergoltene Liebe. Die Leidenschaft der Liebe, deren Macht selbst die wildesten Herzen zu bändigen vermag, ist bey den Spinnen nicht sehr wirksam. Die männliche Spinne nähert sich der weiblichen mit der allergrößten Vorsicht, aus Furcht, die Liebe möge in ihrem Herzen den Blutdurst noch nicht ganz verdrängt haben, welcher sie bey gewöhnlichen Umständen veranlaßt, eben so gut auf einander, als auf Insecten, Jagd zu machen. Es ist deßhalb kein seltener Fall, daß, wenn sich ein kleineres Männchen einem großen Weibchen in Liebe nähert, dessen Gefühle unglücklicher Weise nicht die seinigen sind, es, statt geliebkoset zu werden, geradezu verzehrt wird.

Wie viel Unabhängige und Müßige gibt es, denen das Leben eine Last, auf denen die Zeit wie Bley lastet, und die sich mit der größten Begierde in jedes Vergnügen stürzen, das ihnen Selbstvergessenheit bereiten und die Zeit tödten kann, welche so unaufhaltsam schnell dahin rauscht! Wie viel Personen haben sich aus Mangel an geistiger Beschäftigung sogar das Leben genommen! Wie Viele sind wahnsinnig durch ihre Träumereyen und ihren Müßiggang geworden! Aber wer sind die, welchen die Zeit eine Last ist? Sind sie Geologen, oder Astronomen, oder Chemiker? Sind sie Botaniker oder Landschaftsmahler? Sind sie Schmetterlingsjäger, die man so oft verspottet? Getrost kann man „nein“ sagen. Keiner, der sich mit Wissenschaft beschäftigt, wird so leicht über das taedium vitae, die Langeweile der neuern Zeit klagen.

Herausgegeben und redigirt von Anton Dominik Bastler,

Doctor der Medicin und Chirurgie, wohnhaft in der Stadt, Spiegelgasse Nr. 1095.

Gedruckt bey A. Strauß's sel. Witwe, Dorotheergasse Nr. 1108.

Populäre

Oesterreichische Gesundheits-Zeitung;

zur

Warnung für Nichtkranke und zum Troste für Leidende.

98. Wien, Mittwoch den 7. December 1831.

Von dieser Zeitschrift erscheinen wöchentlich zwey Nummern — Mittwochs und Samstags; und man pränumerirt für Wien in der Strauß'schen Verlagshandlung (Dörotheergasse Nr. 1108) ganzjährig mit sechs Gulden, halbjährig mit drey Gulden und vierteljährig mit einem Gulden dreyßig Kreuzer C. M. auf dieselbe. In den Provinzen nehmen alle k. k. Postämter Bestellungen an, und liefern die Blätter um den Preis von acht Gulden C. M. ganzjährig, und um vier Gulden C. M. halbjährig wöchentlich zwey Mahl portofrey. Im Auslande kann das Blatt um denselben letztgenannten Preis durch die k. k. Postämter bis zur österreichischen Gränze bezogen werden; oder durch die Tendler'sche Buchhandlung in Monathheften mit Umschlägen versehen.

Was zeichnet unsere Zeit aus und wovor haben wir uns zu hüthen.

(Beschluß.)

Diese Betrachtungen führen uns unmittelbar zu einer dritten Reihe von Zeitgebrechen, bey denen sich der Antheil, welchen die Excentrizität der modernen Bildung an Entstehung und Entwicklung der Krankheiten hat, noch überraschender kund gibt. Wir meinen die sogenannten Seelenstörungen, an Zahl und Bedeutenheit von Tag zu Tage so gewaltig überhandnehmend, wie das die allenthalben nothwendig gewordene Erweiterung der alten oder Errichtung neuer Irreninstitute auf's Klarste beweist. Die Behauptung, daß Seelenstörungen von Fehlern der organischen Materie abgeleitet werden müßten, hat Heinroth, dessen großartigen Bemühungen die psychische Medicin in Deutschland ihren Aufschwung verdankt, zu wiederhohlten Mahlen und immer mit Glück bekämpft. In der That gehört ein verstockter Materialismus dazu, um nicht einzusehen, wie tief die genannten Krankheiten entweder in einem vor Stürmen der Leidenschaft übelverwahrten Gemüthe oder in einem auf Abwege gerathenen Geiste wurzeln. Allerdings nimmt der Körper, vermöge seines consensuellen Verhältnisses zur Seele, bald auch Theil an den Leiden der letztern, aber dann ist der abnorme Körperzustand nur Folge, nicht Ursache der Seelenkrankheit. Man prüfe doch genau die Lebensgeschichte der Unglücklichen, welche wir Irre nennen, und man wird finden, daß sie meist aus eigener sündhafter Schuld in die Schmach der Unfreyheit hinabgesunken seyen. Hier dünkt sich einer Kaiser und König zu seyn und drohet uns zu mißhandeln, wenn wir es wagen, ihn von seiner Höhe herabzustürzen. Was ist der Grund dieser Verirrung? Der Stolz, der Ehrgeitz, die Habsucht sind es, Leidenschaften, deren Anfänge bis in die früheste Kindheit des Kranken hinaufreichen, und deren er gewiß durch eine kluge Selbsterziehung hätte Herr werden können. Ein Anderer sitzt Stunden lang, mit verschränkten Armen und herabhängendem Haupte ohne sich zu regen, ja er bemerkt es nicht einmahl, wenn wir ihn anreden und ihm unsere Theilnahme bezeigen. Was hat ihn in so tiefe Schwermuth versetzt? Ein plötzlicher Glückswechsel, der Verlust seines Vermögens oder die Treulosigkeit seiner Geliebten. Armer, bethörter Mann! Wärest du frühe mit dem Gedanken vertraut geworden, daß alles Irdische wandelbar und nichtig sey, und hättest du das Glück, statt es in der Außenwelt zu suchen, in dir selbst anzupflanzen gewußt, du würdest dein Ungemach mit Standhaftigkeit und Ergebung ertragen haben. — Und jener Dritte dort, welcher unaufhörlich mit sich selbst spricht, während seine Augen stier hinaussehen in den leeren Raum, wo er allerley Gestalten zu erblicken glaubt, welcher bald lächelt, bald wieder zurückbebt und sein Gesicht zu den gräßlichsten Mienen verzerrt — wer mag er wohl seyn? Ein Thor, der die Gränzen des menschlichen Wissens freventlich überschritt, der über Dinge zu grübeln sich ermaß, welche die Vorsehung geflissentlich in ein undurchdringliches Dunkel barg, und der sein Vergehen nun mit dem Wahnsinn büßen muß. Wie viele Verirrte, besonders der letztgenannten Art, die neueste Zeit aufzuweisen habe, wird jeder nur einigermaßen in der Psychiatrik Bewanderte zur Genüge wissen. Der Verf. könnte, trotz seiner beschränkten Erfahrung, zahlreiche Beyspiele vorführen, doch will er nur eines erwähnen, weil es beweist, wie selbst das Frauengeschlecht von dieser geistigen Pest nicht unangegriffen geblieben ist. In

dem Irrenhause zu * * * befindet sich eine Frauensperson, welche durch anhaltendes Nachdenken über mystisch-religiöse Gegenstände endlich so geisteskrank wurde, daß sich eine fixe Idee ganz eigenthümlicher Art bey ihr ausbildete. Sie lebt nähmlich in dem Wahne, die Welt, zumahl die deutsche, müsse deßhalb mit nächsten zu Grunde gehen, weil man einen ganz falschen Gebrauch von den Selbstlauten a, e, i, o, u mache, denn nicht „Gott", sagt sie, sondern „Gitt" muß es heißen, da ja das o nur das Irdische und Gemeine, das i aber allein das Himmlische zu bezeichnen vermöge. —

Mit den eben berührten Verirrungen in der nächsten Verwandtschaft steht die Neigung zum Selbstmord, welcher füglich als der Ausgang einer ungeheilten oder unheilbaren Seelenkrankheit betrachtet werden kann, und gewöhnlich in eben dem Maße zunimmt, als wahrhafte Cultur und Religiosität unter den Völkern abnehmen. Der Selbstmord der Neuern, über dessen schaudererregende Zunahme von allen Seiten her Klage geführt wird, wie ganz verschieden ist er doch von jener heldenmüthigen Selbstaufopferung, wovon uns die Geschichtschreiber der alten Zeit so viele nachahmungswürdige Muster aufgestellt haben. Wenn ein Hannibal seine große Feldherrnseele lieber freywillig aushauchte, als daß er sich seinen unversöhnlichen Feinden, den Römern, zur Sättigung einer schändlichen Rache ausliefern ließe, wer wird ihm deßhalb seine Achtung versagen wollen? Oder wenn ein Codrus, ein Curtius, ein Regulus ihr edles Blut freudig verspritzten, um das schwerbedrohte Vaterland zu retten, nöthigt uns eine solche That nicht Staunen und Bewunderung ab? Bey uns, die wir uns nicht genug brüsten können mit fortgeschrittener Aufklärung und immer mehr sich ausbreitender Wissenschaft und Erkenntniß, bey uns wird das Leben, wie Osiander sich ausdrückt, um einer nichtswürdigen Ursache willen, aus Kleinmuth, Mißmuth, Zorn, Geitz, Trotz gegen Gott und Menschen, weggeworfen, wie ein abgetragenes Kleid. Sonst waren es Herren, jetzt sind es Knaben, im eigentlichen und figürlichen Sinne des Wortes, welche die Hülle des unsterblichen Geistes vernichten mit eigener Hand; sonst war es die höchste Activität, jetzt ist es die gemeinste Passivität, welche zum Selbstmorde treibt. — Wir glauben unseren Lesern keinen unwillkommenen Dienst zu erweisen, wenn wir ihnen einige hierher bezügliche merkwürdige Facta mittheilen, die wir aus den besten Quellen geschöpft zu haben die Versicherung geben können *). Sie sollen dazu dienen, die gewissermaßen epidemische Verkehrtheit des jetzigen Thuns und Treibens, Denkens und Fühlens in das gehörige Licht zu setzen, und predigen am besten, wiewohl auf eine furchtbar traurige Weise, die Nothwendigkeit einer von Grund aus verbesserten, auf Gottesfurcht basirten allseitigen Bildung der Menschen, besonders aus den unteren Classen. In Paris hat sich in der neuesten Zeit eine „Gesellschaft der Freunde des Selbstmordes" gebildet, deren Mitglieder sich bis auf zwölf belaufen. Alljährlich sollen, nach ihren Gesetzen, die Nahmen derselben in eine Urne gemischt und durch das Loos derjenige bestimmt werden, der sich in Gegenwart der übrigen das Leben zu nehmen hat. (Nach glaubwürdigen öffentlichen Blättern.) Auch im Preußischen bestand vor nicht gar langer Zeit eine freundschaftliche Gesellschaft von sechs Personen, deren Grundsatz Selbstmord gewesen. Sie waren sämmtlich Handwerker und erschossen sich, kurz nach einander, jeder in seinem Wohnorte. (Mitgetheilt in den „Beyträgen zur Erleichterung des Gelingens der praktischen Polizey", herausgegeben vom Polizeyrath Märker, Berlin 1. Jahrgang 1823. Nr. 11.)

Nirgends aber zeigt es sich, nach Casper's Ausspruche, deutlicher, daß der Vorwurf einer krankhaften Exaltation unser Zeitalter mit vielem Rechte treffe, und zu wie furchtbaren Resultaten eine Erziehung führen könne, welche zu früh Gefühle und Ansichten weckt, denen der unreife Verstand noch nicht gewachsen ist, als wenn wir die fast unglaublich scheinende Zunahme der Kinderselbstmorde in der neuesten Zeit betrachten, auf die man die Wächter für das geistige und körperliche Wohl der Menschheit nicht fest und dringend genug aufmerksam machen kann. In den zehn Jahren von 1788 bis 1797, sagt der genannte Schriftsteller, hatte sich in Berlin ein einziger Knabe durch den Strang das Leben genommen; in den zehn folgenden Jahren von 1798 bis 1807 zählten die ämtlichen Listen schon drey Knaben Selbstmörder und in den zehn Jahren von 1812 bis 1821 findet man ein und dreyßig Selbstmorde aufgeführt, bey denen bemerkt wird, daß sie von Knaben und Lehrlingen vollzogen wurden. Unter diesen jugendlichen Verbrechern befinden sich sogar solche, die das achte Lebensjahr noch nicht überschritten hatten. Und nicht etwa von Berlin allein, auch von anderen Orten her bringt Hr. Casper Belege für die sehr beklagenswerthe Erscheinung des Selbstmordes unter Kindern beyderley Geschlechts. Sollte man nicht mit Wahrscheinlichkeit annehmen können, daß ein großer Theil der Kinder, deren Verschwundenseyn betrübte Ältern so häufig in Zeitungen anzeigen, aus Furcht vor Strafe oder Lebensüberdruß sich selbst entleibt habe? —

Gar Vieles noch ließe sich hier anführen, was zur Bestätigung des Satzes dienen könnte, daß das Zeitalter, fortschreitend zwar an Intelligenz, nichts desto weniger hinter dem Ideale zurückbleibe, welches der Menschenfreund so gern verwirklicht sähe, und dessen Erreichung nur dann möglich wird, wenn alle Kräfte gleichmäßig und adäquat in Anspruch genommen werden. Wem wäre es z. B. nicht aufgefallen, wie überraschend schnell sich bey der Jugend unserer Zeit der Geschlechtstrieb entwickelt, eine Erscheinung, die fast immer in Folge des überreitzten Verstandes oder Gefühls auftritt; wie allgemein verbreitet die Schwäche des Sehvermögens gegenwärtig ist; wie Gebrechen, welche sonst nur dem höhern Alter aufgespart blieben, (Gicht, Hämorrhoiden ꝛc.) nun schon die Jüngeren und

*) Vergl. J. L. Casper's Beyträge zur medicinischen Statistik und Staatsarzneykunde, Berl. 1825, ein an gründlichen Untersuchungen über diesen Gegenstand sehr reiches Buch.

Jüngsten befallen u. s. w. Doch es genüge am Gesagten. Ohnehin ersetzt ein denkender Leser, wenn er einmahl durch einen befruchtenden Gedanken angeregt worden ist, die hier und dort absichtlich oder zufällig entstandene Lücke der Ausführung leicht und gern aus eigenen Mitteln, und ein Schriftsteller kann sich, unseres Erachtens, nicht höflicher gegen sein Publicum bezeigen, als wenn er dessen Denk- und Schöpfungsvermögen den möglichst vollen Spielraum gewährt. Wem alles gesagt werden muß, dem sollte eigentlich gar nichts gesagt werden. Aber es könnte scheinen, als habe der Verf. durch diese Zeilen den Wunsch einer Rückwärtsbewegung der Menschencultur ausgedrückt, und gegen diesen Vorwurf muß er sich noch durch einige Worte verwahren. Verstünde man unter Cultur nichts als den einseitigen Besitz jener gefälligen Eigenschaften, welche mehr leuchten als erwärmen, mehr glänzen als beglücken; wären Cultur und Verfeinerung Eins und Dasselbe, dann freylich müßten wir bekennen, die Abnahme einer solchen Cultur, der Fall von dieser vermeintlichen Höhe des Jahrhunderts, sey eher wünschens- als beklagenswerth. Allein wir haben schon im Eingange dieser Skizze darauf hingedeutet, daß nur in dem gleichmäßigen und gesicherten Spiele aller physischen und psychischen Kräfte der Menschheit die wahrhafte Bildung derselben bestehen könne, eine Behauptung, der wohl von keinem unbefangenen Forscher widersprochen werden wird. Nur die halbe und einseitige Cultur verwerfen wir demnach, — die ganze stehen wir mit allen ihren Segnungen auf jeden Einzelnen so wie auf das gesammte Menschengeschlecht tagtäglich vom Himmel herab. Die halbe Cultur begnügt sich mit dem schroffen Vorsprunge irgend eines oder einiger; die ganze Cultur dringt auf innige Verschmelzung aller Menschenvermögen, die halbe Cultur trennt und zersplittert; die ganze Cultur knüpft und befestigt, die erstere kann höchstens begabte, die letztere muß glückliche und beglückende Wesen hervorbringen. Und so wird dann auch, um auf unser Thema zurückzukommen, das altgermanische Mark in unsre Knochen, und das altgermanische Blut in unsere Adern in eben dem Maße wieder einkehren, als wir uns nach dem Ausspruche des edlen Dichters, der bis in sein achtzigstes Jahr herauf diese Idee an sich und Andern zu verwirklichen sucht, bestreben werden, uns vom Halben zu entwöhnen, und im Ganzen, Guten, Schönen, resolut zu leben.

Über die verschiedenen Weinsorten, ihre Bestandtheile und ihre Zuträglichkeit.

(Beschluß.)

Bey weitem nicht alle sauren Weine haben aber einen so hohen Grad von Säure, daß sie dadurch undienlich und ungenießbar würden, sondern viele von ihnen haben ein nicht unangemessenes Verhältniß des Weingeistes und der Säure. Diese sind es eigentlich, welche als schwache, flüchtig reitzende Getränke, mäßig genossen, selten der Gesundheit irgend einen Nachtheil bringen, es sey denn, daß jugendliches Alter, dem Körper an sich zukommende starke Erregbarkeit, jede auch schwache Erhöhung des Reitzes untersagen.

Zu den, mit stärkerer Säure begabten Weinen gehören, besonders wenn die Trauben von schlechten Jahrgängen sind, oder wenn sie in der Gährung zu weit vorgeschritten sind, der Österreicherwein, der Frankenwein, der Neckarwein, der weiße Elsasser, der Moselwein und die leichteren Sorten jungen Rheinwein. Diese alle sind dünne, wirken auf den Urin und berauschen nicht leicht. Der Moselwein, aus der längs der Mosel wachsenden Muscatellertraube gekeltert, ist ein leichter Wein, der höchstens im Sommer gut zu trinken ist.

Zu den mäßig sauren Weinen gehören der weiße Franzwein, wenn er einige Zeit gelegen hat, der Ofnerwein und die guten Sorten Rheinwein.

Mehrere von den Weinen dieser Classe, wenn sie von gutem Gewächse, von zum Reifen der Trauben günstigen Jahrgängen gewonnen und gut aufbewahrt und behandelt sind, werden, nachdem sie eine Reihe von Jahren gelegen haben, zu wahren Weinnaphten umgebildet, so, daß bey ihrem Genuß ihr mildes, ätherisch-öhliges Wesen, wie ein sanftes Feuer den ganzen Körper durchströmt. Dann dürfen sie aber nur in geringem Maaße und nur nach Erschöpfungen getrunken werden, wenn sie der Gesundheit nicht schaden sollen.

Einer solchen Umwandlung sind von den Frankenweinen der Steinwein, der Leistenwein und der Gressenwein, von Rheinweinen, die von guten Jahrgängen abstammenden alten Nierensteiner (Asmannshauser), Markebrunner, Johannisberger, Rüdesheimer und Hochheimer am ehesten fähig.

Die herben Weine, bey denen, auch nach dem Auspressen des Safts der Beeren, die Häute der Trauben und selbst die Kerne noch eingepreßt sind, haben mehr Säure und Weinstein, und verrathen in ihrer Mischung — Gerbestoff. Deßhalb fehlt ihnen die flüchtige Reitzkraft der vorher genannten beyden Arten und sie sind vielmehr anhaltend reitzend. Doch können auch diese Weine, besonders, wenn sie aus wärmeren Regionen abstammen und alt werden, ein vorzügliches Getränk für solche Menschen abgeben, denen es nicht so sehr auf einen flüchtigen, als vielmehr auf einen anhaltenden Reitz ankommt, wenn nach starken Consumtionen der Kräfte und nach starken Ausleerungen jeder Art, die Kräfte schnell gesunken sind.

Zu den schwächeren Sorten dieser Art sind der Melnikerwein, einige rothe österreichische Weine, der rothe Elsasser, der rothe Franzwein, und der Bordeauxwein zu rechnen. Unter diesen ist der Medoc als ein, der Gesundheit besonders zuträglicher Tischwein zu empfehlen. Mit diesem hat der Tavelle, der bey Paris wächst, Ähnlichkeit. Man findet letzteren aber häufig mit Franzbranntwein versetzt; dann ist er der Gesundheit nicht zuträglich.

Geistiger und schwerer ist der Ofnerwein und andere rothe Ungarweine, der Burgunder und der Hermitagewein.

Am allerschwersten sind der Pontac, der Cahors und der Portwein.

Die schäumenden Weine, deren Gährung dadurch unterdrückt worden ist, daß sie noch während derselben in Flaschen gebracht sind, die dann sogleich verkorkt, über den Kork mit Draht gebunden und dann mit Pech wohl verwahrt worden sind, enthalten zwar allerdings Weingeist, aber auch viel Kohlensäure, die sich, sobald der Wein beym Öffnen der Flasche wieder der Luft und Wärme ausgesetzt wird, allemahl sogleich stark entwickelt.

Solche Weine setzen im Körper die bey dem zeitigen Einfüllen gestört gewesene Gährung fort, es entwickeln sich feine, flüchtig reitzende Stoffe, die aber in ihrer Intensität durch die sich entwickelnde Kohlensäure beschränkt werden. Sie machen schnelle aber bald vorübergehende Berauschung. Deßgleichen sind der weiße und rothe Champagnerwein. Sie erheitern auf kurze Zeit ungemein und gehören recht eigentlich zu frohen Mahlen; sie bekommen aber schwächlichen und zur Magensäure geneigten Personen allemahl schlecht.

Dem Champagnerwein ähnlich ist der Birkwein, der aus Birkensaft, Zucker, weißem Franzwein und etwas Zitronensaft bereitet wird, indem man dieses Gemisch mit Hefen in Gährung bringt, während der Gährung auf Flaschen zieht und diese eben so, wie die Champagnerflaschen verschließt. Er ist auch beym Genuß in seiner Wirkung dem Champagnerwein ähnlich.

Von denjenigen Weinen, welche man als Most kocht, um sie lange süß und dauernd zu erhalten, (wie man sie besonders in Tyrol und dem angränzenden Theile von Italien haben soll), kann ich nichts weiter sagen, als daß sie wegen der, beym Kochen gehemmten Entwickelung des Weingeistes, wohl mehr schwächend als reitzend wirken müssen. Die Obstweine sind nur mehr für ein kühlendes, weniger für ein geistreiches Getränk zu halten, und können deßhalb den Traubenweinen nicht gleichgestellt werden.

Die Weine überhaupt sind gar manchen Verfälschungen unterworfen. So werden weiße Weine durch Zusatz von Syrup oder braunem Candiszucker, rothe Weine durch Zusatz vom Safte der Heidelbeeren, von Brasilienholz, Fernambuk, Drachenblut, u. dgl., schwache Weine durch Zusatz von Franzbranntwein oder reinem Weingeist verfälscht; ja es werden auch wohl gar saure weiße Weine durch Versetzung mit Bleyoxyden versüßt, und auf solche Weise wahrhaft vergiftet. Darum ist beym Ankauf der Weine die möglichste Vorsicht anzuwenden.

Miscellen.

Die Insel Samos wurde neuerlich von einem äußerst merkwürdigen Erdbeben heimgesucht, das auf einem der höchsten Berge der Insel eine große Öffnung machte, aus welcher mit einem Mahle ein ungeheurer Wasserstrom hervorquoll, der über das Land hinfloß, und sich in das Meer ergoß. Nach und nach hörte die Überschwemmung auf, und es blieb nur ein Fluß zurück, der nun seine Quelle in der durch das Erdbeben entstandenen Öffnung hat. Sollte der Fluß so fort fließen, so würde es der Insel eine große Wohlthat seyn. —

Besondere Tugendprobe. Im Jahre 1512 litt Valdavia mit einer Anzahl seiner Begleiter Schiffbruch an der Küste von Yucatan und fiel in die Hände der Eingebornen, die sie, bis auf Zwey, bey einem großen Feste verzehrten. Einer der Geretteten war Jeronimo de Aguilar, von dem Wash. Irving Folgendes erzählt: „Er war in Ceiga in Andalusien geboren, für die Kirche erzogen worden, hatte die Weihe erhalten und bald darauf eine Expedition nach St. Domingo begleitet, von wo er sich nach Darien begab. Statt den Helden unter den Indianern und den Galanten unter den Frauen zu spielen, erinnerte er sich vielmehr stets seines Standes und seines Gelübdes der Keuschheit. Er stellte sich dadurch als Muster des Gehorsams vor dem Kaziken und den Kriegern dar, während er vor den Reitzen der heidnischen Frauen die Augen schloß, ja er legte nochmahls freywillig das Gelübde ab, standhaft den Versuchungen des Fleisches zu widerstehen. Der Kazike hatte diese beyspiellose Enthaltsamkeit bemerkt, zweifelte aber an der Aufrichtigkeit. Nachdem er ihm mehrere Versuchungen in den Weg gelegt hatte, denen Jeronimo mit der Selbstverläugnung eines Heiligen widerstanden hatte, beschloß er, ihn einer wahren Feuerprobe zu unterziehen. Er schickte ihn also mit der schönsten Indianerinn von 14 Jahren auf den Fischfang; sie mußten die Nacht an der Küste zubringen, um mit dem Dämmern des Morgens fischen zu können und erhielten bloß eine Hängematte zum Schlafen. Jeronimo gedachte jedoch seines zweyfachen Gelübdes, hing die Hängematte zwischen zwey Bäumen auf, überließ sie aber seiner schönen Begleiterinn allein, zündete am Ufer ein Feuer an, und streckte sich vor demselben in den Sand. Die Nacht war, wie er selbst gestanden, eine fürchterliche Prüfung; denn sein Sandlager war kalt, hart und unfreundlich, die Hängematte dagegen weich, warm und lockend, und die Schöne hatte überdieß den Auftrag, den Jeronimo mit allen Arten von Schmeicheleyen und Lockungen zu bestürmen. Sein Vorsatz ward jedoch, obgleich oft erschüttert, nicht verletzt und der Morgen fand ihn seinem Gelübde noch immer treu. Nachdem das Fischen beendigt war, kehrte er in die Wohnung des Kaziken zurück, wo das scharf gefragte Mädchen den Sieg seiner Selbstverläugnung vor allem Volke bekannt machte. Von dieser Zeit an stand er in der höchsten Achtung und der Kazike schenkte ihm sein unbegränztes Vertrauen."

Herausgegeben und redigirt von Anton Dominik Bastler,

Doctor der Medicin und Chirurgie, wohnhaft in der Stadt, Spiegelgasse Nr. 1095.

Gedruckt bey A. Strauß's sel. Witwe, Dorotheergasse Nr. 1108.

Populäre

Oesterreichische Gesundheits-Zeitung;

zur

Warnung für Nichtkranke und zum Troste für Leidende.

99. Wien, Samstag den 10. December 1831.

Von dieser Zeitschrift erscheinen wöchentlich zwey Nummern — Mittwochs und Samstags; und man pränumerirt für Wien in der Strauß'schen Verlagshandlung (Dorotheergasse Nr. 1108) ganzjährig mit sechs Gulden, halbjährig mit drey Gulden und vierteljährig mit einem Gulden dreyßig Kreuzer C. M. auf dieselbe. In den Provinzen nehmen alle k. k. Postämter Bestellungen an, und liefern die Blätter um den Preis von acht Gulden C. M. ganzjährig, und um vier Gulden C. M. halbjährig wöchentlich zwey Mahl portofrey. Im Auslande kann das Blatt um denselben letztgenannten Preis durch die k. k. Postämter bis zur österreichischen Gränze bezogen werden; oder durch die Tendler'sche Buchhandlung in Monathheften mit Umschlägen versehen.

Bedürfniß der Reinlichkeitspflege für jeden einzelnen Theil des menschlichen Körpers.

Der Schlaf bestimmt die Epochen des Lebens. Nach der durch die Lebensthätigkeit erfolgten Erschöpfung des Körpers, unterbricht der Schlaf die Thätigkeit nach außen, er vermindert das Empfindungsvermögen und die Erregbarkeit, er bringt die lange Zeit in Thätigkeit gewesenen Sinne zur Ruhe; er ersetzt die Kräfte und gibt der ganzen Organisation eine neue Energie.

Wenn während desselben das äußere Leben aufgehoben ist, so ist dieß doch nicht mit den innern Lebensactionen der Fall. Die Aussonderungen selbst gehen mit größerer Leichtigkeit von statten, die Hautausdünstung ist reichlicher. Der Augenblick des Erwachens ist daher der günstigste, um die Haut von dem Producte dieser Transpiration zu reinigen. Um dieß zu bewirken, reibe man den ganzen Körper sanft mit Flanell, oder mit einem trockenen und reinlichen Tuche. Diese Operation, welche nur einen Augenblick erfordert, verschafft ein wahres Wohlbehagen, der Körper wird dadurch sanft angeregt und ermuntert. Sie hat überdieß noch den Vortheil, daß die Transpiration, während dem man aus dem Bette steigt, nicht unterbrochen und durch die kältere Temperatur des Zimmers nicht unterdrückt wird. Man wechsle ferner das Hemd, damit nicht die Feuchtigkeit, womit es durchdrungen ist und welche es während der Nacht aufgenommen hat, von den Poren der Haut wieder eingesogen werde. Dieß ist auch ein Mittel, um das Hemd, welches man am Tage trägt, länger rein zu erhalten, indem man es jeden Abend auszieht und des Morgens wieder anlegt.

Die Zeit des Aufstehens ist demnach die beste, um die nöthige Sorgfalt auf die Reinlichkeit zu verwenden, welche die einzelnen Theile des Körpers erfordern. Wir wollen nun insbesondere die Regeln betrachten, welche hierzu dienlich sind.

Der Sitz der vorzüglichsten Sinnesorgane, der Mittelpunct des geistigen Lebens, der Kopf, erheischt zuerst unsere Aufmerksamkeit. Die Pflege dieses edlen Theils unseres Körpers vernachlässigen, heißt den hohen Werth desselben verkennen, und häßlich machen was die Natur verschönern wollte, ja selbst in gewisser Hinsicht die Würde des Menschen herabsetzen. In jedem Lebensalter biethet das Antlitz des Menschen einen interessanten Anblick dar, wenn es nicht durch Unreinlichkeit entstellt ist, und nur wohlwollende und edle Gesinnungen ausdrückt. Die Güte des Herzens, welche sich auf dem Gesichte abdrückt, macht zwar die wahre Schönheit desselben aus, aber die Reinlichkeit allein macht es angenehm. So gaben Fenelons Züge, welche ganz der Abdruck seines sanften Gemüthes waren, seiner Physiognomie einen solchen Reitz, daß man, wie der Herzog von S. sagt, sich Gewalt anthun mußte, um die Augen von ihm abzuwenden.

Das Erste was man zu thun hat einige Zeit nach dem man aus dem Bette gestiegen, ist — sich das Gesicht mit kaltem Wasser zu waschen, die Temperatur mag so kalt seyn, als sie will.

Dieß ist auch ein herrliches Schutzmittel gegen die Kälte, gegen welche man weit empfindlicher seyn würde, wenn man den Kopf mit warmen Wasser wüsche.

Das Haupthaar, die Zierde und der Schutz des Hauptes, erfordert eine besondere Sorgfalt. Die Haare sind Röhren, welche mit einer Art von Mark oder mit einer dicken und fettigen Substanz ausgefüllt sind. Es entsteht

aus einem Bulbus oder einem kleinen Zwiebel, welcher sich in dem dicken Zellgewebe unter der Haut befindet. Dieser Bulbus ist mit einer Flüssigkeit angefüllt, welche zur Nahrung und zum Wachsthum des Haares dient. Dieses ist ferner auch an seiner äußern Seite mit einer fettigen Substanz, einem thierischen Öhle bedeckt. Obgleich ohne Empfindung, führt es doch eine Art von Pflanzenleben, daher es kommt, daß es wieder wächst, wenn es abgeschnitten wird, daß es mit dem Alter die Farbe wechselt und daß es einer abscheulichen Krankheit unterworfen ist, welche man den Weichselzopf nennt, von der manche Völker befallen werden, und welche, wie so viele andere Übel, nicht selten ihren Ursprung in Nachlässigkeit und Unreinlichkeit zu haben scheint.

Beynahe ein Jahrhundert lang hatte man fast in ganz Europa die Manier gehabt, sich die Haare mit wohlriechendem Fette zu bestreichen, und darüber Poudre zu streuen. Die Folge dieser Mode war, daß die fortwährend durch einen dicken Überzug verstopften Poren, der auszudünstenden Feuchtigkeit keinen Ausgang gestatteten und selbe wieder einsogen, sehr bedeutende Kopfübel verursachten, welche man dann ganz anderen Ursachen zuzuschreiben pflegte. Man kämmte sich ferner selten gehörig durch, so daß das Amalgam, welches aus den sich anhäufenden Ausdünstungsstoffen und den verdorbenen fettigen Substanzen entstand, einen durch wohlriechende Essenzen wenig verbesserten üblen Geruch verbreitete. Eine einfachere, bequemere, gesündere und weniger kostspielige Mode hat seit fünf und zwanzig Jahren die alte verdrängt. Das öftere Abschneiden der Haare erleichtert den Zufluß der Lymphe und des Öhls, wodurch sie ernährt und erhalten werden. Der Kamm und die Bürste reinigen, den Kopf auf eine sehr leichte Art, und das Ungeziefer findet keine Unterkunft mehr.

Eine der ersten Sorgen muß also seyn, daß man mit Hülfe dieser Instrumente die Abschuppung des Oberhäutchens, welche sich auf der Haut des Kopfes in größerer Quantität anhäuft, als an allen andern Theilen des Körpers, wegnimmt. Dieß Verfahren hat außerdem noch den Vortheil, daß es den Blutumlauf und die Absonderungsthätigkeit der Haut in größere Anregung bringt. Man kann nachher die Haare mit einem leinenen oder wollenen Tuche abreiben, um sie von dem Schweiße zu reinigen; aber man hüthe sich ohne ärztlichen Rath, den Kopf mit kaltem Wasser zu waschen, welches, indem es plötzlich die Hautausdünstung unterdrückt, Flüsse, Augenkrankheiten, Zahn- und Ohrenschmerzen veranlassen kann. Wenn jedoch diese Ausdünstung sehr stark war, und die öhligte Materie reichlich vorhanden ist, so kann man wohl etwas Wasser mit wenig Alkohol mischen, sich damit den Kopf reiben, und nachher sogleich ihn wieder abtrocknen.

Nach dem Haupthaar erfordert der Bart, dieses Attribut der Männlichkeit, die Sorgfalt des erwachsenen Menschen. Während er bey mehreren Völkern gepflegt wird, wird er bey uns zum Theile beybehalten, zum Theil ganz oder theilweise abgeschnitten. Der eigentliche Gebrauch ist, daß man ihn wegrasirt. Jedermann sollte diese Operation an sich selbst verrichten und sich dazu keiner fremden, oft nichts weniger als reinlichen Hand bedienen. Ist man aber aus irgend einer Ursache gezwungen, zu einem Barbier seine Zuflucht zu nehmen, so nehme man sein eigenes Rastermesser nebst Pinsel und Seife mit, denn die Instrumente, welche vielleicht einige Minuten vorher bey einem mit Flechten, Krätze, oder irgend einer andern Krankheit behafteten Subjecte gebraucht wurden, können diese Krankheit mittelst kleiner Schnitte oder Ritzen, ohne welche es selten bey dieser Operation abgeht, leicht übertragen.

In den Städten rasiren sich die Männer, die sich der Eleganz befleißigen, alle Tage; die Arbeitsleute und die Landbewohner aber thun dieß höchstens einmahl in der Woche. Sowohl das Eine als das Andere ist übertrieben. Die Ersteren reitzen die Haut des Gesichtes ohne Noth und Nutzen viel zu sehr, denn der Bart wächst immer schneller, je öfter man ihn abnimmt, die Andern gewähren wegen der Länge des Haares und dem Fette, das es enthält, einen widrigen Anblick. Die Mitte zwischen diesen beiden Extremen reicht hin, um sowohl die Reinlichkeit, als auch die Bequemlichkeit zu beobachten.

Die Organe des Gesichts, des Gehörs, des Geschmacks und des Geruchs erfordern eine besondere Sorgfalt zu ihrer Erhaltung und dem regelmäßigen Gebrauche ihrer Verrichtungen. Ein jedes derselben erzeugt verschiedene Absonderungen, deren Anhäufung nicht weniger unbequem als ekelhaft ist.

Das Auge, der Spiegel, welcher der Seele die äußeren Gegenstände vorstellt, und sie selbst den Blicken anderer abspiegelt, muß beym Aufstehen von den Augentriefen gereinigt und gewaschen werden, welche während des Schlafes daraus hervorgequollen sind. Ganz frisches Wasser ist hiezu am besten; man kann damit einige Tropfen Branntwein verbinden, wenn die eiterige Materie sehr häufig abgesondert wird. Diejenigen, welche beständig triefende Augen haben, oder fortwährend eine eiterartige Flüssigkeit in den Augen absondern, müssen sie öfters reinigen, denn nichts erregt mehr Ekel, nichts macht solche Menschen mehr zuwider, als wenn sie diese Reinlichkeit vernachlässigen.

(Die Fortsetzung folgt.)

Diätetische Vorschriften für Schauspieler und Künstler in Briefen.

Von Dr. L. Fleckles.

Theurer Freund!

Durch mannigfache Berufsgeschäfte verhindert komme ich jetzt erst deinem langgehegten Wunsche nach, in diesen Blättern, (die mit Recht vor vielen ephemeren Erscheinungen wie sie die Zeit ans Tageslicht bringt, die ernstere Aufmerksamkeit des größeren Publicums in Anspruch nehmen,) meine Ideen, wie Schauspieler den vielfachen, ihnen drohenden Krankheiten vorbeugen, und ihre für uns so genußreichen Tage verlängern könnten, der Öffentlichkeit zu übergeben. Ein großer Genius sagt von ihnen:

„Dem Mimen flicht die Nachwelt keine Kränze
D'rum muß er geitzen mit der Gegenwart.“ —

Ja der edle Mime soll geitzen mit der Gegenwart; klug und weise, seiner hohen Künstlerbestimmung gemäß, hinterlasse er ein ruhmgekröntes reines Andenken bey der Nachwelt; das wird ihm gelingen, wenn er seine Tage auf eine moralisch-vernünftige Weise verlebt, die mit seinen physischen und geistigen Kräften im Einklange ist. —

Eine solche Lebensweise, mein edler Freund, denke ich mir unter folgendem Gemählde dargestellt. — Der Schauspieler im ächten Sinne des Wortes, ein Künstler höherer Art, dessen Leben in einem steten Studium der Welt- und Menschenkenntniß besteht, dessen Phantasie in einem immerwährenden Wogen zwischen Schaffen und Wiedergeben schwelgt, — muß vor Allem auf seine physische Gesundheit, um seinen erhabenem Zweck erreichen zu können, viele Rücksicht nehmen, sonst ist sein Streben ohne einer festen Basis, seine geistigen Kräfte, die ohnedieß wie bey allen Menschen, wo die Phantasie operirt, schneller aufgerieben werden, haben keine sichere Quelle, aus der sie ihre materiellen Bedingnisse schöpfen könnten, um harmonisch fort zu operiren. Um aber seine körperlichen Kräfte zu erhalten und zu befestigen, ist eine gewisse Lebensordnung unerläßlich nothwendig. Der Schauspieler soll, wenn seine Geschäfte des Abends auf der Bühne zu Ende sind, seine erschöpften geistigen und physischen Kräfte nicht bey Trinkgelagen in engen Stuben noch mehr herabstimmen, nein; wenn es für Ein Individuum der menschlichen Gesellschaft unbedingt erforderlich ist, den Schlaf gehörig zu pflegen, und ihn nicht bis 10 Uhr Morgens hinauszuziehen, wo man alsogleich wieder an die ernsten Berufsgeschäfte des Tages tritt, so ist es für den Schauspieler nothwendig. Sechs bis sieben Stunden den Schlaf genossen zu haben ist hinlänglich genug. Die Morgenstunden sollte er wie jeder Künstler mit seiner ihm verschwisterten Muse verleben. Am Morgen sind ja unsere geistigen Kräfte am regsamsten, da werden die Gedanken leicht entwickelt und schnell faßt das Gedächtniß fremde Ideen und Worte auf. In keiner Zeit des Tages ist das Gedächtniß so stark und so treu als am Morgen. Einen Gegenstand, den man am Morgen memorirt, prägt sich, ich möchte sagen, unauslöschlich dem Gehirne ein. Da die meisten Schauspieler (wenige durch eine besondere Körperconstitution oder vernunftgemäßen Lebenswandel ausgenommen) eine erhöhte Empfindlichkeit besitzen, die durch die stete Aufregung des Nervenlebens erzeugt wird; so sollten sie schon aus diesem Grunde nicht lange wachend im Bette verweilen, weil diese Art sich bene zu thun, wie ich in meiner Abhandlung über den Schlaf und die Schlaflosigkeit vollständig erörterte, die nervöse Schwäche unseres Zeitalters vorzüglich herbeyführt. Er sollte auch die löbliche Gewohnheit haben, in keinem heißen Zimmer oder ausgewärmten Bette, unter starker Kopfbedeckung zu schlafen; denn so wie bey allen Menschen, die mit dem Kopfe arbeiten, die dem wechselvollen Spiele der Leidenschaften preis gegeben sind, so erzeugen sich auch bey dem Schauspieler Congestionen — gegen den Kopf. Verläßt er das Bett, wische er sich die Brust, das Gesicht und den Kopf ab, und wasche sich dann diese Theile des Körpers mit einem mäßigkalten Wasser. —

Diese Art sich am Morgen zu reinigen, die Niemand vernachlässigen sollte, verbreitet einen wohlthätigen Reitz auf Muskeln und Nerven, belebt durch das Gefühl der Reinlichkeit, und bestärkt zugleich den Geist mit einer beneidenswerthen Frische. Hat sich der Künstler nicht schon sehr an Thee und Kaffeh gewöhnt, die ebenfalls das Nervensystem reitzen und dann schwächen, so würden wir ihm eine nahrhafte Suppe, weiche Eyer, Butter mit Weißbrot, Bier, oder mäßig genossen — einen guten Wein ꝛc. am liebsten anrathen. Wer diesen Speisen am Morgen abhold ist, besonders wenn seine Lunge sich nicht der besten Beschaffenheit erfreut (und die meisten Künstler leiden ja gerade, wie ich weiter erwähnen werde, an Brustkrankheiten), der genieße eine Schale lauwarmer Kuhmilch. Die Mittagstafel bey Schauspielern hat ihre eigenen Modificationen. Alle starkblähenden Nahrungsmittel, stark fette Speisen, sollten Künstler, wenn sie nicht die Noth dazu zwingt, gänzlich vermeiden. Speisen dieser Art fordern einen starken, keinen delicaten Magen. Gut gekochtes und gebratenes Fleisch, leichtnahrhafte und eben so schnell verdauliche Mehlspeisen, Gartenfrüchte und Gemüse — sind ihnen höchst zuträgliche Nahrungsmittel, die mit Abwechslung ihnen besser bekommen werden, als Pasteten, Torten, fette Gebäcke, Würste, Schinken, geräuchertes Fleisch. Als Getränke — ist der Genuß eines guten Bieres und wer schon an Wein gewöhnt ist, kein saurer und starkerhitzender Wein, sondern ein guter Gebirgswein, der wenig reitzt und das Nervensystem auf die sanfteste Weise stärkt, anzuempfehlen. Doch glaube man ja nicht, daß man sich gänzlich dieser Speisen und Getränke entziehen soll. Ist der Künstler eingeladen, so kann er Alles essen und trinken, was ihm nicht positiv schädlich ist, nur zur gewöhnlichen Lebensordnung führe er nicht hitzige und geistige Getränke ein, nur alltäglich genieße er nicht ohne Wahl und Abwechslung, reitzende stark gewürzte oder aus Neigung wohl gar zähe und stark blähende Speisen; denn die Gesundheit des Schauspielers ist (aus so vielen moralischen und physischen Gründen) ein Gebäude, das auf schwanken Säulen ruht. Vorsicht und Mäßigung ist ihm ernster anzuempfehlen, weil so viele täuschende Lockungen von der Bahn des Wahren und Nützlichen ihn abzuwenden, rüstig bemüht sind. Wohl ist es äußerst schwer, oft unmöglich, ich sage es selbst, den Anforderungen der Diätetiker durchaus Genüge zu leisten, allein wenn man nur durch ihre Lehren aus seinen Täuschungen aufgerüttelt wird, und mäßiger lebt, selbst auf dem nicht ganz zweckmäßig eingeschlagenen Wege, so haben diese Lehren ihr Gutes gehabt.

Von der Mittagstafel begebe ich mich zum Nachtmahle. Hier mache ich ihn aufmerksam, alles das zu berücksichtigen, was ich in Bezug auf die Quantität der Speisen oben flüchtig berührte, mit der einzigen Berücksichtigung, daß auch die Quantität der Speisen eine viel geringere seyn müsse. Mit vollem Magen, in dem sich unverdauliche oder reitzende Speisen im Masse vorfinden, zu Bette zu legen, ist Jedem, ungesund. —

Geistige Getränke, des Abends genossen, vermehren die erhöhte Reitzbarkeit in dem Nervensysteme, und verscheu-

chen den Schlaf; wo soll also der ermüdete Geist und der geschwächte Körper Ersatz für das Verlorne finden? Bevor der Schauspieler das Bett besteigt, soll er seine Einbildungskraft, die oft durch die Darstellung leidenschaftlicher Charaktere sehr erhitzt ist, durch eine leichte anmuthige Lectüre, die mehr das Gemüth beschäftigt, und in ihm eine heitere Laune zu erwecken vermag, auf eine natürliche Weise umstimmen.

Auf diese Weise entgeht der Schauspieler, dem sich so viele Veranlassungen zu Ausschweifungen der Geschlechtstriebe biethen, diesen gefährlichen Verlockungen. Wenn dieses schon als ein Gesetz gilt, das den gesunden Schauspieler von Seite der Vernunft und der Erfahrung belehrt, das er stets getreu befolgen soll, um wie viel mehr sollte es der halbgesunde berücksichtigen. Daher sagt May: Noch bedenklicher ist es, wenn der halbgesunde Schauspieler, bey den durch seinen Beruf ohnehin schon genug abgeriebenen Lebenskräften, auch ein Wollüstling ist — und den Liebhaber, den er mit Anstand auf der Bühne darstellte in eine Ausschweifung außer der Bühne ausarten läßt.

Schrecklich ist die Verwüstung, die durch diese Gattung Entkräftung in Mark und Nerven wüthet; schaudervoll sind dann die Aussichten für eine dauernde Gesundheit. Wenn je die Tugend der Enthaltsamkeit für einen Jüngling nöthig ist, so ist sie es gewiß dem Schauspieler, der sie am nöthigsten bedarf, wenn er mit Männerkraft als Schauspieler Ruhm und Beyfall erwerben will. — Von moralischer Seite glaube ich Folgendes für die Lebensordnung eines Schauspielers in flüchtigen Umrissen andeuten zu können. Eine gute Gesellschaft ist nicht nur zur Bildung, sondern auch zur Erhohlung für den Künstler nothwendig. In einer guten Gesellschaft kann der Schauspieler von Talent viel lernen, was ihm bey der Darstellung der Charaktere, die aus dem Leben genommen werden, unumgänglich nothwendig ist. Sein Umgang (meint Dr. Hunnius), braucht nicht sehr ausgebreitet zu seyn, denn von Wenigen, welchen er deßhalb bey näherer Bekanntschaft tiefere Blicke in das Herz thun kann, kann er mehr lernen, als von einem vollgepfropften öffentlichen Hause. Täglich mit neuen Gesichtern bekannt zu werden, ist für ihn von wenig Nutzen, wo es gar nicht anders geschehen kann, als daß er mit ihnen nur über die gemeinsten Dinge reden, oder sie nur in ihren gröberen Leidenschaften und Lieblingsneigungen belauschen kann. Und gleichwohl machen größtentheils nur solche Leute die Gesellschaft und den Umgang unserer Künstler aus. Ihre Bekanntschaften schränken sich meistens nur auf Diejenigen ein, welche sie in öffentlichen Häusern, beym Spielen und Trinken machen. Und wenn auch diese Menschen, welche gewöhnlich öffentliche Häuser besuchen, an sich interessant und auch edel seyn können, so zeigen sie sich doch am wenigsten beym Spiel und Trinken von dieser Seite. Eigennutz und ähnliche Eigenschaften, als Neid und Mißgunst, sind hier die vorzüglichsten Situationen, in welchen er sie beobachten kann. Für einen Künstler, der den Menschen und die geheimnißvolle Ebbe und Fluth seiner unerforschlichen Leidenschaften zu ergründen strebt, um sie mit kräftiger Wahrheit und verständiger Einsicht darzustellen, für diesen passen Gast- und Bierhäuser, als längere Aufenthaltsorte, gar nicht. Auch sieht man Künstler dieser Art äußerst selten diesen Orten als ihrer täglichen Zerstreung zujagen. Der gemeine Komiker der dem Publicum gefallen muß, für den sind solche Orter unumgänglich nothwendig; der muß hier seine Charaktere studieren; doch muß er auch trachten, wenn er selbst nicht Familienvater ist, das häusliche Stillleben in allen seinen Situationen mit seinen lichten und schattigen Parthien zu beschauen, damit er im vorkommenden Falle natürlich sey. Da alle öffentlichen Plätze als Tummelörter der mannigfachen Leidenschaften anzusehen sind; so bedeute ich nur hier das Spiel, wozu man sehr leicht verleitet wird, und welche unselige Leidenschaft viele häßliche andere in ihrem Gefolge mit sich führt.

„Das Herz selbst, sagt Hunnius, wird hier vor Allem verdorben; alsdann wird der enge Kreislauf der Gedanken, welche das Einerley des Spiels verursacht, für die so nöthige Beweglichkeit seines Geistes von unendlichen Schaden seyn, so daß er zur Darstellung besonders der edlen Charaktere — ganz unfähig wird, ungerechnet, daß ihm das Sitzen bey dem Spiele seine beste Zeit raubt, die er weit nützlicher anwenden könnte.

Auch kann ihm das anhaltende Sitzen, indem es seinen Unterleib zusammendrückt und hierdurch die freye Circulation seiner Säfte und Wirkung der wichtigen Eingeweide des Unterleibes behindert, Zufälle von Hypochondrie herbeyführen, welche für ihn gewiß keine angenehme Gesellschafterinn seyn kann.“ Damit der Schauspieler dieser und vielen anderen Leidenschaften, die sein Leben in der Blüthe zerstören, entgehe, gibt es für den Künstler wie für jeden Menschen im Leben, dessen Beruf es gestattet, nur ein Mittel — dieses ist die Ehe. Eine vernünftige Hausfrau bezähmt am besten den Strom der Leidenschaften. Ein Glück ist nun das Ziel zweyer Personen, das zu erreichen die Kräfte zweyer feliger Menschen vereint streben. Der Mann sucht, nachdem er in seinem Berufe gewirkt, in den häuslichen Freuden Ersatz für alle Mühseligkeiten seines Strebens, und vergißt alle Cabalen, die seine ihm verbrüderten Kunstfreunde nur zu oft bereiten. Die Freuden einer Glücklichen, was wiegt sie auf, sagt Wezel. Hier wird unser Gemüth in jenen glücklichen Mittelton versetzt, der allen unseren physischen und moralischen Kräften so günstig ist; in den Ton, der sowohl die überspannten und schwärmerischen Hoffnungen und Plane, als die eben so übertriebenen Besorgnisse mäßigt, und in ihre gehörigen Schranken zurückweist. Und dann die Vaterfreuden, wer kann sie euch mahlen, sanfte, gute Freundinnen des Menschen!

Überschwenglich glücklich Der, der Sinn für euch hat! — Aus dem Anblicke des Kindes quillt neues großes Leben dem Vater, er sieht ein Geschöpf vor sich, dem er das Daseyn gegeben, und das sich des Daseyns freut. Er ergötzet sich an den Mienen der Unschuld, an den Spielen der unverdorbenen Natur. In solche Freuden muß schlechterdings unser Seele Wohlseyn gegründet werden, sie muß schlechterdings Gesundheit mit starken Zügen aus dieser Quelle trinken! Dann setzt ein treues edles Weib uns in jene Verhältnisse, daß man als ein hochgeachteter Mensch Eingang bey vorzüglichen Familien findet, ein Umstand, den man als unverheiratheter Mann oft entbehren muß.

(Der Beschluß folgt.)

Herausgegeben und redigirt von Anton Dominik Bastler,

Doctor der Medicin und Chirurgie, wohnhaft in der Stadt, Spiegelgasse Nr. 1095.

Gedruckt bey A. Strauß's sel. Witwe, Dorotheergasse Nr. 1108.

Populäre

Oesterreichische Gesundheits-Zeitung;

zur

Warnung für Nichtkranke und zum Troste für Leidende.

100. Wien, Mittwoch den 14. December 1831.

Von dieser Zeitschrift erscheinen wöchentlich zwey Nummern — Mittwochs und Samstags; und man pränumerirt für Wien in der Strauß'schen Verlagshandlung (Dorotheergasse Nr. 1108) ganzjährig mit sechs Gulden, halbjährig mit drey Gulden und vierteljährig mit einem Gulden dreyßig Kreuzer C. M. auf dieselbe. In den Provinzen nehmen alle k. k. Postämter Bestellungen an, und liefern die Blätter um den Preis von acht Gulden C. M. ganzjährig, und um vier Gulden C. M. halbjährig wöchentlich zwey Mahl portofrey. Im Auslande kann das Blatt um denselben letztgenannten Preis durch die k. k. Postämter bis zur österreichischen Gränze bezogen werden; oder durch die Tendler'sche Buchhandlung in Monathheften mit Umschlägen versehen.

Ankündigung

der Fortsetzung dieser Zeitschrift für das Jahr 1832.

Diese Zeitschrift hat nun zwey Jahre ihres Bestehens glücklich zurückgelegt und wird mit dem künftigen ersten Jänner den dritten Jahreslauf beginnen. Die Überzeugung, welche den Herausgeber bey Gründung derselben leitete, daß das wahrhaft Nützliche in unserem lieben Österreich, so wie auch im deutschen Auslande, immer gedeihet und sein Publicum findet, ist in freudige Erfüllung gegangen, und die Redaction fühlt sich verpflichtet, sowohl den Herren Mitarbeitern, darunter so vielen ausgezeichneten Ärzten, für ihre gehaltvollen Mittheilungen, als auch insbesondere dem Publicum ihren ergebensten Dank abzustatten, da es durch nachsichtsvolle Beurtheilung den Werth des Dargebothenen gleichsam erhöht, und durch die sich immer vergrößernde und weiterverbreitende Abnahme des Blattes, den Herausgeber in den Stand gesetzt hat, künftighin auch noch mehr zu leisten, als selbst bisher geschehen. Statt in einer Woche, wie versprochen wurde, einen Druckbogen in zwey Nummern zu liefern, wurden zu öfternmahlen so wie es die Umstände wünschenswerth machten, in einer Woche anderthalb Druckbogen ausgegeben. Eine schwere Zeit, die über uns lastete, und nicht vollends gewichen ist, hat uns den Werth des Lebens und der Gesundheit durch tägliche Bedrohung derselben um so mehr kennen und schätzen gelehrt. Für die Zukunft kann die Redaction versprechen; daß sie mit gleichem, ja vermehrten Eifer sich wird angelegen seyn lassen, ihre Pflicht zu erfüllen und dem Publicum durch die interessantesten und gemeinnützigsten Mittheilungen seine Theilnahme für die Zeitschrift zu vergelten, daß dieselbe auch durch die Herren Ärzte, denen Menschenwohl am Herzen liegt (wie es ihre allgemeine aufopfernde Theilnahme in dieser bedrängten Zeit practisch bewiesen), in Zukunft auf gleiche, ja noch reichlichere Weise durch Beyträge werde unterstützt werden, wagt die Redaction mit Zuversicht vorauszusetzen.

Der Ort der Ausgabe und Pränumeration für diese Zeitschrift bleibt, für Wien die Strauß'sche Verlagshandlung (Comptoir des österreichischen Beobachters, Dorotheergasse Nr. 1108). Man pränumerirt daselbst, wie bisher ganzjährig mit 6 fl. C. M., und halbjährig mit 3 fl. C. M. Da der Preis der Zeitschrift ohnedieß so äußerst gering ist, so wurde für kommendes Jahr keine vierteljährige Pränumeration bestimmt.

In den Provinzen werden, wie bisher, Bestellungen bey allen k. k. Postämtern angenommen, ganzjährig mit 8 fl. C. M. und halbjährig mit 4 fl. C. M. Auch kann man sich unmittelbar mit dem Pränumerationsbetrage an die hiesige k. k. Hofpostamts-Haupt-Zeitungsexpedition, nebst Angabe des Wohnorts, Nahmens und Charakters wenden, wo die Blätter alsogleich und pünctlich, und zwar wie bisher zweymahl in der Woche, Mittwoch und Sonnabend unter gedruckten Couverts versendet werden.

Im Wege des Buchhandels ist die Zeitschrift durch die Tendler'sche Buchhandlung zu erhalten, welche die Versendung auch fürs folgende Jahr übernommen hat. Sie wird in Monathheften mit Umschlag und Inhaltsanzeigen versehen, und zwar gegen ganzjährige Pränumeration um den oben angesetzten Preis (8 fl. C. M.) von besagter Buchhandlung ausgegeben, und in alle k. k. Provinzen, so wie in das Ausland versendet werden.

Die Redaction.

Bedürfniß der Reinlichkeitspflege für jeden einzelnen Theil des menschlichen Körpers.

(Fortsetzung.)

Eine der ersten Sorgen, welche das Ohr erfordert, ist, daß man sich mit einem trockenen Tuche hinter dem Ohre reinige, um die Feuchtigkeit, welche sich durch die nächtliche Ausdünstung hier angehäuft hat, zu beseitigen. Diese Feuchtigkeit kann, wenn sie unterdrückt wird, und sich auf die Kinnladen wirft, Flüsse und Zahnübel verursachen, vor welchen man sich meistens mittelst dieser einfachen Vorsichtsmaßregel schützen kann. In dem Gehörorgane sondert sich ferner eine wachsartige Materie aus, welche sich darin anhängt. Es ist oft nöthig, diese Materie mittelst eines kleinen Löffelchens, auch Ohrlöffelchen genannt, herauszunehmen und jede Spur davon mit lauwarmen Wasser zu vertilgen. Ist sie sehr häufig vorhanden, und man versäumt sie herauszunehmen, so häuft sie sich im Gehörorgane an, vertrocknet und verhärtet sich, so, daß sie die Aufnahme des Tones verhindert, und Taubheit verursacht. Um den also verstopften Gehörgang zu säubern, und diese wachsartige Materie zu erweichen, kann man Einspritzungen von lauwarmen Wasser, welches den Wärmegrad von frisch gemolkener Milch hat, oder von frischem Mandelöhl in das Ohr machen, wenn das Wasser nicht hinreichen sollte, um diese Materie aufzulösen und flüssig zu machen.

Um äußerlich das Ohr gehörig zu reinigen, muß man, nachdem man es gewaschen hat, alle Falten desselben, wo der Schmutz sich bey oberflächlicher Sorgfalt leicht anhäuft, sorgfältig reinigen.

Die Nase, das Organ des Geruchsinnes, ist zu mehreren wichtigen Functionen bestimmt. Sie dient nicht nur dazu, dem Gehirne die feinsten Ausdünstungen der Körper mitzutheilen, sie unterstützt auch mächtig die Respiration, sie athmet die Luft jeden Augenblick ein und aus. Das geringste Hinderniß macht sie ungeschickt zu diesem Geschäfte; der Mund ist dann gezwungen immer offen zu bleiben; die Stimme wird stumpf und undeutlich. Die Nase ist überdieß noch ein Reinigungsorgan, aus welchem sich eine zähe und flüssige Feuchtigkeit ergießt, die von der schleimigen Haut derselben abgesondert und Mucus oder Schleim genannt wird. Diese Feuchtigkeit erfordert, um ausgeleert zu werden, ein stärkeres Ausathmen, welches durch einen leichten Druck der Wandungen der Nase erleichtert wird. Ohne dieses Hülfsmittel würde der wässerige Theil dieses Schleimes nach außen fließen, und der zähere Theil trocken werden, sich an die inneren Wände der Nasenlöcher ansetzen und diese verstopfen. Sobald man die Nothwendigkeit fühlt, sich dieses Schleims zu entledigen, so beeile man sich, ihn herauszunehmen. Es verräth einen rohen und schlecht erzogenen Menschen, wenn dieser Schleim aus der Nase heraushängt. Das Schnupftuch ist daher für Jedermann eines der nothwendigsten Dinge; aber um nicht selbst ein Gegenstand des Ekels zu werden, muß man es immer nur auf einer Seite gebrauchen, und es sogleich wechseln, sobald diese Seite nicht mehr zu gebrauchen ist.

Jedenfalls ist es schädlich, die Haare in der Nase auszureißen, weil, indem man die Zwiebel des Haares herausreißt, man Gefahr läuft, die äußerst zarte Haut zu verletzen, welche die inneren Wände der Nase bekleidet und auf diese Art Pusteln zu veranlassen, welche in bösartige Geschwüre übergehen können. Es ist daher besser, diese häßlichen Haare mit einer feinen Scheere so weit abzuschneiden, als sie aus den Nasenlöchern hervorstehen.

Der Tabak, eine unseren Vorfahren unbekannte Sache, dessen Gebrauch bey seinem ersten Erscheinen sogar mit der Excomunication bestraft wurde, wird heutzutage so häufig verbraucht, daß man Diejenigen zählen könnte, welche ihn nicht gebrauchen. Während nun dieses reitzende Pulver manchen Personen von Nutzen ist, so ist es doch für die meisten nicht ohne Nachtheil. Es ist nahmentlich schädlich für Personen von hitzigem und galligtem Temperamente; es stumpft den Geruch bedeutend ab, hindert die Respiration, erhitzt, betäubt, schwächt das Gedächtniß, verursacht Schwindel, und wird vielleicht eben dadurch eine der Ursachen der Schlagflüsse, welche seit mehreren Jahren tagtäglich Tod und Elend in die Familien bringen.

Dem mag nun seyn, wie ihm wolle, so bleibt so viel gewiß, daß der Gebrauch des Schnupftabaks eine noch weit größere Reinlichkeitspflege des Organs nothwendig macht, welches ihn empfängt. Diejenigen, welche sehr daran gewöhnt sind, sollten fleißig frisches Wasser in die Nasenlöcher einziehen. Hierdurch werden sie die allzugroße Reitzung vermindern, und zugleich den Ausfluß der schwarzen Flüssigkeit verhindern, welche oft unbemerkt auf der Oberlippe herunterfließt, und auf die Kleidungsstücke fallen kann, auch für Andere Ekelerregend ist.

Kann man sich während des Essens nicht enthalten, Tabak zu nehmen, so gebrauche man die nöthige Vorsicht, um seine Nachbarn nicht zu belästigen. Ein unaufmerksamer Schnupfer kann, wie es wohl zu gehen pflegt, seinen vor ihm stehenden Teller beschmutzen, und ihn sodann, ohne ihn abzuputzen, der Person geben, welche vorlegt, indem er ihn mit einem andern vertauscht. Diese legt in der Eile, ihre Gäste zu bedienen, auf den mit Tabak beschmutzten Teller eine Portion vor, welche von dem ausgeschlagen wird, dem sie bestimmt war, oder ihn belästigen wird, wenn er das Erbrechen und Abführen erregende Pulver, welches unter den Speisen verborgen ist, nicht bemerkt.

Unter allen Theilen des Gesichts, ist der Mund derjenige, dessen Functionen die meiste Sorgfalt für Reinlichkeit erfordern. Durch ihn tritt die Luft zu den Lungen und die Nahrung in den Magen; durch ihn werden die Auswürfe und Absonderungsfeuchtigkeiten der Lungen ausgestoßen. Er ist es, der uns die Mittel beut, unsere Gedanken kund zu geben, unsere Wünsche und Bedürfnisse auszudrücken und uns mit unseres Gleichen zu unterhalten; er ist es, durch dessen Hülfe wir die edelsten und angenehmsten Verrichtungen unseres Lebens vollbringen — Beweggründe genug, sich dessen Reinhaltung angelegen seyn zu lassen.

Das erste, was die Reinlichkeitspflege des Mundes erfordert, ist, ihn von außen und von innen zu waschen und

auszuspühlen und mittelst einer sanften Bürste den Weinstein wegzunehmen, welcher sich während des Schlafes an die Zähne setzt.

Die Zähne sind nicht sowohl die Zierde des Mundes, sie sind auch die Werkzeuge des Kauens, des ersten Actes der Ernährung, ohne welche die Nahrungsmittel in Stücken in den Magen gelangten, und hier nur unvollkommen und sehr schwer verdaut werden könnten. Zu Ende jeder Mahlzeit sollte man sich den Mund ausspühlen, um ihn von den Überbleibseln der Speisen zu reinigen, welche in den Zwischenräumen und den Höhlungen der Zähne zurückbleiben, verderben und einen üblen Geruch verursachen. Soviel als möglich vermeide man, sich eines Zahnstochers zu bedienen, dessen häufiger Gebrauch die Zähne vom Zahnfleisch entblöst, und das Email verletzt. Nadeln haben in noch weit höherem Grade diesen doppelten Nachtheil.

Wenn die Zunge mit Schleim bedeckt ist, ist es gut, sie mit einem biegsamen Stäbchen von Fischbein oder Elfenbein wegzunehmen, und sie nachher mit einem weißen leinenen Tuche abzutrocknen.

Die Mundwinkel, in welchen sich eine Art von Schaum anhäuft, welcher meistens einen ekelhaft fettigen Anblick gewährt, müssen fleißig gereiniget werden. Nichts ist widerlicher als ein unreiner Mund, als schmutzige Lippen, und gelbe, mit dicken Weinstein bedeckte Zähne. Ein unreiner Mund ist immer das sicherste Zeichen einer allgemeinen zur Gewohnheit gewordenen Unsauberkeit.

Es ist nicht genug den Mund rein zu halten, man muß auch jede Berührung Derjenigen vermeiden, welche dieß nicht thun. Solche Menschen auf den Mund zu küssen, ist gefährlich. Außer der mächtigen Aufregung, welche hierdurch verursacht wird, wenn die Küssenden zweyerley Geschlechtes sind, ist es auch ein Mittel zur Übertragung ansteckender Krankheiten. Die Haut der Lippen ist zart, ihre Oberhaut sehr fein, und die unterliegenden Muskelfasern sehr reitzbar. Die Aufsaugung ist hier sehr leicht und schnell, noch mehr aber ist sie es im Innern des Mundes. Auf diesem Wege können Aphten, Geschwüre, und das venerische Gift mitgetheilt werden. Man vermeide daher mit großer Aufmerksamkeit die Berührung eines fremden Mundes, und ihr Ältern habt Acht, daß eure Kinder nicht von fremden Personen umarmt und geküßt werden. Man darf nur auf die Stirne küssen, um seine Freundschaft auszudrücken. Verwandte und nahe Freunde küßt man auf die Wangen; die Sitte verbiethet als eine weise Vorsichtsmaßregel jede innigere Annäherung.

Der Mund ist endlich auch ein Aussonderungsorgan. Durch ihn wird der Schleim ausgeworfen, welcher sich, aus der Brust kommend, im Schlunde anhäuft. Es ist unanständig, mit seinem Speichel oder Auswurf das Zimmer zu beschmutzen; man nehme ihn mit dem Schnupftuche auf, ohne dieß bemerkbar zu machen.

(Die Fortsetzung folgt.)

Diätetische Vorschriften für Schauspieler und Künstler in Briefen.

(Beschluß.)

Zweyter Brief.

Theurer Freund!

Derjenige, dem wegen seinen äußeren Verhältnissen die Ehe unmöglich ist, suche im Schooße der Freundschaft Ersatz für das unaussprechliche Glück der Ehe zu finden. Der Trieb sich an Wesen von gleichen geistigen Kräften, harmonirenden Neigungen und Bedürfnissen anzuschließen, ist dem Menschen als einem moralischen Wesen angeboren; haben auch zwey Menschen, die Freunde geworden, nicht immer gleiche Temperamente, so sind es gleiche Geisteskräfte, die ihnen das Bedürfniß ankündigten, sich als Freunde zu vereinigen. Immer findet sich eine äußere oder innere Harmonie, die den Impuls zum Bündnisse gab. Ist dieser harmonische Zustand nicht gleich in der Blüthe der Freundschaft, so findet er sich in der Folge ein, wenn nur das Ideal, das sie zu realisiren streben, in ihrem Herzen lebt. Festigkeit des Charakters, gleiche Denkungsart, inniger Umgang in verschiedenen Lebensverhältnissen, bringt die Freundschaft auf die Sonnenhöhe ihres Daseyns, bis sie jenen Glanzpunct erreicht hat, von wo der Wahlspruch zur Wahrheit wird, daß Beyde die sich Freunde nennen, zwey Körper sind, die nur eine Seele bewohnt. Jean Paul sagt von der Freundschaft und Liebe: O! wenn Schwesterliebe, Kinderliebe, Mutterliebe, Geliebtenliebe, und Freundschaft neben einander auf den Altären brennen; so thut es dem guten Menschen wohl, daß das Menschenherz so edel ist, und den Stoff zu so vielen Flammen verwahrt, und daß wir Liebe und Freundschaft nur fühlen, wenn wir sie außer uns vertheilen, so wie unser Blut uns nicht eher warm vorkommt, als bis es außerhalb den Adern im Freyen geflossen ist. O! Freundschaft, wie glücklich sind wir, daß du von einer zweyten Seele angeschaut, dich wieder erzeugst und verdoppelst, daß warme Herzen warme ziehen und schaffen, wie Sonnenplaneten die größeren und kleineren, und Gott alle. —

Welchen Himmel braucht noch wohl ein Menschenherz dem ein zweytes verliehen ist? — In diesem hohlen Sittenleben, wo unsere Wünsche und Zwecke nur Stufen und keinen Gipfel finden, wo unsere Thaten mehr Andere, als uns beglücken können, und wo die reichste Seele zuletzt als eine zerbröckelte Sandwüste voll zerschlagener Felsen und Krystalle dasteht, in diesem Leben werden wir nur von der Liebe, wie von einer zweyten Welt gefällt; und mitten im Todtenhause der Vergänglichkeit und an Gräbern, und auf dem eigenen Sterbebette fühlet doch ein Herz, das glücklich liebt, oder einen Freund sein eigen nannte, nichts als Unsterblichkeit.

Ist es nicht das Glück, das den Freund zum Freund sich erkohr, so sind es Leiden und Mühseligkeiten aller Art, die oft die zärtlichsten Freunde erzeugen. Zwey Menschen, die in einem Kerker schmachten, wenn sie ihr trauriges Loos unverschuldet traf, werden sich bestreben ihre Lage erträgli-

cher zu machen. Daher sind die Unglücklichen oft die zärtlichsten Freunde, denn eine gleiche Gemüthsstimmung läßt sie gleiche Bedürfnisse fühlen, darum sind sie auch fähig ihr Schicksal wechselweise zu theilen. Oft sind es gleiche Berufsgeschäfte, der Pflichteifer, oder das Streben etwas Großes zu leisten, die die Freunde zusammenbringen. Nicht Jeder ist für die Wonne der Freundschaft empfänglich. Ein sanftes Gemüth, ein offenes frommes Herz, ferne von Stolz und Neid, anspruchslos trotz seinen geistigen Vorzügen, ist von Natur schon zur Freundschaft bestimmt. Unempfindliche hingegen, hartherzige, eigensinnige Menschen cholerischen Temperamentes, eigensinnige mißtrauische Seelen, sind von dem Glücke der geselligen Runde der Freundschaft ausgeschlossen. Der Neid und der Egoismus taugen nicht zu Freunden, und wenn sie als solche auftreten, sind sie nur Heuchler, die die Zeit früher oder später entlarvt. Wer sich einen Freund erworben, für den gibt es kein Mißgeschick, freudig lenkt der Freund das von Sturm bewegte Schiff seines Lebens, und sucht mit ihm dasselbe zu retten oder für ihn in den Wellen den beseeligenden Tod zu finden. Wer einen Freund besitzt, für den gibt es keinen Gram und keinen Schmerz; bedrohen ihn jene nächtlichen Gestalten, so findet er in den Armen des Freundes Trost und Beruhigung. Für den Lenz wie für den Sommer unseres Erdenlebens, ist die Sonne der Freundschaft wohlthätig. Menschen von ächten Freunden umgeben, erreichen ein hohes und zufriedenes Alter, denn alle Functionen der Seele und des Körpers gehen wie bey allen edlen Leidenschaften, durch die angenehmsten Reitze angefacht, ihren gleichförmigen harmonischen Gang. Aus den heiteren Gesichtszügen strahlt die Seelenwonne. O! möchten doch die Menschen wozu sie die Vernunft bestimmte, sich nicht eigensinnig entfernen, und mit Kraft und Wahrheit sich einem Zustande hingeben, der sie wahrhaft glücklich macht, ein Zustand, der, wenn ihn Verstand und Erfahrung herbeygeführt, den Menschen rein bewahret vor allem Schein, der das Leben und seine Genüsse mit seinem falschen Glanze umfloß und vernichtet.

Es soll der Mensch den Menschen sich erwählen
Mit dem er seines Lebens heil'gen Rechte
In Liebe oder Freundschaft theilen möchte
Auf den er bauen kann und sicher zählen.

Ist es der Freundschaft hohe Riefeneiche
Die ihn in seinem Hause treu bedachet,
Die ihn mit zarter Sorge treu bewachet,
So ist ein König er im Dulderreiche.

Doch ist's der Liebe holde Zauberrose
Die ihn beglückt mit innigem Gekose,
So ward das schönste ihm der Erdenloose.

Doch steht er einsam da im weiten Leben
Ein leckes Schiff dem Meere preisgegeben,
So nenn' ich das nicht menschenwürdig leben.

So viel mein geliebter Freund von dem Werthe der Freundschaft und ihrem Einflusse auf das geistige und körperliche Wohlseyn der Menschen. Für Künstler jeder Art sind die Ehe, Liebe, oder Freundschaft die einzigen und schönsten Genien, die durch ächte Künstler die Palme der Vollendung erreichen, die Tendenz ihres Wissens veredeln; diese Motive sind fester und dauernder als Ehr- und Ruhmsucht, die nur durch sie geadelt werden. —

Dritter Brief.

Theurer Freund!

In diesem Briefe werde ich trachten Dich mit den vorzüglichen Krankheiten bekannt zu machen, zu denen die Schauspieler und Künstler eine große Anlage haben. Diese Krankheitsformen sind, Lungensucht, Luftröhrenschwindsucht, Gehirnentzündung; Melancholie, Hypochondrie und andere Arten von Geisteskrankheiten; da die erste Krankheit ihrer Natur nach unheilbar ist, am häufigsten bey Schauspielern, die zweyte Form ganz vorzüglich bey Sängern vorkommt, so wünsche ich hierüber ein Näheres Dir zu erörtern. Schauspieler und Sänger strengen durch ihren Beruf und ihre Lebensweise ihre Lungen sehr oft und sehr hart an; sie bewirken in diesem edelsten Organe einen fast immerwährenden Entzündungszustand, der anfangs unter der Form eines heftigen oder geringeren Catarrhes auftritt, vernachlässigt oder durch schweißtreibende Reitzmittel behandelt wird, durch diese verkehrte Behandlungsweise oder gänzliche Vernachlässigung oft aus einem geringscheinenden Übel, diese furchtbar verheerende Krankheit erzeugt. Wer von Natur aus schwache Lungen hat, und den seine Verhältnisse zu diesem edlen Stande bestimmen, der höre auf folgende Verhaltungsregeln. Er declamire, spreche, oder singe alle Tage, aber mäßig, um seine Lungen zu stärken; je schwächer seine Lungen sind, desto behutsamer muß er in diesen Vorrückungen zu Werke gehen. Bey eintretenden Übelbefinden alsogleich aussetzen; dabey vermeide er Punsch, Liqueure, Ausschweifungen im Geschlechtsgenusse, ziehe sich keine Erkältung zu, und gebe sich nicht dem Zorne hin. Man lasse den Mund und die Kehle niemahls ganz trocken werden, gestandenes Wasser mit Zucker oder einem Pflanzensafte, Mandelmilch ꝛc. dienen zur Anfeuchtung; durch Benützung dieser einfachen Mittel könnten Schauspieler und Sänger ihre für die Menschheit so schönen und theuern Tage vor diesem verheerenden Feinde, der sie zu verkürzen droht, bewahren, und ihre Gesundheit befestigen. Wir haben so viele vortreffliche Beyspiele, daß Schauspieler und Sängerinnen ihr Jubiläum auf der Bühne feyerten, und sie hätten im Tempel ihrer Kunst bis in ihr höchstes Alter als würdige Priester eine erhabene Stellung eingenommen, hätte sie nicht das Gedächtniß verlassen; aber in unseren Tagen ist das Leben der Schauspieler und Sänger durch die angestrengten Geistesarbeiten ihres hohen Berufes, so wie durch die unzweckmäßige Lebensweise höchst gefährdet, und in der Blüthe seiner mayigen Frische wird der junge Baum gefällt, der noch schöne Früchte getragen hätte! — Möchten, mein geliebter Freund, diese Blätter, deren edle Tendenz es ist, die Gesunden zu warnen, und die Leidenden zu trösten, auch durch diese meine kurzen Andeutungen, die dem Raume dieser Blätter entsprechen, einige Wiederklänge in der Brust mancher Künstler finden — das Verdienst wäre dann Dein, der die Idee in mir weckte, sie dem Publicum zuübergeben.

Herausgegeben und redigirt von Anton Dominik Bastler,
Doctor der Medicin und Chirurgie, wohnhaft in der Stadt, Spiegelgasse Nr. 1095.

Gedruckt bey A. Strauß's sel. Witwe, Dorotheergasse Nr. 1108.

Populäre

Oesterreichische Gesundheits-Zeitung;

zur

Warnung für Nichtkranke und zum Troste für Leidende.

101. Wien, Samstag den 17. December 1831.

Von dieser Zeitschrift erscheinen wöchentlich zwey Nummern — Mittwochs und Samstags; und man pränumerirt für Wien in der Strauß'schen Verlagshandlung (Dorotheergasse Nr. 1108) ganzjährig mit sechs Gulden, halbjährig mit drey Gulden und vierteljährig mit einem Gulden dreyßig Kreuzer C. M. auf dieselbe. In den Provinzen nehmen alle k. k. Postämter Bestellungen an, und liefern die Blätter um den Preis von acht Gulden C. M. ganzjährig, und um vier Gulden C. M. halbjährig wöchentlich zwey Mahl portofrey. Im Auslande kann das Blatt um denselben letztgenannten Preis durch die k. k. Postämter bis zur österreichischen Gränze bezogen werden; oder durch die Tendler'sche Buchhandlung in Monathheften mit Umschlägen versehen.

Ankündigung

der Fortsetzung dieser Zeitschrift für das Jahr 1832.

Diese Zeitschrift hat nun zwey Jahre ihres Bestehens glücklich zurückgelegt und wird mit dem künftigen ersten Jänner den dritten Jahreslauf beginnen. Die Überzeugung, welche den Herausgeber bey Gründung derselben leitete, daß das wahrhaft Nützliche in unserem lieben Österreich, so wie auch im deutschen Auslande, immer gedeihet und sein Publicum findet, ist in freudige Erfüllung gegangen, und die Redaction fühlt sich verpflichtet, sowohl den Herren Mitarbeitern, darunter so vielen ausgezeichneten Ärzten, für ihre gehaltvollen Mittheilungen, als auch insbesondere dem Publicum ihren ergebensten Dank abzustatten, da es durch nachsichtsvolle Beurtheilung den Werth des Dargebothenen gleichsam erhöht, und durch die sich immer vergrößernde und weiterverbreitende Abnahme des Blattes, den Herausgeber in den Stand gesetzt hat, künftighin auch noch mehr zu leisten, als selbst bisher geschehen. Statt in einer Woche, wie versprochen wurde, einen Druckbogen in zwey Nummern zu liefern, wurden zu öfternmahlen so wie es die Umstände wünschenswerth machten, in einer Woche anderthalb Druckbogen ausgegeben. Eine schwere Zeit, die über uns lastete, und nicht vollends gewichen ist, hat uns den Werth des Lebens und der Gesundheit durch tägliche Bedrohung derselben um so mehr kennen und schätzen gelehrt. Für die Zukunft kann die Redaction versprechen; daß sie mit gleichem, ja vermehrten Eifer sich wird angelegen seyn lassen, ihre Pflicht zu erfüllen und dem Publicum durch die interessantesten und gemeinnützigsten Mittheilungen seine Theilnahme für die Zeitschrift zu vergelten, daß dieselbe auch durch die Herren Ärzte, denen Menschenwohl am Herzen liegt (wie es ihre allgemeine aufopfernde Theilnahme in dieser bedrängten Zeit practisch bewiesen), in Zukunft auf gleiche, ja noch reichlichere Weise durch Beyträge werde unterstützt werden, wagt die Redaction mit Zuversicht vorauszusetzen.

Der Ort der Ausgabe und Pränumeration für diese Zeitschrift bleibt, für Wien die Strauß'sche Verlagshandlung (Comptoir des österreichischen Beobachters, Dorotheergasse Nr. 1108). Man pränumerirt daselbst, wie bisher ganzjährig mit 6 fl. C. M., und halbjährig mit 3 fl. C. M. Da der Preis der Zeitschrift ohnedieß so äußerst gering ist, so wurde für kommendes Jahr keine vierteljährige Pränumeration bestimmt.

In den Provinzen werden, wie bisher, Bestellungen bey allen k. k. Postämtern angenommen, ganzjährig mit 8 fl. C. M. und halbjährig mit 4 fl. C. M. Auch kann man sich unmittelbar mit dem Pränumerationsbetrage an die hiesige k. k. Hofpostamts-Haupt-Zeitungsexpedition, nebst Angabe des Wohnorts, Nahmens und Charakters wenden, wo die Blätter alsogleich und pünctlich, und zwar wie bisher zweymahl in der Woche, Mittwoch und Sonnabend unter gedruckten Couverts versendet werden.

Im Wege des Buchhandels ist die Zeitschrift durch die Tendler'sche Buchhandlung zu erhalten, welche die Versendung auch fürs folgende Jahr übernommen hat. Sie wird in Monathheften mit Umschlag und Inhaltsanzeigen versehen, und zwar gegen ganzjährige Pränumeration um den oben angesetzten Preis (8 fl. C. M.) von besagter Buchhandlung ausgegeben, und in alle k. k. Provinzen, so wie in das Ausland versendet werden.

Die Redaction.

Bedürfniß der Reinlichkeitspflege für jeden einzelnen Theil des menschlichen Körpers.

(Fortsetzung.)

Der Hals, die Stütze des Kopfes, mit deren Hülfe er die Bewegungen ausführt, die ihm eigenthümlich sind, muß jeden Tag gewaschen werden, da es einer der Theile ist, welche sich am leichtesten beschmutzen. Die Achselhöhlen, welche unaufhörlich sehr stark ausdünsten, dürfen nicht vernachlässigt werden. Wäscht man sie aber mit kaltem Wasser, so setzt man sich der Gefahr aus, die Transpiration zu unterdrücken. Die Arme, diese nützlichen Werkzeuge des Menschen, müssen abgewaschen, gerieben und beständig in Übung erhalten werden, um ihre Kraft und ihre Fülle zu erhalten. Die Hände sind, da sie fortwährend mit verschiedenen Körpern und Substanzen in Berührung kommen, allen Arten von Schmutz ausgesetzt, welcher sich den übrigen und selbst den inneren Theilen des Körpers mittheilt, wenn wir ihre Reinigung vernachlässigen. Sobald sie daher irgend einen unreinen Gegenstand berührt haben, muß man sich beeilen, sie mit vielem Wasser zu waschen. Der Nagel ist der Schutz und die Zierde der Finger, deren Kraft er vermehrt, ihnen zugleich mehr Haltung gibt, und sie gegen den Stoß harter Körper schützt. Es ist eine hornartige immer wachsende Substanz, die sich auf eine sehr unbequeme Art verlängern würde, wenn man sie nicht in einer angemessenen Größe hielte, die sie zu dem Gebrauche geschickt macht, zu welchem sie bestimmt ist. Man muß ihn daher so weit abschneiden, daß er über die äußere Spitze des Fingers etwas hervorragt. Er trennt sich zwar von der Haut, noch ehe er zu der Spitze des Fingers kommt, aber man darf ihn deßwegen hier noch nicht abschneiden. Schneidet man ihn gerade an dem Puncte dieser Trennung ab, so verliert er seine Schönheit und läßt die empfindlichste Stelle des Körpers unbedeckt. In dem Zwischenraume zwischen dem Nagel und dem Finger häuft sich gerne eine dicke, fettige und schwärzliche Masse an, welche von der Ausdünstung und von Substanzen kommt, die durch die Arbeiten der Hände hier zurückbleiben. So oft sich diese Masse angehäuft hat, trage man Sorge, sie wegzunehmen.

Die Nägel sollen ohne Schmutz seyn. Diese Vorschrift, welche der Dichter der Liebe den Römern seiner Zeit empfiehlt, ist noch eben so nützlich für unsere Zeitgenossen. Der Anblick von schmutzigen Nägeln ist unangenehm, und gibt ein ungünstiges Vorurtheil von der Reinlichkeit Derjenigen, welche sie sogar an den Theilen vernachlässigen, die dem Auge so offen darliegen.

Die Reinlichkeit der Hände und Finger ist um so wichtiger, weil durch sie die Nahrungsmittel zubereitet werden, wie nahmentlich das Brot, das Fleisch, die Butter, der Käse, welche vielfach mit den Händen verarbeitet werden, ehe sie uns zur Nahrung dienen.

Es war ein alter Gebrauch, und ist zu bedauern, daß er nicht beybehalten worden ist, daß man sich nähmlich unmittelbar vor der Mahlzeit die Finger wusch. Zu dem Ende hatte man Wasserbehälter mit Hähnen in dem Vorzimmer oder in dem Eßzimmer angebracht, wo jeder Gast, ehe er an der Tafel Platz nahm, vorher sich die Hände abspühlte, welches nicht unnütz war, und es auch noch in unsern Tagen nicht seyn würde.

Der Rumpf oder Leib kann nicht anders als mittelst Bäder gehörig gereinigt werden, die man jedoch, wenn sie der Gesundheit nachtheilig seyn sollten, durch allgemeine Waschungen mit warmen Wasser ersetzen kann. Man wird auf diese Weise die Geschmeidigkeit der Haut erhalten, die Poren öffnen und den Geruch tilgen, der durch den Überrest der Transpiration erzeugt wird. Die Alten, welche der Wäsche entbehrten, badeten sich sehr häufig, und der Gebrauch der Leinwand hat vielleicht den des Bades zu sehr vernachlässigen lassen, indem dieser so selten geworden ist, daß es nur vierzig Jahre her sind, daß man kaum fünf bis sechs öffentliche Anstalten dieser Art in den vorzüglichsten Hauptstädten zählte, und fast in keiner andern Provinzialstadt deren vorhanden waren. Sie haben sich in neueren Zeiten so vervielfältigt, daß Jedermann in seiner Nachbarschaft welche findet, oder sie sich in seiner eigenen Wohnung einrichtet. Die Preise derselben sind auch so gering, daß auch die am wenigst Begüterten von ihnen Gebrauch machen können. Selbst viele der kleinsten Städte erfreuen sich jetzt dieses Vortheils, und die Leichtigkeit, womit man ein Bad haben kann, macht den heilsamen Gebrauch derselben immer häufiger.

Übrigens fordert es auch dringend das Bedürfniß der Reinlichkeit, daß man mehrere Mahle in der Woche die Gegend des Schooßes und des Kreuzes mit kühlem oder lauem Wasser mittelst eines reinen Badeschwammes reinige. Vernachlässigung dieser Sorgfalt bringt durch das scharfe, hier abgesonderte Wesen, oft Entzündung oder andere krankhafte Absonderung zuwegen. — Ferner gewöhne man sich auch an regelmäßige Darmausleerungen. In einem gesunden Körper geht diese Ausleerung periodisch von Statten, und zwar gewöhnlich des Morgens. Die während der Nacht in Thätigkeit gewesene Verdauung endigt sich beym Erwachen mit Austreibung ihrer Reste. Sollte man die Angabe dieser Verrichtungen unschicklich und unpassend finden, so antworten wir mit dem römischen Lustspieldichter (Terenz), daß Alles, was den Menschen angeht, wichtig, und kein Gegenstand des Abscheues seyn sollte. Die Zeit des Aufstehens ist auch die gelegenste, um sich dieses Geschäftes zu entledigen. Man ist zu Hause, nahe an dem Orte, der zu dieser Verrichtung bestimmt ist, die man ohne Unbequemlichkeit und ohne Scham vollbringen und nach deren Beendigung jede Spur desselben vertilgen kann. Denn nichts ist unbequemer und unangenehmer, als während des Tages, mitten in seinen Gängen und Geschäften diese Bürde in fremde Häuser niederlegen, oder gar an einem öffentlichen Orte unter den beleidigten Augen der Vorübergehenden sich ihrer entledigen zu müssen. Es wäre vielleicht möglich, in jeder Hauptstadt geschlossene, öffentliche und Privatörter einzurichten und zu bestimmen, wo der Arme umsonst hingelassen würde, und der Wohlhabendere ein, davon getrenntes Locale fände, von welchem er gegen eine geringe Vergütung

Gebrauch machen könnte. Dann könnte man für diejenigen, welche die Gesetze der Schamhaftigkeit und Reinlichkeit verletzten, eine Strafe ansetzen. Bestimmte, aber auch geschlossene Stellen an verschiedenen passend gelegenen Orten der Straßen könnten den Vorübergehenden dazu dienen, sich des Urins zu entledigen, welchen man nicht ohne Gefahr lange halten kann.

Man verachte unsere Betrachtungen nicht als überflüssig oder lächerlich. Der Gesetzgeber der Juden — Moses — hat sie zum Gegenstand besonderer Gesetze gemacht. Die Anhänger des Mahommeds sind durch den Koran verbunden, sich unter den nähmlichen Umständen zu reinigen. Auch wir wollen Jedermann anempfehlen, bey diesem nothwendigen Geschäfte, Schicklichkeit und Reinlichkeit zu beobachten, sich aus den Augen von seines Gleichen zu entfernen, und sich zu hüthen, nicht die geringsten Spuren an sich, oder an seinen, auch noch so verborgenen Kleidungsstücken zu lassen.

Wenn irgend eine Unpäßlichkeit uns nöthigt, unsere Zuflucht zu einem Klystier zu nehmen, so darf man niemahls von einer Spritze Gebrauch machen, die bereits von andern Personen angewendet worden ist, ohne sie vorher mit kochendem Wasser abgewaschen und sorgfältig gereinigt zu haben. Es ist gefährlich, diese Vorsichtsmaßregel zu versäumen.

Vergebens haben sich Vernunft, Moralität und Religion vereinigt, um Enthaltsamkeit außerhalb der gesetzmäßigen Verbindung zu empfehlen. Gibt es gleich Menschen, welche ihren Stimmen Gehör geben, und ihren Vorschriften gemäß leben, so ist doch mancher taub dagegen, und überläßt sich, hingezogen durch eine unwiderstehliche Neigung, oder nach einem einfachen schwachen Kampfe, die Augen gegen die entfernten Folgen, so wie gegen die zunächst liegenden Gefahren schließend, einer strafbaren Verbindung. Wenn man nun nicht vermag, seine Sinne zu beherrschen und ihre Aufregung zu mäßigen, wenn nichts endlich die Ausübung dieses Vergehens verhindern kann, sollen wir schweigen und die Vorsichtsmaßregeln, welche die Folgen derselben verhüthen können, vorenthalten? Wir denken so nicht.

(Der Beschluß folgt.)

Was wird dazu erfordert, damit die Ehe die Glückseligkeit gewähre, die ein Jeder in ihr zu finden hofft.

Diese Frage möchte hier ganz am rechten Orte stehen und die treffendste Beantwortung derselben läßt sich sicher so aussprechen:

„Ein einzig Mittel ist auf Erden;
Allein es ist unendlich schwer,
Die Thoren müssen weise werden
Und seht, sie werden's nimmermehr."

Gellert.

Das wäre freylich vor allen Dingen nöthig; nöthig wäre es, daß der Mensch schon von früher Jugend an, so gebildet würde, daß er sich, seine Bestimmung und seine Verhältnisse zu andern Menschen kennen lernte, daß man ihn die Mittel lehrte, seinen Körper gesund, stark, dauerhaft und schön, und seinen Geist hell und froh zu machen und zu erhalten; daß man ihn mit der großen Kunst bekannt machte, seine Leidenschaften zu bezähmen, die Zufriedenheit in sich selbst zu finden, die Schwachheiten anderer Menschen zu ertragen und sie im Umgange mit ihnen darnach zu behandeln, mit einem Worte: Nöthig wäre es, daß der Mensch an Leib und Seele ganz Mensch wäre. Wenn alle Menschen so wären, wenn alle gut und weise wären; dann wäre die Erde freylich ein Paradies, das Leben mit Menschen in jedem Verhältnisse Seligkeit, die Ehe aber unaussprechliche Wonne. Dieses ist nun aber nicht, und wird, allem Ansehen nach, nie werden und man kann weiter nichts thun, als dahin streben, mit dem Menschen, so wie er jetzt ist, so glücklich zu leben, wie es nur möglich ist. In der ehelichen Verbindung wird dieses nur unter der Bedingniß möglich seyn, daß Liebe den Gatten wählt, daß die Wahl auf einen Gegenstand fällt, der Liebe verdient und daß man die gegenseitige Liebe zu erhalten wisse.

Auf die Wahl des Gatten kommt freylich das meiste an und es wäre wohl zu wünschen, daß man sie für das ansehe, was sie wirklich ist, für einen Schritt, der mehr entscheidet, als die Geburt des Menschen und das Schicksal des ganzen übrigen Lebens unwiderruflich bestimmt. Soll diese Bestimmung glücklich ausfallen, so muß dabey auf folgende Umstände genau Rücksicht genommen werden.

1) Auf das Alter. Der Gatte soll nicht unter vierundzwanzig und nicht über dreyßig Jahre haben; die Gattinn aber immer wenigstens um fünf Jahre jünger seyn. Ist sie mit ihm im gleichen Alter, oder was noch schlimmer ist, älter als er; so verliert sie für ihn zu geschwind ihre Reitze und mit diesen verschwindet Zuneigung und Zufriedenheit, wenn sich der Mann noch der Liebe bedürftig fühlt.

2) Auf die Gesundheit. Wer diesen Artikel an dem zu wählenden Gegenstande übersieht, der darf auf keine Freuden im Ehestande Rechnung machen.

Mit der Gesundheit schwindet Schönheit, Liebreitz, Munterkeit, Zärtlichkeit und Freude und an ihre Stelle treten eine abschreckende Gestalt, Widerwille, Verdruß, Traurigkeit, zuletzt Armuth und Elend. Nicht ein Jeder ist im Stande, die Gesundheit eines Menschen zu beurtheilen und zu entscheiden, ob man auf ihre Dauerhaftigkeit rechnen könne. Eine Skizze, welche die vorzüglichsten Kennzeichen einer dauerhaften Gesundheit und viel versprechenden körperlichen Anlage enthält, wird mehr als einem Leser gute Dienste leisten können.

Der Bräutigam also, von dem ein Mädchen das Glück der Ehe in seiner schönsten Vollkommenheit hofft, muß vollkommen entwickelt, einen geraden, regelmäßigen Wuchs, muskulöse Gliedmaßen, starke Schenkel und Arme und viel Lebhaftigkeit in seinen Bewegungen haben. Seine Gesichtsfarbe ist frisch, sein Auge hell und munter, Haupthaar und Bart ansehnlich, die Brust erhaben, der Athem

frey, so daß auch beträchtliche Höhen ohne Beschwerden erstiegen werden können, der Bauch nicht hervorstehend; der Appetit stark und der Kandidat beschwert sich nicht, daß er diese, oder jene Speisen nicht vertragen könne. Seine Gemüthsstimmung ist meistens gleich und heiter, er ist mitleidig, ohne gleich in Thränen auszubrechen, sein Zorn ist schwer zu erregen, aber wenn er einmahl aufwacht, stark und wirksam, sein Schlaf tief und ohne Träume, die Stimme immer gleich, wohlklingend und männlich.

Ein zarter, schlanker Gliederbau, eine überfeine Haut mit blendender Weise und einer feinen Röthe, langer Hals, enge, blatte Brust, öfterer Husten, Beschwerden im Athmen beym Berganſteigen, eine veränderliche Stimme, eine große Empfindlichkeit der Seele, verbunden mit einer großen Veränderlichkeit der Gemüthsstimmung, die unvermuthet aus gränzenloser Ausgelassenheit in Mißlaune, oder selbst in Schwermuth herabsinkt, geschwinde Ermüdung bey geringer Anstrengung, Beschwerden im Unterleibe bey geringen Diätfehlern, — alle diese Zeichen lassen auf keine dauerhafte Gesundheit schließen. Eingefallene Augen mit blauen Ringen um dieselben, ein matter oder auch brennender Blick, kurzes Gesicht, blasse oder erdfahle Farbe, eingefallene Wangen, riechender Athmen, ausgehölte Schenkel, große Empfindlichkeit gegen Wärme und Kälte, zeugen von einer schon eingetretenen Zerrüttung der Gesundheit.

Eine gar große Fettigkeit in jüngeren Jahren, aufgetriebenes, schwammiges Fleisch sind eben auch keine gar großen körperlichen Empfehlungen, und meistens Verräther von Unmäßigkeit in mancherley Stücken.

Das Mädchen, welches mit ihrer Hand einen Mann beglücken soll, hat einen schönen, proportionirten Körperbau, viele und weiche Haupthaare, eine feine reine Haut, muntere Augen, volle blühende Wangen, ihre Gesichtszüge drücken Heiterkeit und unschuldige Hingabe aus, ihre Stimme ist hell, rein und klingend, der Busen voll, der Bauch nicht hervorstehend, der Rücken gegen das Kreuz hineingebogen, die Lenden breit, alle Glieder genährt und abgerundet, sie lacht gern, ist meistens heiter und froh, doch gegen fremde Leiden gefühlvoll.

Ist sie aber nicht gleichmäßig gebaut, hier und da, besonders in der Lenden- und Hüftengegend etwas ausgewachsen, trägt sie an einem Schuh einen höheren Absatz, fremde Haare und Zähne, einen künstlichen Busen, ist sie zum Zerbrechen zart und mager, daß Gesicht blaß, die Augen trübe und traurig, oder das Gesicht zu stark geröthet, dabey die Wangen tief und das Auge feurig, sind die Gesichtszüge verdrießlich, ist sie sehr eigensinnig, empfindlich, ärgerlich, vertheidiget sie ihre Behauptung bis zum Zorne, ist ihr der Geruch einer Blume, oder die geringste Wärme unerträglich, ist sie alle Augenblicke anderer Laune, so daß sie in einer Minute weinen und lachen kann, fällt sie leicht in Ohnmacht und Zuckungen; dann darf man sicher auf eine schwache Gesundheit schließen und am Ehestandshimmel ganz zuverläßig viele trübe Tage erwarten.

(Die Fortsetzung folgt.)

Miscellen.

Ein Essigfluß. Nahe an der Straße von Bogota nach Quito in Südamerika, findet man einen Fluß, dessen Wasser so sauer als Essig ist. Er hat seine Quellen in den Anden, in der Nähe zweyer Vulcane, welche ihm wahrscheinlich diesen Gehalt an Schwefelsäure, die durch Schwefeldämpfe entstehen mag, mittheilen.

Das Klima von Spanien. Das Klima von Spanien zeichnet sich außer den nördlichen Provinzen durch seine Trockenheit aus, die bisweilen so weit geht, daß die Flüsse austrocknen, alle Vegetation vernichtet wird, und Menschen und Thiere vor Durst umkommen. In dem hohen Landbecken, worin die Hauptstadt liegt, ist die Sonnenhitze immer so groß, daß sich das spanische Wort zu bestätigen scheint. Madrid habe 9 Monathe Winter und 3 Monathe Hölle.

Nationalgebräuche. Einige Nationen bilden sich ein, die Natur habe den Köpfen eine schlechte Form gegeben, und daher thue man besser, sie wie einen Zuckerhuth zu gestalten; die Chinesen halten die Füße ihrer Damen für viel schöner, wenn sie bis zum dritten Theil ihrer natürlichen Größe zusammengedrückt sind; einige afrikanische Völker liegen mit der Nase im Streite, und meinen, sie müsse so platt als möglich auf dem Gesichte aufliegen. Wir lachen über diese Thorheiten und schaudern bey den dabey verübten Grausamkeiten jener Barbaren, halten es aber für vollkommen ausgemacht, daß der natürliche Bau der Brust und der Taille der Frauen bey weitem nicht so elegant sey, als die Gestalt, welche man ihnen mit Hülfe von Schnürbrüsten und Blankscheiten gibt.

Herausgegeben und redigirt von Anton Dominik Bastler,

Doctor der Medicin und Chirurgie, wohnhaft in der Stadt, Spiegelgasse Nr. 1095.

Gedruckt bey A. Strauß's sel. Witwe, Dorotheergasse Nr. 1108.

Populäre

Oesterreichische Gesundheits-Zeitung;

zur

Warnung für Nichtkranke und zum Troste für Leidende.

102. Wien, Mittwoch den 21. December 1831.

Von dieser Zeitschrift erscheinen wöchentlich zwey Nummern — Mittwochs und Samstags; und man pränumerirt für Wien in der Strauß'schen Verlagshandlung (Dorotheergasse Nr. 1108) ganzjährig mit sechs Gulden, halbjährig mit drey Gulden und vierteljährig mit einem Gulden dreyßig Kreuzer C. M. auf dieselbe. In den Provinzen nehmen alle k. k. Postämter Bestellungen an, und liefern die Blätter um den Preis von acht Gulden C. M. ganzjährig, und um vier Gulden C. M. halbjährig wöchentlich zwey Mahl portofrey. Im Auslande kann das Blatt um denselben letztgenannten Preis durch die k. k. Postämter bis zur österreichischen Gränze bezogen werden; oder durch die Tendler'sche Buchhandlung in Monathheften mit Umschlägen versehen.

Die Kunst Krankheiten vorzubeugen im Allgemeinen betrachtet, nach den geistigen und physischen Kräften des Menschen. *)

Von Dr. L. Fleckles.

Der höchste Wunsch des Menschen ist Gesundheit. Dieses hohe Gut lernt er, wie alle übrigen, seiner ganzen Größe und Würde nach erst dann schätzen und lieben, wenn es gefährdert oder in seinen Grundpfeilern erschüttert ist.

Dem Menschen, diesem Doppelgenius ist es gegeben, vor allen übrigen Geschöpfen im weiten Hause der Natur durch Verstand und Erfahrung geleitet, künftigen Übeln vorzubeugen; und es reicht sein Blick sogar in die dunkle Zukunft, wenn er die helle Gegenwart tüchtig erfaßte.

Die Kunst Krankheiten vorzubeugen lehrt uns die allweise Natur, und ihre Wahrheiten finden wir in dem goldenen Buche der Erfahrung bestätigt. Ordnung, Mäßigkeit, zweckvolle Anordnung der äußeren Gegenstände, die uns umgeben, Abwechslung in unseren Thätigkeiten ein schuldloses Gewissen sind die Arcana, deren zweckmäßige harmonische Anwendung die Kunst begründet, den Krankheiten vorzubeugen; denn die unerforschten Geheimnisse, das menschliche Leben zu verlängern, seine Gesundheit zu befestigen und den uns tückisch umlauernden Feinden, den Krankheiten, vorsichtig zu entgehen, sind nicht in den wohlthätigen Säften der Pflanzen, nicht in den geheimnißvollen Wirkungen der Metalle zu finden; nein, sie entschleyert uns eine aus moralisch vernünftigen Grundsätzen entwickelte Diätetik; — und eine Sammlung solcher erprobter Wahrheiten, die dem Menschengeschlechte als mächtige Waffen gegen seine wildesten und verheerendsten Feinde, die Krankheiten, dienen sollen, sey der Zweck dieser Schrift.

Die Jugend ist durchaus nicht geneigt die rechte Ansicht sich zu verschaffen, wie sie ihre Gesundheit für künftige Jahre befestigen könne; sie will nur genießen, sinnlicher Genuß ist die Tendenz ihres Lebens. Leben, vernünftig zu leben, strebt der Mann allein; und das Gelebte überschauen und in der Erinnerung noch einmahl die verrauschten Stunden zu genießen, befriedigt die ernste Sehnsucht des Greisen. Die Menschen irren herum, suchen ängstlich, wenn sie krank sind, bey einem Arzte Hülfe, daß er sie von ihrem Übel befreye. Warum wollen sich die Menschen nicht lieber mit den Mitteln bekannt machen, wie sie sich selbst heilen können, ohne daß sie als Ärzte dazu berufen sind? Warum wollen sie sich nicht lieber die Kunst aneignen, Krankheiten so viel es in ihrer Macht ist, vorzubeugen? — eine Kunst, die nicht allein dem Arzte angehört, sondern ein Gemeingut für Jedermann seyn soll. Warum lernt der Mensch so Vieles, wovon er hofft einen reinen physischen Nutzen, z. B. Geldgewinn u. dgl. zu haben? und warum sind die meisten Menschen gerade da so fahrläßig, wo es sich um Kenntnisse handelt, die ihr körperliches Wohl betreffen, und die ihnen auf eine leichtbegreifliche Weise dargebothen werden? — Trefflich sagt daher Tissot: „Wie viele Menschen, die dem gemeinen Wesen nützlich und ihrer Familie nothwendig waren, sind nicht schon durch bloße Unwissenheit und falsche Begriffe von den Ursachen der Krankheiten, von dem noth-

*) Aus einem neuen Werke, des unseren Lesern bekannten medicinischen Schriftstellers, welches, sobald die gehäuften Berufsgeschäfte dieses beliebten Autors es gestatten, in einer soliden Buchhandlung im Drucke erscheinen wird.

Die Redaction.

wendigen Verhalten und dem Gebrauche guter Ärzte frühzeitig gestorben, die doch so leicht hätten hergestellt werden können."

Die Kunst Krankheiten vorzubeugen muß also die beyden Sphären, die des Geistes und des Körpers umfassen, sie muß die Wechselwirkung zwischen beyden und jener der Außenwelt entwickeln, denn das Leben stellt sich als ein steter Kampf gegen die Vernichtung dar, die ihm von innen und außen droht; wir müßen also den Schauplatz und seine Heere durchmustern, um die Mittel ausfindig zu machen, wie wir eine friedliche Versöhnung herbeyführen können, die das kurze menschliche Leben beschirme. —

Bedürfniß der Reinlichkeitspflege für jeden einzelnen Theil des menschlichen Körpers.

(Beschluß.)

Die Irrthümer des Menschen sind vorübergehend; diejenigen, welche dem jugendlichen Feuer eigenthümlich sind, können auf das ganze Leben Einfluß haben, und ihre Folgen noch fortdauern während längst das reifere Alter das Ungestüm der Leidenschaften gemäßigt hat, und der Mensch der Vernunft und der Weisheit Gehör gebend, in dem Schooße seiner Familie alle Vergehungen durch eine regelmäßige Lebensweise und durch Ausübung der Tugend wieder gut zu machen sucht; wir werden daher die Mittel anführen, welche — unter Befolgung einiger Reinlichkeitsregeln im Stande sind, diese fürchterliche Ansteckung, wo nicht ganz zu verhüthen, (denn davor schützt nur gänzliche Enthaltsamkeit eines jeden unerlaubten Umgangs) doch bedeutend zu mindern.

Von einer Zeit zur andern werden von den Marktschreyern Präservative als untrüglich angepriesen, deren Unsicherheit aber durch die traurigste Erfahrung nur zu bald erkannt wird.

Die Unterlassung einer so nothwendigen Sorge für Reinlichkeit in dieser Beziehung und unter solchen Umständen, nimmt außer dem, daß es die Gesundheit gefährdet, der angenehmsten Empfindung allen ihren Reitz. Diese Vorsorge, diese einfache Vorsichtsmaßregel reicht in der That oft hin, um dem Übel zuvorzukommen; kann sie auch das Übel selbst nicht verhindern, so kann sie doch gewiß dessen Wirkungen und Folgen vermindern. Alle andern Mittel sind entweder unnatürlich, die Gesundheit beeinträchtigend oder unwirksam. Bey vielen derselben ist oft große Gefahr, sie übereilt und unbedachtsam zu gebrauchen. Während es gelingt, einige sichtbare Symptome dieses Übels zu entfernen, öffnet man ihm freyen Zutritt in das Innerste des Organismus und macht so das Übel häufig allgemein und unheilbar. —

Die unteren Theile des Körpers bedürfen der Reinlichkeit nicht weniger als die oberen. Wenn auch nicht das Gesicht durch ihren Schmutz beleidigt wird, so wird doch der Geruchsinn unangenehm davon afficirt. Die Füße, bestimmt das Gewicht des Körpers zu tragen, und ihn von einem Orte zum andern fortzubringen, ist ihre Thätigkeit für den Menschen jeden Augenblick ein Bedürfniß, und ihre mangelhafte Beweglichkeit ein wahres Unglück.

Wenn man nach einem langen Marsche seine Beine sehr müde fühlt, so frottire man sie mit Flanell oder einer sanften Bürste. Man mildert dadurch die Affection der Nerven, und zertheilt die durch die Ermüdung verursachte Anschwellung der Fasern.

Die Füße dünsten aus wie andere Theile des Körpers, häufig aber noch mehr als alle anderen. Da sie die untersten Theile sind, so fließt ein Theil der an den oberen Gliedern abgesonderten Flüssigkeit zu ihnen hinunter; diese häuft sich dann zwischen den Zehen an, was also um so mehr gebiethet, die Füße rein zu halten. Wechselt man häufig die Strümpfe oder Socken jeden Tag, so wird man dadurch am sichersten verhüthen, daß die Ausdünstung gestört wird, und der Schweiß sich verdichte. Eine Fußbekleidung, welche seit längerer Zeit mit einem übelriechenden Schweiße durchtränkt ist, verursacht Entzündungen, Rißе und Geschwüre, welche schwer zu heilen sind.

Jede Woche ein Fußbad genommen, ist hinreichend um die Reinlichkeit dieser Glieder bey denjenigen Menschen zu unterhalten, die wenig gehen und wenig ausdünsten; aber Menschen, welche viel zu gehen, bedeutende Märsche zu machen haben, wie Reisende, Jäger, Soldaten, werden wohl thun, die Füße jeden Abend mit warmen Wasser und Branntwein zu waschen. Dieses Waschen säubert die Füße, nimmt den dicken Schmutz weg, welcher sich in den Zehenfugen anhäuft, und stärkt die sehr empfindliche Haut der Fußsohlen an den Puncten, welche den Boden nicht berühren.

Große Heerführer, welchen die Gesundheit der Soldaten am Herzen lag, richteten auf diesen wichtigen Theil der Gesundheitspflege ihr besonderes Augenmerk; denn die Vernachlässigung desselben verursachte Unterbrechungen im Dienste, die den Erfolgen des Krieges sehr nachtheilig seyn konnten. Carl XII. und Friedrich II. würdigten diesen Gegenstand einer besonderen Achtsamkeit, und ihr Beyspiel ist gewiß von einigem Gewichte.

Man hüthe sich, den übermäßigen Schweiß an den Füßen zu unterdrücken, wenn man auch einige Unbequemlichkeit davon empfindet, weil seine Unterdrückung oft die traurigsten Folgen nach sich zieht. Man hat Beyspiele, daß der Verlust des Gesichtes und des Gehöres hievon die Folge war. Auch die Brust wird dadurch nicht selten ganz besonders ergriffen, und Kurzathmigkeit oder wohl gar Eiterung der Lungen können daraus entstehen. Ist aber die plötzliche Unterdrückung des gewohnten Fußschweißes durch irgend eine Ursache wirklich geschehen, so beeile man sich, die Ausdünstung mittelst Fußbäder, denen man Salz und Senfmehl zusetzt, wieder herzustellen. Sollte dieß Mittel nicht hinreichen, so gebrauche man Socken von Wachstaffet, die sie sicher wieder hervorrufen werden.

Die Näße ist den Füßen nicht minder schädlich, und um sich davon zu bewahren, darf man bey Regenwetter keine Fußbekleidung mit zu dünnen Sohlen tragen. Leichte, wasserdichte Überschuhe sind zu diesem Behufe besonders zu empfehlen. Wer sich lange einer naßen Witterung auszuse-

tzen hat, thut wohl, seine Füße durch echt juchtene Stiefel vor dem Eindringen der Nässe zu bewahren. Fühlt man, daß die Füße dennoch naß sind, so muß man sobald als möglich, Strümpfe und Schuhe wechseln, und wenn die Nässe schon längere Zeit eingewirkt haben sollte, und man darüber ein unheimliches Frösteln im Innern des Körpers empfindet, so wird man wohl thun, in Zeiten die Mittel anzuwenden, welche den üblen Folgen vorzubeugen im Stande sind. Das Einschlagen der sorgfältig abgetrockneten Füße in warme Tücher, das Zusichnehmen einer Schale sehr warmer Suppe oder leicht aromatischen Thees und die dadurch wieder hervorgerufene, reichlichere Hautausdünstung, reicht in den meisten Fällen hin, den üblen Eindruck wieder auszulöschen.

Eine der wohlthätigsten Wirkungen der Fußbäder ist auch die Erweichung der Nägel und der Hühneraugen. Man schneidet die ersteren nachher mit größerer Leichtigkeit ab, und nimmt die Hühneraugen leichter und mit weniger Schmerzen weg.

Sorgt man nicht für die Nägel der Zehen, so verlängern sie sich, sie verlieren ihre Form, biegen sich um, dringen ins Fleisch, und verursachen dadurch Geschwüre, welchen immer der Verlust des Nagels folgt, und lange Zeit das Gehen hindert. Welche Schmerzen, welche Unterbrechungen der Arbeit würde sich die Classe der Arbeitsleute ersparen, wenn sie hierauf einige Sorgfalt, einige Vorsichtsmaßregeln verwendete. Man sage nicht, daß ihnen die Zeit dazu fehle; überall in der ganzen Welt ist ein Tag in der Woche der Religion und der Ruhe gewidmet, von welchen man gemächlich einen Theil den so nothwendigen Sorgen für die Gesundheit bestimmen könnte. Die Hühneraugen oder Leuchtdorne, diese bekannten kalösen Auswüchse, welche durch den Druck zu enger Schuhe entstehen, erheben sich über die Oberhaut und dringen in das Fleisch. Dieses Übel ist in Städten unter Personen, welche eine elegante Fußbekleidung tragen, sehr gewöhnlich. Eine der größten Unbequemlichkeiten ist, daß sie Diejenigen, welche damit behaftet sind, an einer nützlichen Bewegung hindern. Das einzige Mittel, sich davor zu schützen, ist, bequeme und nach dem natürlichen Wuchse des Fußes gemachte Schuhe zu tragen, und die ganze Kunst, sie zu heilen, besteht darin, sie zu erweichen und sie mit der, nicht zu scharfen Spitze eines Federmessers oder einer Scheere herauszunehmen, während man sich hüthet, die benachbarten oder unterliegenden Muskelfasern zu verletzen. Alle Mittel, die man zur vermeintlichen radicalen Heilung der Hühneraugen vorgeschlagen hat, sind größtenthels unnütz oder gefährlich. Bedient man sich nur nach ihrer Ausrottung eines bequemen und passenden Fußbekleidung, so wird man indem man die Ursachen entfernt, welche sie erzeugt haben, sich am besten von diesen schmerzhaften Auswüchsen befreyt halten.

Was wird dazu erfordert, damit die Ehe die Glückseligkeit gewähre, die ein Jeder in ihr zu finden hofft.

(Fortsetzung.)

3) Muß Gesundheit der Seele d. h. Verstand und ein guter moralischer Charakter bey der Wahl eines Gatten eben so wenig außer Acht gelassen werden. Mit einem dummen, eigensinnigen, eitlen, mit einem Menschen, welcher jeder Leidenschaft und Begierde zum Balle dient, wird man wenige vergnügte Tage durchleben. Verstand und Tugend beglücken überall, vorzüglich in der Ehe. Menschenliebe und Selbstbeherrschung sind die zwey göttlichen Gestirne, die die Tage der Freude verherrlichen und die Nächte des Kummers sanft erhellen. Wenn alle Güter der Erde schwinden und Trübsal und Elend rings um die Verehelichten sich lagern, so ist Tugend das Einzige, was ihnen Trost, Muth, Stärke und Hoffnung verleihen kann. Vor allen Dingen sehe man also ja darauf, daß man an der Hand eines guten Menschen die übrigen Tage des Lebens durchwandle. Eine gute Gabe von Menschenkenntniß wird hier sehr ersprießliche Dienste leisten. Die schlimmsten Untugenden, welche ein Mädchen bey einem Manne zu befürchten hat, sind Ausschweifungen in der Liebe, im Genusse des Weines und Neigung zur Herrschsucht, zum Zorne; Mangel an Mitleiden und Sanftmuth. Aufmerksamkeit auf die Physiognomie eines Menschen, auf die Beschaffenheit seines Körpers, auf seine Gespräche, auf seine Geschäfte, Bekanntschaften, auf sein Betragen gegen Menschen, die ihm übrigens gleichgültig sind, und selbst gegen Thiere, werden einem klugen Mädchen deutliche Fingerzeige geben, weß Geisteskind ihr Geliebter ist. Den Wollüstling verräth sein gieriger Blick, das erschöpfte Aussehen, die unbändige Neigung allen Gesprächen ein schlüpfriges Gewand umzuwerfen und die verführerischen Fallstricke, die er dem Mädchen selbst legt. Den Trinker erkennt man an dem rothen, aufgetriebenen Gesichte, an den hervorstehenden, etwas röthlichen Augen, an zu früher Fettigkeit und an der Gabe des Weins, die er vertragen kann, ehe er berauscht wird; Leute, die von einer kleinen Portion Weins schon aufgeräumt werden, sind keine Trinker von Profession. Erfährt man übrigens, daß der Bräutigam kein bestimmtes Geschäft hat, oder das erlernte nachlässig treibt, hat überdem noch liederliche Bekannte und Freunde; dann darf man nicht mehr daran zweifeln, daß der junge Herr ein Schwelger sey, und man hat Ursachen genug, die Hand aus dem Spiele zu ziehen. Herrschsucht, Neigung zum Zorne, zur Grausamkeit, wird der Liebhaber gegen die Geliebte wohl zu verbergen suchen, sie muß ihn hier in seinem Betragen gegen die übrige Welt belauschen. Ist er unempfindlich gegen die sanften Freuden der Natur, ohne Gefühl für die Leiden selbst unbekannter Menschen, hart gegen Dienstbothen und Arme, kann er ohne Ursache und Rührung, wohl gar aus Vergnügen Thiere quälen, so hat er gewiß ein sehr rohes oder böses Herz.

Die größten moralischen Fehler aber, wodurch Weiber das eheliche Leben vorzüglich verbittern, sind Koketterie,

Hoffart, Eitelkeit und Eigensinn. Unglücklich der Mann, der an der Seite einer Gattinn lebt, die nach jedem Manne äugelt, immer nur nach Schmeicheleyen dürstet, sich die erste ihres Geschlechtes dünket, auf alle übrigen Weiber mit Verachtung herabblickt und ihren Ausspruch für untrüglich hält. Diese Mängel des weiblichen Herzens liegen indessen gewöhnlich so offen, daß sie einem scharfen Männerblicke nicht entgehen können, und daß es zu ihrer Entdeckung für einen, den die Liebe nicht mit Blindheit geschlagen hat, — denn diesem nützt auch die beste nichts — keiner umständlicheren Anleitung bedarf. Diese alle sind böse Eigenschaften und an unglücklichen Folgen sehr fruchtbar, doch wäre es noch eine Frage, ob alle zusammengenommen die Ehe so qualvoll machen, als blinde Eifersucht. Diese ist eine Furie, die sich und ihren Geliebten zerfleischt, die einem Krebsgeschwüre gleicht, mit unaufhörlicher Marter immer weiter um sich frißt und zur Heilung keine Hoffnung übrig läßt. Wem das Glück seines Lebens lieb ist, der meide einen Menschen, auch wenn er die Eigenschaften eines Engels besitzt, wenn ihn blinde Eifersucht beherrscht.

4) Wenn die Geliebten alle übrigen Eigenschaften zu einer glücklichen Ehe besitzen, so werden sie doch ihr ganzes Glück mit einem Mahle zerstören, wenn sie die Thorheit begehen, diese Verbindung zu schließen, ehe für ihren Lebensunterhalt hinlänglich gesorgt ist. Diese gemeine Klugheitsregel wird noch alle Tage von verblendeten Verliebten übertreten. Sie, die noch nicht wissen, was Hungerleiden heißt, was das für ein Gefühl sey, Gatten und Kind im Elende schmachten zu sehen, glauben gewöhnlich in der Liebe Ersatz für Alles zu finden, was sie entbehren werden. Die Thoren! sie wissen nicht, daß Liebe nur ein Kind froher Gefühle, und der Fülle des Lebens ist und daß da, wo Mangel der dringendsten Lebensbedürfnisse, Kummer und Sorge zu Hause sind, Liebe unmöglich ist. Aber laßt auch die Liebe das Elend überleben, so wird sie sicher die Quelle eines zehnfach vermehrten Leidens; denn für den Liebenden ist es unsägliche Qual, den Geliebten im Elende schmachten sehen, und keinen Ausweg zur Hülfe zu finden. Also der Mann, der heirathen will, muß Weib und Kind ernähren können; nie aber soll sich der Mann vom Weibe ernähren lassen; das ist gegen die Natur, erniedrigt den Mann tief unter seine Würde und zeigt von Schwäche und Feigheit.

Neuvermählte, die alle diese Eigenschaften mit in die Ehe bringen, haben zur Erhaltung ihres Glückes weiter nichts zu thun, als — den Hochzeitstag zu verewigen. Dieses würde sich leicht thun lassen, wenn der Mann die Rolle des liebenden Jünglings, und das Weib die des zärtlichen reitzenden Mädchens, immer beybehielten.

(Der Beschluß folgt.)

Ein Blümchen auf den Aschenkrug des der Heilwissenschaft, der Menschheit, und seinen zahlreichen Freunden und Verehrern viel zu früh entrissenen würdigen Arztes, Dr. Gottfried Ubald Fechner,

vormahligen Director und Professor am k. k. Thierarzeney-Institute, Mitgliede der hiesigen medicinischen Facultät und mehrerer gelehrten Gesellschaften.

(Gestorben am 7. December 1831. in seinem 67. Lebensjahre.)

Wie selten sich die Wünsche doch erfüllen,
Die, schwache Sterbliche, wir kühn gehegt,
Wie oft uns wohl das herbste Leid verhüllen
Die nächsten Tage, fühlen wir bewegt.
„Mög' Gott! dich würd'ger Greis noch lang erhalten."
So rief dieß Blatt vor Kurzem dir noch zu *).
Ach! und schon so bald gefiel's der Vorsicht Walten
Dich heimzurufen in das Land der Ruh!
In tiefstem Schmerze sehen wir gereihet
Der Freunde, wie der Ärzte reiche Schaar,
Wer ist von ihnen wohl, der dir nicht weihet
Den Zoll verdienter Thränen, lauter, wahr!
Der Heilkunst ward entrissen eine Zierde
In dir, du hocherfahr'ner weiser Mann!
Wie sehr du stets bewahrt'st die hohe Würde
Des Menschen, wer aus uns wohl ist's, der kann
D'ran zweifeln? der dein schönes Herz erkannte,
Der sah dein rühmlich Wirken, anspruchlos;
Und so mit Recht die Kaiserstadt wohl nannte
Dich Äsculapens würd'gen Sohn, und — groß!
Ein großer Mann, ein großer Mensch entrückte,
In dir sich uns, und unser'm nassen Blick,
Der durch sein freundlich Walten hochbeglückte,
Die enger mit ihm einte das Geschick.
Nimm hin, du Edler, den der Tod entrissen
Dem Kreise, der ihn immer hoch geehrt,
Die Thränen, die aus Aller Augen fließen,
Dein Angedenken bleib' uns heilig-werth.
O Jahr! das feindlich nur Hygeen grollte,
Steig bald nun in der Zeiten Schooß hinab,
So manchen Arzt, dem Wien Bewundrung zollte,
Du öffnetest ihm schnell das tiefe Grab!
'Nen Stern, der glanzvoll strahlend uns zu blinken,
Zu leuchten wußt in seiner Größe Pracht,
Wir sahen ihn vor Kurzem erst versinken
Als er am höchsten stand, in ew'ge Nacht. **).

Und noch konnt' kaum die frische Wunde heilen,
Die du der Kunst so schmerzlich beygebracht,
Mußt' Todesmacht den zweyten auch ereilen,
An mildem Glanz, an Größ' ihm gleich, an Pracht.

Mög freundlicher das neue Jahr begrüßen
Die Jünger Hippokrat's, und den Beruf,
Dem sie sich opfernd weihen, stets versüßen,
Von ihnen wenden frühen Todesruf.

C. F. Müller.

*) Schlußworte aus meinen an den verewigten Doctor Fechner gerichteten (am 5. October in Nr. 80 der Gesundheits-Zeitung abgedruckten) Sonnette.

**) Doctor Joseph Roehrich, erzherzogl. Leib- und Hofarzt, (in Pension) welcher in den ersten Tagen der ausbrechenden Cholera-Seuche ein Opfer der Wuth derselben binnen wenigen Stunden ward.

Herausgegeben und redigirt von Anton Dominik Bastler,
Doctor der Medicin und Chirurgie, wohnhaft in der Stadt, Spiegelgasse Nr. 1095.

Gedruckt bey A. Strauß's sel. Witwe, Dorotheergasse Nr. 1108.

Populäre

Oesterreichische Gesundheits-Zeitung;

zur

Warnung für Nichtkranke und zum Troste für Leidende.

103. Wien, Samstag den 24. December 1831.

Von dieser Zeitschrift erscheinen wöchentlich zwey Nummern — Mittwochs und Samstags: und man pränumerirt für Wien in der Strauß'schen Verlagshandlung (Dorotheergasse Nr. 1108) ganzjährig mit sechs Gulden, halbjährig mit drey Gulden und vierteljährig mit einem Gulden dreyßig Kreuzer C. M. auf dieselbe. In den Provinzen nehmen alle k. k. Postämter Bestellungen an, und liefern die Blätter um den Preis von acht Gulden C. M. ganzjährig, und um vier Gulden C. M. halbjährig wöchentlich zwey Mahl portofrey. Im Auslande kann das Blatt um denselben letztgenannten Preis durch die k. k. Postämter bis zur österreichischen Gränze bezogen werden; oder durch die Tendler'sche Buchhandlung in Monathheften mit Umschlägen versehen.

Ankündigung

der Fortsetzung dieser Zeitschrift für das Jahr 1832.

Diese Zeitschrift hat nun zwey Jahre ihres Bestehens glücklich zurückgelegt und wird mit dem künftigen ersten Jänner den dritten Jahreslauf beginnen. Die Überzeugung, welche den Herausgeber bey Gründung derselben leitete, daß das wahrhaft Nützliche in unserem lieben Österreich, so wie auch im deutschen Auslande, immer gedeihet und sein Publicum findet, ist in freudige Erfüllung gegangen, und die Redaction fühlt sich verpflichtet, sowohl den Herren Mitarbeitern, darunter so vielen ausgezeichneten Ärzten, für ihre gehaltvollen Mittheilungen, als auch insbesondere dem Publicum ihren ergebensten Dank abzustatten, da es durch nachsichtsvolle Beurtheilung den Werth des Dargebothenen gleichsam erhöht, und durch die sich immer vergrößernde und weiterverbreitende Abnahme des Blattes, den Herausgeber in den Stand gesetzt hat, künftighin auch noch mehr zu leisten, als selbst bisher geschehen. Statt in einer Woche, wie versprochen wurde, einen Druckbogen in zwey Nummern zu liefern, wurden zu öfternmahlen so wie es die Umstände wünschenswerth machten, in einer Woche anderthalb Druckbogen ausgegeben. Eine schwere Zeit, die über uns lastete, und nicht vollends gewichen ist, hat uns den Werth des Lebens und der Gesundheit durch tägliche Bedrohung derselben um so mehr kennen und schätzen gelehrt. Für die Zukunft kann die Redaction versprechen daß sie mit gleichem, ja vermehrten Eifer sich wird angelegen seyn lassen, ihre Pflicht zu erfüllen; und dem Publicum durch die interessantesten und gemeinnützigsten Mittheilungen seine Theilnahme für die Zeitschrift zu vergelten, daß dieselbe auch durch die Herren Ärzte, denen Menschenwohl am Herzen liegt (wie es ihre allgemeine aufopfernde Theilnahme in dieser bedrängten Zeit practisch bewiesen), in Zukunft auf gleiche, ja noch reichlichere Weise durch Beyträge werde unterstützt werden, wagt die Redaction mit Zuversicht vorauszusetzen.

Der Ort der Ausgabe und Pränumeration für diese Zeitschrift bleibt, für Wien die Strauß'sche Verlagshandlung (Comptoir des österreichischen Beobachters, Dorotheergasse Nr. 1108). Man pränumerirt daselbst, wie bisher ganzjährig mit 6 fl. C. M., und halbjährig mit 3 fl. C. M. Da der Preis der Zeitschrift ohnedieß so äußerst gering ist, so wurde für kommendes Jahr keine vierteljährige Pränumeration bestimmt.

In den Provinzen werden, wie bisher, Bestellungen bey allen k. k. Postämtern angenommen, ganzjährig mit 8 fl. C. M. und halbjährig mit 4 fl. C. M. Auch kann man sich unmittelbar mit dem Pränumerationsbetrage an die hiesige k. k. Hofpostamts-Haupt-Zeitungsexpedition, nebst Angabe des Wohnorts, Nahmens und Charakters wenden, wo die Blätter alsogleich und pünctlich, und zwar wie bisher zweymahl in der Woche, Mittwoch und Sonnabend unter gedruckten Couverts versendet werden.

Im Wege des Buchhandels ist die Zeitschrift durch die Tendler'sche Buchhandlung zu erhalten, welche die Versendung auch fürs folgende Jahr übernommen hat. Sie wird in Monathheften mit Umschlag und Inhaltsanzeigen versehen, und zwar gegen ganzjährige Pränumeration um den oben angesetzten Preis (8 fl. C. M.) von besagter Buchhandlung ausgegeben, und in alle k. k. Provinzen, so wie in das Ausland versendet werden.

Die Redaction.

Was wird dazu erfordert, damit die Ehe die Glückseligkeit gewähre, die ein Jeder in ihr zu finden hofft.

(Beschluß.)

1) Beyde Gatten müssen in ihrem gegenseitigen Betragen immer gefällig und freundschaftlich sich bezeigen. Der Mann soll sich hüthen den zärtlichen Liebhaber in einen despotischen Herrscher zu verwandeln; indessen würde ihm beständige Stutzerschmeicheley eben sowohl seinen Werth benehmen. Nichts ist der Liebe günstiger, als eine gewisse Temperatur zwischen Freundlichkeit und männlichem Ernste. Unerwartete Gefälligkeiten, Erfüllung von fern geäußerter Wünsche, besondere Beachtung der Lieblingsneigungen des Andern, Entsagungen in Dingen, die der Andere nicht gern sieht; dieß sind lauter Gegenstände, welche angenehme Eindrücke auf eines Gatten Herz machen, und Zuneigung und Liebe erwerben, erhalten und wieder erwecken können. Da übrigens das Weib immer Weib bleibt, immer ihre weiblichen Schwächen hat, da sie in der Ehe doch immer die meisten Beschwerden durch Schwangerschaften, Geburten, Kindbetten, Kinder- und Hausorgen zu ertragen hat; da sie schon ihrer Körperbeschaffenheit nach, noch mehr aber durch diese Beschwerden für jeden Eindruck empfindlicher ist, so muß ein vernünftiger Mann die Schwache, wenn sie von Mißmuth überwältiget wird, mit Schonung behandeln, und sie durch freundschaftliche Theilnahme und Zusprache zu ermuntern suchen.

2) Müßen beyde Gatten sich befleißen, durch ein regelmäßiges, naturgemäßes Leben ihre Gesundheit, und Stärke zu befestigen, die Schönheit zu erhalten, welche sich durch Reinlichkeit und Niedlichkeit des Anzuges, so viel es nur immer die Umstände erlauben, noch sehr erhöhen läßt.

3) Ist es vorzüglich zur Erhaltung der Liebe nöthig, daß man bey gewissen, natürlichen Verrichtungen, die man sonst an abgesonderten Orten vollbringt, Anstand und Schamhaftigkeit gegen einander beobachtet.

4) Muß besonders die Gattin die Kunst verstehen, sich dem Manne immer neu zu machen.

Eine eheliche Verbindnng unter solchen Menschen und auf solche Weise gehandhabt, wird dem Menschen gewiß ein Glück gewähren, wie es nur immer auf dieser Erde möglich ist. Aber auch nur eine solche Ehe ist ein Gut, dessen bloße Hoffnung Ledige, und dessen wirklicher Besitz die Verheiratheten selbst von Ausschweifung und Unordnung auf's kräftigste zurückzuhalten vermag.

Über die moralische Erziehung der Kinder.

Die moralische Erziehung hat einen so wichtigen Einfluß auf das Leben und die Gesundheit des Kindes, daß es sich der Mühe wohl lohnt, hier einige Worte darüber zu sprechen. — Die Erziehung hängt lediglich von der Leitung und dem Beyspiele der Ältern ab, denn das Herz eines Kindes ist wie weiches Wachs, welches alle Eindrücke annimmt, und seine Neigungen richten sich stets nach den ihm zunächst stehenden Vorbilde. Ist dieses letztere gut, so legt es auch den Grund zu einer guten Bildung des Herzens. Wie sehr ist es demnach Pflicht der Ältern, ein möglichst vollkommenes Muster für ihre Kinder zu werden. Ein liebevoller Umgang mit den Kleinen, der auch zu ihren Spielen sich herabläßt, wird sorgfältige Ältern die Neigungen ihrer Kinder leicht entdecken und beobachten lassen. Sanftmüthige Behandlung (die gerade nicht in Schwachheit ausarten muß) wird ihnen die Herzen der Kinder gewinnen, und letztere zutraulich, offen und geneigt machen, da hingegen barsches, auffahrendes Benehmen das Gegentheil hervorbringt. Wie manche Ältern klagen über das verschloßene, mißtrauische, scheue und hinterlistige Wesen ihrer Kinder — und bedenken dabey nicht, daß sie selbst die Keime dazu schon frühe durch Zorn oder andere leidenschaftliche Ausbrüche, die sie sich gegen die Kinder erlaubten — gelegt haben.

Freylich ist es nie möglich, böse Beyspiele gänzlich aus dem Gesichtskreise der Kinder zu entfernen, — nie ist es ganz zu vermeiden, daß sie im Umgange mit andern bösen Kindern oder auch mit ungesitteten Erwachsenen, das Fehlerhafte derselben nachahmen; — (und welches Kind thut dieß bey dem angebornen Hange zum Nachahmen des Bösen nicht gerne) hier muß alsdann die ganze Sorgfalt der Ältern darauf gerichtet sein, den Kindern, wenn sie sich allein mit ihnen unterhalten, die Abscheulichkeit des Bösen und seine Folgen durch Beyspiele in Erzählungen zu zeigen. Der eigene Wandel kann immer das meiste Gute bewirken. —

Munterkeit und heiterer Sinn sind die schönen Gaben, welche der liebende Schöpfer in ihrem ganzen Umfange vorzüglich dem kindlichen Alter zum Geschenke gegeben hat. Stört ihr Ältern, daher nie die harmlosen Freuden der Kleinen, am wenigsten durch rauhes Dazwischentreten in ihre Spiele. Werdet selbst wieder Kinder, und spielet mit den Kleinen, so kömmt ihr spielend schon auf ihren Geist und seine Ausbildung wirken. Macht ihre Ergötzlichkeiten zu nützlichen Übungen ihres Geistes, und verhüthet nur dabey, daß sie nicht in Wildfänge ausarten, so erleichtert ihr euch für die Folge selbst das Geschäft der Erziehung.

Was den Unterricht betrifft, so ist auch hiebey auf Körper und Geist zugleich Rücksicht zu nehmen. Es nützt durchaus nichts, Kinder frühe reif machen zu wollen, es geht solchen Kindern, wie den mühsam hervorgetriebenen Treibhauspflanzen; sie welken dann so schnell dahin, als sie sich entwickelt haben. Die Cultur des Geistes muß immer gleichen Schritt mit der des Körpers halten, und vernünftige Ältern werden gewiß durchaus kein Vergnügen daran finden, in ihren Kleinen — am Körper verschrumpfte und siechte Duodezgelehrte, statt munterer, kräftiger, und natürlich verständiger Kinder zu besitzen.

Öffentliche Schulen haben einen entschiedenen Vorzug vor dem Privatunterrichte, weil bekanntlich die Kinder in Gesellschaft anderer nicht nur lebhafter sind, sondern auch durch fremdes Beyspiel zum Lernen mehr angefeuert werden, als durch Ermahnungen. Der gegenwärtigen Schulmethode, zumahl in unserem Vaterlande, können wir jetzt

auch das vollkommene Vertrauen schenken, daß dabey eben so sehr das körperliche als geistige Wohl der Kinder genau berücksichtiget wird.

Eines aber ist hiebey noch zu bemerken worin Viele fehlen, nähmlich daß es sehr schädlich ist, Kindern gleich nach Tische Unterricht geben zu lassen, indem hiedurch die Verdauung gestört wird, und überhaupt auch der Geist zu dieser Zeit gerade nicht in der vortheilhaftesten Stimmung etwas zu lernen, sich befindet. —

Ein Gegenstand von bedeutender Wichtigkeit bey der Erziehung, sind auch die Leidenschaften. Sie wirken immer nachtheilig auf die Gesundheit ein; vernünftige Ältern werden daher ihre ganze Sorgfalt darauf verwenden, dieselben bey ihren Kindern im Keime zu ersticken, besonders den Zorn, der selbst bey Kleinen schon eine bedeutende Rolle spielt, aber auch sehr nachtheilig wirkt. — Hieran schließt sich auch das wichtige Kapitel von der Furcht, die noch heut zu Tage den Kindern von alten Wärterinnen oder andern unverständigen Personen durch Erzählung von Gespenstergeschichten oder andern grausenerregenden Historien, so eingeprägt wird, daß sie oft nur schwer wieder zu verbannen ist.

Es läßt eine solche Furcht oft für die ganze Lebenszeit an Geist und Körper gleich traurige Folgen zurück; denn wer als Kind in beständiger Furcht gelebt hat, wird auch im spätern Alter immer zaghaft bleiben und oft vor Dingen erschrecken, worüber Andere lachend hinweggehen. Allein nicht nur die oben genannten Umstände sind Ursachen einer solchen Furchtsamkeit; häufig ist sie auch Folge von unvorsichtigen Drohungen und Strafen aus früherer Zeit. Die Gelegenheit, unvernünftige Dinge der Art anzuhören, den Kindern bey Zeiten abgeschnitten! und sollte dieß nicht ganz vermieden werden können, dieselben von der Lächerlichkeit solcher Mährchen überzeugt! endlich aber bei der ersten Gelegenheit selbst Muth und Entschlossenheit bewiesen und die Kinder nicht mit albernen Drohungen oder harten Strafen geschreckt! — Dieß sind die Hauptregeln gegen die Furcht.

Ein recht erfreulicher Zug im Charakter wohlerzogener Kinder ist das Mitleid und die Theilnahme für fremdes Unglück, — allein es kann auch dieses in weinerliche unzeitige Empfindeley ausarten, wenn dieß Gefühl nicht gehörig geleitet wird. Hiezu ist nun geschickten Ältern Folgendes zu empfehlen: Man vermeide bey eigenen kleinen Widerwärtigkeiten der Kinder, sie durch weinerliches Mitleid hierüber zu Thränen zu bringen; sie lernen sonst nur sich selbst bejammern, ohne dadurch zum ächten Mitleid zu gelangen. Um sie bey eigenen und fremden Unglücksfällen in der Folge unerschrocken und standhaft bleiben zu lehren, kann man größeren Kindern von Unglücksfällen erzählen, ihnen wohl auch elende Menschen zeigen, sie zu Sterbenden führen; — jedoch immer auf eine Weise, die sie zugleich zum Mitleid, aber auch zur Herzhaftigkeit anregt.

Schließlich noch ein Wort über einen Fehler bey der Erziehung, welcher keinen geringen Einfluß auf das Wohlseyn eines Kindes äußern kann. Es besteht dieser Fehler nähmlich darin, daß manche Ältern oder Lehrer die Unvorsichtigkeit begehen, einem Kinde in Gegenwart seiner Geschwister oder Mitschüler auffallend mehr Liebe und Zuneigung zu erweisen, als den andern. Bey vielen Kindern entstand hieraus schon Eifersucht, die, wenn sie nicht glücklicherweise bey Zeiten getilgt wurde, verzehrenden Gram und selbst den Tod verursacht hat. Dieß allen Ältern und Lehrern zur Warnung!

Einige Worte bey der Abnahme der epidemisch herrschenden Krankheit in Bezug auf die zu erwählende Lebensweise.

Der Würgengel, die epidemisch-herrschende Brechruhr, der sich aus allen Classen von Menschen, so viele Todtenopfer erwählte, der Furcht und Schrecken, Angst und tiefe Trauer weitumher verbreitend, weder des Greises mit dem schneeigten Haupte noch des Jünglings in der Blüthe des Lebens schonte, beginnt seinen Rückzug zu bewerkstelligen aus dem Weichbilde meiner Vaterstadt; es dürften daher einige Worte über die jetzt zu befolgende Lebensnorm nicht klanglos verhallen.

Eine regelmäßige Lebensweise, das einzige Vorbeugungsmittel, das sichere Schild für uns, damit wir nicht aufs neue von einem tückischen Feinde, der heimlich uns umschleicht, angegriffen werden, und dann Waffen beraubt ihm unterliegen, besteht in folgenden Puncten:

a) Man ändere seine seit Jahren erwählte Lebensweise durchaus nicht, wenn sie unserem Alter, Geschlecht, Leibesbeschaffenheit, Temperamente und Beschäftigung angemessen war; jede ängstliche Änderung bringt eine Störung in unserer geistigen und körperlichen Gesundheit hervor, und diese zieht früher oder später Krankheit nach sich. —

b) Es trachte ein Jeder, der seine schwache physische Seite kennen lernte, unter den gegenwärtig herrschenden epidemischen Einflüssen einer leicht entstehenden Verschlimmerung zu begegnen. Die meisten Menschen, besonders in Hauptstädten, haben eine schlechte Verdauung, wozu die zweckwidrige Wahl der Speisen, der unregelmäßige Schlaf, die sitzende Lebensart, und besonders das feindliche Heer der Leidenschaften viel beytragen; da aber in der Brechruhr die Verdauungsorgane ganz vorzüglich ergriffen werden, so trachte man durch eine geregelte Diät alle Beschwerden und Übel, die aus dieser Quelle entspringen, so viel als möglich ferne zu halten. Was man in dieser Hinsicht zu meiden und was man zu thun habe, ist aus vielen Flugschriften und zweckmäßigen Ermahnungen dem Publicum bekannt; eine Wiederhohlung wäre hier nicht am rechten Orte. —

c) Wer seit Jahren Wein getrunken hat, der spiele jetzt keinen Bekehrten, er trinke seinen Wein mit Maß und Ziel fort, und wer keinen getrunken, der trinke ihn jetzt mit Wasser vermengt; diese Mischung trägt zur Stärkung der Verdauungsorgane sehr viel bey.

d) Der Schlaf ist ein nothwendiges Bedürfniß für den Menschen; Nachtgelagen und Schmausereyen sind also

unter den gegenwärtigen Zeitumständen gewiß schädlich, da sie den Schlaf uns rauben, und uns noch vielen anderen Schädlichkeiten preis geben, die uns zu Krankheiten disponiren. Der Mensch kann vielleicht Speise und Trank oder Gemächlichkeiten jeder Art entbehren, — den Schlaf aber nicht. Man genieße also 6 bis 7 Stunden den wohlthätigen Schlaf unter zweckmäßigen Umständen, in einem von jedem Geräusche entfernten, mäßig erwärmten, von reiner Luft durchwehten Schlafgemache; auf einer einfachen Liegerstatt, unter einer zuträglichen Bedeckung und Nachtbekleidung.

e) Nach der süß gepflogenen Ruhe des Schlafes soll der Mensch der Bewegung nicht vergessen. Gegenwärtig sind die Stunden von 11 bis 4 Uhr die geeignetsten, da ist die Luft am reinsten und mildesten. Täglich Bewegung zu machen, soll man ja nicht vernachlässigen; besteht doch das ganze Leben des Menschen in einer steten Bewegung, ein Kommen und ein Gehen; eben so ist es in der organischen Welt. Das oberste Grundgesetz alles Lebens ist die Bewegung, und wie die Erfahrung uns belehrt, das wirksamste Mittel unsere Gesundheit zu erhalten. —

f) Die strengere Jahreszeit fordert eine zweckmäßige Bekleidung des ganzen Körpers, und ganz vorzüglich der Füße und des Unterleibes. Erkältung erzeugt die meisten zu dieser Zeit herrschenden Krankheiten, sie ist auch eine ergiebige Quelle aus der das epidemische Übel entsprang.

g) Was der Schlaf und die Bewegung für den Körper, das sind die Leidenschaften für das Gemüth und für den Geist der Menschen. Die Furcht, diese Würgerinn zur Zeit epidemisch-herrschender Leidenschaften, soll man durch Religion aus seinem Gemüthe verbannen; sie hat leider so viele Opfer dahingerafft, die sonst ihre vernünftige Lebensweise gesichert hätte. Die Krankheitsfälle, die aus Furcht entstanden, bothen jedem ärztlichen Eingreifen kühnen Trotz. Denn diese Leidenschaft ergreift die edelsten Systeme des menschlichen Körpers, wie das Nerven- und Blutgefäßsystem sind, und alle Thätigkeiten und Verrichtungen die diese leiten, werden durch sie gelähmt. Wir sollen uns also vielmehr dem freudigem Gefühle der Hoffnung hingeben, denn sie ist die Tröterinn des armen Menschengeschlechtes; wo sie wandelt, da netzen das Auge keine Thränen, nirgends ist das Leben des Menschen sicherer, als im Arme der Hoffnung. Mit diesem Gefühle ende ich diese Skizze, der ich noch die Betrachtung anreihe, die unerforschten Geheimnisse, sich vor der epidemisch-herschenden Krankheit zu sichern, begründen nicht Tincturen und Balsame, sondern eine aus moralisch-diätetischen Grundsätzen hergeleitete Lebensweise.

Brünn am 9. December 1831.

Dr. L. Fleckles.
wirkliches Mitglied der medic. Facultät in Wien
k. k. Polizeybezirksarzt in Brünn während der Choleraepidemie.

Miscellen.

Heilsame Wirkung des Lachens. Ein berühmter Arzt behauptet, unter zehn Kranken könne man gewiß bey neun die Ursache ihrer Krankheit der Verminderung des Lachens zuschreiben. Wenn die Natur den Menschen vor andern Geschöpfen viele Krankheiten gab, so schenkte sie ihm auch zugleich das Lachen als ein kräftiges Heilmittel dagegen. Menschen, die daher Andere leicht zum Lachen bringen, sind geborne Ärzte, und die Familien, in welchen sie ihre Praxis treiben, sind selten genöthigt, noch einen andern Arzt zu Hülfe zu rufen, weil sie alle Anfälle von Krankheiten hinweglachen, ehe sie noch da sind. Sollte man nicht auch den furchtbaren Feind hinweglachen können, der jetzt so gewaltig droht und eine so schreckliche Herrschaft ausübt? Man erzähle sich lustige Geschichten, lese lachenerregende Lustspiele, und halte sich an Personen, welche dem Leben eine heitere komische Seite abzugewinnen wissen.

L. M. Z.

Eine Warnung. Der Zorn entstellt das Gesicht des Menschen, daher sollte sich vorzüglich das schöne Geschlecht davor hüthen; denn der berühmte (Arzt) Tisot bemerkt, daß die feine zarte Haut des weiblichen Geschlechtes besonders der Gefahr ausgesetzt sey, durch den heftigen Zorn entstellt zu werden. Folgen und Zeichen der Zornsucht sind rothe, braune und schwarze Flecken im Gesichte, ein boshafter Zug um den Mund, Falten an der Stirn u. s. w.

L. M. Z.

Der Consul der vereinigten Staaten zu Juan Baptista Tabasco (in Guatemala) Heinrich Perrin, hat unlängst dem Doctor Samuel Mitchell zu Neu-York eine Büchse von vejuco del guaco, einer Pflanze, welche in dasigen Gegenden wegen ihrer Heilkraft gegen Schlangenbisse berühmt ist, übersandt. Die Eingebornen und Schwarzen von Santa Fé bedienen sich derselben schon seit langer Zeit mit dem besten Erfolge. Sie thut nicht allein augenblicklich der Vergiftung Einhalt, sondern dient auch als Verwahrungsmittel dagegen. Die Eingebornen, welche ihre Heilkraft kennen, tragen sie gewöhnlich bey sich, und können dann die gefährlichsten Schlangen unbeschädigt in der Hand halten. Don Pedro Oribo-y-Vargar, der die Eigenschaft dieser Pflanze zuerst im Spanischen Mercur bekannt machte, sah einen Schwarzen eines dieser gefährlichen Thiere in den Händen umhertragen, ohne sich im Geringsten damit Schaden zu thun. Man nennt die Pflanze vejo del guaco, von dem Nahmen eines Raubvogels der sich vorzüglich von Schlangen nährt, und dessen Geschrey mit dem Worte guaco Ähnlichkeit hat.

B. a. d. G.

Herausgegeben und redigirt von Anton Dominik Bastler,
Doctor der Medicin und Chirurgie, wohnhaft in der Stadt, Spiegelgasse Nr. 1095.

Gedruckt bey A. Strauß's sel. Witwe, Dorotheergasse Nr. 1108.

Populäre

Oesterreichische Gesundheits-Zeitung;

zur

Warnung für Nichtkranke und zum Troste für Leidende.

104. Wien, Mittwoch den 28. December 1831.

Von dieser Zeitschrift erscheinen wöchentlich zwey Nummern — Mittwochs und Samstags; und man pränumerirt für Wien in der Strauß'schen Verlagshandlung (Dorotheergasse Nr. 1108) ganzjährig mit sechs Gulden, halbjährig mit drey Gulden und vierteljährig mit einem Gulden dreyßig Kreuzer C. M. auf dieselbe. In den Provinzen nehmen alle k. k. Postämter Bestellungen an, und liefern die Blätter um den Preis von acht Gulden C. M. ganzjährig, und um vier Gulden C. M. halbjährig wöchentlich zwey Mahl portofrey. Im Auslande kann das Blatt um denselben letztgenannten Preis durch die k. k. Postämter bis zur österreichischen Gränze bezogen werden; oder durch die Tendler'sche Buchhandlung in Monathheften mit Umschlägen versehen.

Über die Wichtigkeit einer guten physischen Erziehung.

Von Raphael F. Hussian.

„Es nagt der Wurm des Frühlings Kinder an,
Zu oft, noch eh' die Knospe sich erschließt,
Und in der Früh bey frischem Thau der Jugend
Ist gift'ger Anhauch am gefährlichsten."

Shakespeare.

Welch unendlich wichtigen Einfluß eine naturgemäße physische Erziehung auf das Wohl einzelner Menschen und ganzer Staaten äußere, davon waren schon die gelehrtesten Männer des grauesten Alterthums überzeugt. Darin lag auch der Grund, warum die Spartaner ihre Neugebornen in die Fluthen des Eurotas tauchten, ein weiser Lykurg alle verunstalteten Kinder in die Mordgrube Apothetes am Berge Taigetus zu stürzen befahl, eine Semiramis ihr furchtbares Gesetz schonungslos vollstrecken ließ, und bey den Juden die Beschneidung sowohl als die Salzbeitze ihrer Neugebornen eingeführt wurde. —

Bedenkt man, daß auf dem ungetrübten Gesundheitszustande des einzelnen Menschen das Wohl und das heitere Lebensglück seiner spätesten Nachkommenschaft beruhe, daß sich durch ihn athletische Kraft, wie die unbehülfliche Schwäche, das Kolossale wie das Pigmäenartige, vorzügliche körperliche Eigenschaften wie die größten Mängel und fürchterlichsten Krankheiten in unendlichen Reihen forterben; daß mit der Reinheit und Vervollkommnung physischer Kraft auch die höhere Ausbildung der geistigen Fähigkeiten in unmittelbarer Verbindung stehe, und endlich die blühendere Flor wie die innere Festigkeit eines Staates von der organischen Thatkraft seiner Bürger abhänge, und mit Abnahme derselben bey zunehmendem Hange zur Üppigkeit und geiler Verweichlichung, selbst die mächtigsten Reiche ihrem Verfalle entgegeneilen: dann tritt gewiß die unendliche Wichtigkeit einer naturgemäßen physischen Cultur, im hellsten Glanze und ihrer erhabensten Würde hervor. Die weltbeherrschende Roma, und das gefeyerte Griechenland, geben uns in ihrem verhängnißvollen Untergange ein belehrendes Beyspiel, wie verderblich vernachlässigte physische Erziehung, selbst auf die größten Staaten wirke, und wie schon der erste Schritt eines Volkes zur Üppigkeit und Supercultur die vorzüglichste Ursache ist, dessen Macht und inneres Wohl in seinen Grundpfeilern zu erschüttern.

Je weiter sich der Mensch vom naturgemäßen Zustande von jener einfachen thätigen Lebensweise und strengen Sittlichkeit entfernt, je mehr er sich in Hinsicht seiner Sitten, Gebräuche, Nahrung, Kleidung, Wohnung u. dgl. einer weichlichen Überfeinerung nähert, und sein bewegliches Gemüth schalen Vorurtheilen und verderblichen Mißbräuchen öffnet, desto mehr verliert auch die physische Erziehung an ihrer natürlichen Einfachheit, und sinkt mit steigender Ausartung ganzer Nationen so tief, daß sie am Ende nur als das tändelnde Spielwerk ihrer wechselnden Launen, Neigungen und bizarrsten Modethorheiten erscheint. — Je wichtiger aber eben dieser Zweig der menschlichen Cultur, um so mehr fühlt sich der edle Menschenfreund, zumahl der aufmerksame Arzt, dem sich ganz besonders zur Erforschung und umsichtsvoller Beobachtung dieses Gegenstandes die ausgebreitetste Gelegenheit darbiethet, in seinem Innersten erschüttert, wenn

er täglich Zeuge seyn muß, wie die verblendete Menschheit in Folge übelverstandener Verfeinerung, ihrem physischen Verfalle mit Riesenschritten entgegeneilt. —

Die empörenden Irrthümer, welche in der Erziehungsweise der Kinder, von der Wiege bis in das reife Jünglingsalter, so wie in dem Verhalten der Schwangeren, Gebärenden und Wöchnerinnen herrschten, die schrecklichen Vergehungen, die man sich gegen die geheiligten Satzungen der gütigen Natur erlaubte, und endlich die unzähligen Opfer, die nur zu oft die grausame Beute des schmerzvollsten Todes wurden, bewogen manchen menschenfreundlichen Arzt, dessen verdienstvolles Andenken noch die späteste Nachwelt dankbar segnen wird, die bethörte Menschheit von ihren gefährlichen Wegen liebreich zurückzuführen, und durch überzeugende Belehrung vor gewissem Verderben väterlich zu warnen. Dessenungeachtet waren sie nicht im Stande, alle Mängel zu beseitigen, alle Nachtheile zu heben, und das schwere Joch gefährlicher Vorurtheile, das entehrend auf dem gebeugten Nacken der leichtgläubigen Menschheit ruht, völlig zu entfernen. — Wenn wir die intellectuelle Ausbildung unseres Zeitalters, besonders unter gewissen Verhältnissen mit der physischen Erziehung des jungen Menschen, dem Verhalten der Schwangeren, Gebärenden und Wöchnerinnen vergleichend gegen einander halten, dann ergreift uns wirklich die höchste Verwunderung, daß noch so viele alberne Irrthümer herrschen, die, abgesehen davon, daß sie unvernünftig und läppisch, leider! nur zu oft für Mutter und Kind nachtheilig und verderblich sind. Das Unkluge und Alberne, das Schädliche und Gefahrvolle aller dieser verhängnißvollen Mißbräuche, obschon es in den meisten Fällen offen und deutlich genug am Tage liegt, und die vielen Tausenden der bedaurungswürdigsten Schlachtopfer, deren Grabeshügel als sprechende Zeugen der sträflichen Verirrungen der bethörten Menschheit sich darstellen, vermochten dennoch keineswegs, das auf dem weiten Felde der physischen Cultur noch üppig emporsprossende Unkraut gänzlich auszurotten.

Meine mehrjährige Stellung als Geburtshelfer in Österreichs weiter Kaiserstadt verschafft mir beynahe täglich die traurige Überzeugung, wie leider! noch in gegenwärtiger Zeit, selbst unter gebildeten Ständen, die schädlichsten Mißbräuche und thörichtesten Irrthümer, diese gefährlichen Unwesen, fortbestehen, und Tausende einem frühzeitigen Tode entgegenführen. — Innig durchdrungen von den peinigenden Leiden, denen eine ungeheure Zahl der jungen Erdenbürger und viele unglückliche Mütter unterliegen, faßte ich den wohlgemeinten Entschluß, meinen Mitmenschen eine, auf naturgemäße Grundsätze gestützte Anweisung zur physischen Pflege mitzutheilen.

Möchte doch einmahl ein aufrichtig mahnendes Wort an das Herz deutscher Frauen dringen, deren Altvordern als Teut's erhabene Töchter einst dem leisen Blattgelispel der in tausendjährigen heiligen Eichenstämmen wohnenden Dryaden begeistert horchten! Möchten besonders edle Frauen der höheren Stände, deren geläuterter Verstand das Unlautere und Schädliche altherkömmlicher und fortgeerbter Mißbräuche vollkommen zu durchblicken im Stande ist, mit ihrem erhabenen Beyspiele ermunternd vorleuchten, damit die untere Menschenclasse, die sich wegen düsterer Befangenheit des Geistes nicht leicht über das Gemeine und Alltägliche zu erheben vermag, thatsächlich von dem segensreichen Einflusse vernünftiger, naturgemäßer Grundsätze überführt, die schimpflichen Fesseln tiefgewurzelter Vorurtheile abschüttle.

In das theilnehmende Herz zärtlicher Ältern möge jedoch ganz vorzüglich manch wohlgemeintes Wort sich senken, um jene heiligen Gefühle zärtlicher Liebe, die leider nur zu oft in übelverstandenem Eifer, dem Kinde verderblich, bisweilen durch die eitelsten Thorheiten schaler Supercultur in ihrem Keime erstickt werden, zur reinsten Flamme, die nur unter heh'rer Leitung der Vernunft beglückend wirkt, anzufachen. Könnte man zärtlich liebende Mütter hinführen an das öde Krankenlager, wo eine langsam dahinschmachtende Mutter unter marternden Schmerzen ihr leichtgläubiges Vergehen büßt, hinführen an die einsame Grabstätte manch unglücklichen Opfers, dem nur eitler Wahn und ekler Aberglaube die düstere Cypressenkrone wand; ja könnte man alle krüppelhaften Gestalten, die durch fehlerhafte physische Erziehung, schon in ihrer zartesten Kindheit um den frohen Genuß ihrer künftigen Lebenszeit betrogen, in reiferen Jahren dem Andenken ihrer modernen Erzieher fluchen, vor dem thränenfeuchten Blicke bethörter Ältern vorüberwandeln lassen; o gewiß, es müßte dann das frostige Gemüth unnennbare Wehmuth ergreifen, und der unerschütterliche Vorsatz, alles Mögliche zu leisten um das kräftige Wohl und frohe Lebensglück ihrer heiß geliebten Kinder, durch vernünftige physische Cultur, so viel möglich zu befördern, in ihrer bewegten Seele bleibende Wurzel schlagen.

Mögen diese wenigen Worte nur erst den leisesten Anklang zu diesem erhabenen Streben in den zärtlich liebenden Herzen mancher Ältern, manch besorgten Erziehers bewirken, und der segensreiche Same der hier geschilderten physischen Erziehung, wenn auch erst in späterer Zeit, als kostbare Frucht, zu völliger Reife gelangen, dann findet sich der Verfasser hundertfältig belohnt.

Einige Worte über den Grund des Wechsels der Heilmethoden, und über die Nachtheile der Quacksalberey.

Schon oft wurde die Bemerkung ausgesprochen, daß die Ärzte von Zeit zu Zeit, bald auf dieses, bald auf jenes Heilmittel, Heilverfahren oder Verhalten vorzugsweise ein besonderes jedoch vorübergehendes Vertrauen setzen, und so gleichsam die Heilmittel einem ähnlichen Wechsel der Mode unterwürfen, als er bey den Kleidungsstücken Statt findet. Die Bemerkung ist nicht ganz ungegründet, gereicht aber keineswegs den Ärzten unbedingt zum Vorwurfe. Der Arzt freylich, welcher sich leicht jeder neugepriesenen Heilmethode für Fälle hingibt, die zu Tausenden durch das frühere Heilverfahren schnell, sicher und gründlich gehoben wurden, be-

weist zum mindesten seine Unsicherheit in der Kunst. Denn wie würde er sich sonst — von dem redlichen Willen zu nützen, zu helfen — doch gewiß beseelt, auf Mittel verlassen wollen, welche noch wenige oder gar keine Erfahrungen für sich haben, und nicht lieber von solchen Gebrauch machen, die sich ihm und unzähligen anderen Ärzten bewährten? Wenn aber der Practiker, geleitet von Vorstellungsarten, zu welchen folgerichtiges Nachsinnen, genaues Abwägen der Wahrscheinlichkeitsgründe, mit einem Worte wissenschaftliche Bestrebungen führten, oder belehrt von dem Besseren, durch wiederhohlte treue Beobachtungen und Erfahrungen Anderer, die neuere Methode, das neuere Mittel in den möglichst gleichen Fällen behuthsam in Anwendung bringt, ja sich nach und nach durch mehrfache eigene Erfahrungen von den Vortheilen derselben überzeugend, sein früheres Verfahren verläßt und sich des Fortschrittes in seiner Kunst, der zweckmäßigeren Heilmethode erfreuend, dem Neuen und Besseren sich ganz hingibt, wer wollte ihm das zum Vorwurfe machen? Es sind wesentliche Fortschritte der Arzneywissenschaft, die nur auf das Verfahren des Unwissenderen keinen Einfluß haben können. —

Dazu ist dem Layen meist auch fremd, daß in der organischen Stimmung, in der Empfänglichkeit für Einflüsse von Zeit zu Zeit gar merkwürdige Veränderungen vorgehen, und der herrschende Krankheitscharakter wahrscheinlich durch Witterungsbeschaffenheit dermaßen auf längere Zeit eine bestimmte Richtung erhält, daß dann dieselben Krankheitsformen oft durch ganz verschiedenartige und andere Mittel, als durch jene bekämpft werden müssen, welche sich vor einer Reihe von Jahren, vor dieser eigenthümlichen Stimmung, in der kranken Natur heilsam erwiesen.

Endlich muß es der Laye doch auch verzeihlich finden, wenn er beym Arzte für manche Mittel, manche Behandlungsarten dann und wann eine gewisse Vorliebe entstehen sieht; eine solche entspringt ja gewöhnlich aus glücklichen Erfahrungen, und wie will er den Arzt strafen, der ja doch immer nur von Ähnlichkeit der Erscheinungen und anderen wissenschaftlichen Gründen zur Anwendung seines vielfältig erprobten Lieblingsmittels bestimmt wird, da er sich und andere Layen nur beobachten darf, um zu bemerken, wie gar gern sie selbst in gleiche Fehler verfallen, und doch der haltbaren Gründe oft so gänzlich ermangeln? Wir berühren hiermit einen Punct, der von der größten Wichtigkeit ist, und den wir nothwendig etwas ausführlicher beleuchten müssen. Wie? ist denn nicht Jeder leicht geneigt, das Pflaster, die Salbe, welche in einem bestimmten Falle Dienste thaten, sogleich für die verschiedenartigsten Schäden anzurathen? das Mittel, welchem er seine Genesung verdanken zu müssen glaubt, auch hundert anderen Leiden angemessen zu finden? Ach! nur zu sehr hat sich da der Nichtarzt zu bewahren, daß er nicht den Beweggrund (Wunsch, Andern durch seinen Rath zu nützen) für einen Beweisgrund (für die Zweckmäßigkeit des Mittels) nehme. Wahrhaftig, der Nichtarzt sollte, wenn er nur die große Schwierigkeit, die Krankheiten zu unterscheiden, die unerläßliche Einsicht in die Verschiedenheit der Leibesbeschaffenheiten und der herrschenden Constitution, in die Ursachen, und das Wesen einer Krankheit, erwägen möchte, sich niemahls einfallen lassen, auch das anscheinend unschuldigste äußere oder innere Heilmittel bey irgend einem Krankheitsstande zu empfehlen, und wenn dieser seiner Einsicht nach, die genaueste Ähnlichkeit mit jenem zu haben scheint, in welchem der Gebrauch dieses Mittels den glänzendsten Erfolg hatte. In dieser Hinsicht ist aber von jeher viel gefehlt worden, ja wird noch täglich gefehlt, und um so mehr, je unbedingter solche Unberufene ihr liebgewonnenes Mittel zu empfehlen wagen, je einfacher und je leichter erreichbar dasselbe ist, je verdächtiger der Rath der Ärzte bey solchen Empfehlungen gemacht wird, und recht oft auch, in je abhängigeren Verhältnissen der Leidende zu seinem Rathgeber steht. So wenig der Einfluß letzterer Art einleuchten mag, so ist er doch in der That begründet. Oder hören nicht etwa ausübende Ärzte sogar häufig den Gebrauch eines zweckwidrigen und schädlichen Mittels damit entschuldigen, daß der hochwohlgeborne Vorgesetzte, die gnädige Frau, der Prinzipal, der Meister oder Dienstherr ꝛc. es angerathen habe, weßhalb man zu der Anwendung desselben genöthigt gewesen sey. —

Man sollte doch ja nicht vergessen, daß, wenn nun auch wirklich einmahl ein von einem Layen empfohlenes Mittel, ja selbst dann noch Nutzen bringt, wo frühere andere ärztliche Bemühungen fruchtlos waren, es dafür in anderer Beziehung unübersehbaren Schaden stiften wird und muß. Denn wird ein solches Mittel, eben weil es von einem Nichtarzte zum Gebrauche empfohlen wurde, nicht bey weitem leichter als ein unbedenklich anzuwendendes Hausmittel hier und da Eingang finden? Kann und wird es nicht in unzähligen Fällen, zur Unzeit angewendet, schädlich werden? kann denn der einmahlige Vortheil das Gewissen vor Vorwürfen über den vielfachen Schaden sicher stellen? Möge daher menschenfreundliche Theilnahme den Nichtarzt in noch so große Versuchung bringen, bey dem Leiden Anderer etwas anzurathen, was ihm in einem ähnlichen Falle nützlich zu seyn geschienen hat, möge das Übel auch noch so unbedeutend, das Mittel auch noch so einfach seyn, er setzt seine Gewissensruhe eben so leichtfertig ans Spiel, als ein Arzt, welcher aus was immer für einem Motiv, Schriften verfaßt, die den Layen glauben machen können, oder doch sollen, daß er in einem vorkommenden Falle sein eigener Arzt zu seyn vermöge. Treten nun vollends Nichtärzte auf, und empfehlen ihr liebgewonnenes Mittel oder Heilverfahren dem großen Publicum, und suchen den Gebrauch desselben, durch Mittheilung von Krankheits- und Heilungsgeschichten (denn den Sachkundigen wirklich überzeugende Erfahrungen sind es doch nicht) allgemein zu machen, dann muß man eine solche Verirrung zum mindesten beklagen, Blättern wie diesen muß es aber Sache der Pflicht seyn, die geehrten Leser wenigstens dadurch von Nachtheilen zu bewahren, daß sie dieselben von dem Gefährlichen einer unbedingten Anwendung solcher Mittel zu überzeugen versuchen.

Der Reißbau in Amerika.

Während meines Aufenthaltes in Amerika, erzählt ein englischer Reisender, hatte ich Gelegenheit, in das Geheimniß des Reißbaues in Carolina eingeweiht zu werden. Er wird reihenweise in Furchen gesäet, welche allein durch Sclaven gemacht worden sind. Diese Furchen liegen ungefähr 17 Zoll aus einander. Der Reiß wird mit den Händen hineingelegt, vornehmlich durch Frauen, nie ausgestreut, sondern immer so geworfen, daß er in einer Reihe fällt. Dieß geschieht ungefähr in der Mitte des März. Durch Wasserschützen, welche man aufzieht, läßt man nun das Wasser über die Felder hinfließen, und 5 Tage, ungefähr einige Zolle hoch, darauf stehen. Dann wird das Wasser wieder abgelassen, so daß die Erde wieder trocken wird, bis der Reiß 4 Blätter (3—4 Zoll) groß ist, wozu ungefähr ein Monath Zeit erforderlich ist, worauf die Felder von Neuem überschwemmt werden, und beynahe 14 Tage unter Wasser bleiben, wodurch das Unkraut ersäuft werden soll. Dieß währt ungefähr bis zum 17. May und die Felder können nun bis 15. July trocken liegen. In dieser Zeit wird der Reiß fleißig behackt und gejätet, bis das Wasser zum 3. und letzten Mahle darauf gelassen wird, um den Reiß zur Reife zu bringen, und er reift wirklich, während er im Wasser steht. Die Ernte beginnt gegen das Ende des Augusts und dauert in den October hinein. Er wird von männlichen Sclaven mit einer Sichel abgeschnitten, worauf ihn die Sclavinnen in Garben binden.

Nach der Beschreibung, welche mir gemacht worden, ist der Reißbau die ungesundeste Beschäftiguug, zu der die Sclaven gebraucht werden, und sie sollen ihr häufig unterliegen. Die Ursache dieser unglaublichen Sterblichkeit sind die beständige Feuchtigkeit des Bodens, die Hitze der Atmosphäre, und das abwechselnde Naß- und Trockenwerden der Felder, auf denen die Neger beständig arbeiten, oft bis an die Knöchel im Sumpfe, während die glühende Sonne auf ihre entblößten Köpfe brennt.

Jede Pflanzung hat ihre Reißmühle. Die Körner des Reißes wachsen auf einzelnen Fruchtknoten, und die Ähre ist ein Mittelding von einer Weizenähre und Haferrispe. Von diesen Ähren muß der Reiß mit dem Dreschschlegel getrennt werden, weil es bisher noch nicht gelungen ist, eine vollkommen gute Maschine dazu herzustellen. Die nächste Arbeit ist die äußere Schale von den Körnern zu entfernen, welche sehr fest an demselben hängt. Dieß geschieht, indem man die Körner zwischen ein paar Mühlsteinen, die nicht sehr dicht auf einander liegen, hindurchlaufen läßt. Die innere Schale, welche das eigentliche Reißkorn umschließt, wird durch Reiben in großen Mörsern mit Stößeln von 250—300 Pf. Schwere, abgelöst.

Diese Stößel, welche unten mit Eisen beschuht sind, werden durch eine Maschine einige Fuß in die Höhe gehoben und fallen dann auf die Körner nieder, wodurch die Schale abgerieben wird. Nach dieser Arbeit wird er geworft, in Fässer gepackt, welche ungefähr 600 Pf. halten, und dann in die Welt versandt.

Reiß mit den Schalen — mit einem indischen Worte: paddy genannt — hält sich viel länger frisch und gut, und ist der Gesundheit bey weitem zuträglicher, und besonders den Reconvalescenten weit mehr zu empfehlen, als der enthülsete, welcher auch durch die weite Entfernung leicht staubig wird oder anzieht. Dieß hat einige unternehmende Engländer veranlaßt, den paddy selbst nach England zu bringen, und ihn da zu enthülsen. Der Versuch ist vollkommen gelungen.

Miscellen.

Kapitän Cook, traf in Süd-Wallis Insulaner an, die sich dadurch zu verschönern glaubten, wenn sie einen Knochen durch den Knorpel, der beyde Nasenlöcher von einander scheidet und den sie zu diesem Zwecke durchbohrten, stecken. Dieser Knochen ist einen guten Finger dick und fünf bis sechs Zoll lang; er reicht ihnen daher quer über das ganze Gesicht und verstopft beyde Nasenlöcher dergestalt, daß sie den Mund weit aufgesperrt halten müssen; und wollen sie reden, so ist ihre Sprache aus demselben Grunde so undeutlich, daß sie kaum einander verstehen können.

Der Grieche Simeon Sethi warnet zur Sommerszeit vor dem Genusse des Hirschfleisches, weil diese Thiere zu dieser Zeit viele Nattern und Schlangen fressen. Plinius hat das nähmliche schon von den wilden Schweinen aus Pamphilien und Cilicien behauptet. Die ganze Sache scheint jedoch auf alten Fabeln zu beruhen, und es ist wahrscheinlicher, daß die Schädlichkeit des Hirschfleisches in dieser Periode größtentheils der Brunftzeit zugeschrieben werden müsse.

Herausgegeben und redigirt von Anton Dominik Bastler,
Doctor der Medicin und Chirurgie, wohnhaft in der Stadt, Spiegelgasse Nr. 1095.

Gedruckt bey A. Strauß's sel. Witwe, Dorotheergasse Nr. 1108.

Populäre

Oesterreichische Gesundheits-Zeitung;

zur

Warnung für Nichtkranke und zum Troste für Leidende.

105. Wien, Samstag den 31. December 1831.

Von dieser Zeitschrift erscheinen wöchentlich zwey Nummern — Mittwochs und Samstags; und man pränumerirt für Wien in der Strauß'schen Verlagshandlung (Dorotheergasse Nr. 1108) ganzjährig mit sechs Gulden, halbjährig mit drey Gulden und vierteljährig mit einem Gulden dreyßig Kreuzer C. M. auf dieselbe. In den Provinzen nehmen alle k. k. Postämter Bestellungen an, und liefern die Blätter um den Preis von acht Gulden C. M. ganzjährig, und um vier Gulden C. M. halbjährig wöchentlich zwey Mahl portofrey. Im Auslande kann das Blatt um denselben letztgenannten Preis durch die k. k. Postämter bis zur österreichischen Gränze bezogen werden; oder durch die Tendler'sche Buchhandlung in Monathheften mit Umschlägen versehen.

Das Blatt an seine Leser am letzten Tage des Jahres 1831.

Das Jahr flieht hin, das uns der bangen Sorgen,
Des Kummers hat, des Schreckens Füll' gebracht,
Und hoffnungsreich erglänzet uns der Morgen
Des neuen, das zu unser'm Heil erwacht.
Beruhigung, die süß wir ahnend schauen
Sich nähern uns im neuen Lebensjahr',
Sie werde uns, sie lohne das Vertrauen,
Und, was wir froh gehofft, — es werde wahr.
Selbst leblos sucht' ich Leben zu verbreiten,
Wie zu erhalten, Dem Gefahr gedroht,
Und in den bangsten kurz verfloßnen Zeiten
Ermahnt' ich tröstend Euch: Vertrau't auf Gott!

So müht' ich mich Verheiß'nes zu erfüllen,
Bracht' Kranken Trost, belehrt' Den, der gesund;
Ob mir's gelang, was ich gewollt erzielen,
Darüber fäll' das Urtheil Euer Mund.

Erweitern stets der Heilkunst Hochgebiethe,
Dieß war mein Zweck, er soll's auch ferner seyn.
Durch Eure Gunst ist ja gereift zur Blüthe,
Was ich gesä't im milden Sonnenschein;
Und in der Zeiten Hintergrunde reifen
Wohl auch die edlen Früchte, die jetzt blüh'n,
Bald dürftet Ihr zur Labung sie ergreifen,
Die Ihr durch Nachsicht wußtet selbst zu zieh'n.
Wie stürmisch auch des Lebens wilde Wogen
Uns drohend führen oft dem Strudel zu,
Blickt gläubig nur hinauf zum Himmelsbogen,
Sein Vaterblick gewährt Euch Hoffnung, Ruh',
Und plötzlich seht Ihr die Gefahren schwinden,
Es winket Euch des Wohlseyns sich'rer Port,
Sein Liebesgruß kann Euch nur Heil verkünden,
Der Derer, die ihm trauen, heil'ger Hort.
Schlug auch dieß Jahr so Manchen harte Wunden,
Er spendet Balsam Euch in Eurem Schmerz,
Noch lächeln Euch wohl wieder heit're Stunden,
Vom tiefen Gram' genesen wird das Herz.
Mit Zuversicht könnt Ihr entgegenschauen
Der nächsten Zeit, die bald ist — Gegenwart!
Gott muß ja lohnen Euer Hochvertrauen,
Nicht hofft umsonst, der fest auf ihn geharrt.
Schon kommt am Firmament' das Jahr gezogen,
Das uns mit Hoffnung alle neu belebt,
Seyd mir in ihm, Ihr Gönner, auch gewogen,
So gut ich es vermocht', hab' ich gestrebt
Nach Eures Beyfalls, Eurer Gunst Gedeihen
Zur Sich'rung meiner fernern Existenz.
Mein Wunsch für Euch ist: Mög' Euch stets erfreuen
Des frischen Wohlseyns reichster, schönster Lenz!

C. F. Müller.

Der Sylvesterabend.

Dem Puncte wieder zukommend, von dem wir vor einem Jahre mit unserer Mutter Erde die Reise antraten um die große Ellipse, theils mit Hoffnungen die Brust erfüllt theils mit Bangen — ein Jeder nach seinen Lebensverhältnissen — welche Erfahrung wir haben Alle gemacht? Im Allgemeinen war es eine Periode vollernster Begebenheiten im öffentlichen Leben und in Privatzirkeln; eine neue Erfahrung haben wir gemacht in unserer Nähe, Viele unter uns in der persönlichen Umgebung; eine herbe Erfahrung. Eine neue Geißel, der Jugend Leichtsinn selbst furchtbar, traf, tödtete Viele, drohte Allen. Unsere Mutter Erde war krank; ihr Hauch tödtete die eigenen Kinder, noch zucken die Nachwehen bald da bald dort in ihren Eingeweiden. —

Wir die wir dieß schreiben, und Ihr die es leset, leben! uns traf die Geißel nicht, uns fängt die neue Ära an. Wohlan! Freuen wir uns des Augenblicks, der unser ist, und denken der Lieben, die dem Zeitmaße entbunden, aus schönern Welten vielleicht auf uns herübersehen, gewiß unsrer denken, wenn sie sich auch nicht versinnlichen können. Wie jede Minderung einer Gesellschaft die Beisammenbleibenden enger vereint, so sey's auch in der ganzen Menschenfamilie der Erde, unter uns, die wir ein Jeder in anderm Zenith und Nadir, Jeder in seinem Kreise in seinem Verhältnisse uns bewegen, und — der ewigen Ordnung gemäß — endlich alle an Einem Ziele zusammen kommen, zu schönerer weiteren Bestimmung.

Himmelwärts den Blick! die Hand an's Herz, geloben wir Dem der uns noch Zeit gibt und gesunden Odem auf dieser Welt zu leben, wie Kinder eines Vaters, der zeitlang abwesend, mit Freuden sie wieder küßt, die Seinen, die in der Zwischenzeit wo Furcht nicht drohte, aus Liebe zu ihm dem Gütigen, in Allem thaten nach seinem Wunsche. Hinaus aus unseren Herzen die Selbstsucht, diese Störerinn jeglichen Glückes, dieß gräßliche Gespenst im Unglück!! Leben wir doch alle als Brüder, da wir doch unläugbar Brüder sind! Seyen wir herzlich, aufrichtig, verläßlich in Wort und That. Ein Mann ein Wort! wie's ehemahls war, nicht Streit, nicht Eid, nicht Schloß und Riegel sey uns nöthig. Komm' wieder schöne Zeit, wo Männer stark und gut, die Knaben froh und fromm, die Weiber sanft und treu, die Mädchen flink und keusch. Klagt nicht die Zeiten an, die Zeiten sind nicht schlimm, Ihr seyd es, die sie leben.

Die Zeit, die eine Änderung, eine Umfaltung nach der andern aufdeckt, braust fort, unaufhaltbar; wir, unser Leben — mit ihr; aber unsere Thaten nicht; die bleiben uns, ob gute oder schlechte; wir müssen sie herumtragen so lange uns Gedächtniß bleibt, und wenn es nach kurzem Schlummer wieder erwacht, ist sie neu da — die Erinnerung — der Lohn, die Strafe. Einen Lethefluß gibt es für uns nicht mehr. Die Welt ist alt, die Menschheit reif, es ist der Kindheit schuldlos Spiel zu Ende. Stoßt aus mit starkem Hauch die Furcht, das Bangen Fasset die Kraft zusamm', sie ist noch da. Was kommen mag, der Mann ist da; nicht immer gibt's Genuß auf Erden; auch Leiden sind uns gut, sie machen weise, wo alle Lehr' vergebens. Vernunft, Erfahrung geben Muth, erprobte Kraft ist fest. Entbehren, Kämpfen macht den Mann, und solchem Mann vertraut das Weib sich, und die Kinder gern; er ist ihr Schild, ein ehern' Schild, denn ihn stärkt Pflichtgefühl und Liebe.

„Wer heut die Seinen zählt, und zählt um wie viel älter sie des, und hat die Lieben noch beysammen, oder mehr denn früher, der lobe Gott und freue sich, und wünsche auch den Brüdern Wohl. Wie einst unser verklärte Schiller senden wir Heute — „Diesen Kuß der ganzen Welt."

J.** B.**

Florenz. In klimatischer Hinsicht und als Aufenthaltsort für Kranke.

Wiewohl Florenz einer der angenehmsten Aufenthaltsorte in ganz Italien ist, so saget dessen Klima doch kränklichen und insbesondere zur Auszehrung geneigten Personen keineswegs zu.

Seine Lage zwischen den untern Apenninen, von denen es beynahe rings umgeben ist, und deren Gipfel im Winter mit Schnee bedeckt sind, so wie die Zugwinde, die ihm aus dem Arnothale unmittelbar zugehen, sind an plötzlichen Temperaturwechseln und kalten, schneidenden Winden, im Winter und Frühjahre schuld. Auch Nebel sind hier häufiger als an den meisten Orten des südlichen Italiens. Der Winter ist im Allgemeinen kalt, und der Sommer heiß. Die mittlere Jahrestemperatur ist nur $1\frac{1}{2}°$ tiefer als zu Rom, allein dieß rührt von der großen Sommerhitze her, indem der florentinische Winter nur 4° wärmer, als der Londoner ist, und ungefähr dieselbe Temperatur hat, wie der von Penzance. Der Unterschied zwischen der mittleren Temperatur des wärmsten und kältesten Monaths beträgt 36°, also einen Grad mehr, als in der Provence. Obwohl jedoch die tägliche, monathliche und jährliche Veränderung der Temperatur sehr groß ist, so wechselt sie doch von einem Tage zum andern, nicht mehr als zu Rom, und weniger als zu Neapel. Die Extreme des Barometerstandes liegen in Bezug auf das ganze Jahr, weiter auseinander, als in benachbarten Städten. Die Quantität des zu Florenz jährlich fallenden Regens beträgt 316 Zoll, allein die Zahl der Regentage nur 103, also weniger wie zu Rom. Im Winter ist die Luft feucht und frostig.

Ich vermöchte nicht eine einzige Classe von Patienten zu nennen, welcher der Aufenthalt zu Florenz empfohlen werden könnte. Diese, theils auf vielfältigen Beobachtungen, theils auf Aussagen von Patienten gegründete Meinung stimmt mit der des Dr. Seymour zu London und Dr. Down zu Southampton; deren Zeugniß um so

unverdächtiger ist, da sie lange in Florenz lebten und practicirten, vollkommen überein.

„Der Winter, sagt Dr. Down, ist außerordentlich streng und naß, der Frühling veränderlich und folglich Brustkranken äußerst schädlich. Die Bewohner sind Lungenübeln sehr unterworfen, und die unter den Nahmen Mal del Petto bekannte acute Entzündung jenes Organs, rafft alljährlich im Winter und Frühjahre eine erstaunliche Menge Leute insbesondere aus den ärmeren Volksclassen dahin, deren Wohnungen gegen die Kälte und Nässe jener Jahreszeiten keinen hinreichenden Schutz gewährt. Florenz ist eine derjenigen italienischen Städte, die der Gesundheit der Kinder am wenigsten zusagen. Vorzüglich gewöhnlich sind dort Eingeweidewürmer und im Herbst grassirt die Ruhr. Die Pellagra, eine fast nur in der Lombardey vorkommende Krankheit, ist in mehreren der benachbarten Thäler der Apenninen endemisch.

Florenz selbst ist keiner endemischen (einheimischen) Krankheit unterworfen, und Personen, denen die erwähnten Temperaturwechsel nicht schaden, und die die große Sommerhitze vertragen können, dürften sich durch die sonstigen Reitze der Umgebungen, sehr in Versuchung geführt fühlen, das ganze Jahr dort zuzubringen.

Populäre Literatur.

Der Niederösterreichisch-ständische Rechnungsrath Hr. J. F. Castelli, welcher als Volksdichter unstreitig den ersten Rang unter unseren vaterländischen Schriftstellern einnimmt, hat eine populäre Schrift: „Wohlgemeinte Worte an Österreichs Landvolk über die jetzt allgemein herrschende Seuche Cholera Morbus, über ihre Entstehung, ihre Verbreitung, Kennzeichen, ihre Ursachen, Schutz- und Heilmittel dagegen; in einem für den Landmann faßlichen Styl, zu dessen Nutzen und Aufklärung über dieses Übel geschrieben," herausgegeben. Das Werkchen wurde in einer sehr großen Auflage gedruckt, deren Kosten die Niederösterreichischen Herren Stände großmüthig bestritten haben, und auch eine große Zahl von Exemplaren unter das Landvolk unentgeldlich vertheilen ließen. Es ist bey Strauß's sel. Witwe, im Comptoir des Österreichischen Beobachters Dorotheergasse Nr. 1108, für 10 kr. C. M. zu haben. Für Güterbesitzer die mit Vertheilung desselben unter ihre armen Unterthanen gewiß ein sehr wohlthätiges Werk ausüben, ist dasselbe auch Parthienweise, 50 Exemplare zu 5 fl. C. M. durch genannte Verlagshandlung zu beziehen.

Miscellen.

Statistik der Seelenkrankheiten. Tollsüchtige werden leichter geheilt als Melancholische. In Bedlam (London) im Verhältniß von 62 zu 27; ein Beweis daß der Überreitz sich eher besänftigen als die Reitzlosigkeit sich beleben läßt. Plab fand in Bedlam im Jahre 1789 Wahnsinnige aus Kummer und Unglück 206, aus Religion 90, aus Liebe 74, aus Eifersucht 6, aus Schrecken 51, vom Studieren 15, aus Hochmuth 8, durch Trunk 58, durch Fieber 110, durch Niederkunft 75, durch Verstopfung 10, durch Familienfehler 115, durch Quetschung und Knochenbruch 12, durch venerische Krankheit 14, durch Pocken 7, durch zurückgetretene Krätze und zugeheilte Geschwüre 1. Vom Jahre 1748 bis 1820 wurden in England Irre aufgenommen 32,744 und geheilt 12,254. Vom Jahre 1801 bis 1813 in Frankreich aufgenommen 4213, geheilt 1893. Vom Jahre 1798 bis 1823 in Würzburg aufgenommen 528, geheilt 292. Die Listen der Berliner Charité geben auf 15 Irre im Durchschnitte höchstens nur 4 Geheilte.

Eine Bemerkung, die Beherzigung verdient. Von 1000 Kindern, welche die Mütter selbst stillen, sterben höchstens 300, allein von 1000 Kindern, welche von Ammen gestillt werden, sterben 500.

L. M. Z.

Neue feuerfeste Kleider. Ein Essenkehrer in Constantinopel hat für sich und seine Gehülfen Kleidungsstücke machen lassen, in denen er ohne Gefahr Personen und Sachen dem zerstörenden Elemente des Feuers entreissen kann. Die Kleidung besteht aus Roßhaaren, und kann in wenigen Secunden angelegt werden. Tränkt man sie mit Wasser, so saugt sie gegen 50 Pfund davon ein, und widersteht der Heftigkeit der Flamme geraume Zeit.

L. M. Z.

Viele Blutspeyer haben sich durch ein sehr geregeltes Leben, durch Anhaltung aller Veranlassung zur Erhitzung und Wallung des Blutes, nahmentlich durch Vermeidung des Tanzens und Weintrinkens, durch mäßige Körperbewegung in freyer Luft und ganz besonders durch weite Reisen, zumahl Seereisen und den Aufenthalt in warmen Ländern von ihrem Übel gründlich geheilt. — Der jüngere Plinius schickte seinen, am Blutspeyen leidenden freygelassenen Zosimus von Rom nach Ägypten, wo er durch lange Reisen in diesem Lande, welches mit vielen Canälen durchzogen, beständig eine solche Luftconstitution und milde Temperatur unterhält, die auf Lungenkranke wunderbar heilbringend wirkt, wieder hergestellt wurde. Bey einem Rückfalle aber empfahl er ihn einem Freunde, um ihm einen Aufenthalt auf seinem Landgute anzuweisen, welches seiner gesunden Luft und der Milch wegen besonders für solche Kranke passend wäre, und Zosimus wurde wirklich hiedurch gründlich geheilt.

Herausgegeben und redigirt von Anton Dominik Bastler,

Doctor der Medicin und Chirurgie, wohnhaft in der Stadt, Spiegelgasse Nr. 1095.

Gedruckt bey A. Strauß's sel. Witwe, Dorotheergasse Nr. 1108.