

das ausscheidende und ableitende Verfahren ziemlich energisch betrieben werden (Bannenbäder, Wicklungen, Dampfbäder, Sonnen- und Luftbäder, Barfußgehen, Mundbäder); zur Hebung der Herzthätigkeit wurde systematisches Bergsteigen verordnet. Und wie war der Erfolg? Während ihm früher das Sprechen sehr schwer fiel, hält er jetzt vergnügt seine Schule ohne Beschwerden. (Aus Weiderts Buch „Die Natur heilt“.)

**Rehlfopftrebs** entsteht wie alle anderen Krebsleiden in der Hauptsache durch Säfteverderbnis. Auch frühere Rehlfopfkrankheiten syphilitischer Natur, sowie übermäßiges Tabakrauchen oder viel Aufenthalt in staubiger oder durch giftige Bestandteile geschwängelter Luft können das Leiden sehr begünstigen.

Der Rehlfopftrebs kommt allmählich zustande und breitet sich nur langsam aus; zerfrisst nach und nach die ganze Rehlfopfwand und bringt auch das Rehlfopfgerüst, d. h. die Rehlfopfnorpel zur Vereiterung und zum brandigen Absterben.

**Krankheitsbeschreibung.** Im Anfang Druckgefühl, Heiserkeit, Beschwerden beim Atmen und Schlingen. Wenn das Leiden schon weit vorgeschritten, dann eitriger Geschmack, heftige Schmerzen, Stimm- und Sprachlosigkeit, Schlingbeschwerden, sowie hochgradige Atembeschwerden.

**Kurvorschrift** verspricht nur im Anfangsstadium Erfolg und ist hier wie bei allen Krebskrankheiten eine mäßig eingeleitete Regenerationskur am Platze, um Blut und Säftmassen zu reinigen. Außerdem öftere 15–18° R. Gurgelungen. Dem Wasser etwas Citronensaft hinzusetzen. Wöchentlich 2–3 Bett dampf- oder Dampfbäder mit Packung und nachfolgendem Bad. In der Packung eine Extrakompresse um den Hals. Nach Befinden sind auch beruhigende oder erregende Halspackungen, verbunden mit erregenden Leibumschlägen und Wadenpackung anzuwenden. Ableitende Hals- und Rückenmassage, sowie Ganzmassage. Streng reizlose, vegetarische Kost. Anwendungsformen sowie Näheres über Massage siehe Inhaltsverzeichnis.

**Rehlfopfsödem** (wassersüchtige Anschwellung der Rehlfopfschleimhaut). Dieses Leiden ist gewöhnlich die Folge einer früheren Rehlfopfkrankheit oder anderen Krankheit. Auch können Verletzungen des Rehlfopfs, schädliche Einwirkung oder Reize auf denselben, hochgradige Katarrhe u. dgl. die Ursache sein.

**Krankheitsbeschreibung.** Rauher, trockener Husten, erschwertes Schlingen und Atmen, ein drückendes Gefühl im Halse, Heiserkeit, bisweilen vollständige Stimmlosigkeit, auch Erstickungsgefahr.

**Kurvorschrift.** Wöchentlich 2 bis 3 Bett dampfbäder mit Extrakompressen um den Hals mit darauffolgendem Bad, dabei Übergießung der Rehlfopfgegend und kräftiges Reiben der Beine und Arme. Täglich erregende oder nach Wohlgefühl beruhigende Halsumschläge, verbunden mit erregendem Leibumschlag und Wadenpackung. Sanfte Rehlfopfmassage und eindringliche Brust-, Rücken- und Nackenmassage. Genuß von reizloser Kost. Bei Erstickungsgefahr fortgesetzte Dampfkompresen auf Brust und Nacken, dabei energisch ausgeführte Brust-, Rücken- und Nackenmassage.



Auch Kneipp'scher Oberguß im Wechsel mit Knieguß. (Anwendungsformen, sowie Näheres über Massage und Kneippkur siehe Inhaltsverzeichnis.)

**Kehlkopfschwindsucht** (Kehlkopftuberkulose) tritt gewöhnlich gleichzeitig mit der Lungenschwindsucht auf; nur selten allein. Es bilden sich hier Geschwüre auf der Kehlkopfschleimhaut und den Stimmbändern.

**Krankheitsbeschreibung.** Sehr heftige Schlingbeschwerden, Auswurf von grüngelblicher Färbung, auch zuweilen mit Blut vermischt. Im übrigen fast ganz die Erscheinungen eines chronischen Kehlkopftatarrhes, namentlich mehr oder minder heftige Heiserkeit.

**Kurvorschrift.** Wie bei Lungenschwindsucht. Dabei erregende oder nach Wohlgefühl beruhigende Halsumschläge verbunden mit ableitendem Verfahren, als erregenden Leibumschlag und Wadenpackung. Auch täglich 20 bis 22° R. Gurgelungen.

**Kehlkopfspiegel.** Derselbe wird in die weitgeöffnete Mundhöhle eingeführt. Indem man nun von außen Lichtstrahlen auf den eingeführten

Kehlkopfspiegel.

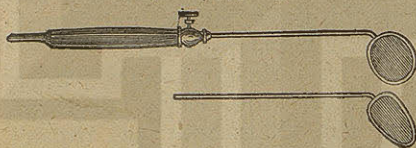


Fig. 178.

Kehlkopfspiegel wirkt, spiegelt sich dieser Schein im Kehltopf wieder, so daß man den inneren Raum des Kehltopfes deutlich beobachten kann. Hierdurch ist es möglich geworden, Entzündungen und sonstige Erkrankungen des Kehltopfes zu erkennen. Der Kehlkopfspiegel ist im Jahre 1854

erfunden worden, aber nicht von einem Arzt, sondern von einem Laien, Namens Garcia. **Kehlkopssyphilis.** Häufig entstehen bei Syphilis auch Kehltopfleiden. Hier treten verschiedene Affektionen im Kehltopf auf. Es erscheinen teils grau-weiße, mehr oder weniger ausgebreitete Wucherungen auf der Kehlkopfschleimhaut und den Stimmbändern, oder aber auch knotenähnliche Geschwülste, die sich bei längerem Bestehen in fressende Geschwüre verwandeln und den ganzen Kehldeckel bez. das Kehltopfgerüst zerstören können.

**Kurvorschrift.** Wie bei Syphilis. Nebenbei erregende oder beruhigende Halsumschläge verbunden mit erregenden Leibumschlägen und Wadenpackung, öftere Gurgelungen mit 18° R. Wasser, welchem etwas Zitronensaft beigemischt wird. Auch Erschütterung des Kehltopfes dient mitunter zur schnellen Verteilung der Geschwülste bez. Aufsaugung der Geschwüre. (Anwendungsformen siehe Inhaltsverzeichnis.)

**Keuchhusten (Krampf Husten, Stiehusten)** ist ein Katarrh in den Luftröhrenzweigen und kommt bisweilen epidemisch im Frühjahr und Herbst, nach Masern und Scharlachepidemien vor. Derselbe befällt gewöhnlich Kinder im Alter von 2—12 Jahren; doch sind Erkrankungen von Säuglingen, selbst von wenig Wochen alten, nicht selten. Unter günstigen Verhältnissen kann dieser Heilungsvorgang im ersten Stadium binnen einer halben, in ein oder zwei bis drei Wochen beendet sein. Im anderen Falle bildet sich der krampfartige Charakter vollständig aus und dieser kann dann,



je nach den weiteren günstigen und ungünstigen Bedingungen bez. Behandlung, mehrere Wochen, selbst vier Monate andauern, ehe er mit dem dritten Stadium unter dicklichem Auswurf und bisweilen leichten Schweiß binner weiterer zwei bis vier Wochen seine Heilung findet. Jedenfalls handelt es sich bei dieser Krankheit aber nicht allein um einen Katarrh, da der objektive Befund des Katarrhs in keinem Verhältnis zur Schwere der Erscheinungen steht. Man nimmt daher heute allgemein an, daß es sich beim Reuchhusten um gewisse nervöse Reizungszustände (vielleicht des Nervus vagus) handelt.

#### Krankheitsbeschreibung.

Stoßweise gellende und krampf-  
hafte Hustenanfälle, welche ohne  
oder nur mit kurzen Vorböten  
losbrechen und unausgesetzt 1—5  
Minuten und länger andauern;  
sämtliche Muskeln sind dabei  
krampfhaft gespannt, die Augen  
aus dem Kopfe getrieben und  
thränend, das Gesicht fast blau,  
nicht selten folgen Blutungen aus  
Nase und Mund.

Solche Hustenanfälle kommen  
bald einzeln, oft auch dicht hinter-  
einander bis zu 30, selbst 50  
in 24 Stunden vor. Die größere  
Hälfte der Anfälle fällt der Nacht  
zu. Fieber bald mehr, bald weniger  
stark, Appetit schwach und un-  
regelmäßig.

Die ersten Anfälle dieser  
Krankheit beginnen mit einem  
Schlummerstadium welches bis  
zu einer Woche und darüber an-  
dauern kann. Es zeigt sich ein  
gewöhnlicher Katarrh in Gestalt eines leichten Schnupfens, Trockenheit im  
Halse, leichter Husten, wohl auch Heiserkeit, Rötung und Thränen der  
Augen. Das Kind ist schon etwas verstimmt, hat nicht mehr die rechte  
Lust am Spielen etc.

Bei Reuchhustenepidemien ist dieser Zustand, welcher sonst bei Kindern  
öfter eintritt, besonders ernst zu nehmen und muß man schon jetzt durch  
einige 22—27° R. (lauwarmer) 1½—2 stündliche Dreiviertelpackungen mit  
einer mit feuchtem Handtuch umwickelten Wärmflasche an den Füßen ein-  
zuwirken suchen. Oder besser, es sind gleich Dreiviertelbettbaddampfbäder, 3—4  
im Zeitraum von 7 Tagen, sowie nächtlich erregender Leibumschlag zu geben,  
um dem Ausbruche des Reuchhustens vorzubeugen, welcher dann oft gar  
nicht zum Ausbruch kommt, oder mindestens viel milder auftritt. Kinder,  
die den Reuchhusten gehabt, sind in der Regel vor neuer Ansteckung geschützt.

Ursachen. Hier gehen die Ansichten noch auseinander, nur bezüglich  
der Ansteckung ist man einig. Manche halten den Reuchhusten für eine

#### Reuchhustengriff von vorn.



Fig. 179.



nervöse Erkrankung, andere meinen, daß er seinen Ursprung aus dem Magen nimmt und erst durch das Husten die Lunge in Mitleidenschaft gezogen wird.

**Kurbvorschrift.** Absonderung der Kranken von den Gesunden, weil Keuchhusten ansteckend ist. Täglich 1—2 lauwarme 22—27° R. Dreiviertelpackungen oder Dreiviertel-Bettampfbäder mit erregender Schulterspäckung von 1¼—1½ stündlicher Dauer, darauf 25—26° R. (lauwarmes) Bad oder 18° R. (laue) Ganzabreibung. Nächtlich erregender 22° R. Leibumschlag gut mit Wollstoff verschlossen. Auch ist es rätlich, nach jedesmaligem Husten einige Schlucke mäßig kalten Wassers zu trinken.

### Keuchhustengriff von vorn mit Einhaken im Mund,



Fig. 186.

Im übrigen frische Luft bei Tag und Nacht (Schlafen bei offenem Fenster), Kinder mit Keuchhusten können und müssen sich viel im Freien aufhalten, jedoch nicht bei harter trockner Ostluft. Reizlose vegetarische Nährungsweise, Genuß von Obst und schleimiger Nahrung und Getränke als: Haferschleim, Gerstenschleim zc., auch Fruchtlimonade. Fleischnahrung ist bei dieser Krankheit zu vermeiden.

Auch ist Luftwechsel, d. h. Entfernung des Kindes aus der von Keuchhusten heimgesuchten Gegend, stets von gutem Einfluß, besonders bei längerer Dauer des Keuchhustens.

Ein anderes Verfahren besteht darin: Täglich 1—2 lauwarme 24—26° R. Bäder, darauf gut trocken reiben bis zur Erröthung der Haut. Bei etwaiger, auftretender Hitze sind 18—20° R. (laue) Rumpfpäckungen von 1½—2 Stunden anzuwenden. Bei kalten Füßen bez. bei Frostgefühl

Bettampfb  
eine 18°

Da  
nicht bef  
je mehr

De  
14—18  
nur dam  
im Reim

W  
eines M  
Klopfen  
Schulter  
Stellung  
griff".  
Streichen  
Daumen  
nach den  
so den  
in den b  
Auch i  
ganzen  
ren des  
geboten.

B  
betr. „  
beachten

nächtlich  
deshalb  
Kinder  
aufricht  
werden.

lich ein  
währen  
packung  
mit krä  
des Na  
anfalls  
Gurgel  
mitäten  
bei Ta

formen



Bett dampfbad, bei etwaiger Aufregung ist das Kind auszupacken und erhält eine 18° R. Ganzabreibung. Frische Luft und reizlose Kost zc. wie oben.

Das Auswerfen von Schleim und auch das Erbrechen desselben ist nicht besorgniserregend, im Gegenteil tritt die Heilung um so früher ein, je mehr die Lungen von den sie beengenden Schleimmassen befreit werden.

Der Reuchhusten währt ohne jede oder bei medizinischer Behandlung 14—18 Wochen, nach unserm Naturheilverfahren nur 3—5 Wochen, und nur dann, wenn man den Husten durch ein geeignetes Verfahren nicht schon im Keim ersticken konnte.

**Massagebehandlung.** Während eines Anfalls Streichen, Reiben und Klopfen des Rückens, Nackens und der Schultern, wenn möglich in sitzender Stellung s. auch Nägelis „Reuchhustengriff“. Außerdem tägliches 3 maliges Streichen der Magenrube mit dem Daumen, unter den Rippen hin und nach den Hüften und darüber hinaus, um so den leicht entstehenden Blutandrang in den betreffenden Partien zu verhindern. Auch ist täglich einmal Massage des ganzen Körpers und zweimaliges Massieren des Unterleibes und des Nackens geboten.

Bitte auch nachfolgenden Artikel, betr. „Siegers Anwendungsförm“, zu beachten.

Während des Reuchhustens sind nächtliche Schulter- und Rumpfspackungen deshalb nicht empfehlenswert, weil die Kinder sich während der Hustenfälle aufrichten müssen und dabei leicht kalt werden. Dagegen ist sehr vorteilhaft ein täglich ein- bis zweimaliges 1½—2 Stunden währendes Bett dampfbad mit Schulter-

packung und Leibumschlag und darauffolgender Abreibung (15° R.), verbunden mit kräftigem Frottieren des Nackens; daneben mehrmals täglich Frottieren des Nackens mit einem feuchtkalten Handtuche, beim Eintreten des Hustenfalls sofortiges Auslegen einer kalten Kompresse auf den Nacken, stündliche Gurgelungen mit 18° R. Wasser, öftere Mundbäder, Knetungen der Extremitäten und des Nackens, eine milde Diät, und vor allem viel frische Luft bei Tag und Nacht. Tiefatmen im Freien. Siehe hierzu „Atemgymnastik“.

Siehe auch „Reuchhusten“ unter Kneippfur. Näheres über Anwendungsförm, Massage und Kneippfur siehe Inhaltsverzeichnis.

### Reuchhustengriff von hinten.



Fig. 181.



**Reuchhusten geheilt.**

Aus Wetder's Buch „Die Natur heilt“.

Das 6jährige Söhnchen des Papierfabrikanten C., welches 6 Wochen lang am Reuchhusten medizinisch behandelt und sehr elend geworden war, starb fieberfe, keine 10 Schritte mehr gehen konnte und dessen Heilung (?) nach Ausspruch des Hausarztes weitere 9 Wochen erfordern sollte (!), genas unter meiner Behandlung in 10 Tagen! — Als der Hausarzt später des Vorgangs inne wurde, soll er geäußert haben: „Ja, das ist freilich der kürzeste Weg, aber . . .“, der Mann der Wissenschaft sprach dann sehr viel von Pfluscherei und Schwindel! — Die Medizinikunst ist oft sehr lang! Daß das Leben durch sie aber sehr verkürzt und elend gemacht wird, beginnt man in immer weiteren Kreisen einzusehen! Sagen aber soll man's nicht!

**Nieserflemlle,** siehe „Gesichtskrampf“.**Kindbettfieber,** siehe Inhaltsverzeichnis.**Kinderschollera,** siehe „Breachdurchfall“.**Kinderdampfbad,** siehe Inhaltsverzeichnis.**Kindernahrung beziehl. Ernährung des Säuglings** siehe Inhaltsverzeichnis, siehe auch „Wasserlopf, hixiger“.**Kindernahrung** (auch garstige und häßliche Angewohnheiten der Kinder), siehe Inhaltsverzeichnis. (Aussführliches hierüber enthält des Verfassers Buch: Bilz, „Wie schafft man bessere Zeiten“.)**Kinderrkrankheiten.** Die Kinder sind naturgemäß am häufigsten in den ersten Monaten ihres Lebens krankhaften Zufällen ausgesetzt, die nicht selten bei unrichtiger Pflege einen mehr oder weniger schnellen Tod oder längeres Siechtum herbeiführen.

Die Kinderkrankheiten entstehen aber in den weitaus meisten Fällen dadurch oder nehmen einen schlimmen Charakter an, weil man dem Kinde infolge Zuwarmhaltens (durch dicke Federbetten, Wärmflaschen, Ofenwärme u. u.), sowie mangelnder Hautpflege, verkehrter, reizender und schwerverdaulicher Nahrung, künstlicher Nährmittel und unreiner Muttermilch, von zu heißen und zu süßen Trinken u. alle die ihm von der Natur aus verliehene Widerstandskraft gegen etwa eindringende Schädlichkeiten raubt. Kommt z. B. ein solch verweichlichtes, falsch ernährtes oder überfüttertes u. Kind einmal in Luftzug, oder es erkältet sich auf andere Weise, oder ist sonst welchen krankmachenden Einflüssen ausgesetzt, so wird es gewöhnlich gleich aufs Krankenlager geworfen, weil ihm eben infolge Verweichlichung u. alle Widerstandskraft verloren gegangen ist. Siehe auch „Abhärtung“ im Inhaltsverzeichnis.

Unter Kinderkrankheiten versteht man solche Krankheiten, welche vorzugsweise das Kindesalter befallen. Die hauptsächlichsten sind englische Krankheit, Scharlach, Masern, Blattern, Spizblattern, Reuchhusten, Brechdurchfall kleiner Kinder oder Kindercholera, Croup oder häutige Bräune, Diphtheritis oder Rachenbräune, Schwämmchen, Augenentzündung der Neugeborenen, Erbrechen der Kinder, Eklampsie der Kinder, Gelbsucht der Neugeborenen, Wundsein der Kinder, Kinderkrämpfe, Anspring, Röteln, hixiger Wasserlopf, Mundfäule, Ziegenpeter, Würmer, angewachsene Zunge, schweres

Zahnen,  
Krankheit

Ru  
mit oder  
Füße des  
findet, so  
Tüchern  
während  
dampfbad  
vor, nach  
(lauem) u.  
das Kind  
Wo  
warmes)

Mo

24—27°

Auch hier  
gerieben  
man das  
(trockenes  
wird un  
eine mit  
die mit e  
wollenen  
schläft un  
nicht in  
gibt ein  
schon das  
wäscht m  
oder giebt  
Sch  
der Umf  
Mo

nicht zu  
etwa zu  
ist, komm  
irgend m

De  
Herz leg  
(daselbe  
herausnim  
deinem K  
sonst könn  
bei deiner

\*)

abgegossen,

\*)

krank find.



Zahnen, Schlaflosigkeit der Kinder u. Kurvorschrift siehe je die betreffenden Krankheiten. Siehe auch noch Artikel „Strophulöse Kinder“.

**Kurvorschrift.** Bei gewöhnlichem Unwohlsein der Kinder mit oder ohne Fiebererscheinung muß die Mutter zunächst darauf achten, ob die Füße des Kindes warm sind, ist dies nicht der Fall, was man sehr oft findet, so reibt man sie mit warmen Händen oder mit gewärmten, wollenen Tüchern warm, oder man giebt ein Fußdampfbad oder heißes Fußbad, während bei ersterem dem Kinde der Kopf gekühlt wird. Nach dem Fußdampfbad nimmt man eine 15—20° R. (kühle) Fuß- und Beinabreibung vor, nach dieser reibt man auch gleich den ganzen Körper mit 20—22° R. (lauem) Wasser ab, trocknet ihn und reibt ihn noch gut, alsdann bringt man das Kind, mit Leibumschlag versehen zu Bett und deckt es gut zu.

Vor allem ist dem Kinde auch gleich im Anfang ein 22° R. (lauwarmes) Klystier zu verabreichen, um Stuhl zu erzeugen.

Man kann auch an Stelle der oben angeführten Ganzabreibung ein 24—27° R. (lauwarmes) Bad mit einigen Grad kälterer Übergießung geben. Auch hierin muß der Körper und vor allem die Füße und Beine tüchtig gerieben und der Kopf, wenn nötig, gekühlt werden. Nach dem Bad bringt man das Kind glitschenaf, also ohne es abzutrocknen, in eine Trockenpackung (trockenes Leintuch und Wolldecke), welche mäßig fest um das Kind geschlagen wird und deckt es gut mit einem Federbett zu. Wenn nötig, stellt man eine mit kochendem Wasser gefüllte Wärmflasche oder steinerne Bierkrufe\*, die mit einem feuchtwarmen leinenen Lappen umwickelt und dann in einen wollenen trockenen Strumpf gesteckt wird, an die Füße. In der Regel schläft und schwitzt das Kind danach; bringt man es auf diese Weise noch nicht in Schweiß, so mag man dies den andern Tag wiederholen, oder man giebt ein Dreiviertelbettbad. Nachdem der Schweiß eingetreten, ist häufig schon das Unwohlsein des Kindes gehoben. Nach jeder Packung reibt und wäscht man das Kind entweder mit 20—22° R. (lauwarmem) Wasser ab oder giebt ein 24—26° R. Bad.

Schlafende Kinder lasse man auf alle Fälle ruhig fortschlafen. Wird der Umischlag oder die Einpackung ihnen lästig, erwachen sie schon von selbst.

Man übertreibe aber auch die Packungen nicht, d. h. man mache sie nicht zu oft und behne sie auch nicht zu lange aus, um das Kind nicht etwa zu schwächen. Der Schweiß läßt sich nicht erzwingen. Wenn er reißt, kommt er von selbst, auch ohne daß das Kind in einer Einwickelung oder irgend welcher Packung liegt.

Der Verfasser muß es daher jeder Mutter nochmals bringend ans Herz legen, daß sie, wenn die Einpackung dem Kinde beängstigend wird, (dasselbe also nicht nur aus Unart schreit), es sofort aus der Packung herausnimmt. Überwache dies ja genau und siehe und forsche fleißig nach deinem Kinde, verlasse das Haus nicht, während es in der Packung liegt, sonst könnte demselben durch hochgradiges Schreien und Aufregung, welches bei deiner längeren Abwesenheit vorkommen kann, leicht ein Ungemach zustoßen.\*\*)

\*) Damit die mit kochendem Wasser gefüllten Krufen nicht springen, muß etwas Wasser abgegossen, sobald die Krufen gut zugepfropft werden. Besser sind Flaschen mit Patentverschluß.

\*\*) Man muß die Kinder auch hin und wieder einpacken, auch wenn selbige nicht krank sind.



Außer diesen Anwendungsformen, welche, wenn nötig, einige Tage fortzusetzen sind, ist der nächtliche Leibumschlag und bei Überhandnehmen des Fiebers öfter wiederholte Bettdampfbäder, Dreiviertelpackungen, Bäder oder sonstige Fieberbehandlung anzuwenden. Auch sind Ganzabwaschungen bei Fieber zu empfehlen. Statt der Dreiviertelpackungen oder Bettdampfbäder (da sich Kinder immer davor sträuben) kann man auch erregende Bein- oder Wadenpackungen, verbunden mit Leibumschlag, anwenden und das Kind darauf zu Bett bringen.

Auch sind bei Kinderkrankheiten Hand- und Fußdampfbäder sehr zu empfehlen. Vor allem muß das Kind aber auch eine reizlose Kost und viel frische Luft genießen, sich entweder im Freien Bewegung verschaffen, oder in gut gelüfteten Räumen aufhalten, Schlafen bei offenem Fenster muß stets stattfinden. Auch gebe man frisches Wasser zum Trinken, sowie Klystiere gegen Verstopfung und zur Ableitung. (Bei hartnäckigen Verstopfungen siehe auch unter „Hartleibigkeit“.)

Manches Unwohlsein verschwindet schon nach einem oder einigen Tagen, manchmal dauert es jedoch auch 8—14 Tage, selbst bei bester Pflege. Die Natur braucht Zeit, ehe sie den Krankheitsstoff aus dem Körper herausbefördert oder die Ursache, welche das Unwohlsein beim Kinde hervorrief, zu beseitigen vermag. Man darf also nicht verzagen, wenn das Unwohlsein nicht sogleich schwindet, sondern man muß die hier angegebenen Winke und Anwendungsformen beachten und dabei ausharren. Auch ist Massage, z. B. öfteres Durchkneten, Klatschen und Klopfen des ganzen Körpers, vielleicht nach dem täglichen Bad oder der Ganzabreibung, sowie für größere Kinder Heilgymnastik, 5. Gruppe, sehr dienlich. Näheres über Anwendungsformen, Massage und Heilgymnastik siehe Inhaltsverzeichnis.

Bei gewissen Krankheitszuständen der Kinder ist auch eine energische Anregung des Stoffwechsels, durch Kneten des ganzen Körpers, besonders der Arme und Beine (bei Keuchhusten auch des Nackens), täglich zweimal vorgenommen, von günstigem Erfolg. Näheres siehe auch unter Schlaflosigkeit, Säugen der Kinder, Winke zum Wohle der Kinder bezieh. des Säuglings, dann unter Genesen, sowie Mittagschläfchen unserer Kleinen im Inhaltsverzeichnis.

Jedes Kind kann Gott danken, wenn dessen Eltern in der Naturheilkunde bewandert sind, um bei eintretender Krankheit und Unwohlsein sofort Linderung zu schaffen. Wieviel Schmerz und Ungemach mögen wohl einem solchen Kinde erspart bleiben gegenüber denjenigen, die in Krankheitsfällen sogleich mit Medizin, Gift- und Reizstoffen traktiert werden, durch welche häufig der Grund zum späteren Siechtum gelegt wird.

Dr. Boel sagt: Wehe denjenigen Kindern, welche in die Hände medizinischer Ärzte fallen.

Jede Einpackung bezieh. jeder Umschlag zc. muß beim Kinde rasch und entschlossen ausgeführt werden und sind sowohl die Ganz- wie auch die Dreiviertelpackungen zc. am bekleideten Körper gesunder Kinder mit trockenen Laken einzuüben, denn nichts ist unangenehmer als ein ungeübter Krankenpfleger.

Einpackungen sind nur schlecht oder gar nicht in der Wiege auszuführen. Deshalb packt man kleine Kinder gewöhnlich auf dem Tisch der

Wohnstube  
Packung  
legt sie in

Ge  
„Das ne  
immer vi  
nun in d  
sitz ich  
größte W  
Be

M  
De  
Familie,  
Verwand  
Mein 3  
goldene  
abzuhole  
mit, wel  
des Tag  
kurz dan  
in freud

M  
Frau ei  
schreckt  
und fin  
Augen,  
Munde,  
Mittern  
rieten d  
in das  
sichts v  
legte es  
Leuten  
Kindes  
hören k  
wußten  
war das

M  
Ich kan  
(erst 2  
lich vor  
Kuchen  
Kompot



Wohnstube, legt dabei ein Kopfkissen unter ihr Köpfchen und, nachdem die Packung vollendet ist, trägt man dieselben in die Schlafstube zurück und legt sie in die Wiege oder in das Bett.

### Kinderkrankheiten geheilt.

Geehrter Herr Bilz! Vor zwei Jahren schaffte ich mir Ihr Buch „Das neue Naturheilverfahren“ an, und da wir fünf Kinder besitzen, welche immer viel mit Kinderkrankheiten zu kämpfen hatten, so habe ich mich nun in allem nach Ihrem Buche gerichtet und Gott sei Dank, jetzt besitze ich gesunde und kräftige Kinder. Daß ich nun zu Ihnen das größte Vertrauen habe, können Sie sich wohl denken.

Berlin, Langenbeckstraße 10, I.

Louise Gerfin.

### Kinderkrankheit. (Todesfall aus meiner Familie.)

Der erste Sonntag im Mai 1872 war ein großer Tag in meiner Familie, es wurde Kindtaufszeit gefeiert, wozu außer den Paten des Kindes Verwandte und Freunde, sowie Eltern und Schwiegereltern geladen waren. Mein 3-jähriges Töchterchen bekam zu diesem Freudenfest noch ein Paar goldene Ohrringe, darauf ging ich mit ihr nach dem Bahnhof, um Freunde abzuholen, die Großmutter brachte der kleinen Enkelin 2 rote, gekochte Eier mit, welche das Kind nach und nach verzehrte. Nachdem dasselbe im Laufe des Tages Kuchen u. und zuletzt noch ein Abendbrot gegessen, wurde es kurz danach von der Köchin zu Bett gebracht. Das Kindtaufszeit verlief in freudigster Stimmung bis in die Nacht hinein.

Nachdem das Kind einige Zeit geschlafen haben mochte, hörte meine Frau ein lautes Röcheln und findet, das dasselbe in Krämpfen liegt; erschreckt darüber ruft sie mich, ich, sowie unsere Gäste laufen eiligt hinauf und finden das Kind stark in Krämpfen liegend, es röchelt, verdreht die Augen, schmeißt mit den Armen, später bildete sich ein Schaum vor dem Munde, wir alle stehen erschreckt und sprachlos da (es mochte schon nach Mitternacht sein und deshalb war nicht gut ein Arzt zu bekommen, auch rieten alle älteren Personen davon ab, sie sagten, reißen wir lieber nicht in das Kind hinein, sonst könnte leicht eine schlimme Verstellung des Gesichtes verbleiben). Meine Mutter griff nach dem neuen Testament und legte es dem Kinde unter den Kopf, wie dies heute noch oft von alten Leuten geschieht, was selbstverständlich auch nichts half. Das Röcheln des Kindes wurde lauter und lauter, so daß man es später in der Nachbarschaft hören konnte, wir rangen uns verzweifelt vor Schmerz die Hände und wußten nicht, was wir anfangen sollten. Nach etwa 1½ bis 2 Stunden war das Kind tot.

Was war die Ursache dieses plötzlichen Erkrankungs- und Todesfalles? Ich kann mir keinen andern Grund denken, als Überladung des Magens (erst 2 hartgekochte Eier — heute weiß ich, wie schwer dieselben, namentlich von Kindern zu verdauen sind, damals nicht — im Laufe des Tages Kuchen u., kurz vor Schlafengehen Abendbrot, als etwas Suppe, Fleisch, Kompott u., welches dem Kinde von der Köchin gereicht wurde und zwar,



wie schon erwähnt, kurze Zeit bevor dasselbe zu Bett gebracht wurde. Der volle Magen konnte die zuviel genossenen und schwer verdaulichen Nahrungsmittel nicht durcharbeiten, es entstand naturgemäß ein großer Blutandrang nach diesem Organ, wodurch die Krämpfe eintraten. (Das Kind war vor dem ferngesund und hatte noch niemals Krämpfe gehabt.)

Hätte ich damals die Naturheilmethode gekannt so hätte ich das Kind herausgenommen und eine kräftig ausgeführte Ganzabreibung, bei welcher besonders Arme und Beine berücksichtigt worden wären, vorgenommen, um so das Blut von innen, wo es durch Überhäufung die Erstickungskrämpfe erzeugte, nach der Hand und den Gliedmaßen abzuleiten und dadurch die inneren Organe vom Blutandrang entlastet, wodurch bestimmt mein Kind gerettet worden wäre, zumal es sicher noch Zeit dazu war, als wir die plötzliche Erkrankung desselben merkten; so aber mußte es unter unbeschreiblichem Schmerz der Eltern und aller Angehörigen, ohne daß Hilfe möglich war, umkommen.

Dieser Tag bleibt mir unvergesslich.

Welchen großen Wert bei so plötzlich auftretenden Krankheiten hat es da nicht, wenn man Kenntnis in der Naturheilmethode erlangt hat. Vielleicht wäre schon mit einer einzigen kräftig ausgeführten Ganzabreibung oder höchstens mit einer darauffolgenden Ganzpackung bez. Bettdampfbad alle Gefahr beseitigt und das Kind gerettet gewesen.

Ganz unter denselben Erscheinungen erkrankte mir im Juni 1892 wieder ein Kind von 2 Jahren. Als ich in das Schlafzimmer des Kindes trat, das etwa seit 2 Tagen etwas unwohl war, fand ich es stark röchelnd, mit starrem Blick und Schaum vor dem Munde und die Hände krampfhaft geballt; ich erschrak nicht wenig über diesen Anblick, weil ich fast ganz dasselbe Bild wieder vor Augen hatte wie vor zwanzig Jahren, wie obiger Todesfall berichtet. Ich fing sofort an, Hände und Füße zu reiben, rannte aber, nachdem kein schneller Erfolg eintreten wollte, fort und holte meine Frau herbei. Wir rieben zu zweien Hände, Füße, Brust und Rücken des Kindes und magnetisierten es auch, bis endlich der Erstickungskrampf wich und das Kind ruhiger wurde. Dann bereiteten wir schnell eine Ganzpackung (Bettdampfbad) vor, legten das Kind hinein und eine Dampfkrufe an die Füße; anfänglich schien es, als wenn der Krampf wieder zunähme, sobald jedoch die Dampfkrufe die Füße richtig erwärmt hatte, schlief das Kind ruhig ein, und nachdem es etwa 2 Stunden geschlafen, war alle Gefahr vorüber, nur daß das Kind denselben Tag nicht schlingen, sprechen und laufen konnte, so sehr war es durch den Krankheitsfall angegriffen. Hätte ich diesmal auch keinen andern Rat gewußt als vor zwanzig Jahren, mein Kind wäre wahrscheinlich wieder so schnell gestorben (erstickt). So aber ging es den andern Tag schon wieder mit spazieren.

### Kinderkrankheiten. (Krankengeschichte.)

Von A. Riell.

Im März 1877, mittags 2 Uhr, kam ein junger Herr zu mir gefahren und brachte mir die Meldung, daß das einzige Kind seines Schwagers sehr krank sei, wohl schon im Sterben liege, daß aber trotzdem die Eltern

mit der W  
wünschten.  
Stricke rei  
dem Rufe  
dem junge

Unter  
alt sei, so  
berühmtest  
pathen, ga  
würde inn  
weiter, do  
verleiten  
machen; o  
manchem  
Ärzte, wel  
unheilbar  
doch noch

Sn  
wenigstens  
Mutter, e  
untersucht  
hochrotem.  
Rörperbau  
indes doch  
mauent st  
sie wurden  
einer eint  
wiederholt  
Gesamtzu  
Steifheit  
einen Inn

Des  
lich einen  
arzt berük  
heftige Ge  
Medizinen  
schlimmer  
Dr. S.;  
Tag merk  
mächtig s  
deutende  
auf Rettr  
daß, als  
suchen sol  
lassen Si

Das  
frische Lu  
träglich e



mit der Wasserkur doch noch den letzten Versuch zu dessen Rettung zu machen wünschten. Aha, schon wieder im Sterben, dachte ich, dann erst, wenn alle Stricke reißen, kommt man zu den misachteten Naturärzten. Wenig geneigt, dem Rufe Folge zu leisten, fuhr ich doch, wenn auch etwas widerwillig, mit dem jungen Manne zu dem sterbenden Kinde.

Unterwegs vernahm ich von ihm, daß das Kind nur sechs Monate alt sei, schrecklich an Epilepsie (epileptische Krämpfe) leide, von den zwei berühmtesten Ärzten der Stadt Triest, einem Allopathen und einem Homöopathen, ganz aufgegeben sei, ja, daß der letztere Arzt erklärt habe, das Kind würde innerhalb sechs Stunden tot sein. Schöne Aussichten, dachte ich mir weiter, da ist es beinahe gescheiter, ich lehre wieder um, als daß ich mich verleiten lasse, einen Rettungsversuch vorzunehmen, nur um Fiasco zu machen; aber andernteils reizte mich doch wieder das Bewußtsein, schon manchem Patienten auf die Beine geholfen zu haben, den die approbierten Ärzte, welche meistens das Wissen allein gepachtet zu haben glauben, als unheilbar oder rettungslos erklärt hatten. — Wer weiß, vielleicht ist hier doch noch Rettung möglich — also weiter gefahren, vorwärts.

In das Zimmer des reich ausgestatteten Hauses eintretend, fand ich wenigstens sieben Frauengestalten ratlos um das Krankenbett, nämlich die Mutter, einige Tanten, Freundinnen und Hebammen. Indem ich das Kind untersuchte, fand ich es bewußtlos, mit stark erweiterten starren Pupillen, hochrotem, aber nicht heißem Kopf, überhaupt fieberlos, nebenbei schwächlichen Körperbaues (da es von seiner Mutter nur sieben Monate getragen worden), indes doch gut genährt. Die Extremitäten fand ich zum Glück nicht permanent steif, wie dies häufig nach Gehirnentzündungen der Fall ist, sondern sie wurden es nur in den sogenannten epileptischen Anfällen, deren gerade einer eintrat und ganz analog wie bei Erwachsenen verlief; diese Anfälle wiederholten sich bald schwächer, bald stärker, circa alle 20 Minuten. Der Gesamtzustand des tödlich kranken Kindes, besonders die nicht permanente Steifheit der Extremitäten, ließ mir noch einen Funken, allerdings auch nur einen Funken von Hoffnung zur Rettung desselben.

Des weiteren vernahm ich dann, daß das Kind vor sechs Tagen plötzlich einen Friesenanstfall bekam. Der Hausarzt Dr. L., welcher als Kinderarzt berühmt, wurde sogleich gerufen und erklärte, daß zum Zahnprozeß eine heftige Gehirnentzündung getreten sei. Er reichte dem Kinde nebst anderen Medicinen auch Kalomel, da es aber trotzdem bis zum dritten Tage immer schlimmer wurde, riefen die Eltern den berühmtesten Homöopathen der Stadt, Dr. H.; auf dessen erste Medizin schien das Kind wirklich einen halben Tag merklich besser zu sein, dann aber verschlimmerte sich sein Zustand allmählich so, daß auch er am sechsten Tag der Krankheit, nachdem eine bedeutende Gehirnhöhlenausschwitzung (Erythemat) eingetreten war, jede Hoffnung auf Rettung aufgab. Zur Ehre dieses Mannes muß ich indes erwähnen, daß, als die Eltern ihn fragten, ob sie nicht doch noch die Wasserkur versuchen sollten, er ihnen zur Antwort gab: „Ja, dies ist Ihre heilige Pflicht, lassen Sie sofort den Wasserarzt holen.“

Das erste, was ich vornahm, war, daß ich beide Fenster aufriß, um frische Luft voll einströmen zu lassen. Dieses Vorgehen soll, wie ich nachträglich erfuhr, einen höchst imponierenden Eindruck auf das anwesende



Frauenheer gemacht haben. Dann folgten nach und nach die verschiedenen Anwendungsformen, die ich der Kürze wegen hier übergehen will.

Nach mehrtägiger Behandlung waren die epileptischen Anfälle allmählich in leichte Zuckungen übergegangen, das Kind nahm reichlicher Ammenmilch zu sich, schlief ruhiger und länger. Ebenso hatten die entleerten grünen Stuhlgänge, so wie sie zugenommen, allmählich auch wieder abgenommen und sich schließlich ganz verloren. Obwohl nun das Kind immer noch nicht bei Bewußtsein war, so konnte ich es doch am zwölften Tage als außer Todesgefahr stehend erklären.

An diesem Tage überreichte ich der niedergedrückten Mutter ein Kameliensbouquet mit den Worten: „Heute betrachten Sie das Kind als außerhalb der Todesgefahr, dieses rosigblühende Bouquet nehmen Sie als Symbol eines Ihnen vom Schöpfer wiedergeschenkten jungen Lebens. an!“ Ein krampfhaftes Schluchzen, ein Strom von Freudenthränen und ein warmer Händedruck bildeten die Antwort, den bereiten Ausdruck der im höchsten Grade freudig erregten Mutterbrust. Dieser Moment war der schönste in meinem dreißigjährigen ärztlichen Wirken! Vor Gemütsbewegung waren mir die Thränen selbst nahe.

Ein paar Monate später folgte auch ein objektiver Ausdruck des Dankbarkeitsgefühls, indem man mich in Beldeß mit einem silbernen, schön vergoldeten Pokal als Extrahonorar ganz unerwartet überraschte.

Auf dem Pokal stehen folgende sechs Strophen eingraviert:

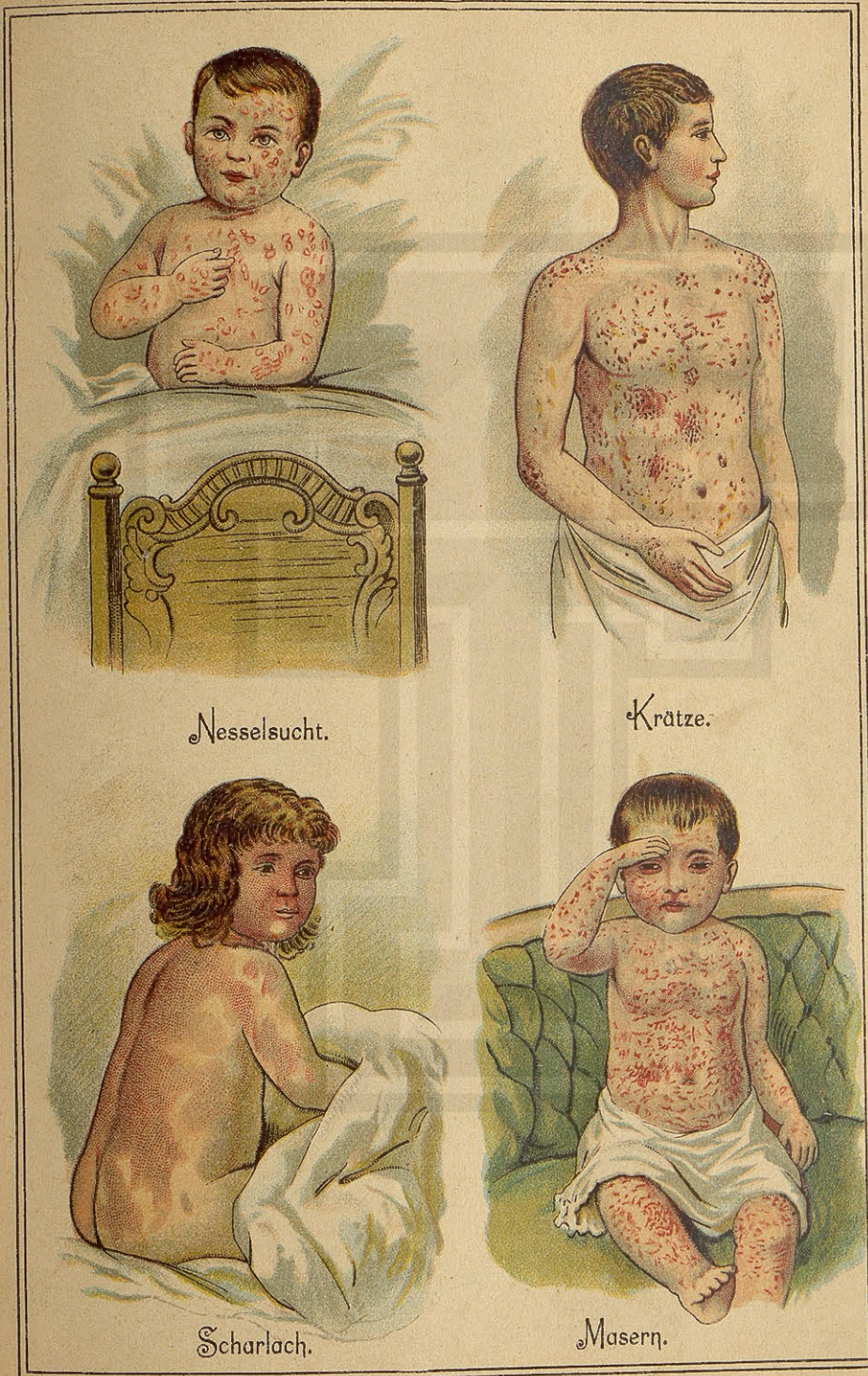
#### M. R.

Du gabst mir Ruhe, als durch die jungen Glieder  
Der Krankheitssturm sich rasilos durchgewühlt,  
Du hast mir wie mit himmlischem Gefieder  
Am heißen Tag die Stirne sanft gekühlt;  
Du schenkest mir der Erde beste Gaben:  
Gesundheit, Leben, wo den Tod sie sahen! Egon Robelli.

Noch an jenem herrlichen zwölften Tage ließ ich das Kind ein paar Stunden in einen mit großen Kastanienbäumen bepflanzten Garten hinaustragen beziehungsweise in seinen Wagen legen; als dies der leitbehandelnde homöopathische Arzt erfahren hatte, soll er vor Erstaunen und Entsetzen die Hände über dem Kopfe zusammengeschlagen haben. Ein Teil der anderen Ärzte aber, über meine gelungene Kur neidisch, haben seitdem ihre Gleichgültigkeit gegen die Wassertur in ein auffallend feindliches Verhalten umgewandelt; als sie vernahmen, daß das Kind außer Todesgefahr sei, verbreiteten sie das für die Medizin leider gültige Märchen, das Kind werde wohl am Leben bleiben, aber einen tüchtigen Leck würde es doch immer behalten, nämlich blind oder blödsinnig bleiben. Die erschreckten Eltern tröstete ich damals mit vollster Zuversicht damit, daß der Verlauf der Krankheiten bei naturgemäßer Behandlung ein ganz anderer sei, als bei allo- oder homöopathischer, was seinen Grund darin habe, daß wir Naturärzte nicht die äußeren Symptome, sondern die Ursachen, nämlich die kranken Säfte und die gestörten Blutgefäße und Nervencirculation zu korrigieren trachten. Das Heilsystem der Mediziner besteht darin, die Krankheits Symptome zu unterdrücken, was ihnen auch oft gelinge, wobei dann aber die kranken Säfte



## Kinderkrankheiten.



Nesselsucht.

Krätze.

Scharlach.

Masern.



im Körper fortwirken können und dann meistens bleibende Funktionsstörungen die Folgen wären. Hier liege jedoch der Fall ganz anders, die epileptischen Anfälle seien eine Folge des in die Gehirnhöhle sich gezogenen krankhaften Blutes. Durch die bedeutende kritische Eiterung auf der Haut und die grünlichleimigen, jedenfalls auch kritischen Stuhlgänge sei demselben eine treffliche Abzugsbahn geschaffen worden. Bei diesen ausgiebigen Reinigungsprozessen hätten die Krampfsymptome allmählich sich verloren und bei der Schließung der Wunden, welche das beste Zeichen der vollendeten Körperreinigung sein würde, würde das Gehirn wieder regelrecht funktionieren. Es seien also solche, wie von den Medicinern angedeutete schreckliche Nachwehen bei der Medizin, wo man specifisch auf die Krämpfe einwirke, wohl erklärlich, aber bei der Naturheilmethode könnten sie bei so entschieden kritischer Reinigung des Körpers, also Hebung der Ursache wie hier, nie eintreten. Die Eltern waren mit dieser Erklärung denn auch wieder beruhigt.

Bereits ist ein Jahr seit der Erkrankung des Kindes verflossen, das Kind ist frisch und gesund, es hat sich also meine Behauptung ganz bestätigt. Am Jahrestag ehrte mich die Mutter samt Kind durch eine Dankes- und Gratulationsvisite.

### Kinderkrankheiten. (Krankengeschichte.)

Von D. Wagner, Direktor der Bützschschen Naturheilanstalt in Dresden-Madebeul.

Am 31./10. 1893 wurde ich zum Fleischermeister Lindner in Leisnig gerufen. Auf mein Befragen, ob die Angehörigen Mitglieder des Naturheilvereins seien, wurde mir angegeben, daß sie die Naturheilkunde nur vom Hörensagen kennen und mit den Anwendungsformen nicht vertraut wären. Die beiden medizinischen Ärzte hätten jedoch die Patientin, ein Kind von 5 Jahren, aufgegeben und da wollten sie, um sich später nicht den Vorwurf machen zu müssen, etwas unversucht gelassen zu haben, noch einen Versuch mit dem Naturheilverfahren machen. Ich sah mir Patientin an und fand selbe in einem recht bedenklichen Zustande. Das Bewußtsein war vollständig aufgehoben, es war unmöglich, auf gestellte Fragen Antwort zu erhalten. Das Gesicht war geröthet, schmerzhaft verzogen, und ein öfteres Greifen nach dem Kopfe ließ darauf schließen, daß heftige Kopfschmerzen bestehen mußten. Daneben bestand noch seit mehreren Tagen unstillbares Erbrechen, so daß selbst die eingeflößten Medicamente wieder erbrochen wurden. Die Haut war weiß und schlaff, mit klebrigem Schweiß bedeckt, Hände und Füße kalt, der Puls verlangsamt und fadenförmig, die Herzthätigkeit sehr unregelmäßig und aussetzend, dabei hohes Fieber von  $41,5^{\circ}$  und öftere starke Krampfanfälle.

Die bisherige Behandlung der Kranken hatte in Fütterung mit allen möglichen Arzneien bestanden. So stand auf dem Nachttischchen noch Digitalis, Tct. Strophanti, Chloralhydrat, Morphinum, die in lieblichem Wechsel verabreicht worden waren, daneben noch Eisblase auf den Kopf. Mit welchem Erfolge, das zeigte der Zustand der Kranken. Es war mir nun sofort nach der Untersuchung klar, daß wir es hier mit einer recht heftigen Gehirnentzündung zu thun hatten und daß kein Augenblick zu verlieren



war. Sofort wendete ich zur Ableitung des Blutandranges Aëstier von 20° R. =  $\frac{1}{4}$  Liter und beruhigende Ganzpackung von 20° R. mit kühlen, öfters zu wechselnden Kompressen auf die Stirn an. Die Wirkung war eine denkbar gute. Patientin warf sich nicht so im Bett herum, phantasierte auch nicht so stark wie vorher, kurz, sie erschien im ganzen ruhiger. Es folgte darauf Ganzwaschung (18° R.) und Wadenpackung mit Leibumschlag nebst Wärmflasche an die kühlen Füße, welches zur Folge hatte, daß Patientin die Nacht ziemlich gut verbrachte und am andern Morgen das Fieber um 2° R. gefallen war.

Als in der Frühe des nächsten Tages den Medizinern abgesagt worden, hatte der eine ein ungläubiges Lächeln für die Anwendung dieser Methode und er wünschte viel Glück. Doch hatten wir bei unserer Patientin, trotz der vorübergehenden Besserung, noch lange nicht gewonnen. Schon im Laufe des nächsten Tages kehrten die Phantasien und Träume, wie Krampfanfälle zurück, und da hieß es, von neuem mit Ausdauer und Energie arbeiten, um dem Tode sein fast sicheres Opfer zu entreißen. Ableitende Packungen, beruhigende Bäder, erfrischende Waschungen, Aëstiere u. in der richtigen Weise und im richtigen Wechsel nebst milder Diät angewandt, vermochten es schließlich doch, die Macht der Krankheit zu brechen, so daß ich am 9. Tage die Kranke außer Gefahr erklären konnte und die Genesung langsam vorwärts ging.

### Kinder, die Sterblichkeit derselben.

Aus Dr. Mehnerts Buch „Wie nährt man sich gut und billig“.

An der entsetzlichen Sterblichkeit der Kinder im ersten Lebensalter ist vor allem eine schlechte Aufzucht, das Unterlassen des Selbstnährens, dann das zu frühe Austragen und die Trunksucht der Eltern schuld.

Beinahe ein Drittel aller Sterbefälle der Kinder im ersten Lebensalter ist durch Krankheiten der Verdauung und Ernährung verursacht; im zweiten Jahre treten die Krankheiten der Atmungsorgane in den Vordergrund, weil schon im ersten Lebensjahre die meisten Kinder gestorben sind, deren Kräfte einer herzlosen und unpassenden Ernährung nicht gewachsen waren. Die Kindersterblichkeit ist in solchen Gegenden, wo die Aufzucht üblich geworden, gerade noch einmal so groß als da, wo die Mütter stillen.

Folgende kleine Tabelle spricht lauter, als tausend Zungen reden können.

| Art der Ernährung auf je 1000 Kinder angewendet | Es zeigten von je 1000 Kindern sehr gutes Gedeihen | mittleres Gedeihen | schlechtes Gedeihen | Es starben vor Ablauf eines Jahres |
|-------------------------------------------------|----------------------------------------------------|--------------------|---------------------|------------------------------------|
| Muttermilch . . . . .                           | 610                                                | 190                | 118                 | 82                                 |
| Ammenmilch . . . . .                            | 260                                                | 254                | 306                 | 180                                |
| Künstliche Ernährung .                          | 90                                                 | 147                | 253                 | 510                                |

In die Kinder durch die 3216 ver-

So unter Cur wenn Ihr Curer Br in reicher Kind für

Kin

Das nicht un- thun? G durch nich solche Ab reibungen sundheit f bar, daß Standpun armen Ji Klagen ü hervorgeri sah: „Tü daß man Ernärmu Körper m bei starke wie dicht es wollen Überziegg haben die werden.

Hygieni Rousseau, Th. Hahr wissenschaft daß es gehen, und in heit hind an kalten Privatgar ist, die F



In Berlin wurde der Verlust an Menschenleben, welcher dadurch, daß die Kinder statt mit Muttermilch auf andere Weise ernährt wurden, bezw. durch die Qualität dieser anderen Ernährung entstanden ist, für 1878 auf 3216 veranschlagt.

So sorgt denn, Ihr Mütter, dafür, daß Ihr Eurem Kinde, das Ihr unter Eurem Herzen tragt, eine reichliche und gehaltreiche Milch geben könnt, wenn Ihr das Kind an Euer Herz drücken werdet, und ruht es dann an Eurer Brust, dann sorgt, daß es aus Euch und durch Euch die Nahrung in reicher Fülle nehmen könne, die für das Kind geschaffen ist, wie das Kind für sie.

### Kinder gesund zu erziehen, ein Wort an die Eltern.

Das kostbarste Gut des Menschen ist die Gesundheit. Ist es also nicht unsere erste Pflicht, alles zu ihrer Erhaltung, ihrer Kräftigung zu thun? Eine solche Kräftigung und damit zugleich Erhaltung wird aber durch nichts besser erreicht, als durch Abhärtung in der Kindheit. Eine solche Abhärtung kann in erster Reihe durch tägliche kühle Bäder, Abreibungen u. erreicht werden, dann aber auch durch eine richtige, der Gesundheit förderliche Verteilung der Bekleidung. Es ist ja nun unbestreitbar, daß die letzten Jahrzehnte in der Kinderbekleidung vom hygienischen Standpunkt große Fortschritte gezeitigt haben. Nur in Bezug auf die armen Füße wird noch immer auf das grösste gesündigt, wie die ewigen Klagen über „kalte Füße“ und Erkältungen, die durch Naßwerden der Füße hervorgerufen wurden, beweisen. Allerdings ist der gesundheitliche Grundsatz: „Füße warm“ richtig; aber derselbe ist durchaus nicht so zu verstehen, daß man die Füße möglichst warm einpacken soll. In Bezug auf eigene Erwärmung stehen die Füße nämlich in genau demselben Verhältnis zum Körper wie die Hände; während aber die große Mehrzahl die Kinder selbst bei starker Kälte mit bloßen Händen gehen läßt, wissen die Leute gar nicht, wie dicht und warm sie die Füße der Kinder einpacken sollen. Da giebt es wollene Strümpfe, warme Schuhe, Einlegesohlen, gefütterte Gummischuhe, Überziehgamaschen — und trotz alledem — oder vielmehr gerade deshalb — haben die Kinder kalte Füße und sind krank, wenn ihre Füße einmal naß werden. Dagegen ist es schon wiederholt von hervorragenden Hygienikern und Pädagogen — ich will nur die Namen Pestalozzi, Rousseau, Locke, A. Rikli, H. Ranz, Pfarrer Aneipp, Dr. med. Vogel, Th. Hahn, Löwenbruck, Dr. Schmidt in der Encyclopädie der Erziehungswissenschaften von Dr. Schmidtbauer nennen — ausgesprochen worden, daß es nichts Gesünderes giebt, als möglichst viel barfuß zu gehen, und daß die Kinder fast immer barfuß gehen sollten, und in der That beweist die Erfahrung, daß Leute, die ihre ganze Kindheit hindurch barfuß gegangen sind, viel unempfindlicher sind und selten an kalten Füßen oder dergleichen leiden. Auch kann sich ein jeder in seinem Privatgarten leicht davon überzeugen, welche Wohlthat es z. B. im Sommer ist, die Füße der Luftpflanzen auszuwaschen, wie das den ganzen Körper erfrischt und



bei häufiger Anwendung die Füße so abhärtet, daß sie gegen Nässe und Kälte ziemlich unempfindlich werden. Durch den Kältereiz wird das Blut eben vom Kopfe in die Füße gezogen und diese also gründlich erwärmt. In einzelnen Gegenden auf dem Lande sind ja die Kinder einfacherer Leute noch heute so glücklich, daß ihnen diese Abhärtung im ausgedehntesten Maße zu teil wird. In Nordostdeutschland giebt es auf dem Lande noch Kinder, welche noch nie einen Strumpf an hatten, sondern höchstens bei strenger Kälte Pantinen tragen. Und wie gesund sind diese Kinder! Und andern, die an vieles Barfußgehen gewöhnt sind, macht es nichts, wenn sie im Winter zerrissene Stiefel anhaben, durch die das Wasser ein- und ausrinnt.

Wenn man nun aber auch die Nützlichkeit des Barfußgehens anerkennt, so wird man doch einwenden, daß wohlhabendere Städter ihre Kinder höchstens in der Stube oder im Privatgarten so gehen lassen können, da es sonst zu „bettelhaft“ aussehen und dieselben sich auch zu schmutzige Füße machen würden. Darum sei ein Vermittelungsvorschlag gemacht, der es auch wohlhabenden Städtlern ermöglichen würde, ihre Kinder dadurch abzu- härten, daß die Füße derselben der Luft ausgesetzt werden.

Man lasse die Kinder Sandalen tragen. Dieselben schützen den Fuß gegen Schmutz, Nässe und Verletzungen und ermöglichen überdies im Entwicklungsstadium eine naturgemäße Entwicklung der Füße und beugen so den zahlreichen Fußverkrüppelungen, Hühneraugen u. vor, die ja vornehmlich im Kindesalter erworben werden. Das wäre eine ebenso gesunde, wie hübsche Sommertracht (in der Stube könnte sie auch im Winter angewendet werden), denn mit bunten Bändern am zierlichen Kinderfuße befestigt, würden sich solche Sandalen ganz reizend ausnehmen, in jedem Fall viel niedlicher als die häßlichen, die Füße verunstaltenden Lederschuhe. Man hat die aus Schottland stammende hübsche und ebenfalls sehr gesunde Tracht der nackten Knie und Waden in vielen Gegenden ganz allgemein angenommen, ja fast zur Mode gemacht, warum sollte ein Gleiches nicht mit der noch viel gesünderen, praktischeren und hübscheren der Kindersandalen möglich sein. Es kommt bei derartigen Dingen ja nur darauf an, mit Energie den ersten Versuch zu wagen; ist es erst zur Mode geworden, dann findet niemand etwas Auffälliges dabei, sondern im Gegenteil, alle Welt ahmt es nach. Wer seine Kinder gesund und kräftig erziehen will, sollte das anfängliche Verwundern der bloßen Masse nicht scheuen und von diesem Vorschlag Gebrauch machen, den Kindern würde eine Wohlthat und Freude damit bereitet. Ich wüßte keine Tracht, die z. B. für den Aufenthalt in Seebädern, wo sich jetzt die Kinder fortwährend nasse Schuhe und Strümpfe holen, praktischer, hübscher und geeigneter wäre.

Was nun die Beschaffung solcher Sandalen anbelangt, so wird jeder Schuhmacher dieselben gern auf Bestellung anfertigen. Das beste Material wäre Rork mit Lederunterlage, und sie müssen nach dem auf den Boden gestellten Fuß zugeschnitten und zu besserem Halt mit einem kleinen Gack- leder versehen werden. Vor allem möchte ich die sog. Gesundheitschuhe, Paradieschuhe, empfehlen, weil man dieselben, ohne Aufsehen zu erregen,

überall tr  
man solch  
Die  
für ihre  
so viel a  
Straße n  
Strümp  
sich ebenf  
Kinder sch  
Moden“  
durchgäng  
auch heu  
Es gilt d

RI  
RI  
RI  
RI  
RI  
RI  
RI  
RI  
RI  
RI  
RI  
RI

methode  
katholisch  
Webersle  
dem er e  
Wunsch  
seine arm  
sein Wat  
Einleitun

Tasche  
Weberge  
des Her  
Ausschar  
lange, l  
wie man  
Ort zu  
behilflich



überall tragen kann. Falls dieselben am Orte nicht zu haben sind, kann man solche, sowie andere Sandalen durch meine Naturheilanstalt beziehen.

Diejenigen, welche sich durchaus nicht zu der nützlichen Sandalentracht für ihre Kinder entschließen können, sollten dieselben wenigstens zu Hause so viel als möglich barfuß gehen lassen und ihnen im Sommer auf der Straße niedrige Schuhe aus leichtem Stoff (Seide oder Leinen) und keine Strümpfe anziehen, wie in Brasilien Frauen und Kinder gehen und was sich ebenfalls sehr hübsch ausnehmen und gesund sein würde. Dies ist für Kinder schon einmal Mode gewesen, und im „Journal des Luxus und der Moden“ vom Jahre 1803 lesen wir: „In England tragen die Kinder durchgängig keine Strümpfe.“ Was damals Mode werden konnte, ließe sich auch heute zum Wohle der Kinder einführen. Man wage den Versuch! Es gilt das Wohl der Kinder!

**Kinderlosigkeit**, siehe Inhaltsverzeichnis.

**Kinderlegen, zu großer, Vermeidung desselben**, siehe S. 415.

**Kinnladerkrampf**, siehe „Gesichtskrampf“.

**Klavierkrampf**, siehe „Schreibkrampf“.

**Kleiderlaus**, siehe „Ungeziefer“.

**Kleidung**, siehe Inhaltsverzeichnis.

**Klopfmassage**, siehe Inhaltsverzeichnis.

**Klumpfüße** siehe „Orthopädie“.

**Klysopompe**, siehe Inhaltsverzeichnis.

**Klystier**, siehe Inhaltsverzeichnis.

**Klystierspritze**, siehe Inhaltsverzeichnis.

**Kneipp — Kneippkur.** Wer ist Kneipp, der durch seine Heilmethode in neuerer Zeit so viel von sich reden gemacht hat? Kneipp war katholischer Priester in Wörishofen in Bayern. Er wurde als Sohn armer Webersleute am 17. Mai 1821 in Stefansried in Bayern geboren. Trotzdem er ein geistig sehr gut beanlagter Knabe war und auch den sehnlichsten Wunsch in sich fühlte, zu studieren, d. h. Pfarrer zu werden, hatten jedoch seine armen Eltern nicht die Mittel dazu und mußte er infolgedessen, wie sein Vater, auch Weber werden. Seinen Lebenslauf erzählt Kneipp in der Einleitung seines Werkes „Meine Wasserkur“ selbst wie folgt:

„Ich war über 21 Jahre alt, als ich mit dem Wanderbuche in der Tasche die Heimat verließ. Das Wanderbüchlein charakterisierte mich als Webergesellen, doch seit meiner Kindheit lagen stand es auf den Blättern des Herzens anders geschrieben. Mit namenlosem Weh und sehnfüchtiger Aussicht nach Verwirklichung meines Ideals hatte ich auf diesen Abschied lange, lange Jahre gewartet: ich wollte Priester werden. So ging ich, nicht, wie man hoffte, das Weberschifflein weiter zu rudern, sondern ich eilte von Ort zu Ort und suchte, ob ich nicht jemanden fände, der mir zum Studieren behilflich wäre. Da nahm sich der Kaplan Merkle meiner an, gab mir zwei



Jahre hindurch Privatunterricht und bereitete mich mit so unermüdlichem Eifer vor, daß ich schon nach diesen zwei Jahren ins Gymnasium aufgenommen werden konnte. Die Arbeit war keine leichte und allem Anscheine nach eine vergebliche. Nach 5 Jahren der größten Entbehrung und Anstrengung war ich körperlich und geistig gebrochen. Der Vater holte mich einst aus der Stadt, und noch klingen mir die Worte des Wirtes in den Ohren, bei dem wir rasteten. „Weber,“ sagte er, „dieses Mal holt Ihr den Studenten zum letzten Mal.“ Der Wirt war nicht der einzige; mit ihm teilten andere dieselbe Ansicht. Ein damals berühmter Militärarzt galt als großer Menschenfreund und als hochherziger Helfer armer Kranker. Im vorletzten Jahre meiner Gymnasialzeit besuchte er mich 90mal, im letzten Jahre wohl über 100mal. So gerne hätte er mir geholfen; aber das fortschreitende Siechtum siegte über seine ärztlichen Kenntnisse und seine stets opferbereite Nächstenliebe. Ich selbst hatte längst alle Hoffnung aufgegeben und sah mit stiller Ergebung meinem Ende entgegen.

Der Zufall spielte mir ein unscheinbares Büchlein in die Hand; ich öffnete es; es handelte von der Wasserheilkunde. Ich blätterte hin und blätterte her; da stand Unglaubliches. Am Ende, so bligte ein Gedanke auf, findest du gar deinen selbsteigenen Zustand. Ich blätterte weiter. Richtig, das paßte, das stimmte; das war fast bis aufs Haar getroffen. Welche Freude, welcher Trost! Neue Hoffnungen elektrisierten den welken Leib und den noch welkeren Geist. Das Büchlein wurde znerst der Strohalm, an den ich mich klammerte; nach kurzer Zeit war es der Stab, auf welchen sich der Kranke stützte; heute gilt es mir als das Rettungsboot, welches eine barmherzige Vorsehung mir zur rechten Zeit, in der Stunde der höchsten Not, sandte.

Das Büchlein, das von der Heilkraft des frischen Wassers handelt, ist von einem Arzte (Dr. S. Hahn) geschrieben. Ich probierte  $\frac{1}{4}$  Jahr,  $\frac{1}{2}$  Jahr; ich fühlte keine wesentliche Besserung, aber auch nie Nachteile. Das gab Mut. Es kam der Winter des Jahres 1849; ich war wieder in Dillingen. Wöchentlich 2—3 mal suchte ich eine einsame Stelle und badete einige Augenblicke in der Donau. Rasch war ich der Badestelle zugeeilt, noch rascher marschierte ich nach Hause in die warme Stube. Schaden brachte diese kalte Übung nie, Nutzen, wie ich meinte, nicht viel. Im Jahre 1850 kam ich in das Georgianum nach München. Da fand ich einen armen Studenten, dem es noch schlimmer erging als mir selbst. Der Anstaltsarzt weigerte sich, ihm zur Ausstellung des für die Weihe notwendigen Titels ein Gesundheitszeugnis zu schreiben; denn, so lautete das Verdikt, er lebe nicht mehr lange. Jetzt hatte ich einen lieben Kollegen. Ich weihte ihn ein in die Mysterien (Geheimnisse) meines Büchleins, und wir beide probierten und praktizierten um die Wette. Der Freund erhielt binnen kurzer Frist vom Arzt das gewünschte Zeugnis und lebt heute noch. Ich selbst erstarkte mehr und mehr, wurde Priester und lebe im hl. Berufe schon über 36 Jahre. Meine Freunde schmeicheln mir und sagen, daß sie heute noch, wo ich bald 50 Jahre älter bin, meine Stimmkraft bewundern und über meine Körperstärke staunen. Ein treubewährter Freund blieb mir das Wasser; wer kann es mir verargen, daß ich ihm gleichfalls treue Freundschaft bewahre?“

Die  
auch mit  
Wie Knei  
einer bes  
eigentlich  
lehnt sich  
wassertur  
Österr.-S  
die Augen  
nahe dar  
Un  
Wörishof  
welches,  
anwendet  
wo es ih  
Kräutert  
warme V  
De  
Heilweise  
reinen V  
Abbruch.  
vom lan  
hochwür  
um so n  
wie den  
zu behan  
und Geb  
W  
sagt, daß  
Blute b  
Krankhei  
verwend  
lagen,  
Güssen.  
er seine  
zuschreib  
Anwend  
seinem  
diese au  
fahren  
als er  
große L  
besonder  
danken.  
an Ort  
schießen  
sich den  
berufen



Dieses ist in aller Kürze die Lebensgeschichte Kneipps und zugleich auch mit ihr die Geschichte der Entstehung der Kneipp'schen Wasserkur. Wie Kneipp selbst in seinem Werke sagt, will er keineswegs der Schöpfer einer besonderen Heilmethode sein. Seine Heilweise ist, kritisch betrachtet, eigentlich nur ein Zweig des heutigen kombinierten Naturheilverfahrens, er lehnt sich nach jenem oben erwähnten alten Werke besonders an die Kaltwasserkur an, wie solche z. B. auch Vincenz Priessnitz auf dem Gräfenberg in Oesterr.-Schles. ausführte. Kneipp hat aber unstreitig das Verdienst, daß er die Augen der Menschheit wieder auf ein Heilmittel gelenkt hat, welches nahe daran war, in Vergessenheit zu geraten, und das ist das Wasser.

Unter Kneippkur versteht man also das vom Pfarrer Kneipp in Wörishofen ausgeübte Heilverfahren. Von dem reinen Naturheilverfahren, welches, wie bekannt, nur die natürlichen Heilfactoren, Luft, Wasser, Diät etc., anwendet, wich Pfarrer Kneipp bei seiner Methode insofern ab, als er auch, wo es ihm dienlich erschien, aus dem Pflanzenreiche stammende Heil- und Kräutertränke, sowie mit pflanzlichen Ingredienzen versetzte Dampf- und warme Bäder verordnete.

Doch thun diese kleinen — von den Anhängern der arzneilosen Heilweise manchmal etwas allzustreng beurteilten — Abweichungen von der reinen Naturheilweise nicht im geringsten der Wirkung seiner Kurerfolge Abbruch. Seine Patienten sind in jedem Stande und Beruf zu finden, vom landsässigen Fürsten bis zu seinem geringsten Unterthanen herab. Der hochwürdige Herr, eine kernige, markige Priester-Erscheinung, erfreute sich um so mehr der Sympathien des leidenden Publikums, als er den Reichen wie den Armen gleich eingehend, milde und teilnahmsvoll zu beraten und zu behandeln pflegte, welche Umstände wohl nicht zum wenigsten zum Blühen und Gedeihen seiner Kurmethode beigetragen haben mögen.

Was hat Kneipp für eine Idee von dem Wesen der Krankheiten? Er sagt, daß alle Krankheiten im Blute liegen, entweder sich schlechte Stoffe im Blute befinden oder der Blutkreislauf gestört ist und behauptet, daß alle Krankheitsstoffe durch das Wasser herausbefördert werden können. Kneipp verwendet in seiner Kur zu diesem Zwecke das Wasser in Form von Auflagen, Wicklungen (d. h. Einpackungen), Dampfbädern, Waschungen und Güssen. Das kalte Wasser hält Kneipp für besonders wirksam, wohingegen er seinen anderen Anwendungsformen nur eine untergeordnete Bedeutung zuschreibt. Die Eigenart der Kneipp'schen Methode liegt in der Kürze der Anwendungsformen, d. h. kalt und kurz, besonders in seinen Güssen. In seinem Werke sagt er jedoch, daß nicht ein jeder Kranke in der Lage ist, diese auszuhalten und geht in solchen Fällen zu unserem gemäßigten Verfahren über. Viele schöne Heilerfolge hat Kneipp aufzuweisen, besonders, als er mit scharfem Kennerblick die Kuren alle noch selbst leitete. Der große Zuzug von Wörishofen ist in erster Linie der Person Kneipps, im besonderen aber auch der katholischen Geistlichkeit und deren Presse zu verdanken. Massenhaft wanderten Ärzte zu Kneipp, um dessen Heilverfahren an Ort und Stelle zu erlernen, die Kneipp'schen Kaltwasserheilanstalten schiefen wie Pilze aus der Erde, doch sagte selbst Kneipp, daß viele, viele sich den Titel Kneipparzt und Kneippanstalt beilegen, doch wenige dazu berufen und auserwählt sind.



**Kneipp's Diagnose.** Da der Herr Prälat keinen Kranken untersuchte, behorchte oder beklopfte und dabei so berühmte Kuren ausführte, so ist es doch gewiß wissenswert zu hören, wie er zu der Diagnose und zur Aufstellung seines Kurplanes kam. 1. Der erste Blick auf den Kranken, welcher bei Kneipp infolge der vielen Leidenden, die er zu Gesicht bekam, eine große Schärfe erlangt hatte, genügte ihm gewöhnlich. Fand er bleiche und magere Personen, so wußte er, daß sie blutarm sind und schlechte Säfte und wenig Eigenwärme haben; er suchte dem Kranken dann zunächst Wärme und Appetit zu verschaffen; das geschieht in den meisten Fällen durch kurze Teilwaschungen oder Güsse; lokale Verordnungen und Wickel giebt es hierbei nicht. Bei ganz geringer Eigenwärme ließ er den kalten Anwendungen Wärme vorausgehen, z. B. durch Abdampfung desjenigen Körperteils, der unmittelbar darauf einen kalten Guß bekommen soll. Durch den hierdurch erzielten besseren Appetit vermehrt sich Blut und Wärme und wird die Natur zur Thätigkeit angeregt.

2. Bei korpusculenten Personen war sein Augenmerk auf erhöhte Ausscheidung gerichtet. Ist der betreffende dazu herzleidend, so muß das vorsichtig geschehen (Fettleibige sind häufig mehr oder minder herzleidend). Obwohl der Mediziner bei Herzleiden das Wasser ganz verwirft, so war Kneipp dennoch ganz entgegengesetzter Meinung. Er sagte sich: Jedem Herzleidenden ist geregelter Blutlauf wohlthuend, das kann aber nur durch richtige Wasseranwendungen erreicht werden. Man leitet z. B. durch Knie-, Schenkel- und Rückengüsse das Blut abwärts vom kranken Herzen und so wird das letztere entlastet und die Blutwärme verteilt, die Naturkraft der Kranken hebt sich dadurch, und wenn dies geschehen, dann kann man auch zum Ober- oder auch Vollguß übergehen.

3. Von 100 Kranken sind 90 nervös. Da giebt es nun allerlei Abstufungen. Man geht bei den meisten mild vor und beginnt mit kleinen Anwendungen, hauptsächlich bei den Füßen, Barfußgehen im Zimmer, im Sonnenschein auf der Wiese. So hebt man zuerst das Blutleben in den Füßen und geht dann allmählich zu kräftigeren Anwendungen über. Bei nervösen Schmerzen und Krämpfen geht man warm vor. Schmerzen, die sich schon nach einigem Kurgebrauch bei manchen Krankheiten einstellen, sind ein gutes Zeichen, denn ehe eine jahrelang gestörte Blutcirculation wieder in Ordnung kommt, muß es zuvor eine kleine Revolution geben; davon sind die Schmerzen der sicherste Beweis, daher stellen sich bei Beginn der Kur öfters kleine Anfälle, Husten, auch Rückenschmerz, stärkere Regel oder gar Ausbleiben derselben ein. Alle diese Symptome deuten gewöhnlich darauf hin, daß der Kranke eine gute Kur machen wird. Ja, wo solche Zeichen bei gewissen chronischen Leiden nicht auftreten, da ist der Verlauf derselben gewöhnlich kein guter, es fehlt dem Kranken die zum Heilungsprozeß so notwendige Reaktionskraft. Leider lassen sich manche Kranken durch diese guten Vorboten abschrecken und beginnen eine andere Kur, durch welche sie von dem gewünschten Ziele der Genesung nur weiter entfernt werden. Auf solche und ähnliche naturgemäße Reflexionen baute Kneipp dann seinen Kurplan auf.

Leider war es dem großen Samariter von Wörishofen nicht vergönnt, so lange zu wirken, wie es im Interesse der Verbreitung seiner Lehre, im



### Erklärungen zu Tafel „Kneippkur“.

**Figur 1. Der Knieguß.** Seine Anwendung und Wirkung ist Seite 1636 bis 1637 eingehend beschrieben. Er gelangt besonders zur Anwendung bei Blutandrang nach dem Kopf zur Ableitung des Blutes von den oberen nach den unteren Körperteilen. Personen, die mehrfach Kopfdampfbäder (siehe Erklärung zu Tafel „Dampfbäder“, Figur 6) nehmen, sollten auch öfters Kniegüsse zur Regelung der Blutcirculation in Anwendung bringen. Bei kalten Füßen ist nach vorausgegangenem Fußdampfbad (siehe Erklärung zu Tafel „Dampfbäder“ Figur 3 und 4) der Knieguß sehr wirksam zur Erhaltung der Blutcirculation in den Füßen. Derselbe wirkt auch besonders wasser-treibend bei Blasen- und Nierenleiden.

**Figur 2. Der Kopfguß** wird besonders bei Augen-, Ohren-, Nasen- und Kopfleiden mit Erfolg angewendet. Seine Anwendung und Wirkung ist Seite 1637 bis 1638 eingehend beschrieben. Besonders zu beachten ist, daß man sich nach dem Kopfguß das Haar sorgfältig abtrocknet.

**Figur 3. Barfußlaufen im nassen Grase** ist nächst den regelmäßigen täglichen Abwaschungen das einfachste und natürlichste Abhärtungsmittel. Personen, die an Blutandrang nach dem Kopf, an Augen-, Ohren-, Hals- und Nasenkrankheiten leiden, können täglich bei nicht zu kalter Witterung mit bestem Erfolge 10 bis 20 Minuten barfuß laufen.



Fig. 1. D



Fig. 3. B



## Kneippkur.



Fig. 1. Der Knieguss.



Fig. 2. Der Kopfguss.



Fig. 3. Barfußlaufen im nassen Gras.



Interesse der Naturheilbewegung und im Interesse der leidenden Menschheit zu wünschen gewesen wäre. Ein tüchtiges Leiden, eine bössartige Neubildung an der Blase raffte den so gesunden und rüstigen Greis im Laufe eines halben Jahres dahin. Am 17. Juni 1897 verschied er, tiefbetrauert von den vielen Tausenden, denen er geholfen, sowie von allen Freunden und Anhängern des Naturheilverfahrens.

Ehre seinem Andenken!

### Kneippkur — Grundregeln.

Als Grundregeln für die Anwendung der Kneipp'schen Güsse und Bäder ic. gelten folgende:

Je kürzer das Bad, die Anwendung, desto besser die Wirkung.

Je kälter das anzuwendende Wasser, desto kürzer die Anwendung und desto eher und desto kräftiger tritt die Reaktion ein. Schwächlinge müssen jedoch mit milderem Wassertemperaturen beginnen, anfänglich 15° R, später 12—10° R. herab und endlich ganz kalt.

Der Körper muß vor der Kaltwasseranwendung möglichst warm sein. Bei Wärmemangel muß zunächst warme Anwendung gemacht werden.

Nach der Wasseranwendung soll nicht abgetrocknet werden, das Ankleiden muß rasch vor sich gehen und zur Anwendung der Reaktion zuerst rasche, dann langsamere Bewegung gemacht oder bei ausbleibender Reaktion und großer Schwäche Bettwärme zu Hilfe genommen werden.

Zur Gesunderhaltung und zum Schutz gegen das Befallenwerden von Krankheiten dient die Abhärtung.

**Kneippkur (Abführmittel).** Dornschlehe oder Schlehdornblüten (*Prunus spinosa* L.), einige Minuten lang gekocht und während 3—4 Tagen täglich eine Tasse getrunken, wirkt leicht und ohne Beschwerden, aber gründlich. Als wirksamstes, jedoch ohne Schmerzen und Folgeübel wirkendes Mittel empfiehlt Kneipp seinen Wühlhuberthee I, dessen Zusammensetzung den Zweck hat, gleichzeitig auf der einen Seite zu kräftigen, auf der anderen Seite durch Ausleitung verdorbener Stoffe momentan zu schwächen. Die abführende Wirkung tritt erst nach 12—30 Stunden ein. Kräftige Naturen können zwei Tage nacheinander je eine Tasse Wühlhuberthee trinken, während schwächere Patienten besser thun, eine Tasse auf 2—3 Tage zu verteilen. Das Rezept ist folgendes: 2 Eßlöffel gemahlener Fenchel, 2 Eßlöffel zerquetschte Wacholderbeeren, 1 Eßlöffel *Poenum graecum*, 1 Eßlöffel Aloepulver, gut gemischt und in einer Schachtel aufbewahrt. Zu einer Tasse Thee genügt 1 Kaffeelöffel der Mischung, welche eine Viertelstunde lang gekocht, dann abgesehen und kalt oder warm, mit oder ohne Zucker



genommen wird. Der Thee wird am besten vor dem Schlafengehen eingenommen. Ein weiteres Abführmittel ist stündlich 1 Eßlöffel voll kaltes Wasser. Beim Aufstehen und Schlafengehen rasch den Unterleib kalt waschen. Knieguß und Ganzabwaschung und wöchentlich 3 kalte Sitz- oder Halbbäder. Auch Sauerkraut führt ab. Fettleibigen ist eine Traubenkur sehr zu empfehlen. Im übrigen esse man viel gedünstetes Obst, Weizenschrotbrot, Kraftbrot, Kraftsuppe, Weizenschrotsuppe, viel Gemüse, trinke Malztaffee, Hafergrützensuppe und Hafermehlsuppe. Viel Bewegung in frischer Luft. Siehe auch Seite 632 u. 633 Anwendungsformen siehe Inhaltsverzeichnis.

**Kneippkur (Abhärtung).** Der Weg zur Gesundheit führt nur über Abhärtung. Die große Empfindsamkeit der jetzigen Generation, der empfängliche Boden für alle nur möglichen Krankheiten hat seine Ursache nur in dem Mangel von Abhärtung, das Heer der Schwächlinge, der Nervösen und Blutarmen ist meist nur die Folge von Verweichlichung. Der geringste Witterungswechsel macht sich durch Schnupfen und Katarrh bemerkbar, ja selbst der zu schnelle Eintritt von der kalten Straße ins warme Zimmer wird schon durch eine gewisse Verstimmung und Belegtheit der Sprache gerächt. In allen Gliedern sitzt das Siechtum und man kann es kaum glauben, daß es unsere Vorfahren waren, die in lustigen Lehmhütten wohnten und zu jeder Jahreszeit im Strome badeten.

Also mit dem kaum geborenen Säugling muß die Abhärtung beginnen. Soll ein stärkeres, widerstandsfähigeres Geschlecht heranwachsen, dann muß mit der Abhärtung bei Kindern im zartesten Alter schon begonnen werden. Daher verordnet Pfarrer Kneipp bei fast allen Wasseranwendungen auch äußerst einfache und gefahrlose Mittel zur Abhärtung der Haut des ganzen Körpers und einzelner Körperteile. Solche Abhärtungsmittel sind

das Barfußgehen,  
das Gehen in nassem Grafe,  
das Gehen auf nassen Steinen,  
das Gehen in frisch gefallenem Schnee,  
das Gehen in kaltem Wasser,  
das Kaltbaden der Arme und Beine (Füße),  
der Knieguß (mit oder ohne Oberguß).

Man nenne diese einfachen und kurzen Abhärtungsübungen nicht Narrheiten und befürchte von ihnen keine Erkältungen, Halsleiden, Katarrhe oder Rheumatismen. Gerade das Gegenteil wird erzielt. Eine kleine Überwindung und Probe wird es uns beweisen. Man beginne mit dem Barfußgehen zunächst im Zimmer, früh oder abends zu geeigneter Zeit, und im Freien an warmen sonnigen Tagen. Sehr bald werden wir merken, wie das Blutleben in den Füßen gehoben, wie den allzeit von Luft und Licht abgeschlossenen Extremitäten die Luftabkühlung und der Licht- und Wärmestrom wohlthuend und den ganzen Organismus kräftigend bekommt. Wir werden sehr bald einsehen, daß es gegen die chronisch kalten Füße nichts Wirksameres giebt als viel Barfußgehen. Leider wird auch dieser heilsamen Übung selbst in manchen Naturheilanstalten noch viel zu wenig Rechnung getragen.



Noch viel wohlthuernder wirkt dann auch das Gehen in nassem Grafe oder das Gehen auf nassen Steinen. Wer an Blutandrang zum Kopfe, Kopfweg oder Halsbeschwerden leidet, wird diese beiden Wanderungen nicht genug loben können. Ein Viertelstündchen genügt vollauf, obwohl man es später sehr gern auf das Doppelte ausdehnen wird.

Ein 1—2 Minuten langer Gang oder Lauf in frischgefallenem Schnee, aber nur bei solchem, macht uns brennend heiße Füße und leitet auch in bester Weise das Blut nach unten. Wie gern thun es die Kinder und erkälten sich dabei durchaus nicht. Gegen Frostbeulen und Zahnschmerzen ist der Schneelauf ein probates Mittel.

Im Wasser gehen bis an die Waden ist eines der kräftigsten und wirksamsten Abhärtungsmittel. Diese Übung wirkt günstig auf den ganzen Körper, speciell aber auf die Nieren und auf Ableitung des Harnes. Gar manche Blasen- und Nierenleiden können dadurch verhütet werden.

Aber auch auf den Magen wirkt das Wassergehen insofern, als es Base aus dem Magen leitet und die Brust, besonders auch das Athmen erleichtert. Man beginne mit 1 Minute bis 5 oder 6. Wie stets, wirkt das kälteste Wasser am besten. Der Schwächling kann ja bei temperiertem Wasser beginnen und nach und nach zum kalten übergehen. Gleich den Füßen, soll man auch ab und zu die Arme bis zu den Achseln in kaltes Wasser tauchen, und nach manchen Krankheiten ist es Bedingung, Füße und Arme gleichzeitig ins Wasser zu setzen, um die gestörte Blutcirculation nach den Extremitäten wieder zu regeln und herzustellen. Dies geschieht am besten, wenn die Füße in einer Wanne stehen und die Arme in einem hochgestellten Gefäße untergebracht werden.

Ein vorzügliches Abhärtungsmittel ist auch der Knieguß, dessen Applizierung später noch genauer beschrieben wird. Für sich allein darf dieser Guß nur alle 3—4 Tage angewandt werden, sonst nur im Wechsel mit Oberguß oder mit der Oberkörperwaschung. Dieser Guß kann selbst dann appliziert werden, wenn die Füße bis zu den Knöcheln kalt sind. Er lockt das Blut in die blutleeren Aderu und leitet es von höher gelegenen Theilen wohlthuernd herab. Selbstredend werden alle diese Abhärtungen im Winter kürzer als im Sommer gemacht und längere Zeit fortgesetzt. Blutarme und Nervöse mögen am besten zur warmen Jahreszeit beginnen, obwohl ein Schaden auch im Winter nicht zu befürchten ist. Jedes Alter ist dazu geeignet, das Kindesalter am ehesten. Die kalten Füße sind ja nur häufig die Ursache zu den gefürchteten Kinderkrankheiten, Scharlach, Masern, Diphtheritis u. a.; anderseits sind sie die Begleiter fast der meisten chronischen Krankheiten. Alle Geschwächten, viele Magenleidende, Unterleibskranke und fast alle Lungenkranken leiden an chronisch kalten Füßen. Das Blut, das unten fehlt, richtet an höher gelegenen Stellen, Unterleib, Magen, Brust, Herz, Hals und Kopf, durch gesteigerte, falsche Circulation und Entzündungen aller Art großes Unheil an. Kranke und Gesunde sollen daher ihr Augenmerk zuerst auf das Blutleben in den Füßen richten und durch die verschiedenen einfachen Abhärtungsmittel den Blutumlauf in den unteren Körperteilen in Ordnung bringen resp. in Ordnung erhalten. Wer täglich eine oder die andere dieser Übungen macht, und wäre es auch nur eine Minute, wird sehr bald den wohlthätigen Einfluß auf das Gesamtfinden merken und



reichlich belohnt werden für die geringe Mühe und Zeitverwendung. Man probiere! (Siehe auch Seite 632 u. 633. Anwendungsformen siehe Inhaltsverzeichnis.)

**Kneippkur (Abzehrung).** Da dieser krankhafte Zustand meist mit Lungenleiden und Husten verbunden ist, so siehe diese Krankheiten. Sofern aber eine Abmagerung mit Darmentzündung zusammenhängt, die sich mit Bauchweh und Grimmen, regelmäßigem Abweichen, Diarrhöe und heftigen Schmerzen beim Essen kundgibt und auch an blasser Farbe und trüben Augen zu erkennen ist, so sind wöchentlich 3 Sitzbäder nötig, ferner jeden Morgen und Abend Brust und Unterleib mit Essig und Wasser kräftig abzuwaschen und alle Wochen ein kaltes Halbbad 1 Minute lang zu nehmen. Innerlich sind täglich zweimal jedesmal 12 Tropfen Weimut in warmem Wasser einzunehmen. (Siehe auch Seite 632 u. 633.)

**Kneippkur (Aderknoten).** Die Heilung kann nur erfolgen, wenn man den ganzen Körper in Behandlung nimmt. Es erweisen sich wöchentlich mehrere Rücken- und Schenkelgüsse im Wechsel mit Ganzwaschung am wirksamsten. Die specielle Behandlung des Krampfaderveines ist folgende: Man taucht einen Fled Leinwand in Essigwasser, legt ihn auf die kranke Stelle und bindet ihn so fest als möglich zu. Dann koche man Eichenrinde und tauche das Leinwandstück in diesen warmen Abund, lege es auf und binde wieder fest zu. Innerlich nehme man täglich 2 mal Binnkrautthee im Wechsel mit Blutwurz. — Ist jedoch eine Ader geborsten, dann wiederholt sich dies wieder; der Blutverlust schwächt natürlich und macht blutarm. Leute, die an Krampfadern leiden, sollen, wenn sie Fußbäder gebrauchen, dieselben nur bis zu den Waden gebrauchen und die Wärme darf nur bis 25° R. sein. (Siehe Seite 632 u. 633.)

**Kneippkur (Anschwellungen)** der Füße und der Arme treten oft bei älteren Leuten auf, sind jedoch oft auch Anzeichen der Wassersucht. Die Hauptursache ist Herzschwäche und Störung im Blutlaufe. Das erste ist hier, daß die verdorbenen Säfte und Fremdstoffe aus dem Blute ausgeleitet werden. Schwellen die Füße nur abends an, so hat das nicht so viel zu bedeuten, das kommt auch bei Gesunden vor; anders aber, wenn die Anschwellung schon am Morgen geschieht, was häufig bei jenen der Fall ist, welche viel im Bureau oder in einer Werkstatt sitzen müssen.

**Kurvorschrift.** Einen Tag Ganzwaschung, den anderen nur Oberkörperwaschung. Nach etwa 8 Tagen wechseln Schenkelguss, Halbbad und Vollbad, d. h. jeden Tag eine dieser Anwendungen, wodurch Ausscheidung erzielt und die Circulation des Blutes geregelt wird. Nach etwa 14 Tagen können auch Ober-, Rücken- und Vollguss wieder im Wechsel angewandt werden und zwar so, daß man in der wärmeren Jahreszeit täglich 2 Güsse, einen am Unter-, den anderen am Oberkörper, in der kalten Jahreszeit täglich nur einen Guss oder ein Halbbad verabreicht, aber immer wieder in der Aufeinanderfolge so, daß heute der Unterkörper, morgen der Oberkörper seinen Teil bekommt. Personen, welche wenig Gelegenheit haben zu Bewegung und Arbeit, thun gut, wöchentlich zur Ausscheidung einen spanischen Mantel und zwei kurze Wickel zu gebrauchen, also jeden zweiten Tag eine dieser Anwendungen und zwar abends zum Schlafengehen. Gute reine Luft Tag

und Nach  
andere R

**An**  
aus eine  
Magentro  
viel Berw

**An**  
**An**  
**An**

finden du  
10 Jahre  
ein 3 Se  
kamen, ei  
gewöhnlic  
aber wär  
angewand  
abends S  
noch Rüc  
Freitag T  
bad; Son  
wöchentlic  
Innerlich  
blumenthe  
angewand  
so sind d  
zu empfe  
die versch  
schen sind  
körperwa  
dann Go  
laufen, z  
schweren  
hatte sich  
lichen Ra  
neue erk  
datierte f  
alle nur  
Süden, in  
erklärten,  
könne ihn  
völlig die  
Er  
abrietten;  
nach den  
Röcheln o  
Fieber, g  
blutigen



und Nacht und leicht verdauliche Nahrung unterstützen diese, wie jede andere Kur. (Siehe auch Seite 632 u. 633.)

**Kneippkur (Appetitlosigkeit).** Alle Morgen vom warmen Bett aus eine Ganzwaschung. Täglich 2—3 mal 1 Kaffeelöffel voll Kneipps Magentrost und Wermutpillen, 5 Tropfen Spitz- oder Lavendelöl auf Zucker, viel Bewegung.

**Kneippkur (Armguß),** siehe Inhaltsverzeichnis.

**Kneippkur (Arm- und Handbäder),** siehe Inhaltsverzeichnis.

**Kneippkur (Asthma, Atemnot).** Hunderte von Asthmaleidenden fanden durch die Kneippkur Heilung. Ein Greis von 67 Jahren, schon 10 Jahre lang krank, ging 1 ganzes Jahr lang früh in den Fluß und nahm ein 3 Sekunden langes Ganzbad, und abends, wenn die Asthmaanfälle kamen, ein kurzes, kaltes Sitzbad. Mit diesen beiden einfachen Mitteln und gewöhnlicher Hausmannskost stellte sich der Greis ganz gesund her. Schneller aber wäre er gesund geworden, wenn er nach den ersten 14 Tagen Güsse angewandt hätte in folgender Ordnung: Montag Oberguß und Knieguß, abends Sitzbad; Dienstag Oberguß und Schentelguß, abends Sitzbad; Mittwoch Rückenguß und Sitzbad; Donnerstag Oberguß und Knieguß, Sitzbad; Freitag Oberguß und Schentelguß, Sitzbad; Sonnabend Rückenguß und Sitzbad; Sonntag Ganzwaschung und Halbbad. Kräftige Personen können auch wöchentlich 2 Vollbäder nehmen und täglich barfuß in nassem Grase gehen. Innerlich nimmt man Veilchenblätther, Kneipps Hustenthee; auch Wollblumenthee und Schlagen mit Brennesselkraut wird oft mit gutem Erfolge angewandt. Da der Asthmatischer oft auch mit kalten Füßen zu thun hat, so sind dann aber auch warme Fußbäder mit Salz und Asche zu allererst zu empfehlen mit Oberkörperwaschung; dann Sitzbäder und nach 14 Tagen die verschiedenen Güsse im Wechsel. Da die meisten Asthmatischer wasserscheu sind, so thut man gut, ihnen zuerst immer Teilwaschungen, also Oberkörperwaschung anzuordnen, und Fußbäder, um die kalten Füße zu erwärmen, dann Ganzwaschungen. Ab und zu auch einen kurzen Wickel und barfuß laufen, zunächst im Zimmer. Einen interessanten Fall von Heilung eines schweren Lungenasthma erzählt der Freiherr von Bönninghausen. Er hatte sich durch Erkältung dieses schwere Leiden zugezogen, einen anfänglichen Katarrh medizinisch behandeln, also nur unterdrücken lassen, sich ans neue erkältet, einen Schüttelfrost zugezogen, und von da ab, Mai 1889, datierte sein Lungenasthma. Er versuchte alles, heiße Bäder in Wiesbaden, alle nur denkbaren Medikamente, Nordseebäder, längeren Aufenthalt im Süden, in Nizza. Seine Lungenverschleimung war so groß, daß die Ärzte erklärten, eine solche Verschleimung noch nicht beobachtet zu haben; Medizin könne ihm nicht helfen. Die Kräfte verließen ihn; er wurde kurzatmig und völlig dienstuntauglich.

Er entschloß sich die Kneippkur anzuwenden, trotzdem alle Ärzte abrieten; es war sein letzter Versuch. Husten und Brustbeklemmungen, die nach den ersten Güssen eintraten, raubten ihm den Schlaf. Auch das Nöcheln auf der Brust blieb. Er bekam dann heftigen Schüttelfrost und Fieber, große Schmerzen und Stiche in der rechten Lunge und starken blutigen Auswurf. Nun verordnete Herr Pfarrer Kneipp bisweilen ganz



heiße Wickel und auch kalte von Essig und Wasser, sowie Aufschläge von Foenum graecum und Toppentkäse (weicher Quark), das führte ihn zur völligen Genesung. Es trat Schweiß ein, der noch alle Lumperei herausbrachte. Der Auswurf wurde immer geringer und das Asthma war verschwunden. Schlaf und Appetit sind seitdem sehr gut und er fühlt sich jetzt gesünder als je in seinem Leben. Er machte dann vor- und nachmittags stundenlange Promenaden, nimmt aber zur Kräftigung täglich 2 Gläser. Zu dieser Wunderkur genügten 4—6 Wochen Wassertur, während 4 Jahre lang kein Arzt, kein Badeort Hilfe, geschweige Heilung bringen konnte. Was werden denn nun seine früheren Medizinalräte und Professoren sagen?!

Gleichzeitig sei hier bemerkt, daß es bei der Wassertur oft vorkommt, daß nach mehrtägiger Behandlung eine vorübergehende Verschlimmerung eintritt, die den Kranken durchaus nicht irre machen soll, die Kur fortzusetzen.

Bei asthmatischen Zuständen, wo kalte Füße vorhanden sind, kann anstatt des Fußbades auch der Fußdampf angewandt werden.

Ein Hauptmittel ist schnelles Erzeugen von Wärme. Bei den Krampfanfällen, die so beängstigend und quälend für den Kranken sind, kann man zunächst durch trockenes Reiben den Rücken erwärmen und darauf den ganzen Körper mit Essigwasser,  $\frac{2}{3}$  Wasser und  $\frac{1}{3}$  Essig, waschen.

In schlimmeren Fällen nimmt man ein in heißes Wasser getauchtes Tuch so warm, als es der Kranke ertragen kann und legt es um Hals und Brust. Kann der Kranke aber die Brustauflage nicht ertragen, so mache man dieselbe auf den Rücken. Also bei allen Anfällen warme, ja heiße Anwendungen. Nach dem Anfall kann man sofort mit kalten Gießungen vorgehen und zwar Oberguß im Wechsel mit Rücken- und Schenkelguß, also der Oberguß noch einmal so oft als die beiden anderen, denn er kräftigt und wärmt den Oberkörper am meisten, und das ist hier die Hauptsache. So oft sich die Anfälle wiederholen, ist es gut, alle Wochen zwei warme Heublumenhemden in Anwendung zu bringen. Während des Anfalls, wenn möglich alle halbe Stunden, einen Eßlöffel voll Brennessel- oder auch Taubnesselabsud einnehmen, die übrige Zeit täglich eine Tasse voll. (Siehe auch Seite 632 u. 633. Anwendungsformen siehe Inhaltsverzeichnis.)

**Aneippfur (Atemnot)** [Verschleimung] kann nach Pfarrer Aneipp geheilt werden durch Thee aus Wollkrautblüten (Königsferze, Wetterferze), halb und halb gemischt mit schwarzer Malve. Schleimlösung kräftig und nachhaltig, wird auch als wirksames Sichtwasser angewandt. Raute (*Ruta graveolens* L.) bewährt sich vortrefflich sowohl als Thee wie auch in Spiritus angefeßt, täglich zweimal 10—12 Tropfen auf Zucker, oder Raute in Salatöl ebensoviel. Letztere Mischung muß man längere Zeit in der Wärme stehen lassen. Gegen Atemnot infolge von Gasen täglich 2 größere oder 3 kleinere Tassen Weichenthee (eine Hand voll grüner oder gedörrter Weichenblätter in ein viertel Bitter Wasser). Gurgelwasser oder Thee mit Wollkraut ist kräftig schleimlösend und wird durch Zusatz von ebensoviel Malve noch wirksamer.

**Aneippfur (aufgesprungene Haut).** Diese an Händen und Füßen, besonders bei stärkerem Wechsel zwischen Wärme und Kälte vorkommenden kleinen Risse werden am schnellsten geheilt, wenn die aufge-

sprungenen  
gewickelt  
getaucht  
Wasser  
warmen  
in kaltes

**An**  
**An**

mannigfal  
gute Erf  
standenen,  
kostbare  
Wenn d  
wird anch  
es für fr  
und stärk  
sehr gut.  
voll warm  
fertig. M  
Man nim  
legt es au

Ebe  
Auch Hon  
Man neh  
Auc

a)  
wird gew  
Fußbäder  
liche Quar  
des Kopf  
werden.  
eine halbe

b)  
wöchentlich  
Halbbäder  
erreicht n  
Kind von  
Sekunden  
in Heubl  
licher Ku  
noch einig  
blumenher  
Ausscheid  
zuwenden.  
Augen M

\*) u  
nach erst ta



sprungenen Teile  $\frac{1}{2}$ , bis 1 Stunde in angeschwellte warme Heublumen eingewickelt und dann unmittelbar darauf 3 Minuten lang ins kalte Wasser getaucht werden. Mehrere Stunden darauf kann das Eintauchen ins kalte Wasser noch einmal wiederholt werden zur Kräftigung. Also täglich einmal warmen Heublumenwickel  $\frac{1}{2}$  Stunde und zweimal täglich 3 Minuten lang in kaltes Wasser tauchen.

**Aneippfur (Augenbad),** siehe Inhaltsverzeichnis.

**Aneippfur (Augenleiden).** Auch bei diesen so oft und so mannigfaltig vorkommenden Leiden hat gerade die Aneippfur wieder gute Erfolge nachzuweisen. Gar manche dem Erblinden nahe Gestandenen, ja selbst bereits Erblindete erreichten durch dieses Verfahren das kostbare Augenlicht wieder. Im allgemeinen gilt auch hier der Grundsatz: Wenn der ganze Körper in guten Zustand gebracht worden ist, wird auch das Auge in guten Zustand kommen. Außer dem Wasser giebt es für kranke Augen noch andere Heilmittel, welche reinigend, auflösend und stärkend wirken. Das Reinigen des Auges besorgt das Moewasser sehr gut. Eine kleine Prieße Moepulver giebt man in ein Medizinglas voll warmen Wassers, schüttelt es durcheinander und das Augenwasser ist fertig. Mit diesem Wasser wäscht man sich zweimal täglich die Augen. Man nimmt ein kleines Leinwandstückchen, taucht es in das Wasser und legt es aufs offene Auge, nicht aufs Augenlid.

Ebenso ist Fenchelwasser ein vorzügliches Heilmittel für die Augen. Auch Honig, Wermut, Rosmarin, Augentrost sind gute Mittel für die Augen. Man nehme den Thee nie zu stark, sondern sehr schwach.

Auch Zucker und Honigsalbe werden oft mit gutem Erfolg angewandt.

a) Augenentzündungen. Bei Eitern und Triefen der Augen wird gewöhnlich der Kopfdampf gemacht, dem später Fußdampf oder warme Fußbäder folgen. Auf entzündete Augen wird auch über Nacht der gewöhnliche Quark, auch Topfenkäse genannt, aufgelegt. Alles, was bei Anwendung des Kopfdampfes angegeben worden ist, muß genau gemacht und beobachtet werden. Der Kopfguß wirkt hinterher recht stärkend auf den ganzen Kopf; eine halbe Gießkanne genügt.

b) Augenleiden skrofulöser Natur heilt man am besten mit wöchentlich 3 Vollbädern,  $24^{\circ}$  R., die später durch kalte Waschungen und Halbbäder ersetzt werden. Bei Kindern, die skrofulös augenleidend sind, erreicht man auch sehr guten Erfolg mit folgender Kur: man taucht das Kind vom warmen Bett aus täglich einmal bis an die Armhöhlen drei Sekunden lang in kaltes Wasser\*) und zieht ihm wöchentlich 2mal warme, in Heublumenabsud getauchte Hemden  $1\frac{1}{2}$  Stunden an. Nach vierwöchentlicher Kur setzt man die Anwendungen alle zur Hälfte herab und fährt noch einige Wochen damit fort; also dann nur 1mal wöchentlich 1 Heublumenhemd und 3mal wöchentlich in kaltes Wasser tauchen. (Siehe auch Ausscheidungsöl.) Außerdem ist bei diesen Augenleiden noch folgendes anzuwenden: Wermutthee als Augenwasser. Gegen die innere Hitze in den Augen Absud eines Agavenblattes mit einem Kaffeelöffel voll Honig in

\*) Um das Kind nicht zu erschrecken, nimmt man das Wasser erst lau, nach und nach erst kalt.



einem Schoppen Wasser, in kleinen Portionen eingenommen. Eine starke Messerspitze voll Aloe in einem Medizinglas mit heißem Wasser übergossen und gehörig geschüttelt. Aloe giebt ein vorzügliches Waschmittel für triefende und eitrige Augen, drei- bis viermal täglich anzuwenden. Etwas Zucken und Brennen im Anfange darf nicht abschrecken. Augentrost (*Euphrasia officinalis* L.) zu Thee oder zu Pulver verwendet, ersteren in der Form von Waschungen oder Kompressen, von letzterem täglich eine Messerspitze voll in einem Löffel voll Suppe oder Wasser innerlich genommen. Der Thee dient auch als Magenbitter zur Verdauung und zur Verbesserung der Magensaft.

c) Starleiden. Man unterscheidet drei Arten: den grünen, den schwarzen und den grauen Star.

Der grüne Star entsteht meist durch zu starken Blutandrang und Blutstauung im Auge. Bei Beginn dieses Leidens erzielt man oft noch Erfolge, wenn man das Blut vom Kopfe ableitet; denn meist findet man kalte Füße.

Kurbvorschrift. Knie- und Schenkelgüsse, täglich Wassergehen sind zunächst die besten Ableitungsmittel. Kräftige Naturen können auch wöchentlich 3 Obergüsse, schwache 3 Oberkörperwaschungen in Anwendung bringen im Wechsel mit 3 Halbbädern. Nebenbei nimmt man täglich noch zwei Augenbäder und wäscht die Augen öfters mit Aloewasser und Bernutthee. Der grüne Star ist leicht erkenntlich, weil der Kranke gewöhnlich stark hervortretende Augen hat, welche grünlich gefärbt sind.

Bei dem schwarzen Star kann man mehr direkt auf den Kopf einwirken, muß aber hauptsächlich auch den Stoffwechsel durch kräftige Anwendungen in Ordnung zu bringen suchen.

Täglich 2—3 Augenbäder, dann den einen Tag Kopfguß, den andern Tag Halbbad, also wöchentlich 3 Halbbäder und 3 Kopfgüsse und in der Zwischenzeit wöchentlich 1—2 Vollgüsse. Beim schwarzen Star stirbt der Sehnerv allmählich ganz ab (Sehnervenschwund), in welchem Fall dann jede Kur erfolglos ist.

Der graue Star ist ebenfalls ein schlimmes Augenleiden, welches in einer Trübung der Linse besteht. Meist greift man hier operativ ein, indem man die getrübbte Linse entfernt. Wird aber gleich anfangs gründliche und verständige Wassertur angewandt, so ist Rückbildung der Krankheit auch noch dadurch möglich. Man muß sowohl auf die Augen, als auch auf den ganzen Körper einwirken. Täglich 1—2 Augenbäder. Ferner wöchentlich 3 Wickel, 2—3 Kopfgüsse und 2 Halswickel sind die wirksamsten Verordnungen.

Ein Gutsbesitzer und Schulze in einem Dorfe in der Grafschaft Glatz, starleidend, war am Erblinden. Berühmte Augenärzte in Breslau und Meisse hatten schon lange Zeit erfolglos kuriert. Das Schulzenamt hatte er bereits niederlegen müssen und sich seinem Schicksal ergeben. Da in höchster Not wendete er das Kneipp'sche Naturheilverfahren an, und nach 6 monatlicher Behandlung, wo Güsse und Barfußgehen die Hauptsache waren, war das kostbare Augenlicht gerettet. Das Dorf heißt Oberhansdorf bei Glatz, der Gutsbesitzer N. Kuschel.

Es ist geradezu himmelschreiend, was für Elend in der Welt schon durch das Specialistentum angerichtet worden ist. Wie kann man bei einem starken

vollblütige  
behandeln  
gar nicht  
guß, Knie  
circulation  
Und wie  
anstalt.  
blind gebo  
wurden d  
d. h. der  
insolgebess

Als  
Augenbäder  
offenen M  
wöchentlich  
haben, vo  
mäßig leb

Ein  
nahme sei  
aufgeben  
Specialiste  
die Augen  
erwarten.

und erneu  
Oberguß  
den 5. mi  
Rückenguß  
Woche. W  
selbe bei  
die man le

Mittag m  
Aussehen  
12 Wochen  
hergestellt  
an, zwar  
Wochen m

Knieguß,  
in Gebrauch  
Ein  
fast halbt  
geklagt, da  
geschehen,  
das arme  
kummern

Der  
die besten  
wahl von  
Wasser ge



vollblütigen Fleischer oder Brauer, der augenleidend wird, speciell das Auge behandeln? Oft und in den meisten Fällen braucht man das kranke Auge gar nicht anzurühren und es wird gesund, sofern man besonders durch Oberguß, Knieguß, Rückenguß, Vollguß und Halbbad es versteht, bessere Blutcirculation herzustellen. Wie schnell wäre das Übel gleich anfangs gehoben! Und wie schrecklich ist erst dasammerbild beim Eintritt in eine Blindenanstalt. Man frage und überzeuge sich: von 100 Blinden sind kaum 5 blind geboren, 95 sind blind kurirt! Ist das nicht furchtbar! Als Kinder wurden die meisten bei Scharlach und Masern echt medizinisch behandelt, d. h. der Krankheitsstoff wurde nicht ausgetrieben sondern unterdrückt, und infolgedessen Blindheit oder Taubheit!

Als Augenpflege verordnet Kneipp noch besonders die heilsamen Augenbäder. Man taucht 2—3 mal hintereinander 5 Sekunden lang mit offenen Augen das Gesicht in eine Schüssel kalten Wassers. Wer das wöchentlich mehrmals macht, wird bis ins hohe Alter ein gutes Auge haben, vorausgesetzt, daß er auch sonst sich körperlich abhärtet und regelmäßig lebt.

Ein Herr, 36 Jahre alt, fühlte seit 3 Jahren eine auffallende Abnahme seiner Kräfte und seines Augenlichtes. Als er seine Berufspflichten ausgeben mußte, war er nahezu erblindet. Er suchte bei den berühmtesten Spezialisten Hilfe, die alle möglichen Versuche machten und zuletzt erklärten, die Augenmerven seien vollständig gelähmt, mithin sei auch keine Heilung zu erwarten. — Der ganze Körper wurde durch das Wasser in neues Leben und erneute Thätigkeit gebracht. Einen Tag Ganzwaschung, den andern Oberguß und Knieguß, den 3. Ober- und Schenkelguß, den 4. Ganzwaschung, den 5. wieder Ober- und Schenkelguß, den 6. Ober- und Knieguß, den 7. Rückenguß. Das sind Verordnungen für alle derartigen Fälle in der ersten Woche. Wie der Unglückliche allen Appetit verloren hatte, so stellte sich derselbe bei Anwendung von Wasser wieder ein. Er bekam die einfachste Kost die man leider zu wenig kennt und wählt, früh und abends Kraftsuppe. Zu Mittag wenig Fleisch und Gemüse. Von Woche zu Woche wurde das Aussehen frischer und gesünder, und so nahm auch die Kraft zu. Nach 12 Wochen fühlte Patient sich vollständig gesund; sein Kräftezustand war wieder hergestellt und das bereits erloschene Augenlicht verbesserte sich vom Tage an, zwar langsam, aber sicher. Die Wasseranwendungen in den folgenden Wochen wechselten zwischen Halbbad, Ober- und Schenkelguß, Rückenguß, Knieguß, Ganzwaschung, so daß jede dieser Anwendungen 2 mal wöchentlich in Gebrauch kam.

Eine Mutter brachte einen Knaben, der die Armseligkeit selber war, fast halbtot und doch keine eigentliche Krankheit. Am meisten aber wurde geklagt, daß er fast blind war und daß alles, was zur Heilung der Augen geschehen, keine Hilfe gebracht hatte. Pfarrer Kneipp erkannte sofort, daß das arme Geschöpf nicht entsprechend genährt wurde, mithin die Natur verkümmern mußte.

Der arme Junge hatte nie Appetit, hatte bisher in kleinen Portionen die besten Weine, täglich seinen Kaffee, auch Bier und noch besondere Auswahl von Speisen bekommen. Der Knabe wurde nun täglich mit kaltem Wasser gewaschen, erhielt täglich einen Ober- und Unterguß 10 Tage lang;



hierauf täglich ein Halbbad mit Ober- und Schenkelguß, zweimal täglich Kraftsuppe; mittags einfache, gute gemischte Kost, vom Frühstück bis Mittag stündlich 1 Löffel gute Milch, desgleichen von Mittag bis Abend. Diese einfache Kost schmeckte und bekam dem Knaben. Nach 5 Wochen, während welcher Zeit er auch stets barfuß gelaufen war, sah der Kranke blühend aus, war heiter und sein Augenlicht war vollständig wiedergekehrt. Deutlicher kann nicht bewiesen werden, wie verkehrte Lebensweise besonders die Jugend unglücklich macht und das Wasser mit entsprechender Nahrung schon ganz heruntergekommene Naturen wieder schnell aufrichtet.

Augenleidenden hat schon oft Augenwasser aus Wermutthee die besten Dienste geleistet. Ebenso ein halber Eßlöffel voll Fenchelpulver in Wasser gekocht und mit dem Absud dreimal täglich die Augen gewaschen. Augendämpfe mit einem halben Löffel voll Fenchelpulver wirken noch kräftiger. Ähnliche Wirkung haben Kümmel und Anis. Man kann auch alle drei zusammenmischen. Ein Kaffeelöffel voll Honig in ein viertel Liter Wasser, fünf Minuten lang gekocht, giebt ein reinigendes und stärkendes Augenwasser, mit dem man die Augen mittelst eines eingetauchten Läppchens wäscht. Siehe auch Seite 632 und 633. Anwendungsformen siehe Inhaltsverzeichnis.)

**Kneippkur (Ausscheidungsöl).** Oleum crotonis (Crotonöl), wegen des starken Brennens, welches es verursacht, im Volksmunde auch „Malefizöl“ genannt, unterstützt und fördert die Auflösung und Ausleitung schlechter Stoffe. Man wendet es nur äußerlich an und zwar hauptsächlich bei Augenleiden oder Zahnweh. Man reibt hinter den Ohren (Ohrmuschel und Hinterhaupt) leise, nur um zu erwärmen, und dann tupft man auf die erwärmte Stelle 3 bis 4 Tropfen solches Öl, welches man sodann mit einem groben Wolltuch tüchtig einreibt. Sollte innerhalb eines Tages eine Wirkung, d. h. Blasenbildung, nicht erzielt sein, so wiederhole man die Erwärmung und befeuchte mit 3 Tropfen. Bei der skrofulösen Augenentzündung kommt es mit zur Anwendung. (Zu beziehen durch die Apotheke Sandauer in Würzburg.)

**Kneippkur. (Ausschläge),** von krankhaftem Blut herrührend werden beseitigt durch Erdbeeren, bis zu  $\frac{3}{4}$  Liter in 2 Portionen, vor- und nachmittags. Daneben natürlich entsprechende Wasserbehandlung; etwa 2 mal wöchentlich spanischer Mantel, 2 mal zur Nacht Kurzwickel, 2 mal wöchentlich Ganzwaschung, Halbbad, Schenkelguß.

**Kneippkur. (Ausschweifung)** und daraus entstandenes Siechtum. Nächst der Trunkenheit ist kein Laster so verbreitet als das der Unzucht. Millionen von Menschen stürzen sich dadurch fürs ganze Leben ins Unglück. Das Laster prägt sich zu deutlich in den Gesichtszügen aus und die Hälfte unserer Irren ist durch ausschweifendes Leben in die Irrenanstalt gekommen. Die seitherige schulmedizinische Behandlung mit Giften, Quecksilber und Arsenik beseitigt den Krankheitsstoff nicht, sondern vergiftet das Blut noch mehr. Lähmung, Rückenmarksleiden, aber auch Blindheit sind oft die Folgen verkehrter Behandlung. Auch hier zeigt sich wieder, daß nur das Wasser und die allereinfachste Lebensweise geeignet sind, das Übel gründlich zu beseitigen und das Feuer der Leidenschaft zu dämpfen. Da bei allen derartigen Kranken

der Stuhl  
läßt und  
nach dem  
sein. Di  
jeden hier

vegetarisch  
auch mit  
vormittag  
Abend ab

b)  
waschung  
körperwa  
den 6. n  
weiteren  
güsse, 3  
Heute Ob  
treten un  
vielleicht

So  
lebens-  
dieser U  
für alle  
Tausende  
behandelt  
gemindert  
unheilbar  
dings „u  
angewand  
angeführt  
bei wenig  
im Wechs  
Se schwäc  
die Wass  
formen si

An  
je einem  
verschiede  
lich kräfti

An  
den, nach  
man sie  
und verm  
demselben  
nossen ha  
einem klei  
gut schme  
Zeit dazu



der Stuhlgang, der Schlaf und auch der Appetit viel zu wünschen übrig läßt und die Naturwärme und Kraft sehr herabgekommen ist, so muß eins nach dem andern gehoben werden und die Behandlung eine streng individuelle sein. Die Aneippische Kur heilt meist diese Fälle gründlich, das mag für jeden hiermit zum Troste gesagt sein, und zwar auf folgende Weise:

a) Kost. Die Nahrung solcher Kranken sei in erster Zeit streng vegetarisch, 3 mal täglich, früh, mittags und abends, Kraftsuppe, die mittags auch mit Bouillon zubereitet werden kann; außerdem genieße der Kranke vormittags thunlichst alle Stunden 1 Eßlöffel Milch und von Mittag bis Abend alle Stunden 1 Eßlöffel Wasser.

b) Die Wasserbehandlung besteht zunächst 3 Tage lang in einer Ganzwaschung, am besten Wasser mit Essig gemischt, dann den 4. Tag Oberkörperwaschung und Schenkelguß, den 5. Tag Oberguß und Schenkelguß, den 6. wieder Oberguß und Schenkelguß, den 7. Halbbad. Während des weiteren Kurverlaufs wendet man wöchentlich je 3 Obergüsse und 3 Schenkelgüsse, 3 Halbbäder und einen Rückenguß, und zwar stets im Wechsel, an. Heute Ober- und Schenkelguß, morgen Halbbad u. Viel Barfußgehen, Wasser-treten und Bewegung in freier Luft ist Bedingung. Nach einigen Wochen, vielleicht schon nach 8 Tagen kann mittags gemischte Kost gegeben werden.

So wird der sieche Körper in längstens 15 bis 20 Wochen wieder lebens- und arbeitslustig, und niemand ist dankbarer als die Geretteten dieser Art. Wir bitten die Herren Medizinalräte, eine derartige Behandlung für alle Siechen in den Krankenhäusern vorschreiben zu wollen, dann würden Tausende, die jahrelang in den Krankenhäusern ohne den geringsten Erfolg behandelt werden, sehr bald genesen und die Zahl der Selbstmörder bedeutend gemindert werden; denn jeden Tag lesen wir es in den Zeitungen, „ein unheilbares Leiden war das Motiv zum Selbstmord.“ Mediziniß allerdings „unheilbar“, naturheilkundlich meist noch heilbar, wenn nicht zu spät angewandt. Es könnten Hunderte von Danksgungen und Beweise dafür angeführt werden, der begrenzte Raum gestattet dies jedoch nicht. Daß bei weniger herabgekommenen Naturen sofort mit Oberguß und Schenkelguß im Wechsel mit Halbbad vorgegangen werden kann, ist leicht einzusehen. Je schwächer die Lebenskraft, desto milder und weniger Wärme entziehend sei die Wasseranwendung. (Siehe auch Seite 632 und 633. Anwendungsformen siehe Inhaltsverzeichnis.)

**Aneippfur (Auszehrung).** Täglich zwei Schoppen Milch mit je einem Eßlöffel voll Kohlenstaub, am besten aus Bindenkohle gemischt, zu verschiedenen Zeiten genommen, erleichtert die Verdauung. Daneben natürlich kräftigende Wasseranwendungen.

**Aneippfur (Bandwurm).** Ein viertel Pfund Kürbiskerne werden, nachdem sie ihrer Schalen befreit sind, gedörst und dann schneidet man sie mittelst eines Wiegemessers so klein, daß sie so wie Grütze werden und vermischt sie mit einem achtel Pfund klaren Zucker. Während man an demselben Tage etwa 10 Stunden gefastet oder höchstens einen Hering gegessen hat, fängt man etwa abends 7 Uhr an, diese gemischte Grütze in einem kleinen Eßlöffel nach und nach einzunehmen. Da das Ganze anfangs gut schmeckt, hinterher aber überdrüssig wird, so soll man etwa 2 Stunden Zeit dazu brauchen und in der Zwischenzeit frische gute Luft einatmen.



Erfolgt am Morgen noch kein Abgang, so nehme man nur noch zwei Eßlöffel Ricinusöl ein und der Bandwurm wird dann sehr bald abgehen.

**Aneippfur (Bartflechte).** Bei leichten, frischen Fällen alle zwei Stunden die Flechtenstelle mit recht starkem Zinnkrautwasser waschen oder mit einer kleinen Spritze kräftig benässen und wöchentlich 3 Ganzwaschungen. Bei Bartflechten derjenigen, die mit unreinem Blut und Säften behaftet sind, muß zu den obigen Anwendungen noch alle Wochen ein kräftiger Kopfdampf (20 Minuten lang) und außerdem täglich noch eine Wasseranwendung hinzukommen in folgender Reihe:

Den 1. Tag Ganzwaschung, den 2. Tag Oberguß, den 3. Tag Rückenguß, den 4. Tag Halbbad, den 5. Tag Rückenguß, den 6. Tag Vollbad.

So 4 Wochen lang und dann keinen Kopfdampf mehr und nur noch wöchentlich 2 Halbbäder und 1 Vollbad. In hartnäckigen Fällen ist es auch sehr zu empfehlen, nächts einige Male eine Auflage von Zinnkrautwasser mit Tormentill gemischt auf die Flechte zu legen. Aber auch innerlich ist es sehr gut, wenn man täglich eine Tasse Zinnkrautthee mit Spitzwegerich trinkt.

**Aneippfur (Bauchfellentzündung).** Dieselbe entsteht durch Verletzung oder Druck von außen, oder innere Leiden; Darmgeschwür, Gebärmutterentzündung oder auch ein eingeklemmter Bruch können die Entzündung des Bauchfells bewirken.

Ersteln, heftige Schmerzen, besonders beim Drücken, Austreibung, großer Durst, Übelkeit, oft Erbrechen grüner und gelber Flüssigkeit, hartnäckige Verstopfung, Atemnot, Blähungen und Drang zum Urinieren, im vorgeschrittenen Stadium Bewußtlosigkeit und Delirien, sind die Zeichen der Entzündung. Die Behandlung besteht in kalten oder feuchtwarmen Auflagen, die alle halben Stunden gewechselt werden. Auch können Rücken- und Brustauflage gleichzeitig gemacht werden. Schluckweises Wassertrinken, Abkühlung, vollständige Ruhe und milde Diät. Gefochte kalte Milch, Schleimsuppen. Ist die Entzündung bis zur Eiterung vorgeschritten und infolgedessen Fieber vorhanden, so ist notwendig, nach den dafür giltigen Vorschriften (Fieberbehandlung Seite 275) zu behandeln. (Siehe auch Seite 632 und 633. Anwendungsformen siehe Inhaltsverzeichnis.)

**Aneippfur. (Beinfrak)** wird geheilt durch Zinnkraut (Schachtelhalm) in seinen verschiedenen Anwendungen als Absud bei Waschungen, Wickeln, Auflagen (Umschlägen) oder indem es in nasse Tücher eingehüllt und auf die leidenden Stellen gelegt wird, ferner in der Form von Dämpfen. Siehe auch Zinnkraut-Abkochung.

**Aneippfur (Bettpiffen).** Es ist dieser Zustand gewöhnlich eine Schwäche des Körpers und es ist nicht recht, daß man Kinder deswegen züchtigt. Kleinere Kinder im Alter von 2—6 Jahren bekommen neben guter Kost täglich ein Halbbad in kaltem Wasser 3 Sekunden lang. Kinder von 6—14 Jahren müssen anfangs im Wasser gehen, dann nebenbei täglich einen Oberguß oder ein Halbbad 3 Sekunden. Erwachsene können täglich 2 mal 10 Minuten lang bis an oder über die Knie im kalten Wasser gehen und alle Wochen 3 kalte Halbbäder 6 Sekunden lang nehmen; daneben gute Hausmannskost, kein Bier, und damit die Verdauung unterstützt wird, noch

täglich 10  
Übel befe  
3 Halbbä  
hannistra  
Uebel be

an  
Lavendel  
Tausendg  
kelgüsse

an  
von Zinn  
der Leib  
der Dam  
oder ein  
kurz und  
desto mil  
muß. W  
Tagen, n  
von 5—  
wied. ge  
haft und  
Nierentr  
Er wirkt  
Stuhlga  
ist stets  
Urinasse  
löffel vo  
3 Eßlöff  
horuklee  
genügt z  
Tasse au  
zu nehme  
bitten r  
(Siehe a

an  
anderes  
die Blat  
Halbbad  
und deck  
die Proz  
des Arzt  
wieder g  
oder Ha  
sich zu  
holen.  
Blattern  
laufen d



täglich 10 Wacholderbeeren essen. Oft schon nach einigen Wochen wird das Übel beseitigt sein und man fahre fort, noch längere Zeit wöchentlich 1 bis 3 Halbbäder zu nehmen. Auch die stärkende Wirkung des Thees aus Johanniskraut (*Hypericum perforatum* L.), sowie auch Schafgarbe hilft das Übel beseitigen.

**Aneippfur. (Blähungen)** beseitigt man durch Spiköl oder Lavendelöl, täglich zweimal je 5 Tropfen auf Zucker, ferner durch Thee aus Tausendgüldenraut. Daneben wöchentlich 2 Halbbäder, 3 Sitzbäder, 2 Schenkelgüsse und 3mal zur Nacht Oberaufschläger.

**Aneippfur (Blasentarrh).** Bei Blasentarrh sind Dämpfe von Zinnkraut das wirksamste Mittel. Bei Blasengeschwüren ist besonders der Leibstuhldampf, 3mal wöchentlich angewandt, von bestem Erfolge. Nach der Dampfung erfolgt entweder eine Ganzwaschung, eine Oberkörperwaschung oder ein Halbbad. Kräftige Personen können auch ein Vollbad nehmen, kurz und kalt. Es ist dabei zu beachten, daß, je schwächer der Patient ist, desto milder das nach dem Leibstuhldampf folgende Sitz- oder Halbbad sein muß. Anfangs 15° R., später 12° R., 10° R. und endlich ganz kalt. An Tagen, wo nicht gedampft wird, nimmt man ein 22° R. warmes Sitzbad von 5–10 Minuten Dauer, dann immer kühler und kürzer; endlich wieder ganz kurz und frisch vom Brunnen, also kalt. Die Kost sei nahrhaft und anfangs vegetarisch, dann mittags gemischte Kost. Bei Blasen- und Nierenkrankheiten nützt Zinnkraut-Abkochung oder Thee, Bühlhuber Nr. 2. Er wirkt direkt auf die betreffenden Organe und nebenbei auch auf den Stuhlgang, treibt die krankhaften Stoffe durch Harnausscheidung aus und ist stets angezeigt bei Unbehaglichkeit in der Blasenregion, bei schmerzhaftem Urinlassen, Brennen in Blase und Nieren. Der Thee besteht aus 2 Eßlöffel voll gemahlenem Fenchel, 3 Eßlöffel gequetschten Wacholderbeeren, 3 Eßlöffel Pulver von Altsichwurzeln, 1 Eßlöffel Foeniculum graecum (Bockshornflee), 1 Eßlöffel Aloepulver. Ein Kaffeelöffel voll dieser Mischung genügt zu einer Tasse Thee, und schwächere Personen thun gut, diese eine Tasse auf 2–3 Tage zu verteilen, also jeden Abend 4–6 Eßlöffel voll zu nehmen. Thee aus den ausgekernten und getrockneten Hülsen der Hagebutten reinigt ebenfalls Nieren und Blase und löst Gries und Stein. (Siehe auch Seite 632 und 633.)

**Aneippfur (Blattern).** Die so gefürchteten Blattern sind nichts anderes als ein Ausschlag mit großen giftigen Geschwüren. Aneipp, der die Blattern gehabt, hat sich auf folgende Weise geheilt. Er nahm ein Halbbad, wusch sich dann den Oberkörper flüchtig ab, legte sich ins Bett und deckte sich zu. Als er dann bald zum Schwitzen kam, wiederholte er die Prozedur, etwa 8–10 mal hintereinander, und als nach dem Ausspruch des Arztes die Blattern erst ordentlich ausbrechen sollten, war er schon wieder gesund. Es ist daher Hauptsache, gleich zu Anfang Ganzwaschungen oder Halbbäder mit Oberkörperwaschung zu nehmen; darauf begeben man sich zu Bett, nach Befinden ist dies 6–8 mal hintereinander zu wiederholen. Aber auch Wickel, spanischer Mantel und Kopfdämpfe sind dem Blatternkranken sehr zu empfehlen. Bei unserer einfachen Behandlung verlaufen die heute so gefürchteten Blattern gutartig und ist daher jedes



Seuchengesetz überflüssig. Die sog. „Schuttpockenimpfung“ bezeichnete Aneipp als „das größte Unrecht, welches der Menschheit zugefügt würde“. (Siehe auch Seite 632 und 633. Anwendungsformen siehe Inhaltsverzeichnis.)

**Aneippflur (Bleichsucht).** Nervosität und Bleichsucht oder Blutarmut gehen oft Hand in Hand. Zunächst ist die Ursache zu heben; bei vielen das enge Schnüren, das Korsett, keine nahrhafte Kost, zu wenig Bewegung in frischer Luft, Verweichlichung in jeder Beziehung. Geben wir dieses, dann wird die Heilung schnell von statten gehen. Wasseranwendung anfangs oft mild, ja zuweilen bei kalten Füßen zuerst warme Fußbäder mit Salz und Asche gemischt und Fußdämpfe, gleichzeitig nur Oberkörperwaschung, dann Ganzwaschung. Wöchentlich 3 mal morgens vom Bett aus Ganzwaschung und wieder ins Bett zurück, bezgleichen wöchentlich 3 mal 15 Sekunden lang im kalten Wasser stehen, auch später die Arme wöchentlich 4 mal 15 Sekunden ins kalte Wasser tauchen, dann abdrücken und trocken reiben. Nach einigen Wochen jeden vierten Tag ein Halbbad und den Schluß bilden die Bäder, Knie- und Oberguß. Barfußgehen zuerst im Zimmer, dann im Sommer und Herbst im Freien. Auch das Sitzbad, wöchentlich 2 mal gebraucht, kurz und kalt ist allen blutarmen Personen besonders zu empfehlen. Einzunehmen ist Kreide- oder Knochenmehl, täglich 2 mal früh und abends, in Wasser oder Essigwasser, was mit großer Vorliebe geschieht, ein Beweis, daß es blutbildend ist. Kaffee, Thee, Bier und Wein sind ebenso zu meiden, als wie auch die erbärmlichen Eisenpulver, die den Magen und oft auch die Zähne verderben. Dagegen Kraftsuppe, Malzkaffee und alle leicht verdaulichen Speisen. Bewegung bleibt aber Hauptsache und stehende Lebensweise ist zu vermeiden. (Siehe auch Seite 632 und 633. Anwendungsformen siehe Inhaltsverzeichnis.)

**Aneippflur. (Bluterguß),** siehe Inhaltsverzeichnis.

**Aneippflur. (Blutandrang zum Kopf)** wird zuweilen, besonders bei dadurch entstandenem Kopfschmerz, durch Fußdampf gründlich geheilt. Im übrigen sind alle ableitenden Mittel, Leibumschlag oder nasse Strümpfe (Wadenpackung), besonders aber viel barfuß gehen, die zuverlässigsten und einfachsten Mittel. Als Thee verschreibt Aneipp Kautenthee, auch Kautentinktur oder Kautenöl, auf Zucker zu nehmen. Ist aber, was öfter vorkommt, harter Stuhlgang und Verstopfung die Ursache, dann nehme man außer den Aneipppillen jene Wasseranwendungen, die unter Verstopfung oder Hartleibigkeit angeführt sind.

**Aneippflur (Bluterguß aus der Nase).** Man zieht Salzwasser und Bimtrautwasser in die Nase. Hilft dies allein noch nicht, so gießt man über Kopf, Nacken und Schultern eine Kanne voll kalten Wassers, dann ist ruhige, horizontale Lage Bedingung. Nach einigen Stunden wird der eben beschriebene Wasserguß noch einmal wiederholt und das Nasenbluten hört auf. Häufig aber kommt es vor, daß besonders junge Mädchen zur Monatszeit starkes Nasenbluten bekommen. Offenbar ist hier gestörte Blutcirculation die Ursache. Gewöhnlich haben diese Patienten auch kalte Füße, und so ist klar, daß alles Blut oben vorhanden, unten aber fehlt. Hier verfähre man wie folgt: 3 mal wöchentlich ein warmes Fußbad mit Asche und Salz vermischt, 15 Minuten lang und täglich früh vom Bett

heraus b  
sondern n  
4 Wasser  
Wechsel.

und Mist  
3 Löffel  
10 tägige  
Zimmer u  
Die Kro  
ins Bett  
vermeiden  
Essig get  
und zu e

mit Milc  
Im Wint  
6-8 St  
gekocht u  
Frühstück  
Man kan  
die Deere  
im Som  
ist zu en  
blüten (p  
dem Zub

wendet n

krant u  
kurze W

krant (E  
tritt nach  
Thee du  
zu Zeit  
aus Zin  
noch M  
genomme  
wirksame

durch ge  
Blätter,  
dem son

kehrter  
Man leg



heraus die Knie eine Minute lang kalt begießen. Also nicht etwa Knieguß, sondern nur die Knie, nicht die Füße mit. Den Schluß bilden wöchentlich 4 Wasseranwendungen, und zwar 2 Halbbäder und 2 Ganzwaschungen im Wechsel. Einfache, nahrhafte Kost, keinen Kaffee.

**Aneipptur (Blutfluß)** [oder Gebärmutterblutung]. Zinnkrautthee und Mistelthee gemischt, verbessern den Blutumlauf, jeden Morgen und Abend 3 Löffel voll getrunken. Dann kräftigt man die geschwächte Natur durch 10 tägige Ganzwaschung und mehrwöchentlichen Gebrauch von Halbbädern. Immer über den andern Tag eins und dazwischen wieder eine Ganzwaschung. Die Kranke erwärmt sich nach jeder Wasseranwendung durch Rückkehr ins Bett oder lebhafte Bewegung. Kaffee, Bier und Wein sind streng zu vermeiden. Auch ist sehr zu empfehlen, nachts ein in kaltes Wasser und Essig getauchtes Tuch auf den Unterleib zu legen, 1—2 Stunden, und ab und zu ein kurzes, kaltes Sitzbad.

**Aneipptur (Blutreinigen, Blutreinigungsthee).** Erdbeeren mit Milch, 1 Teil Erdbeeren auf 2 Teile Milch, täglich zusammen  $\frac{1}{2}$  Liter. Im Winter können eingekochte Erdbeeren verwendet werden. Holunderblätter, 6—8 Stück, klein geschnitten, wie Tabak, werden etwa 10 Minuten lang gekocht und von dem Absud des Morgens nüchtern eine Stunde vor dem Frühstück eine Tasse genommen, so lange man die Kur für nötig hält. Man kann auch die gedörrten Blätter verwenden, ebenso die Blüten und die Beeren. Auch weicht unreines Blut dem häufigen Genuß von Brennesseln im Sommer. Sie werden wie Spinat gekocht. Als blutreinigender Thee ist zu empfehlen eine Mischung von Wermut, Salbei, Zinnkraut, Dornschlehdäuten (zu gleichen Teilen). Hiervon morgens nüchtern und abends vor dem Zubettgehen eine kleine Tasse zu trinken.

**Aneipptur (Blutstörungen).** Bei Blutmangel, Blutwallungen wendet man Thee aus Tausendgoldkraut an.

**Aneipptur (Blutsturz).** Man trinke erkalteten Thee von Zinnkraut und Salzwasser, nehme kalte Brustwaschung vor und wöchentlich zwei kurze Wickel. Später folgt Knie- und Oberguß.

**Aneipptur (Blutungen, Blutbrechen).** Absud von Zinnkraut (Schachtelhalm) oder von Mistel, täglich 1—2 Tassen voll. Wirkung tritt nach wenigen Minuten ein. Bei starkem Nasenbluten ziehe man den Thee durch die Nase auf. Pfefferminzeabsud, mit Essig bereitet, von Zeit zu Zeit löffelweise genommen, stillt das Blutbrechen ebenfalls, auch Thee aus Zinnkraut mit Santala vermischt. Ein vortreffliches Mittel ist auch noch Minzeabsud mit Essig bereitet, von Zeit zu Zeit 1—2 Kaffeelöffel genommen. Bei allen Blutungen aus dem Magen ist dies ein sehr wirksames Mittel.

**Aneipptur. (Blutvergiftung),** beginnende, kann geheilt werden durch geschwellte (mit heißem Wasser übergossene) Heublumen (Stengel, Blätter, Blüten und Samen aus Heu und Grummet), in Verbindung mit dem sonstigen Heilapparat der natürlichen Heilweise.

**Aneipptur (Brechrühr)** [Darmkatarrh]. Dieser meist von verkehrter Nahrung herrührenden Krankheit fallen viele Kinder zum Opfer. Man legt täglich 2mal ganz warme angeschwellte Heublumen auf den Unter-



leib des Kindes, man kann auch den ganzen Leib damit einwickeln. Auch ein Tuch in halb Essig und Wasser getaucht und auf den Unterleib gelegt wirkt gut. Entsprechende leichte Kost und Abhärtung sind die besten Mittel zur Vorbeugung.

**Aneipptur (Bright'sche Nierentrunkheit).** Hier ist unter anderm Citronensaft ein vorzügliches Heilmittel. Ein derartiger Kranker aß nach Dr. Siebert innerhalb 3 Monaten 300 Citronen, täglich 3—4 Stück, und der Harn war frei von Eiweiß; der Kranke wurde als geheilt entlassen. In südlichen Ländern gelten die Citrone und der Citronensaft beim Volke als Universalheilmittel. Natürlich müssen dazu die entsprechenden Wasseranwendungen kommen: 3mal wöchentlich kurzer Wickel, 3mal Fußdampfbad mit Schenkel- oder Knieguß, 2 Ganzwaschungen und 2 Sitzbäder. Ferner Leibstuhldampf und Unterwickel, Thee von Salbei, Wegetritt, Attichwurzel. (Siehe auch Seite 632 und 633.)

**Aneipptur. (Brüche, Leibsäden),** siehe auch Seite 163, sowie Inhaltsverzeichnis. Man wasche den Unterleib öfter mit kaltem Wasser und Essig; denn gerade der Essig hat die Kraft zusammenzuziehen. Nebenbei nehme man wöchentlich 2 Sitz- und 2 Halbbäder. Innerlich täglich 1—2 Eßlöffel voll Eichenrindenthee und zwar früh und abends. Aber auch Auflagen von Eichenrindenthee oder Essig über die Bruchstellen sind sehr zu empfehlen. Die Brüche (Leibsäden) der kleinen Kinder entstehen meist durch zu vieles Schreien. Auch hier helfen dieselben hydropathischen Mittel, die oben angeführt wurden.

**Aneipptur (Brust, böse).** Bei bösen Brüsten sind warme Zinnkrautausschläge, halbstündlich gewechselt, und ab und zu Ausschläge von weichem Quark sehr wirksam. Im übrigen siehe Inhaltsverzeichnis.

**Aneipptur (Brustfellentzündung).** Bei den verschiedenen Entzündungen, auch Lungen- oder Rippenfellentzündung, ist der Fußwickel die erste und wirksamste Wasseranwendung. Er besteht darin, daß man ein Paar nasse Socken und darüber wollene Strümpfe anzieht und nach 1—2 Stunden den Wickel erneuert. Hierbei legt man über die entzündeten, schmerzhaften Stellen ein Quarkpflaster, das man nach Befinden täglich 3—4mal erneuert. Es wird hierzu dünn gemachter Quark reichlich messerrückendick auf Leinwand gestrichen; dies nimmt die Hitze, lindert und beseitigt den Schmerz ganz auffallend. Wenn dann schon etwas Besserung eingetreten, kommen folgende Anwendungen: 1. Wöchentlich 2 kurze warme Wickel, die in gesottenes Haferstrohwasser getaucht werden. Zweck dieser Wickel ist, die Krankheitsstoffe aufzulösen und auszusaugen. 2. Wöchentlich 2mal Ober- und Unterausschläger, kalt,  $\frac{1}{4}$  Stunden lang. Auch sie wirken auflösend und stärkend. 3. 2mal wöchentlich einen Oberguß und täglich einen Knieguß oder Wassertreten. 4. Immer den andern Tag auch ein Halbbad. Die Anwendungen unter 3. und 4. kräftigen den Unter- und Oberkörper. Als Thee trinkt man täglich eine Tasse von Schafgarbe, Johanniskraut und Wermut, in drei Teile geteilt, früh, mittags und abends. Auch ist zur innerlichen Kühlung noch täglich einmal ein Kaffeelöffel voll gutes Speiseöl oder Süßmandelöl zu nehmen. Einfache Kost, Kraftsuppe morgens und abends. Außerdem kann man täglich 6—10 Wachholderbeeren essen, denn diese verbessern den Magen und wirken auch auf

die Nieren  
(Siehe au

die das  
Auge befo  
2 Wasser

1.  
guß, 6.  
Zeit 1.  
Dienkörp  
abends  
Halbbad,  
Ganzwas

Sit  
Jahreszei  
2 Stund  
nicht bloß  
wechslung  
Stelle un  
dies dann  
krautkomp  
zu empfe  
eine Kom  
trocknet  
eine Salb  
Pflaster  
(Siehe an

„Ich war  
Brust so  
heiser un  
ganz beso  
Tagen w  
Kleidung,  
Wochen  
weichliche  
Stechen  
Husten a  
Unrat, de  
verordnet  
Wechsel;  
längere  
Brustentz  
man bei  
Brustfelle  
Wacholder  
thätigkeit



die Nieren vorteilhaft. Siehe auch die Anwendung unter „Lungenentzündung“. (Siehe auch Seite 632 u. 633 und Anwendungsformen im Inhaltsverzeichnis.)

**Kneippkur. (Brustguß),** siehe Inhaltsverzeichnis.

**Kneippkur (Brusttrebs).** Neben der Auflösung schlechter Stoffe, die das Blut so sehr verderben, muß die stete Kräftigung des Körpers im Auge behalten werden. Zur kalten Jahreszeit ist täglich eine, zur wärmeren Zeit 2 Wasseranwendungen am Plage. Der Kurplan im Winter wäre also folgender:

1. Tag Halbbad, 2. Oberguß, 3. Schenkelguß, 4. Halbbad, 5. Oberguß, 6. Ganzwaschung, 7. Rückenguß und so wiederholt. Zur wärmeren Zeit 1. Tag Halbbad und abends Oberguß, 2. Schenkelguß und abends Oberkörperwaschung, 3. Rückenguß und abends Halbbad, 4. früh Oberguß, abends (auch nachmittags) Schenkelguß, 5. früh Ganzwaschung, nachmittags Halbbad, 6. früh Oberguß, nachmittags Schenkelguß, 7. Rückenguß und Ganzwaschung und so wiederholt.

Ist die Person schwächlich, so genügt täglich eine Anwendung zu jeder Jahreszeit. An der kranken Stelle aber kann man dreierlei machen. Alle 2 Stunden legt man eine Zinnfrautauflage, gut ansgewunden, also feucht, nicht bloß auf die kranke Brust, sondern auf die ganze Brust. Zur Abwechslung legt man auch fein gerührten weichen Quark (Topfenkäse) auf die kranke Stelle und deren Umgebung so lange, bis er getrocknet ist und wiederholt dies dann. So wechselt man mehrere Male in der Woche, 2 Tage Zinnfrautkompreß, dann wieder 2 Tage weiche Quarkauflage. Drittens ist es sehr zu empfehlen, wenn man auch ab und zu, besonders in der 2. und 3. Woche, eine Kompreß von Lehmwasser auslegt. Endlich macht man auch aus getrocknetem Lehm, gemischt mit Abkochung von Zinnkraut und Tormentill, eine Salbe, die man auf ein Stück grobe Leinwand schmiert, und legt dieses Pflaster auf die Krebsstelle; wenn es trocken ist, wird es dann wieder erneuert. (Siehe auch Seite 632 und 633.)

**Kneippkur (Brustleiden).** Ein durch Kneippkur Geheilte erzählt: „Ich war selten ohne Schmerzen auf der Brust. Bald war mir auf der Brust so eng, daß ich nicht zu reden vermochte, dann wurde ich wieder heiser und das Sprechen war mir schmerzlich. Ich hatte meistens Fieber; ganz besonders ungünstig wirkte auf mich jede Luftveränderung. An warmen Tagen war mir bang, an kühlen fror mich; dazu kam noch verweichlichende Kleidung, durch welche auch für mein weiteres Gedeihen gesorgt war. In drei Wochen wurde ich durch die Kneippkur vollständig hergestellt. Mein verweichlichter Körper wurde abgehärtet, mein Brustgebrechen, Herzklopfen, Stechen an den Seiten verschwand ganz, und der aufgelöste und durch Husten abgeleitete Schleim gab mir den klarsten Beweis, daß der viele Unrat, der in der Brust war, mich nicht gesund werden ließ.“ Ihm wurden verordnet: Barfußgehen, 4 Obergüsse, 4 Schenkelgüsse und 3 Halbbäder im Wechsel; ab und zu abends auch 4 Minuten im Wasser gehen. Gerade das längere Zeit betriebene Barfußgehen und Wassergehen wirken bei allen Brustentzündungen und Verschleimungen besonders günstig. Innerlich nehme man bei allen derartigen Zuständen einen gemischten Thee, wie er oben bei Brustfellentzündung erwähnt wurde. Auch der tägliche Genuß von mehreren Wacholderbeeren ist vorteilhaft, weil sie die Gase ausleiten und die Nierenthätigkeit befördern helfen.



Der Kurplan für derartige Leidende — und ihre Zahl ist sehr groß — wäre also, auf 7 Tage verteilt, folgender: 1. Tag früh Oberguß, nachmittags Schenkelguß. 2. Tag Halbbad und abends Wassertreten. 3. Tag früh Oberguß, nachmittags Schenkelguß. 4. Tag Halbbad und abends Wassertreten. 5. Tag früh Oberguß und nachmittags Schenkelguß. 6. Tag Halbbad und Wassertreten. 7. Tag Oberguß und Schenkelguß. Alle Tage längere Zeit Barfußgehen und dann geht es wieder von vorn an. (Siehe auch Seite 632 und 633. Anwendungsformen siehe Inhaltsverzeichnis.)

**Aneippfur (Burgundernase).** Wöchentlich: 2 Halbbäder, 2 Sitzbäder, 2 Knie- und Schenkelgüsse, fleißig barfuß gehen, nachts Leibaußschlag oder Fußwickel.

**Aneippfur (Cholera).** Da auch bei dieser furchtbaren Krankheit, die in kurzer Zeit die stärkste Natur schwächt und zerstört, die Aneippfur die glänzendsten Erfolge aufzuweisen hat, so sei die Behandlungsweise hier kurz zusammengestellt. Schweiß erzeugen ist das erste. Wer in Schweiß kommt, ist gerettet. Ein grobes mehrfach zusammengelegtes Tuch wird in heißes Wasser getaucht, gut ausgewunden und so heiß als möglich dem Kranken auf den Leib gelegt und gut zugedeckt. Nach zwanzig Minuten tritt dann oftmals schon der Schweiß ein und sofort wird das Tuch, um noch mehr Schweiß zu erzielen, nochmals in heißes Wasser getaucht und auf den Leib gelegt. Jetzt kommt der ganze Körper in Schweiß, die Krämpfe hören auf und der Kranke fühlt sich schon leichter. Der Kranke muß ungefähr 1 Stunde lang schwitzen, das Tuch wird abgenommen und der Schweiß dauert immer noch einige Zeit fort. Sollte aber ein derartiger Schweiß durch 2 Auflagen noch nicht erzielt werden, dann haben eben noch weitere Auflagen zu erfolgen, bis dies geschehen ist. Die so geschwächte Natur wird dann dreimal am Tage durch Ganzwaschungen gestärkt; und wenn sich dann der Appetit einstellt, so nimmt die Gesundung rasch zu. Aber nicht bloß äußerlich wird erwärmend eingewirkt, nein, auch innerlich muß die Natur erwärmt werden, damit dem begonnenen Verförungsprozeß überall entgegen gearbeitet wird. Man giebt dem Kranken eine Tasse warme Milch mit Fenchel gekocht; dadurch werden die Krämpfe schneller gestillt und der Schweiß hervorgerufen. Wer aber die Vorboten der Cholera schon kennt, Unruhe im Dünndarm, Stechen, Schneiden, Zwickeln, Unlust zum Essen, auch Reiz zum Brechen, ferner rasche Abnahme der Kräfte und großen Schmerz im Kopfe, der kann dieser furchtbaren Geißel des Menschengeschlechts bald vorbeugen und zwar durch täglich 1—2 ganz kalte, 2 Sekunden dauernde Halbbäder; denn dieses kräftigt die Natur, entwickelt mehr Naturwärme und fördert den Stoffwechsel, und gerade das ist Hauptsache. Wer solche Vorbeugungsmittel anwendet, bekommt höchstens nur noch Cholerine.

Aber auch der spanische Mantel in Heublumenwasser getaucht, warm angezogen und mit einer Wolldecke  $1\frac{1}{2}$  Stunden eingewickelt, entwickelt rasch viel Wärme und löst die kranken Stoffe auf. Wer es 2—3 mal wöchentlich thut, hat die Cholera nicht mehr zu fürchten; ja, selbst ein vielfach zusammengelegtes Tuch, in heißes Heublumenwasser getaucht, auf den Leib gelegt, wird, wenn es in der Vorbeugungszeit geschieht, recht wirksam sein.

Innerlich kann man auch gar mancherlei geben. Man esse resp. laue zuerst täglich mehrere Wacholderbeeren und trinke Vermutthee; auch täg-

lich eine  
Weiterun  
morgens  
3 Böffel  
diesen Th  
Empfängl  
auch Seit

**An**  
bei Temp  
kolikartige  
Ruhe und  
den Leib  
dieselbe  
stigen.  
die Hitze  
am besten  
Nimmt d  
und die  
Bäder ne  
man auch  
von Fench  
Cholera  
weder no  
vorzunehm  
wieder.  
bei der  
Anien ma  
die Natur  
lera wie  
Mittel für  
was dem  
umzugehe  
gut laut

**An**  
**An**  
Inhaltsve  
**An**  
sind, wen  
1 kurzer  
liegen ble  
Essigwass  
Vermutth  
hanniskra  
von 6 b  
nehme ma  
wöchentli  
3 Wochen  
ganzen R



lich eine Messerspitze von Angelikawurzel und Tormentillwurzel hindern das Weiterumsichgreifen und entfernen faule und schlechte Stoffe. Abends und morgens kann man auch von diesen Wurzeln einen Thee bereiten und 3 Löffel voll trinken. Alle, welche Furcht vor dieser Krankheit haben, sollen diesen Thee gebrauchen; am besten aber keine Furcht, denn sie steigert die Empfänglichkeit der Natur und befördert den Ausbruch der Krankheit. (Siehe auch Seite 632 und 633. Anwendungsformen siehe Inhaltsverzeichnis.)

**Aneippfur (Cholerine).** Gewöhnlich nach einem Diätfehler oder bei Temperaturwechsel treten sowohl im Sommer als auch im Winter diese kolikartigen Durchfälle auf. Am besten wird diese Krankheit geheilt durch Ruhe und Wärme. Ein heißer Ziegelstein in ein Tuch gehüllt und auf den Leib gelegt; oder ein Säcklein mit Hafer gefüllt wird erwärmt und auf dieselbe Stelle gethan, um die geschwächte Natur durch Wärme zu unterstützen. Innerlich nimmt man Salbei und Wermutthee ein. Wäre aber die Hitze vorherrschend, dann wirkt auch hier ein kurzes Halbbad, recht kalt, am besten, wobei der Körper auch schnell kalt abgewaschen werden kann. Nimmt dann die Hitze wieder überhand, so wiederholt man das Halbbad und die Abwaschung, ja man kann je nach Bedarf täglich bis 4 solcher Bäder nehmen, wenn die Hitze nicht nachlassen will. Alle Stunden nehme man auch einen Löffel voll Milch mit Fenchel gekocht oder auch einen Thee von Fenchel, Kamillen und Wermut. Mit diesen einfachen Mitteln ist die Cholerine gewöhnlich in einem Tage vorbei und braucht der Patient entweder noch einige Tage täglich 1—2 Halbbäder oder 1—2 Ganzwaschungen vorzunehmen und die Kräfte kehren bei einfachen nahrhaften Suppen bald wieder. Hat der an Cholerine Leidende viel Kälte, so kann man auch wie bei der Cholera einen heißen Heublumenausschlag von der Brust bis zu den Knien machen und so oft wiederholen, bis sich durch genügenden Schweiß die Naturwärme vermehrt hat. Man merke sich also, sowohl bei der Cholera wie bei der Cholerine ist Schweißzeugung das erste, die übrigen Mittel sind angegeben. Bei zu großer Hitze aber ist das Halbbad das beste, was dem Kranken verordnet werden kann. Wer mit derartigen Kranken umzugehen hat, thut gut, wenn er täglich 6—10 Stück Wacholderbeeren gut kaut und isst. (Siehe auch Seite 632 und 633.)

**Aneippfur. (Congestionen),** siehe Blutandrang.

**Aneippfur. (Dämpfe),** spezielle, auf besonders kranke Stellen, siehe Inhaltsverzeichnis.

**Aneippfur (Darmkatarrh).** Die Wasseranwendungen hierbei sind, wenn starkes Abweichen, Diarrhöe, damit verbunden ist, wöchentlich 1 kurzer Wickel, der aber in Essigwasser getaucht wird und etwa 1½ Stunde liegen bleibt, und außerdem 3 bis 4 Aufschläger auf den Unterleib, auch in Essigwasser naß gemacht und von gleicher Dauer. Innerlich nehme man Wermutthee, gemischt mit Salbei, Tausendgüldenkraut, Schafgarbe und Johanniskraut, täglich in drei halben Tassen genommen. Auch der Genuß von 6 bis 8 Wacholderbeeren ist zu empfehlen. Nach 2 Wochen aber nehme man alle 8 Tage 2 Halbbäder mit Oberkörperwaschung und 2 mal wöchentlich wasche man nachts vom Bette aus den ganzen Körper. Nach 3 Wochen soll man zur Kräftigung sowohl des Unterleibes, als auch des ganzen Körpers wöchentlich 2 Halbbäder, kurz und kalt, gebrauchen, oder



1 Halbbad und eine Ganzwaschung machen. Da diese Unterleibskatarre meist im Frühjahr und Herbst auftreten, so ist Abhärtung für den Witterungswechsel auch hier das beste Mittel, jeder Wiederkehr vorzubeugen.

Häufig tritt dieses Leiden verbunden mit Magentatarre auf und wir hören von Darm- und Magentatarre. Die Folgen eines solchen jahrelang dauernden und in der Regel falsch behandelten Leidens sind oft auch Leberleiden, asthmatische Beschwerden, Halsleiden, Blutandrang nach dem Kopfe und endlich Nervenzerrüttung. Von Appetit ist natürlich keine Rede, der Stuhlgang ist der denkbar schlechteste, und häufig wird ein solch trauriger Zustand noch durch sitzende Lebensweise und geistige Anstrengung verschlimmert. Wer in eine solche verzweiflungsvolle Lage gekommen ist, mache täglich eine Stunde vor dem Aufstehen vom warmen Bette aus eine kalte Waschung des ganzen Körpers, jeden 2. Tag ein 5 Sekunden dauerndes kaltes Halbbad und endlich 2 bis 3 mal wöchentlich einen Unter- und Oberanfschläger auf den Kumpf zugleich  $1\frac{1}{2}$  Stunden lang, das zu letzteren gebrauchte kalte Wasser muß halb mit Essig vermischt sein. Man trinke den einen Tag eine kleine Tasse Thee von Holunderblüten, den andern Tag früh, mittags und abends 3 Löffel voll Wermutthee. Wer 4 bis 5 Wochen lang diese Kur gebraucht, wird von diesem schweren Leiden genesen oder doch wesentlich gebessert und lebt nach jahrelangem Siechtum wieder neu auf. Einfache nahrhafte Kost, Bewegung und wöchentlich 1 Ganzwaschung oder ein Halbbad, oder beides, bringen alle Kräfte wieder und bewahren vor Rückfällen und anderen Erkrankungen. (Siehe auch Seite 632 und 633. Anwendungsformen siehe Inhaltsverzeichnis.)

**Aeneippur (Diarrhöe).** Gegen leichte Diarrhöen sind getrocknete rohe Heidelbeeren, von Zeit zu Zeit genommen, gekaut und verschluckt, ein probates Mittel. Anhaltende Diarrhöen, welche oft noch sehr schmerzhaft mit Blutabgang verbunden sind, heilt man, wenn man in  $\frac{1}{8}$  Liter warmen Wassers einen Löffel Heidelbeerbranntwein gießt und einnimmt. Auch bei schlimmeren ruhrartigen Zuständen wirkt dasselbe innere Mittel, wenn man äußerlich noch warme Essigwasseraufläge auf den Unterleib macht. Ferner sind Wühlhuberthee I, sowie Holunderbeeren, trocken oder als Mus genossen, gegen Diarrhöe sehr wirksame Mittel.

**Aeneippur (Diphtheritis).** Dieser Würgengel der lieben Kleinen ist durchaus ungefährlich, sobald man rechtzeitig und richtig vorzugehen versteht. Da sich das Blut im Hals und Rachen angestaut hat, so ist die Hauptsache, von da dasselbe auseinanderzutreiben und in regelmäßigen Gang zu bringen. Das geschieht am besten, wenn man ein Hemd in heißes Heublumenwasser taucht, es dem Kinde anzieht und in eine Decke gehüllt dasselbe ins Bett bringt. Das Blut geht einem Naturgesetz gemäß der Wärme nach, und so verteilt sich das in der Halspartie die Entzündung hervorruhende Blut auf den ganzen Körper, die Entzündung geht zurück und alle Gefahr ist vorüber. Gewöhnlich schläft das Kind schon nach kurzer Zeit. Tritt nun nach einer Stunde wieder Entzündung und Hitze ein, so wiederholt man einfach das Anziehen eines warmen Hemdes wieder. Auch kann man bei steigender Temperatur eine kalte Ganzwaschung vom Bette aus vornehmen und das Kind danach zurück ins Bett legen und gut zudecken;

auch da  
Kinderb  
Kind d  
durch e  
warmes  
Wasser  
kommt  
büßt da  
seite des  
Tritt d  
den der  
Kaffeeb  
gracour  
und die  
Löffel g  
pfen. I  
Verlauf  
auch 3  
Füße v  
Kind i  
übrigen  
wirkt d  
nie gef  
Diphth

Stadium  
mit der  
rettend  
lung m

In heit  
tragen  
15 bis  
lag ab  
kaltes  
an, 1  
auch E

sich an  
drüsen-  
können  
aber so  
gesunde  
öftesten  
Die K  
auch a  
Das K



auch dadurch wird oft ein ergiebiger Schweiß hervorgerufen. Ein grobes Kinderbettuch eignet sich dazu sogar noch besser. Gewöhnlich kommt das Kind dabei in Schweiß. Auch kann man besonders die erkalteten Füße durch einen warmen Fußwickel erwärmen. Das ist die Behandlung durch warmes Wasser, die am öftesten angewandt wird. Aber auch mit kaltem Wasser heilt man sehr leicht diese gefürchtete Krankheit. Der Oberguß kommt hier zur Geltung und zeigt sich als herrlicher Regulator. Man blüht das Kind und appliziert ihm schnell einen kräftigen Guß auf die Rückseite des Oberkörpers, eine Gießkanne voll, und legt es ins Bett zum Schwitzen. Tritt der ersehnte Schweiß nicht ein, so wiederholt man nach 2 Stunden den Oberguß. Innerlich giebt man dem Kinde alle Stunden einen Kaffeelöffel voll Absud von dem den Schleim auflösenden Thee *Foenum graecum*, *Schasgarbe* oder *Malve*, dadurch wird der Auswurf befördert und die Atmung erleichtert. Auch ist es geraten, täglich etwa 4 Kaffeelöffel gutes Speiseöl dem Kinde zu reichen, um die innerliche Hitze zu dämpfen. Im Zustande des Schweißes läßt man das Kind ruhen. Im ferneren Verlaufe wird das Kind täglich noch 2 mal, und wenn die Hitze es erfordert, auch 3 mal bis zum Halse in kaltes Wasser getaucht in der Weise, daß die Füße vom Kniegelenk an nicht mit genäßt werden. Man nimmt also das Kind in die Hände und hält Kopf und Kniegelenk hoch und taucht den übrigen Körper mit der Rückseite ins Wasser. Dieses einfache Verfahren wirkt Wunder, wenn dasselbe nicht zu spät angewandt wird, und es ist nie gefehlt, wenn man bei bedenklichem Unwohlsein der Kinder, z. B. wo *Diphtherie* herrscht, rasch mit dem heißen Hemd zur Hand ist.

Wird man zu einem Kinde gerufen, das bereits im vorgeschrittenen Stadium ist und wo die Pilzwucherung überhand genommen hat, so ist mit dem Obergusse ein kräftiger Nackenguß zu verbinden, der hier lebensrettend wirken kann. Es bleibt zu bedauern, daß eine so einfache Behandlung nicht allgemein bekannt gemacht und angewandt wird.

Im vorgeschrittenen Stadium ist auch folgendes Verfahren angezeigt: In heißes Essigwasser getauchte Halswickel, so heiß als der Patient sie vertragen kann, um den Hals zu legen, mit Wollstoff zu überdecken und alle 15 bis 20 Minuten durch neue zu ersetzen. Auf diese Weise fällt der Belag ab und wird ausgeworfen. Gleichzeitig aber legt man dem Kinde in kaltes Essigwasser getauchte Unterwickel, also sogenannte Dreiviertelpackung an, 1 bis 1½ Stunden lang, was täglich 2 mal geschehen kann. (Siehe auch Seite 632 und 633. Anwendungsformen siehe Inhaltsverzeichnis.)

**Aneippkur. (Drüsenanschwellung und Entzündung)** kann sich an vielen Teilen des Körpers bilden. Es giebt Halsdrüsen-, Leisten-, Brustdrüsen- u. Anschwellungen und Entzündungen. Die Ursachen können verschiedene sein: mechanische Reizung, Druck, Zerrung, besonders aber schlechte Säfte- und Blutmischung, sowie träge Circulation, denn ein gesunder Organismus hat mit derartigen Leiden nichts zu thun. Am öftesten kommt Schwellung der Halsdrüsen vor, besonders bei Kindern. Die Kinder haben kein gutes Aussehen, weinen viel und sind am Hals, oft auch am Kopf geschwollen und an der einen Halsseite sind große Drüsen. Das Kind kann abgemagert oder auch sonst ziemlich kräftig aussehen, auf



alle Fälle hat man es mit schlechtem Blut und schlechten Säften zu thun und muß der geschwächten Naturkraft mit warmen und kalten Wasseranwendungen zu Hilfe gekommen werden. Innerhalb zweier Wochen wird täglich 1 warmes Heublumenhemd 1—1½ Stunden lang, mit wollener Decke umhüllt, angezogen, das die schlechten Säfte ausscheiden hilft. Ferner wird das Kind täglich 1 mal mit einer kalten Ganzwaschung oder noch besser mit einem 2 Sekunden langen Vollbad (von den Füßen bis zur Halsdrüse) bedacht und mit nahrhafter Kost und guter Luft versorgt. Nach Verlauf von 14 Tagen reduzieren sich die Heublumenhemdanwendungen auf wöchentlich 2, die kalten Waschungen oder Vollbäder werden aber immer noch alle Tage fortgesetzt. Statt des Heublumenhemdes kann man auch in Absub von junger Eichenrinde getauchte Widel verwenden.

Die meisten Mediziner wollen in solchen Fällen gewöhnlich sofort schneiden, und am schnellsten thun sie dies, wenn sich, was bei Frauen und Mädchen oft vorkommt, eine starke Drüse in der Brust gebildet. Der Naturarzt heilt aber ohne zu schneiden ganz einfach auf folgende Weise: Zuerst kommt innerhalb 14 Tagen täglich 1 Ober- und Schenkelguß zur Kräftigung des geschwächten Körpers und außerdem wöchentlich 3 Halbbäder. Auf die kranke Brustdrüse aber wird ein mehrfach zusammengelegtes grobes Weinwandtuch, das in warmes Binnkrautwasser getaucht ward, gelegt und mit einem trockenen wollenen Tuche fest verschlossen. So wird die Drüse nach und nach verschwinden. Um einer Wiederkehr vorzubeugen und den Körper dauernd zu kräftigen, ist es gut, längere Zeit wöchentlich 2 Halbbäder und eine Ganzwaschung zu nehmen.

Bei Leistenbrüsen thut man gut, in heißem Wasser geschwellte Heublumen auf dieselben zu legen und sie mit einem Unterleibswidel zu befestigen. Dreimal wöchentlich kalte Ganzwaschung, und nach kurzer Zeit verschwinden mit so einfachen Mitteln auch hier die Drüsen. Innerlich kann man bei allen Drüsenleiden Thee von junger Eichenrinde (abgebrüht) täglich eine Tasse, in 3 Portionen geteilt, trinken. Wenn aber bei Kindern das Drüsenleiden die Folge von Skrofulose ist, so kann man außer den obigen Anwendungen und dem Eichenrindenthee noch 3 mal täglich 1 Messerspitze voll Knochenmehl, nach Aneipp'scher Art zubereitet, geben und Malzkaffee trinken lassen. (Siehe auch Seite 632 und 633. Anwendungsformen siehe Inhaltsverzeichnis.)

**Aneippkur. (Eichenrinde-Absub),** siehe Inhaltsverzeichnis.

**Aneippkur. (Englische Krankheit.)** Diese ist eine der schwierigsten Krankheiten zum Heilen, weil sowohl der ganze Körper als einzelne Teile krank sind, Muskeln und Knochen. Es kommt ganz darauf an, ob der Patient mehr oder weniger geschwächt ist. Bei einem sehr schwachen Kinde wäre folgende Kur angezeigt: Alle 2 Tage ein warmes Heublumenhemd, in Wolldecke gehüllt und ins Bett. An den Tagen, wo es nicht eingepackt wird, tauche man es in kaltes Wasser kurz, nur 2 Sekunden lang, ein. So verfährt man längere Zeit. Mit der Kräftigung des Kindes reduzieren sich die wöchentlichen 3 Heublumenwickel auf 1, während man von kalten Anwendungen 3 Ganzwaschungen und 3 kurze Vollbäder appliziert. Ist das Kind nicht gar zu schwach, so kann man täglich dasselbe in warme



angeschwollene Heublumen packen und nach 1 oder 1½ Stunden schnell ins kalte Wasser tauchen.

In letzter Zeit versuhr auch Pfarrer Kneipp wie folgt: Er verordnete den einen Tag ein warmes Haferstrohwasserbad, den andern ein in warmes Haferstrohwasser getauchtes Hemd, und den dritten Tag tauchte er das Kind schnell in kaltes Wasser bis zum Halse. So wird die Kur bis zur Heilung fortgesetzt. Innerlich täglich 2 mal eine Messerspitze blutbildendes Knochenmehl und sehr leicht verdauliche Kost, Eichellaffee mit Honig und Milch, ebenso Malzkaffee mit gleicher Zuthat; außerdem Kraftsuppen und einfache Mehlspeisen. Bei solcher Behandlung wird meist der erwünschte Erfolg erreicht. Selbstredend vergehen mehrere Monate, und die Abhärtungskur, Ganzwaschung, Halbbad, gute Luft bei Tag und Nacht, Licht und Sonne, muß lange Zeit inne gehalten werden. Es kostet viel Mühe, aber keine Doktor- und Apothekerrechnung. (Siehe auch Seite 632 und 633. Anwendungsförmlichkeiten siehe Inhaltsverzeichnis.)

**Kneippkur (Epilepsie)** [Fallsucht, hinfällende Krankheit]. Diese schreckliche Krankheit kann viele Ursachen haben, wie sie auch verschiedene Grade zeigt. Falsche Ernährung, verkehrte Kleidung, geistige und auch körperliche Überbürdung, Schreck und Unglücksfälle verschiedener Art, aber auch vererbte Nervenschwäche.

Daher sind zunächst folgende Mittel angezeigt: Gesunde, kräftige Nahrung, vernünftige Abhärtung, Bewegung in frischer Luft und Licht, Schonung vor körperlicher und geistiger Anstrengung. In schwierigen Fällen ist unbedingt streng vegetarische Kost geboten, Obst, Brot und gedünstetes Gemüse. Alle aufregenden Getränke, Kaffee, Thee, Bier und Wein etc. sind strengstens zu meiden. Ein wahrer Hohn ist es, daß man heute noch Epileptiker mit Bromkali, Jodkali, Arsenik und Antipyrin behandelt und durch momentane Unterdrückung das Übel und Elend noch viel größer macht. Die Wasseranwendungen sind je nach dem Grade der Naturkraft des Kranken angemessen. Gleich anfangs einen tüchtigen Naturarzt herbeigerufen und die meisten Fälle von Epilepsie werden gewöhnlich bald geheilt, wie folgender Fall zeigt. In Fischheim bei Rochlitz erkrankte das 14jährige Mädchen des dortigen Bahnwärters vor etwa 7 Jahren an Fallsucht. Ein in jener Gegend weit bekannter Menschenfreund und bewährter Naturarzt wurde gerufen. Die Ursache war körperliche Überanstrengung. Das Mädchen hatte im Nachbardorfe Magddienste leisten müssen und nebenbei noch die Kinder gewartet, kam spät ins Bett und früh zeitig aus demselben. Offenbar in so jugendlichem Alter eine körperliche Überanstrengung. Bei täglicher Ganzwaschung, wöchentlich 2 Sitzbädern, Barfußgehen, mäßiger Bewegung in freier guter Luft und guter Kost war das Übel in einigen Wochen schon gehoben, ohne bis heute zurückgekehrt zu sein. Aber auch schwierige Fälle sind heilbar bei guter Pflege und entsprechender Wasserbehandlung. Ausscheidung und höhere Transpiration ist bei allen derartigen Kranken von größtem Vorteil. Für einen Knaben, der täglich mehrmals hinfällig wurde, lautete die erste Kneippanordnung wie folgt: 1. Verordnung: Jede Woche zweimal einen Fuß auf den ganzen Unterkörper (also Schenkel Fuß); zweimal wöchentlich einen Fuß auf die obere Rückseite des Körpers (vom Kreuze aufwärts); wöchentlich einmal einen Fuß auf die ganze Rückseite des Kör-



pers; alle Wochen ein warmes Heublumenbad  $1\frac{1}{2}$  Stunden lang. 2. Verordnung: Nachdem nach vorschriftsmäßigem Gebrauch der 1. Verordnung die Anfälle lange Zeit schon ausgeblieben, bekam der Knabe folgenden Kurplan: In der Woche dreimal einen Schenkelguß; zweimal einen Rückenguß; dreimal wurden früh 1 Stunde vor dem Aufstehen dem Knaben Hände, Brust, Unterleib und Rücken bis zum After hinab schnell in kaltem Wasser gewaschen, ohne zu reiben und abzutrocknen, sondern schnell wieder ins Bett. So blieb der Knabe auch fernerhin ohne Anfälle und war gesünder als früher vor der Fallsucht. Es giebt allerdings noch weit schwerere Fälle, wo der Kurplan nur von Tag zu Tag gemacht werden kann unter Leitung eines tüchtigen Naturarztes in einer Heilanstalt oder auch zu Hause, wenn es sich thun läßt; aber wie schon erwähnt, ist bei derartigen Fällen fleischlose Kost Bedingung. Daß es auch viele mit diesem Leiden behaftete Patienten giebt, die nur sehr schwer, ja unheilbar sind, namentlich wenn das Übel alt ist und lange Zeit medizinisch behandelt wurde, darf nicht unerwähnt bleiben. (Siehe auch Seite 632 und 633. Anwendungsformen siehe Inhaltsverzeichnis.)

**Aneippur (Erbrechen).** Die an häufigen Erbrechen Leidenden sollen täglich 1—2 Messerspitzen Pulver aus Minze bereitet nehmen und auch öfters Minzethee trinken. Minzeabsud mit Essig zubereitet, zeitweise 1—2 Kaffeelöffel genommen, stillt auch das Blutbrechen. Bei Kindern, die häufig Erbrechen und Durchfall zugleich haben, muß statt Milch Gersten- oder Haferschleim gegeben werden.

**Aneippur (Fettleibigkeit).** Den ersten Tag Schenkelguß, den zweiten Oberguß, den dritten Halbbad, den vierten Rückenguß, den fünften Blizguß, den sechsten Oberguß, den siebenten Halbbad, dann täglich 2 von diesen Anwendungen, wobei bemerkt sei, daß vormittags Blizguß und nachmittags Halbbad diejenigen Anwendungen sind, welche am kräftigsten auf die Fettrückbildung wirken. Wer an Herzschwäche leidet oder gar einen organischen Herzfehler dabei hat, darf nur die leichteren Anwendungen gebrauchen. Selbstredend darf der Biertrinker nicht glauben, daß er dabei jeden Tag seine 10 Glas trinken darf. Nein, von Tag zu Tag weniger, höchstens 2 Gläser täglich, später eins. Als Kost empfiehlt Aneipp eine gute, gemischte, kräftige Nahrung; man soll also nicht etwa hungern, auch nicht etwa lauter Rindfleisch oder täglich nur Gemüse essen, beides wäre einseitig und falsch. Jede gute Kost, wie sie besonders in den Naturheilanstalten verabreicht wird, ist zu empfehlen. (Siehe auch Seite 632 und 633.)

**Aneippur (Fieber).** Bei Fieberhize ist stets die Ganzwaschung, die unter Umständen alle halbe Stunden gemacht werden muß, das erste und beste Mittel. Der Hizegrad bestimmt die Zeit der Anwendung, nicht der Arzt. Auch der Unterausschläger und das Halbbad sind bei Fieberglut probate Mittel. Bei typhösem Fieber wechseln Halbbäder mit gleichzeitiger Begießung der Brust, des Rückens und der Arme mit nachheriger Ganzpackung. Innerlich ist Bockshornklee (*Foenum graecum*) das wirksamste und kühlendste Mittel.

**Aneippur (Fibroide)** [Fibrome]. Wöchentlich je 2 mal spanischer Mantel, 3 mal Oberguß, 3 mal Schenkelguß, 2 mal Rückenguß, 1 mal Vollguß.



**Anelpflur (Flechten).** Wenn die unreinen Stoffe nicht ausgeschieden werden, wie es bei gesundem Blut geschieht, so treten sie an der Haut hervor und bilden sich zu Schuppen. In allen derartigen Fällen, wo sich der Ablagerungsstoff in Form von Flechten an die äußere Haut, gleichviel wo, ansetzt, muß gesorgt werden, daß der Magen gute Nährstoffe bekommt und auch verdaut. Das ist die innerliche Behandlung, die noch durch Thee von Holunderblättern, Salbei, Wermut, Minze oder Blutreinigungsthee unterstützt werden kann. Äußerlich kommt es auch wieder darauf an, aufzulösen, auszuscheiden und zu kräftigen. Das geschieht bei den verschiedenen Personen je nach ihrer Körper- resp. Naturkraft. Beispiele werden dies am besten zeigen. Ein kräftiger Mann war mit Flechten reichlich ansgefastet. Hier ist das sonst übliche Dampfbad gar nicht am Platze, auch nicht die vegetarische Kost ist unbedingt notwendig. Der Mann bekam sofort die verschiedenen Güsse, heute Ober- und Schenkel-, morgen Rückenguß, den dritten Tag eine kalte Ganzeinpackung erkl. Füße, so lange, bis er angenehm dunstete, durchaus nicht schwitzen, bis 2 oder 3 Stunden lang. Den andern Tag Ober- und Schenkelguß, den nächsten Halbbad mit Oberkörperwaschung, dann wieder eine etwas mehr als Dreiviertelpackung bis zum Dunsten. Wer so einige Wochen lang fortfährt Kur zu machen, auch Vollguß ab und zu anwendet, gute Nahrung, auch mittags ein Stück gutes Fleisch mit Gemüse verzehrt und die erwähnten Thees, oder wenigstens einen derselben einnimmt, wird sehr bald seine Flechten an Beinen, Armen oder Leib sicher los, wie sie der obige 40 jährige kräftige Mann los wurde.

Warum, so könnte man fragen, hier bald Güsse und starke Anwendungen, die doch sonst erst nach Wochen oder am Schlusse der Kur üblich sind? Antwort: Bei einer kräftigen Natur ist eine herzhafte, kräftige Verordnung darum am Platze, weil sie von ihr vertragen wird, und darum kann sofort zu energischer Blutregulierung geschritten werden, was die Güsse in bester Weise besorgen. Je zeitiger nun die Blutcirkulation in Fluß kommt, desto wirksamer ist das durch kalte Einpackung erzielte Dunsten, welches den Körper nicht schwächt, wie die zu lange angedehnten Dampfbäder im Schwitzkasten. Zwei solcher Dunstbäder wöchentlich reichen völlig aus, in einiger Zeit allen Unrat in Schweißform herausbefördert zu haben. Ein Braten zu Mittag hindert die Reinigung durchaus nicht. Nach einiger Zeit genügt die Hälfte der Anwendungen, also wöchentlich einmal dunsten, 1 Ober- und Schenkelguß und 1 Halbbad. Zuletzt nur noch 1 Ganzabwaschung und 1 Halbbad, und wer das längere Zeit alle Wochen besorgt, bekommt nicht nur keine Flechten wieder, sondern ist gegen Krankheiten wie gefeit und verlängert sein Leben um viele Jahre bei strotzender Gesundheit, wenn er sonst eine regelmäßige Lebensweise führt.

Die Flechten am Kopfe erfordern nachstehende Behandlung. Vom warmen Bett aus täglich während 2 Wochen eine Ganzwaschung, wöchentlich zweimal ein warmes Heublumenhemd und zweimal wöchentlich ein Halbbad. Wer es gut machen will, würde diese Verordnungen so verteilen: Täglich Ganzwaschung, den 2. Tag außerdem noch ein Heublumenhemd, den 3. ein Halbbad, den 4. wieder ein Heublumenhemd, den 5. wieder Halbbad, den 6. nur die Ganzwaschung, den 7. wieder wie den 1. und so fort. Nach 14 Tagen bekommt der Kranke aber jeden zweiten Tag einen Kopfdampf,



jeden Tag aber ein Halbbad und vorm Schlafengehen eine Ganzwaschung. Nach einiger Zeit bleibt der Kopfdampf weg und es genügt täglich ein Halbbad und zuletzt wöchentlich 2 Halbbäder. Bei einer Person, die schwächlich ist und wenig Naturwärme besitzt, müßte man, wenn sie am Leibe, Beine oder Arme Flechten hat, mit wöchentlich 2 Heublumenhemden, täglicher Ganzwaschung beginnen, später noch wöchentlich 2 Halbbäder hinzufügen und erst zuletzt zur Kräftigung Ober- und Schenkelguß zweimal und den Rückenguß wöchentlich einmal beifügen. Wir behandeln eben nicht Krankheiten, sondern fränke Personen, und da heißt es: „Streng individualisieren.“ Daß man nebenbei auch örtlich eingreifen kann, ist selbstverständlich. Außer der Ganzpackung kann man täglich den Teil, an dem sich die Flechte befindet, noch besonders zu geeigneter Zeit einpacken, Arm oder Bein. Auch kann man diese fränken Teile noch besonders dadurch kräftigen, daß man Arm- oder Beinguß anwendet, oder diese Glieder minutenlang ins kalte Wasser steckt. Die sogenannte fressende Flechte (Lupus) wird unter Krebs besprochen werden. (Siehe auch Seite 632 und 633. Anwendungsformen siehe Inhaltsverzeichnis.)

**Aneippfur (Furunkel).** Jeden zweiten Tag spanischen Mantel. Außerdem abwechselnd den einen Tag Halbbad, den andern Tag Ganzwaschung. Auf den Furunkel *Foenum graecum*-Aufschläge. (*Foenum graecum* oder Bockshornklee wird zu dickem Brei gekocht, in Leinwand geschlagen und warm aufgelegt.)

**Aneippfur. (Fußbad kaltes),** siehe Inhaltsverzeichnis.

**Aneippfur. (Fußbad warmes),** siehe Inhaltsverzeichnis.

**Aneippfur. (Fußdampf),** siehe Inhaltsverzeichnis.

**Aneippfur. (Fußwickel),** siehe Inhaltsverzeichnis.

**Aneippfur (Gase und Blähungen).** Die Gase haben besonders im Unterleibe ihren Sitz und verursachen oft entsehlliche Schmerzen, die man Windkolik nennt. Blähungen im Magen berauben uns des Appetits und bewirken Brechreiz und Erbrechen und in der Magenengegend einen quälenden drückenden Schmerz. Heiße Speisen, die den Magen erschlaffen, sind eine ihrer Ursachen, denn sie verderben die Magensaften. Kartoffeln, heiß und schnell geessen, neugebackenes Brot, Hülsenfrüchte, sämtliche Kohlarten und Mehlspeisen, welche nicht gründlich im Munde eingespeichelt werden, entwicken viel Gase und Blähungen. Häufen sich die Gase im Unterleib, so werden die Gedärme aufgetrieben, der Stuhlgang wird hart, und manchmal tritt sogar Darmverschlingung ein, die meist zum Tode führt. Oft verbreiten sich die Gase im ganzen Körper und es entsteht die Windsucht, der oft die Wassersucht folgt. Man sieht, die Folgen dieses erschlaffenden Zustandes führen zu schweren Krankheiten, ja zum Tode. Das beste Mittel sind täglich 2 Oberkörperwaschungen, eine früh und eine abends, und dazwischen in der Mittagszeit ein Schenkelguß. Doch muß der Körper unbedingt vorher warm sein und nachher durch Bewegung, wenn möglich im Freien, erwärmt werden, oder Erwärmung im Bett. Nach 2 oder 3 Tagen kann der Rückenguß angewandt werden, denn er löst dann den Schleim in der Brust und reinigt Niere und Leber. So wechselt man 8 Tage lang diese Anwendungen, und jene wende am meisten an, die am besten bekommen. Nachts lege man einen Oberaushläger oder auch einen Leibaushlag an. Auch nach innen



kann man unterstützend einwirken. Am schnellsten und sichersten wirkt zur Ausleitung der Winde ein Thee von zerstoßenem Fenchel, oder von Anis, oder Pfeffer- oder Wasserminze, desgleichen auch einer Mischung von 2 oder 3 dieser Kräuter beziehungsweise Samen. Man kann auch eine Woche lang täglich früh einen Löffel Spitzwegerichsaft oder Wermut in Honig gekocht nehmen. (Siehe auch Seite 632 und 633. Anwendungsformen siehe Inhaltsverzeichnis.)

**Aneippfur (Gehirnblutleere).** Oberguß ist eine energische und sicher wirkende Anwendung bei Gehirnblutleere.

Heilgymnastik: Kopffrollen, Kumpfbeugen, sowie Armbeugen, -strecken, -rollen, -kreisen.

**Aneippfur (Gehirnblutüberfüllung).** Fleißig barfuß laufen und Wasser treten. Kniegüsse, Schenkelgüsse, Sitzbäder. Nachts Leibaufschlag oder nasse Strümpfe.

**Aneippfur (Gehirnhautentzündung).** Kühle Aufschläge auf den Kopf. Täglich Vormittag Halbbad oder Sitzbad, Nachmittag Knie- oder Schenkelguß. Nachts Leibaufschlag und nasse Strümpfe.

**Aneippfur (Gehörleiden).** Wie die armen Kinder durch medizinische Behandlung des Scharlachs z. B. oft blind werden, ebenso leidet bei anderen das Gehör, sie werden taub. In solchen Fällen, d. h. wenn das Gehörvermögen noch nicht ganz zerstört ist, ist die Behandlung folgende: Täglich Ganzwaschung des Körpers mit kaltem Wasser, das mit  $\frac{1}{3}$  Essig gemischt wird, dabei wie immer nicht abtrocknen und nicht reiben. Täglich Ober- und Ohrenguß. Beim Ohrenguß werden die Stellen hinter den Ohren und um die Ohren herum kräftig begossen. Ferner wird einen Tag in das eine und den andern in das andere Ohr 5 Tropfen süßes Mandelöl eingetröpfelt. Das Mandelöl erweicht die inneren Teile und nimmt die Hitze. Rührt das Ohrenleiden aber von Erkältung her, dann ist die Behandlung diese: Täglich abends bis über die Waden im Wasser gehen, dann täglich zweimal Oberguß und dabei eine ganze Kanne auf die Umgebung des Ohres gießen und täglich Mandelöl in beide Ohren. Vor dem Oberguß kann auch ein Kopfdampfbad von 10—15 Minuten gegeben werden. Nach 2 Wochen genügen wöchentlich 2 kräftige Obergüsse mit Ohrenguß und zwei Halbbäder. Eine dritte Behandlung ist unter folgenden Umständen angezeigt: Mit dem zunehmenden Alter, 50 Jahr etwa, merkt eine Frau bei oft eingenommenem Kopfe, oft Schwindelanfällen u., daß auch ihr Gehör recht abgenommen habe. Sonst ist die Gesichtsfarbe rot und gesund. Hier ist Blutandrang nach dem Kopfe und oft Aufgedunsenheit des Kopfes vorhanden. Es wird zweimal wöchentlich der Kopfdampf angezeigt sein, dreimal in der Woche, jedesmal früh und abends, Oberguß mit Ohrenguß und zweimal wöchentlich ein Halbbad oder Ganzwaschungen vom Bett aus. Dabei soll sie fleißig barfuß laufen oder Wasser treten. Innerlich trinke sie täglich eine Tasse Thee, gemischt von Schafgarbe, Binnkraut und Johanniskraut. Nach drei Wochen setze man alle genannten Anwendungen auf die Hälfte, und das Gehör wird sich bald bessern, eventuell wieder völlig einstellen. Auch durch Zugluft entstandenes Gehörleiden wird mit Kopfdampf und den anderen Verordnungen wieder sehr bald beseitigt.



Da sich mit dem zunehmenden Alter allerlei Gebrechen einstellen und besonders Schwerhörigkeit als dazugehörig angesehen wird, so kann jeder durch wöchentlich 1 Oberguß und 2 Halbbäder nicht bloß diesem Übelstande vorbeugen und abhelfen, sondern auch allen mit dem Alter verbundenen Schwächen und Hinfälligkeiten vorbeugen. Den Beweis lieferte Pfarrer Kneipp in eigener Person. Trotz seiner 76 Jahre waren alle seine Sinnesorgane so scharf und leistungsfähig wie beim Jüngling, und kein Mann in ganz Deutschland übermächtig täglich mit Leichtigkeit so viel Arbeit, wie es dieser edle Priestergeiz als Leibes- und Seelenarzt unaufhörlich that. (Siehe auch Seite 632 und 633. Anwendungsformen siehe Inhaltsverzeichnis.)

**Kneippkur (Geistesranke).** Mit der zunehmenden Nervosität steigt auch von Jahr zu Jahr die Zahl der Geisteskranken, und in fast allen Ländern müssen die Irrenanstalten vergrößert oder vermehrt werden. Teils ist erbliche Veranlagung, teils geistige Überanstrengung oder Selbstvergiftung durch Genuß alkoholischer Getränke und anderer Reiz- und Genußmittel, aber auch der gesteigerte Kampf ums Dasein, dann endlich ist besonders auch ein ausschweifendes, dem Laster der Unkeuschheit verfallenes Leben die Ursache zu dieser furchtbaren Krankheit geistiger Umnachtung. Am schrecklichsten aber — und das ist leider bittere Wahrheit — ist die Thatsache, daß ein guter Teil unserer Irren auch noch durch medizinische Behandlung in solches Unglück gestürzt wird.

Sanitätsrat Dr. Bilsinger in Stuttgart bringt uns hierfür nicht zu widerlegende Beweise. Er erklärt nach Darlegung des Sachverhalts an einem Falle, wie ein junger, hoffnungsvoller Student der Medizin von kräftiger, robuster Natur, der Stolz seiner Familie, nach einjährigem Aufenthalt in einer Irrenanstalt an Verblöbung zu Grunde ging, als das Opfer einer Staats- und Giftmedizin, wie er sich dieselbe nicht verderbenbringender vorstellen könne. Der unglückliche Student führte ein sehr solides Leben, stand vor dem Staatsexamen und bereitete sich gewissenhaft auf dasselbe vor. Seine geistige Anstrengung wurde durch einen gemüthlichen Kneippabend unterbrochen, wo der sonst so mäßig und eingeزogen lebende Mediziner durch den Genuß alkoholischer Getränke plötzlich einen akuten Tobsuchtsanfall bekam, der bei naturgemäßer Behandlung in wenigen Tagen wieder beseitigt gewesen wäre. Der herbeigerufene Arzt aber ordnete sofortige Unterbringung in eine Irrenanstalt an, wo ihm Sanitätsrat Bilsinger auf Wunsch seiner Eltern später einen Besuch abstattete und der Unglückliche ihm erzählte, daß er alle Abende eingespritzt wurde. Der Wärter und Direktor der Anstalt bestätigten diese Aussage. So war der Ärmste vom ersten Tage seines Aufenthaltes unausgesetzt mit Morphinum eingespritzt worden, das den Kranken natürlich immer stumpfsinniger machte; das Nervenelend war mit jedem Tage größer geworden. Als dem Herrn Sanitätsrat auch der unangenehme Geruch im Zimmer auffiel, mußte er hören, daß alle drei hier wohnende Kranke zu den unreinlichen gehörten, höchst wahrscheinlich die Folge des teuflischen Morphiums. Vollständige geistige Umnachtung war, wie schon oben erwähnt, das Ende dieses hoffnungsvollen Studenten! Das ist also ein Fall, wie die heutige Staatsmedizin in einer Staatsirrenanstalt die Unglücklichen kuriert! Bilsinger



und auch Pfarrer Kneipp und inzwischen auch mehrere andere Ärzte und Schüler Kneipps erzählen uns im Gegensatz zu diesem Falle viele andere, wo weit kränkere Personen in ganz kurzer Zeit wieder vollans gesund und geistesklar wurden wie zuvor. Die Behandlung geschah selbstredend je nach dem Zustande derselben. Bilsinger nennt folgende Mittel: 1. Vernünftige seelische Behandlung durch den Arzt und die Wärter resp. Wärterinnen, 2. reizlose Diät, 3. gesunde Luft, 4. ganz besonders sachgemäße Wasseranwendung, als: kühle Rumpfbäder, kurze kalte Halbbäder, Rumpf- und Wadenpackungen in Verbindung mit Dampfstrüßen und Dampfbettflaschen, später Knie- und Obergüsse und zuletzt fleißiges Barfußlaufen.

Die erste Anwendung bei allen Geistesgestörten ist, sofern kalte Füße vorhanden sind, ein warmes Fußbad mit Asche und Salz und Schulterpackung oder schottischer Umschlag. Sind die Füße nicht kalt, so verbindet man mit der Schulter- oder Brustpackung noch gleichzeitig den Fußwickel, der darin besteht, daß man über ein paar nasse Socken ein paar trockene wollene Strümpfe anzieht. Ein völlig geistig gestörtes Mädchen behandelte Kneipp mit sehr gutem Erfolg mit nachstehender Verordnung: In der einen Woche zweimal Waschung des ganzen Körpers, dreimal Knieguß, ebenso oft warmes Fußbad 15 Minuten lang mit Beigabe einer Hand voll Asche und Salz abends vor dem Schlafengehen, dreimal in der Woche einen Wickel von den Knien bis an die Achseln, eingetaucht in warmes Wasser mit etwas Essig, früh und abends drei Löffel Wermutthee. Im allgemeinen hat man also bei schwächeren Personen darauf bedacht zu sein, das gestörte Blutleben, besonders in den Füßen durch Wärme zu heben, Güsse nur an den Knien anzuwenden, mehrere warme Dreiviertelpackungen mit zwei kühlen Ganzwaschungen zu wechseln. Der oben erwähnte, unglückliche, angehende Mediziner mit robuster Natur aber konnte sofort mit Oberguß und Schenkelguß, Schulterpackung und Fußwickel, alles ganz kalt, behandelt werden. Mit 6 Obergüssen und ebenso vielen Schenkel- und Kniegüssen, 6 Schulterpackungen und gleichzeitigem Fußwickel, 4 Rückengüssen, 4 Halbbädern, 6 Ganzwaschungen und vielleicht noch 4 Ganzpackungen wäre der Armste von jedem Naturheilkundigen wiederhergestellt worden. Mit Bezug auf unsre armen Irren in den sächsischen Staatsanstalten (und so wird es wohl in allen übrigen auch sein) erzählte mir auf einer Eisenbahnfahrt auf der Reise nach Golditz ein mit dem Naturheilverfahren bekannter Wärter: „Dürfte ich unsre Kranken nach den Grundsätzen und Lehren des Naturheilverfahrens behandeln, so würde gar mancher Unglückliche geheilt und gesund die Anstalt wieder verlassen und zu den lieben Angehörigen zurückkehren können.“

Daß man die Geisteskranken, die sich in den Irrenanstalten befinden, so behandelt, als wenn sie von ihren Angehörigen selbst gepflegt werden, ist gewiß aller Angehörigen und aller Menschen berechtigter Wunsch und der meisten ihre feste Überzeugung. Ob dies nun immer der Fall ist und sein kann bei den nach Hunderten zählenden Kranken, die sich daselbst befinden und bei der militärischen Disziplin, welche dort vorherrschend sein mag (unseres Wissens sind — wenigstens in Anstalten mit Kranken männlichen Geschlechts — meist militärisch gediente Leute als Wärter angestellt), wollen wir hoffen, trotzdem im Volksmunde hin und wieder gegenteilige Äußerungen laut werden.



Wir halten es jedoch im Interesse dieser Kranken, die ohne Zweifel die unglücklichsten aller Kranken sind, für unsere Aufgabe, durch Ansammlung von Material uns in dieser Angelegenheit Gewißheit zu verschaffen und wenn wir statt einer milden, zarten (aber trotzdem bestimmten) Pflege etwa den militärischen Geist mit seinen unartigen Gefühlen vorwaltend finden sollten, so soll es an uns nicht fehlen, dies in gebührender Weise zur Sprache zu bringen.

Mit dem frommen Wunsche, daß letzteres nicht der Fall, also nicht notwendig ist, verknüpfen wir dennoch die Bitte, daß alle Direktionen solcher Anstalten mit peinlichster Sorgfalt darüber wachen mögen, daß ihre Kranken eine Pflege genießen, die der der weiblichen Wärterinnen (Albertinerinnen) an Schonung und Milde gleichkommt. Daß sich Geistesranke gewöhnlich schwerer ziehen und pflegen lassen als andere Kranke, wissen wir, und wünschen wir im Interesse der Wäterschaft deren Zahl so weit ergänzt, daß jedem Patienten die notwendige Pflege und Bedienung in humaner Weise gern zu teil wird bez. zu teil werden kann.

**Kneippkur (Gelbsucht).** Wer leberleidend und gelbsüchtig ist, der mache bei stärkerer Natur sofort auch stärkere Wasseranwendungen, besonders wöchentlich 3 kurze Wickel, streue aber auch ein- oder zweimal täglich Wermutpulver an die Speise oder auf den ersten Löffel Suppe. Auch eine Ganzwaschung vom Bett aus, zweimal wöchentlich, ist zu empfehlen. Früh und abends 1 Tasse Milch trinken, welche gemischt ist mit Eindenholzkohlenstaub und Zucker. Auch sind pulverisierte Ahornblätter täglich zweimal eine Messerspitze voll einzunehmen.

**Kneippkur (Gelenkentzündung).** Bei schmerzhaften frischen Entzündungen Quark- oder noch besser Lehmaufschläge, bei veralteten Entzündungen mit steifen Gelenken heiße Heublumenaufschläge mit darauffolgenden kalten Güssen.

**Kneippkur (Gelenkrheumatismus).** Es giebt auch hier leichtere und sehr schwere Fälle; denn oft ist der Gelenkrheumatismus das Ergebnis von vielen Krankheiten. Verschiedene Unterleibsleiden, schwere Nierenerkrankungen und Kolikanfälle endigen oft nach verpfuschter medizinischer Behandlung in Gelenkrheumatismus, und ein solcher Kranker hat schon viel ausgestanden und bietet oft ein Bild des Jammers. Der Krankheitsstoff hat alle Glieder erfaßt und ist bis ins Knochenmark gedrungen. In einem solchen Falle geht man stets mit Wärme auflösend vor. Also einen warmen spanischen Mantel, warme Kopf- und Fußdämpfe, aber ja nicht zu viel und nicht zu schnell hintereinander; denn ein derartiger Kranker und Geschwächter hat nicht mehr gar zu viel Lebenskraft, und mit der muß jeder Arzt zu rechnen wissen. Es folgen dann Wickel und Ober- und Untergüsse, aber immer nur täglich einen derselben; vom Bette morgens jeden Tag eine Ganzwaschung und zur Erwärmung wieder ins Bett zurück. So fährt man in der Behandlung 4 Wochen fort. In der 5. und 6. Woche nehme der Kranke jede Woche 2 Halbbäder, einen Kopf- und Fußdampf und einen spanischen Mantel. Endlich wechseln warme Bäder mit kalten und Ober- und Schenkel- oder Knieguss. Zuletzt werden 2 Ganzwaschungen und 1 Ober- und Schenkelguss wöchentlich verordnet und hin und wieder ein warmes Bad, damit das jahrelang zurückgedrängte Blut immer wieder aufs neue an die

ganze  
kalten  
dann i  
der Ja  
heiten  
Ist al  
Behan  
Seit 2  
und h  
und a  
Mies,  
unter  
Beinen  
Klein  
und G  
Kram

täglich  
Halbb  
auch f  
durch  
Heilkr  
floß es

rheum  
Erfolg  
auf di  
zurück  
wurde  
wenige

Überge  
auch h  
Bei st  
hemd  
Bett r  
Da ab  
aufstei  
einfluß  
(Laven  
nach e  
passend

Räume  
zu we  
Krank  
heißer  
Thee



ganze Hautoberfläche gelockt und um so empfänglicher für die nachherigen kalten Anwendungen gemacht werde. Die Kopfdämpfe kommen aber nur dann in Anwendung, wenn, was eben bei derartigen Schwerkranken häufig der Fall ist, auch das Haar zum größten Theile verschwunden und die Krankheiten auch in die oberen Regionen durch den Blutlauf gekommen sind. Ist also das nicht der Fall, so fällt der Kopfdampf weg und die übrige Behandlung ist wie oben angegeben. Ein leichterer Fall war folgender: Seit 20 Jahren litt ein Mann, sonst kräftiger Natur, an Gelenkrheumatismus und hatte lange Zeit Dampfbäder, große Dosen von Salicyl, viele Solbäder und auch endlich Massage, doch alles ohne den gewünschten Erfolg, gebraucht. Alles, nur kaltes Wasser hatte er nicht versucht, denn das war ihm strengstens untersagt. Mit der Zeit bekam er auch ziemlich starken Ausschlag an den Beinen, und dazu kamen noch starke Krampfadern. Abwaschungen mit Kleienwasser, Einreibungen mit Teerseife, Abwaschungen mit heißem Wasser und Einreibungen mit Reispulver sollten diese Übel heben. Gegen die Krampfadern wurden Flanellbinden um die Beine verordnet.

Die Kur, durch welche in acht Wochen Heilung erfolgte, bestand in täglich 2—3 Anwendungen; es wechselten Oberguß und Schenkelguß mit Halbbädern, örtliche Dampfbäder und Ganzwaschung etc. Der Patient mußte auch fleißig barfuß gehen und kam zur Überzeugung, daß solche Übel einfach durch das Wasser behoben werden können. Leider kannte er vorher diese Heilkraft des Wassers nicht, ja er war sogar abgesagter Feind desselben und floh es überall.

In den letzten Jahren seines Lebens hat Kneipp auch Gelenkrheumatismus ausschließlich kalt behandelt und zwar mit dem allerbesten Erfolg. Die Patienten bekamen einfach vom warmen Bett aus kalte Güsse auf die schmerzhaften Gelenke, bis der Schmerz nachließ. Dann ins Bett zurück. Sowie der Schmerz wieder auftrat, ein neuer Guß. Dies Verfahren wurde wiederholt bis zur Heilung, die in akuten Fällen oft schon nach wenigen Tagen eintrat.

**Kneippkur (Gemüthsleiden).** Diese Art Leiden sind oft der Übergang zu Geisteskrankheiten aller Art. Bei schwächlichen Naturen ist auch hier das warme Fußbad und die Schulterpackung die erste Anwendung. Bei stärkeren ist das nasse Hemd das beste Mittel; ein grobes Leinwandhemd in kaltes Wasser getaucht, gut ausgewunden und angezogen und im Bett mit einer wollenen Decke gut eingewickelt. Dauer  $1\frac{1}{2}$ —2 Stunden. Da aber häufig Gemüthsleiden die Folge von Gasen sind, die zum Kopfe aufsteigen, die dann Kopfschmerz verursachen und das Gehirn ungünstig beeinflussen, so wendet man mit Erfolg täglich zweimal 5 Tropfen Spitzöl (Lavendelöl) auf Zucker genommen an. Das Halbbad macht man am besten nach einem Spaziergange. Auch suche man für den Kranken Zerstreuung passender Art, um ihn auf andere Gedanken zu bringen.

**Kneippkur (Genickstarre).** Wer sich längere Zeit in kalten Räumen, Eiskellern etc. aufhält, ist in Gefahr, von der Genickstarre befallen zu werden. Sie ist eine sehr schmerzhafteste Entzündung. Auch tritt die Krankheit öfter epidemisch auf. Zunächst gebe man dem Kranken eine Tasse heißen Aniswurzthee und nachher stündlich einen Eßlöffel davon. Dieser Thee ist bei allen krampfartigen Leiden sehr zu empfehlen. Dann werden



heiße Halswickel oder auch gar heiße Schawls 3—4 Stunden lang angewendet. Sobald dieselben kühl werden, sind sie zu erneuern. Ferner täglich noch 3 Ganzwaschungen; denselben folgt ein warmes Heublumenhemd, bis der Schweiß eintritt. Später, wenn der Kranke kräftig ist, auch Halbbad.

**Aneipplur (Geschwulst).** Sie ist stets der Sammelpunkt aller unreinen Säfte des Körpers und deshalb muß auf diesen eingewirkt werden. Ist die Geschwulst hart, so macht man Umschläge mit warmem, abgekochtem *Foenum graecum* (Bockshornklee). Dadurch bringt man sie zum Verteilen oder Aufbrechen. Auf den ganzen Körper wird durch 2 Ganzwaschungen täglich günstig gewirkt und außerdem täglich noch 1 kurzer Wickel genommen. So wird der Krankheitsstoff ausgeleitet und die Geschwulst beseitigt. Ist letztere am Knie, so ist außerdem unterhalb desselben noch ein kurzer kalter Wadenwickel, und ist sie am Knöchel, noch ein ebensolcher Fußwickel zur Ableitung sehr empfehlenswert. Bei geschwollenem Halse ist auch der Thee aus frischen oder gedörrten Weilchenblättern oder aus der pulverisierten Wurzel bereitet, ein probates Gurgelwasser. Gleichzeitig tauche man den anzuwendenden Halswickel statt in gewöhnliches Wasser in den Weilchenblätterabsud. Weilchenblätter, zerquetscht und überbunden, kühlen und verteilen auch erhitzte Geschwülste. (Siehe auch Seite 632 und 633. Anwendungsformen siehe Inhaltsverzeichnis.)

**Aneipplur. (Geschwülste, harte),** ohne Entzündung, weichen dem Absud von junger Eichenrinde (siehe Eichenrinde-Absud) in Form von Sitzbädern. Geschwülste mit großer Hitze (Entzündungen) sind mit Mandelöl zart einzureiben; es lindert den stechenden Schmerz und kühlt, ebenso helfen Weilchenblätter zerquetscht und übergebunden.

**Aneipplur (Geschwüre und Schwäre).** Diese können sich an den verschiedensten Stellen des Körpers zeigen und danach richtet sich in der Hauptsache die specielle Behandlung.

Bei schwächeren Naturen und besonders zarten Kindern ist das warme feuchte Hemd in der Regel das erste. Unmittelbar darauf aber kalte Ganzwaschung, die oft täglich auch zweimal gut angewandt ist. Die Natur zeigt durch die Geschwüre, daß sie die unreinen Stoffe ausscheiden will und verlangt nur eine kleine Unterstützung. Bei kräftigen Naturen wendet man statt des narkwarmen dreimal wöchentlich das nasse kalte Hemd in Salzwasser getaucht an, streut auch täglich etwas Lindenholzohle oder Aloe-pulver auf die kranken Stellen und verbindet sie trocken. Bei allen, sogar krebsartigen Geschwüren, nehme man auch seine Zuflucht zum Zinnkrautabsud. Man mache damit Waschungen, auch Umschläge oder Wickel und Auflagen. Da dieser Thee auch den Magen reinigt und auf Niere und Blase erleichternd wirkt, so ist Erwachsenen zu empfehlen, von Zeit zu Zeit 1 Tasse Zinnkrautthee zu trinken. Selbstredend sind hier nur äußerliche Geschwüre gemeint. Läßt man der Natur freien Lauf, so dauert es oft lange Zeit, ehe sie zur Heilung kommen. In der Regel aber werden sie wiederkehren, weil die Natur nicht angehalten wurde, kräftig auszuscheiden, oft aber auch greifen sie weiter, können, wofern sie am Kopfe sind, zur Erblindung führen oder auch krebsartig werden. Bei Knochengeschwüren macht man auch Umschläge mit Heublumenabsud oder *Foenum graecum*

und au  
statierte  
und na  
waren,  
nicht m  
In solc  
3 Kopf  
strichen  
brauche  
kalten  
bleiben.  
und S  
vorgef  
die Her  
Anwen  
einem  
eine so  
erstreck  
Ordens  
braucht  
schwü  
vorgef  
Amput  
sönlich  
herige  
durch  
zinalra  
heitsste  
lange  
in Wa  
Kompr  
getauch  
dem C  
liegen,  
und m  
lokaler  
anstach  
Körper  
Nach  
geschlo  
hatte  
einzieh  
Nicht  
Heilen  
Anwen

(Tussil  
Hige



und auch mit Topfsenke. Pfarrer Aneipp und sehr viele Aneippärzte konstatierten, daß sie Kindern, die an Mund, Nase und Augen voller Geschwüre und nach erfolgloser medizinischer Behandlung ganz nahe am Erblinden waren, durch oben erwähnte Anwendungen in verhältnismäßig kurzer Zeit nicht nur die Augen retteten, sondern sie zur völligen Gesundung führten. In solchen Fällen sind dann auch zur Kräftigung des Kopfes wöchentlich 3 Kopfgüsse notwendig, während die kranken Augen mit Fenchelwasser bestrichen werden. Erwachsene und besonders kräftig veranlagte Naturen brauchen nur ab und zu eine sogenannte Dreiviertelpackung oder Aneippischen kalten Wickel machen und sie werden von Geschwüren aller Art verschont bleiben. Daß auch hier Halbbäder, wöchentlich 2, und ebenso viele Ober- und Schenkelgüsse den Schluß der Kur machen können, braucht nicht erst vorgeschrieben zu werden. Es ist ganz falsch und verwerflich, wenn, wie es die Herren Mediziner thun, in solchen Fällen die Karbolsäure literweise zur Anwendung kommt. Dr. med. Walser, ein bekannter Naturarzt, erzählt von einem Unterschenkelgeschwür, das 28 Centimeter Längendurchmesser und eben eine solche Ausdehnung in der Breite hatte und sich bis auf die Beinhaut erstreckte. 16 Jahre lang hatten die berühmtesten Mediziner an dem armen Ordensbruder herumkurirt und mehr als einen Hektoliter Karbolsäure verbraucht, und nicht nur ohne Erfolg, sondern mit Mißerfolg, denn das Geschwür griff immer weiter um sich. Dr. Walser zweifelte selbst, ob in diesem vorgeschrittenen Falle die Naturheilmethode noch helfen könne und ob nicht Amputation das beste sei. Der Klosterbruder war eine schwammige Persönlichkeit und das Merkmal gab ihm den Fingerzeig zur Kur. Das seitherige einseitige Herumflücken am Geschwür hatte nichts geholfen, zuerst muß durch Allgemeinanwendungen die Naturheilkraft, welche der oberste Medizinalrat ist, erstarken, dann wirkt sie, wie Aneipp treffend sagt, alle Krankheitsstoffe wie Lumpen im Wirtshause von selbst heraus. Er ließ eine lange und breite Kompresse von dünner Leinwand vierfach zusammenlegen, in Wasser von 22° R. tauchen, auf die Wunde legen und darüber eine zweite Kompresse aus grober Leinwand anbringen, die in Wasser von 16° R. getaucht wurde und achtfach zusammengelegt war. Die erste unmittelbar auf dem Geschwür liegende Kompresse blieb als Dauerkompresse fortwährend liegen, während die dicke, achtfache weggenommen und aufs neue eingetaucht und wieder aufgelegt wurde, wenn die unterste trocken war. Das war ein lokaler Dauerverband, der wie ein gelindes Zugpflaster die Naturheilkraft anstachelte. Gleichzeitig traten nun auch die Anwendungen auf den ganzen Körper ein, als Waschungen, Ober- und Untergüsse, Rücken- und Vollgüsse. Nach zweimonatlicher Behandlung hatte sich das gräßliche Geschwür ganz geschlossen und sich sogar eine neue Oberhaut gebildet. Der Unterschenkel hatte ganz dieselbe Form wie der gesunde und nirgends war eine Narben-einziehung zu bemerken. Wer hat diese wundervolle Heilung vollbracht? Nicht ich, ruft Dr. Walser, sondern nur die durch meine Verordnungen zum Heilen angeregte Naturheilkraft. (Siehe auch Seite 632 und 633. Anwendungsformen siehe Inhaltsverzeichnis.)

**Aneippfur. (Geschwüre, offene).** heilt unter anderem Hustlaticch (*Tussilago farfara* L.), wenn man die Blätter auslegt. Sie nehmen die Hitze und Röte und ziehen die schädlichen Stoffe nach außen. Kohlenstaub,



am besten aus frischer Lindenkohle, täglich ein- bis zweimal auf die Wunden gepubert, saugt auf und befördert die Neubildung der Haut. Auch ist es empfehlenswert, ein Blatt von Agave mit einem Kaffeelöffel voll Honig in einem Schoppen Wasser gesotten, zum Waschen zu benutzen. Ein einfaches, wirksames und unschädliches Mittel bietet weiter der Honig als Salbe; halb weißes Mehl, unter Zugießen von wenig Wasser gut durcheinander gerührt, bis die Salbe ziemlich fest ist. Daneben natürlich Waschungen, Güsse im Wechsel, Halbbäder.

**Kneippkur. (Gesichtsguß),** siehe Inhaltsverzeichnis.

**Kneippkur (Gesichtsrose).** Während das Gesicht wiederholt mit warmem Wasser gewaschen wird, wechselt man gleichzeitig in der Anwendung mit warmen und kalten Schawls (schottischer Umschlag) je  $\frac{1}{2}$  bis 1 Stunde. Das geschieht mehreremal hintereinander, warm und kalt im Wechsel. Dann kann man die Hitze nach unten noch sehr gut ableiten durch Auflage eines mehrfachen in kaltes Wasser getauchten Tuches um den ganzen Unterleib und endlich nach mehreren Stunden legt man den Kranken auf ein nasskaltes, aber gut ausgewundenes mehrfach zusammengelegtes Tuch und läßt ihn etwa 1 Stunde lang liegen, während das hitzige Gesicht von Zeit zu Zeit mit lauwarmem Wasser abgewaschen wird. Außer kleinen Portionen von Zuckerwasser kann man auch 2 bis 3 mal täglich eine Messerspitze voll Pulver, aus getrockneten Huflattichblättern bereitet, einnehmen. Die Blätter dieses Thees kann man auch, weil sie die Hitze ausziehen, auf das Gesicht legen.

**Kneippkur (Sticht).** Gegen dieses furchtbare Leiden, erklären die Ärzte offen, giebt es kein Mittel, das heilt; wohl aber wenden sie Gifte an, um zu mildern. Die Wasserkur aber behandelt auch dieses Leiden mit großem Erfolg, und Hunderte von Danksgungen könnten dafür als Beleg dienen. Die Behandlung ist auch eine theils warme, theils kalte, dem jeweiligen Krankheitszustande angemessen. Im allgemeinen gilt es, die schmerzenden oder angeschwollenen Stellen alle 2—3 Stunden mit warmen Heublumenwickeln zu umwinden, d. h. man brüht Heublumen an und legt diese in Tücher und dann auf die kranke Stelle. Auch warme Haferstrohsitzbäder, 1 bis 2, und ebenso oft der spanische Mantel thun gute Dienste; desgl. wöchentlich auch warme Bäder von 29—32° R. mit Fichtenreis-, Haferstroh- oder Heublumenabsud vermischt. Wöchentlich 3 kalte Ganzwaschungen, früh vom Bett aus. In einem anderen Falle können auch wöchentlich etwa 3 Kniegüsse, 2 Halbbäder und Oberkörperwaschungen und nur einmal das warme Heublumenhemd mit Erfolg angewandt werden. Während man durch Wärme alles Krankhafte auflöst, kräftigt man durch Teil- oder Ganzwaschung, die nebenbei ja auch ausscheiden hilft, bringt in die Unterpartie durch Kniegüsse und Halbbäder mehr Blut und unterstützt die Kur durch Barfußlaufen im Tau früh morgens. Nach etwa fünf Wochen nehmen die auflösenden warmen Anwendungen ab bis höchstens jede Woche eine, während die kalten fortgesetzt werden. Es können dabei auch 3. B. Armgüsse in Anwendung kommen, wenn es hier recht schmerzt und zuvor durch Hemdwickel aufgelöst wurde. Bei Personen, die sonst kräftig, viel Schmerzen und keine geschwollene Stellen haben, kann man nach einigen Ganzwaschungen sofort zum Ober- und Schenkelguß schreiten und das Halbbad im Wechsel benutzen.



Gerade das kalte Wasser fürchten alle Gichtkranken am meisten, und oft, wo die Schmerzen am größten sind, hilft nur ein kräftiger, kalter Fuß. Bei Frauen sind oft auch ganz kalte Sitzbäder, welche stärkend auf die Unterleibsorgane wirken, gut am Platze. Die warmen Anwendungen sind immer nur Hilfsmittel, Naturwärme erzielt man durch kalte Anwendungen, diese fehlt auch den Gichtkranken. Damit eine Wiederkehr des Leidens nicht erfolgt, so sind wöchentlich 2 Halbbäder und 1 Ganzwaschung, auch manchmal Wassertreten sehr zu empfehlen. Daß nebenbei eine passende, leichtverdauliche Kost Bedingung ist, kann man sich denken; denn der Gichtleidende ist stets mehr oder weniger verdauungsleidend. Der Magen ist in der Regel nicht im besten Zustande. Wird ihm dagegen Kost — die einfachste ist die beste — geboten, die er gut verdaut, und wird gesorgt, daß die Natur gehörig transpirieren kann, d. h. die schlechten Stoffe ausscheiden, so ist die Heilung nicht so schwer, wie allgemein angenommen wird. In der Regel haben Gichtiker schlaffe, schwammige Fleischmasse, diese sagt dem Naturarzt sofort die anzuwendenden Mittel. Das Blut unter einander jagen, ist hier das erste. Innerlich unterstützt man die Wasserkur mit Schlüsselblumen- oder Holunderblätter- oder Holunderblütenthee täglich mehrmals. Auch empfiehlt es sich für alle Gichtiker, lange Zeit hindurch den Thee vom Mausböhrle, einer Pflanze, die häufig vorkommt, zu trinken und zwar eine Tasse täglich, auf 3 Portionen (morgens, mittags und abends) verteilt. Auch reichlicher Genuß von Sauerkraut ist bei der Gicht und Podagra zu empfehlen. Gerade bei Heilung dieses Leidens kommt es öfters vor, daß der Schlaf in der ersten Zeit statt besser, eher schlechter wird. Das deutet man ja nicht falsch. Weil das Blut, das lange in tragem Lauf ist und durch mancherlei Aufstauung aufgehalten und gehemmt war, nun wieder flotter circulieren will und dahin strömt, wo es lange nicht hingekommen, so ist die Nachtruhe oft eine mangelhafte. Von Woche zu Woche aber wird sie besser, je mehr die Naturwärme zurückgekehrt und der Blutlauf gebessert ist. Einreibungen von Kampferöl und Kampferspiritus lindern die Schmerzen, man thue in den Spiritus nur nicht zu viel Kampfer, weil dieser die Drüsen zu sehr reizt und diese leicht anschwellen. (Siehe auch Seite 632 und 633. Anwendungsformen siehe Inhaltsverzeichnis.)

**Kneippkur (Gliederweh, Gliederkrankheit).** Gewöhnlich ist dieses Leiden mit Geschwulst an verschiedenen Theilen des Körpers, Händen, Füßen und auch Schultern verbunden. Der Kranke hat keinen Appetit und keinen Schlaf, hat bedeutendes Fieber und schwitzt auch sehr viel. In diesem Falle wird täglich ein in Heublumenabsud getauchtes Hemd angezogen, 1½—2 Stunden lang, tägliche Ganzwaschung, bei starkem Fieber sogar zweimal, wöchentlich 3 Ober- und Kniegüsse, alle Tage eine Tasse Thee von Holunderblüten, Wacholderbeeren und Schafgarbe. So 4 Wochen lang und dann zur Stärkung der Natur wöchentlich noch 2 Halbbäder und eine Wacholderbeerkur.

Ist dieses Leiden schon wiederholt aufgetreten und sind außer den obigen Zuständen auch noch Schmerzen damit verbunden, dann ist die Verordnung folgende: Zweimal wöchentlich Dreiviertelpackung mit einem groben Tuche, das in warmes Wasser getaucht wird, worin Haferstroh gesotten wurde, 1½—2 Stunden lang; dreimal wöchentlich den Körper mit Essig-



wasser waschen vom Bett aus und Rückkehr ins Bett; zweimal wöchentlich ein in warmes Haferstrohwasser getauchtes Hemd, 1½ Stunden lang, und alle Tage eine Tasse Thee, gemischt von Salbei, Wermut und Johannis-  
kraut. Nach etwa 4 Wochen aber nur noch wöchentlich ein in warmes Haferstrohwasser getauchtes Hemd anziehen und ein kurzes kaltes Halbbad. Schließlich nach 6 Wochen werden nur noch wöchentlich 2 Halbbäder genommen, die vor Rückfällen bewahren. Auch ist es gut, wenn täglich 1 Tasse Schlüsselblumenthee, von den Blüten der dunkelgelben Schlüsselblume (*Primula L.*) längere Zeit hindurch genommen wird, diese löst die Schmerzen und läßt sie allmählich verschwinden. Siehe auch „Gelenkrheumatismus“ und auch Seite 632 und 633 (Anwendungsformen siehe Inhaltsverzeichnis).

**Aneippfur (Gries- und Steinleiden).** Die Allgemeinbehandlung dieses Leidens geschieht meistens mit warmen Zinnkrautbädern und warmen Unterwickeln, die in Zinnkraut- oder Haferstrohabsud getaucht werden. Auch Leibstuhldampf, Zinnkrautdämpfe und warme Aufschläge auf die kranken, schmerzenden Stellen. Innerlich wird Zinnkrautthee (welcher die Schmerzen beim Urinlassen beseitigt), auch Wacholderbeer-, Wegetritt-, Altichwurz- und Hagebuttenthees genommen. Auch Erdbeeren sollen derartige Kranke recht viel essen. Auch ist eine Wacholderbeerkur zu empfehlen. Daß nach dem Leibstuhldampfbad und warmen Sitzbädern jedesmal kalte Abwaschung erfolgen muß, ist selbstredend.

**Specielle Behandlung.** Bei einem jungen Menschen erklärten die Ärzte Blasenleiden und drangen entschieden auf operativen Eingriff. Täglich wurde auf die schmerzende Stelle ein mehrfach zusammengelegtes Tuch, das in Zinnkrautabsud getaucht war, warm aufgelegt und mit Wolldecke geschlossen. Innerlich bekam er täglich dreimal eine kleine Tasse Thee von Wacholderbeeren und Zinnkraut. Auch gebrühtes warmes Zinnkraut wurde mehrmals am Tage auf die kranken Stellen gelegt, und nach 5 Wochen war der Stein gelöst und ging stückweise fort. Thee aus Wegetritt, täglich 1 oder 2 kleine Tassen voll, hat große Wirkung bei Steinleiden.

Ein mittlerer Vierziger litt seit vielen Jahren an dieser Krankheit; Gries- und Steinleiden nannten es die Ärzte. Er hätte aufschreiben mögen, wenn er Wasser lassen mußte. Er bekam 8 Tage lang warme Haferstrohbäder, 30° R., eine halbe Stunde lang; unmittelbar darauf bekam er nur ein sekundenlanges Halbbad und Oberkörperwaschung. Er trank auch früh, mittags und abends je eine Tasse Thee von Hagebutten, Zinnkraut und Wacholderbeeren. Nach etwa 14 Tagen schon löste sich der Gries und von Tag zu Tag vermehrte sich der Abgang desselben und damit schwanden auch die gräßlichen Schmerzen. Als Fortsetzung nahm der Kranke noch alle Wochen so ein warmes Bad mit darauffolgendem kaltem Halbbad und Oberkörperwaschung und trank öfters noch eine Tasse von dem gemischten Thee der Hagebutte, Zinnkraut und Wacholderbeere. So wurde er ganz gesund und das Leiden kehrte nie wieder. Er konnte jeden Tag, auch während der Kur, zu Mittage gemischte Kost essen und abends einfache nahrhafte Mahlzeit halten. (Siehe auch Seite 632 und 633. Anwendungsformen siehe Inhaltsverzeichnis.)

**Aneippfur. (Grimmen)** [heftiges Leibweh] weicht dem Kamillenthee. Oft sind solche Schmerzen nur die Folge einer Ansammlung von Gasen



und mit Erbrechen, kalten Händen und Füßen verbunden. In diesem Falle leistet Thee von Pfefferminze, Wasserminze, Anis, Fenchel oder einer Mischung derselben gute Dienste. Nächste dem Kamillenthee wird der Kranke dreimal mit warmem Essigwasser täglich gewaschen, am zweiten Tage nur zweimal und dann nur einmal am Tage, und so wird wieder gleichmäßige Wärme und damit auch geordnete Blutcirculation hergestellt.

**Aneippfur (Gurgelwasser).** Maunlösung. Thee aus Foenum graecum oder Salbei. Bei geschwellenem Hals mache man Gurgelwasser aus grünen oder getrockneten Weichweidenblättern (eine Hand voll in  $\frac{1}{4}$  Liter Wasser) und verbinde damit Halswickel mit demselben Absud. Absud von Wollkraut (Verbascum Schraderis Meyer) bewährt sich bei Halsleiden, Katarrh, Verschleimung der Brust und wird durch Beimischung von ebenso viel schwarzer Malve noch kräftiger schleimlösend.

**Aneippfur (Haarausfallen).** Schlechte Nahrung, Verweichlichung des Körpers, aber auch schwere Krankheiten sind oft die Ursache davon. Neben allgemeiner Reinlichkeit, besonders auch den Kopf mit warmem Seifenwasser und dann mit Brennnesselwasser waschen und gut abtrocknen. Den Kopf nicht zu warm halten, viel entblößten Hauptes gehen, der Luft und der Sonne aussetzen. Bei gewissen Schwachzuständen, die mit Pollutionen und Haarausfall verbunden, kann mit dem Oberguß auch ein kurzer Kopfguß verbunden werden; es hören dann bei entsprechender Wasserbehandlung und mäßiger Lebensweise mit den Pollutionen auch der Haarausfall auf; doch darf der Kopfguß höchstens wöchentlich 2 mal, der Oberguß womöglich alle Tage 2 mal genommen werden. Bei Gebrauch der Brennnesselwassers muß der Kopf wöchentlich einmal mit feinem Salatöl abgerieben werden. Das Nähere siehe Pollutionen.

**Aneippfur. (Haserstroh-Absud-Abkochen),** siehe Inhaltsverzeichnis.

**Aneippfur. (Halbbad),** siehe Inhaltsverzeichnis.

**Aneippfur. (Halswickel),** siehe Inhaltsverzeichnis.

**Aneippfur (Halskrankheiten).** Es soll zunächst ein schweres chronisches Halsleiden mit Heiserkeit, welches nach Aneippfcher Art behandelt und glänzend geheilt wurde, erzählt werden. Ein Invalid von 1870/71 hatte ein chronisches Halsleiden mit nach Hause gebracht. Zahlreiche medizinische Behandlung (echte Quacksalberei), Inhalieren, Tuschieren, Höllensteinpinselung und auch der Jodstift wurden abwechselnd gebraucht. Da der Kranke Lehrer war, so nahm er, weil Kehlkopfwindsucht in Aussicht gestellt wurde, eine Organistenstelle an und besuchte nun lange Zeit die Herren Professoren Leipzigs. Hier wurde, weil Stimmbandlähmung konstatiert, Elektrifizieren vorgeschrieben, nebenbei auch gepinselt und tuschiert. Nach dreivierteljähriger Behandlung ohne den geringsten Erfolg wurde derselbe homöopathisch behandelt, und da auch hier keine Besserung eintrat, nahm er seine Zuflucht zum Naturheilverfahren. Gar bald merkte er, daß ihm die kurzen kalten Bäder und Kaltwaschungen gut bekamen und auch Rücken- güsse und anderes mehr wandte er mit Erfolg an. Seine heisere Stimme wurde von Woche zu Woche besser, und nach längerer Zeit war Heiserkeit und Stimmbandlähmung ganz verschwunden. Er bekleidet heute noch den alten Posten und ist wieder im Lehreramte mit klarem und sangvoller



Stimme thätig, ohne je wieder besonders an Heiserkeit oder Halsbeschwerden zu leiden. So heilt das Wasser ohne alle Medikamente, nur mit regelmäßiger diäter Lebensweise verbunden. Jedem ähnlich Leidenden ist folgende Kurvorschrift empfohlen: Tägliche Ganzwaschung, wöchentlich 3 Obergüsse und 3 Schenkelgüsse. Nach 14 Tagen 2 Obergüsse und 2 Schenkelgüsse, 2 Halbbäder wöchentlich und einen Rückenguß. Bei Hitze im Halse und Kehlkopfe allabendlich Hals- und Brustwickel. Die Wasserbehandlung hat in erwähntem Falle aber auch den Resonanzboden der Stimmen, die Lungen, gründlich ausgeheilt; denn als er nach der Gesundung in eine Lebensversicherung eintrat, wurden gesunde kräftige Lungen und klangvolle metallene Stimme konstatiert und nichts stand der Versicherung im Wege. Was sagen nun die Herren Professoren zu solchen Ergebnissen! Als der gute Kaiser Friedrich krank darniederlag, da erlebten wir ja, was die medizinischen Koryphäen zu leisten imstande sind. Schneiden, Brennen und andere chirurgische Glanzleistungen wurden an dem armen Dulder vorgenommen, und nur lokale Behandlung — andere kennt ja die Schulmedizin nicht — sollte das schwere Leiden, das den ganzen Organismus ergriffen, beseitigen. Hätte kein Mediziner seine Schwelle betreten — ob Deutscher oder Engländer — eine noch rechtzeitig angewandte, einfache, sachverständige Wasserbehandlung des ganzen Körpers hätte den Kaiser, da auch er die von den Vätern ererbte gute und starke Naturkraft besaß, zur Freude des deutschen Vaterlandes nach kürzerer oder längerer Zeit sicher wieder zur Genesung geführt. Davon sind heute nicht bloß die Laienärzte, sondern auch Hunderte von den inzwischen belehrten Medizinern überzeugt.

Bei Halsentzündung ist das Gurgeln mit abgekühltem Thee von Salbei, Malvenblüten oder *Foenum graecum* sehr zu empfehlen. Solange die Entzündung dauert, wird je nach der Hitze alle 15 oder 20 Minuten ein kalter Halswickel und außerdem täglich ein Oberguß appliziert. Bei allen Halsleiden, auch Heiserkeit, ist außerdem noch das Halbbad und Eintauchen der Arme in kaltes Wasser sehr wirksam, weil ableitend.

Bei Heiserkeit mit Katarrh verbunden ist zuerst das Halbbad angezeigt. Tausend Mittel werden angepriesen, das wirksamste und billigste kennt man nicht. Was würden Opernsänger oft zahlen, wenn ihnen jemand innerhalb 48 Stunden durch 2 Halbbäder, in der Zwischenzeit 2 Armbäder, vielleicht auch eine Hals- und Schulterpackung ihre Heiserkeit wegschaffte! Man muß dies auch selbst erprobt haben, um für den Erfolg einstehen zu können. Das ist der medizinischen Wissenschaft fremd, denn es riecht nicht gelehrt genug, und das Einfache, Natürliche weiß und kennt man nicht. Auch ist oft ein kaltes Sitzbad sehr empfehlenswert. Malvenblüthen- und *Foenum graecum* früh, mittags und abends, durch Honig versüßt, getrunken, unterstützt die Kur. Man mache bei allen derartigen Katarrhen nur eine kalte Ganzwaschung und man wird nach Verlauf von 10 Minuten schon merken, daß es ein probates Mittel ist. Wer bei solchen Zuständen schon den Doktor in den Hals sehen läßt, begeht eine Thorheit; denn die Herren schleppen sich selbst oft mit einem lumpigen Schnupfen und Katarrh wochenlang, wie jeder weiß. Alle jene, deren Sprach- und Brustorgane oft übermäßig viel angestrengt werden, wie Prediger und Lehrer, müßten überdies öfters einen Oberguß nehmen. Nichts stärkt Lungen und Kehlkopf

mehr al  
und Br  
wird, f  
großer  
Abhärtu  
kommen  
faltung

B  
Heublun  
behandl

B  
Foenum  
graecum  
für eine  
stündlich  
wasser  
1/4 Liter  
Absub.  
Meyer)  
Malve  
und 63

1—2 E  
erforder  
dann is  
zwei Sc  
4 Woch  
Tag, zu  
Tasse  
treten  
Unter  
auf eine  
Leintuch  
bestehen  
Fleisch  
auch S

stündlich  
Sitz-,  
Wechsel  
guß.  
abends  
Kneipp

den mei  
Personen



mehr als ein kräftiger Überguß. Er ist das beste Schutzmittel gegen Hals- und Brustentzündungen, und wer ihn in gesunden Tagen probiert hat, der wird, so oft er in diesen Partien eine Müdigkeit und Schlassheit nach zu großer Anstrengung merkt, sofort zu ihm seine Zuflucht nehmen. Daß alle Abhärtungsmittel, besonders Barfußgehen, auch den Stimmorganen zu gute kommen, ist nicht schwer einzusehen, weil sehr viele Halsleiden durch Erkältung der Füße entstehen.

Bei angeschwollenen Halsdrüsen ist zweimal in der Woche das Heublumenhemd nebst der für Halsentzündung angezeigten kalten Wasserbehandlung vorgeschrieben. (Siehe Drüsenleiden.)

Bei Halsleiden mit starker Hitze im Hals heilt der Thee aus *Foenum graecum* oder der Samen von Bockshornklee (*Trigonella foenum graecum*) als Gurgelwasser verwendet. Ein Kaffeelöffel voll Pulver reicht für eine mittelgroße Tasse Thee. Man kann denselben Thee auch trinken, stündlich einen Eßlöffel voll. Gegen geschwollenen Hals nehme man Gurgelwasser aus grünen oder getrockneten Weichenblättern, eine Hand voll in  $\frac{1}{4}$  Liter Wasser gekocht und verbinde damit einen Halswickel aus demselben Aufguss. Gurgelwasser oder Thee aus Wollkraut *Verbascum Thapsus* (Schrader's) wirkt kräftig schleimlösend, noch besser mit ebensoviel schwarzer Malve gemischt. (Siehe auch „Gurgelwasser“ Seite 669, ferner Seite 632 und 633. Anwendungsformen siehe Inhaltsverzeichnis.)

**Kneippkur (Hämorrhoiden).** Leichtere Fälle sind mit täglich 1—2 Sitzbädern, jedes 1—2 Minuten lang, sehr bald geheilt; schwierige erfordern mehr. Oft sind harter Stuhl und Unterleibsbeschwerden vorhanden; dann ist die Kurverordnung folgende. Täglich Ganzwaschung, wöchentlich zwei Schenkelgüsse, zwei Halbbäder und zwei kurze Wickel. Nach Verlauf von 4 Wochen aber wöchentlich 4 Ganzwaschungen, also immer über den andern Tag, zwei Schenkelgüsse, 1 Halbbad und 1 Wickel. Innerlich täglich eine Tasse Thee von Holunderblättern und Dornschlehdurchein. Bei starkem Auftreten der Hämorrhoiden nimmt man sofort kaltes Sitzbad und darauf Unterausschläger. Auch empfahl Kneipp mit Erfolg täglich 15 Minuten auf einem achtfach zusammengelegten, groben, in kaltes Wasser getauchten Leintuch zu sitzen. Die Hauptmahlzeit kann auch hier in gemischter Kost bestehen, wie überhaupt in den meisten Fällen zur Mittagszeit ein Stück Fleisch mit entsprechendem Gemüse bei der Kneippkur gegeben wird. (Siehe auch Seite 632 und 633. Anwendungsformen siehe Inhaltsverzeichnis.)

**Kneippkur. (Hand- und Armbäder),** siehe Inhaltsverzeichnis.

**Kneippkur (Hartleibigkeit).** Längere Zeit einhalb- bis einstündlich einen Eßlöffel voll kalten Wassers trinken, dreimal wöchentlich kalte Sitz-, Kumpf- oder Halbbäder, dreimal in der Woche Ganzwaschung im Wechsel mit Schenkel- oder Knieguss, ab und zu auch einen Ober- und Rückenguss. Auch der nächtliche Leibumschlag und verschiedene Thees, früh und abends genossen, als: Holunderblüten- und Dornschlehdurcheinthee, sowie Kneipp's Pillen, besonders aber Kneipp's Wühlhuber Nr. 1.

**Kneippkur (Hautausschläge).** [Scharlach, Masern u.] In den meisten Fällen und besonders bei Kindern und schwächlichen erwachsenen Personen ist wöchentlich zweimal das Heublumenhemd mit darauffolgender



Ganzwaschung zu empfehlen. Bei sonst sehr kräftigen Kindern und kräftigen erwachsenen Naturen sind kalte Wickel, spanischer Mantel und Ganzwaschungen angezeigt, letztere bei großer Hitze oft alle Stunden. Je mehr der Ausschlag hervortritt, desto besser, desto schneller der Krankheitsverlauf. Sind Ausschläge am Kopfe vorhanden, dann sind Kopfdämpfe mit kalter Abwaschung oder Begießung am besten. Jede Woche 2 Kopfdämpfe und noch eine tägliche Ganzwaschung. Innerlich die verschiedenen Thees, Kneipp's Blutreinigungsthee, Erdbeerblätter, Holunderblüten- und Dornschlehlblütenstee. Erwachsene sollen bei Kopfausschlägen den Thee von Zinnkraut und 10—12 Wacholderbeeren täglich in 3 Portionen mehrere Wochen lang genießen. Zur Kräftigung des Organismus sind zum Schlusse der Kur 2—3 Halbbäder wöchentlich sehr empfehlenswert.

**Kneippkur. (Gemd, nasses),** siehe Inhaltsverzeichnis.

**Kneippkur (Herzleiden).** Fast möchte man glauben, die halbe Menschheit sei herzleidend, denn viele Kranke sagen, ich habe einen Herzfehler. Unter 100 solchen Fällen treffen kaum 2 oder 3 zu. Wenn das Blut, das vom Herzen, gleich einer Mühle, in alle Teile und Gewebe versandt wird, in schlechter Beschaffenheit ist und dabei noch schlecht cirkuliert, dann werden allerdings Zustände herbeigeführt, die auf eine schlechte Herzthätigkeit schließen lassen. Wird aber die Cirkulation des Blutes eine bessere und dabei noch die Beschaffenheit desselben gebessert, dann ist in den allermeisten Fällen von einem Herzfehler keine Rede mehr. Verweichlichung, Alkoholgenuß, allzuviel Fleischkost, mangelhafte Bewegung in frischer freier Luft und ungeordnete Lebensweise sind meistens die Ursachen von Herzleiden. Der übermäßige Fleischesser, der Säufer, brauchen sich nicht zu wundern, wenn das Blut, das in 24 Stunden achttausendmal durch die Lunge geht, so dick geworden ist, daß es in den Haarröhrchen der Lunge stecken bleibt; es tritt dann Beklemmung und Blutspecken ein.

Die Wasseranwendungen können, den verschiedenen Zuständen angemessen, sehr verschieden sein. Bei Herzerregungen und Herzklopfen lege man eine einfache Kompresse, in 16° R. Wasser eingetaucht, auf das Herz; ferner mache man eine Beinwickelung. Morgens wasche man auch den ganzen Körper. Es ist also bei allen derartigen Zuständen anzuwenden: 1. Örtliche Kompresse, 2. ableitender Wickel, 3. Ganzbehandlung (Waschung). Aber auch ein Knieguß und Wassertreten ist in solchen Fällen angezeigt. Ein vortreffliches Mittel, die beschleunigte Herzthätigkeit zu regulieren, ist der Oberguß. Er ist die beste Hemmvorrichtung, wenn der übermäßige Dampf den Kessel zu zersprengen droht. Er wirkt ausgleichend ein auf die Strömung in der Röhrenleitung; er entlastet den Kessel, daß er nicht plötzlich durch Herzschlag einen Riß bekommt. Pfarrer Kneipp wandte ihn wiederholt sogar in so verzweifelten Fällen an, wo die Ärzte das Gegenteil befürchteten; es trat Ruhe und mäßige Bewegung ein. Innerlich ist Minze, als Thee oder auch in Pulverform, zu nehmen. Herzklopfen weicht auch dem Thee aus Raute (*Ruta graveolens* L.) oder täglich zweimal 10 bis 12 Tropfen Raute in Spiritus angesetzt oder ebenso viel Raute in Salatöl. Rosmarinwein wirkt beruhigend und harntreibend. Bereitung und Dosis siehe unter „Wassersucht“.



Gegen Herzkrampf ist das Reiben mit einem in kaltes Wasser getauchten Lappen auf der Brust, bis sie rot wird, das beste Mittel. Da die Wassersucht gewöhnlich der treue Gefährte des Herzkranken ist, so sei auch gleich an dieser Stelle erwähnt, daß gegen die geschwellenen Beine nichts besser ist, als sie in Lehm, der mit Essig zubereitet wurde, einzuschlagen. Ferner trinke man fleißig Citroneulimonade; man esse Weintrauben, Spargel, Sellerie, Pastinak, Petersilienwurzel. Letztere kann man sich auch in dicke Suppen kochen lassen, das treibt den Urin, das treibt das Wasser. In diesem Falle ist reizlose Trockenkost, wobei der Wassersüchtige keinen Durst bekommt, angezeigt. Aber auch Kraftsuppe, Sauermilch mit geriebenem Schwarzbrot vermischt, Buttermilch, saurer oder süßer Rahm sind besonders vorzügliche Mittel für alle Herzkranken. Auch Weizenbrot mit Quark bestrichen und alle grünen Gemüse, Spinat, Brennessel, Brunnenkresse, Spitzwegerich gemischt und wie Spinat gegessen, sind, weil blutreinigend, sehr zu empfehlen. Daß Erkältungen, besonders durch kalte Füße, und auch medizinisch, also nur unterdrückend behandelter Gelenkrheumatismus, oft Herzleiden bilden helfen, dürfte bekannt sein. Die Hauptsache aller Krankheiten, somit auch der Herzkrankheiten ist die fehlerhafte Zusammensetzung des Blutes, und darum sei man bei Fettsucht, verbunden mit Herzkrankheit, mit einer schablonenhaften vegetarischen Kost vorsichtig. Ein mäßiger, täglich einmaliger Fleischgenuß ist hier in den meisten Fällen geboten; ebenso wie bei verschiedenen Magen- und Darmleiden und auch häufig bei Zuckerkrankheit.

Bei der Herzwassersucht sind besonders Aufschläge, Ganzwaschungen, Wickel und auch Halbbäder sehr wirksam. Als Thee auch Wühlhuber Nr. 2. Eine Zeit lang trinke man auch täglich 2 Gläser Rosmarinwein.

Bei Herzverfettung ist wöchentlich 2 mal spanischer Mantel, täglich Ganzwaschung und kurzer Wickel, aber auch besonders das Halbbad zu verordnen. Innerlich Thee von Zinnkraut, Wacholderbeeren und Brennessel. Hier sei auch nachträglich ein Wort über Behandlung von Fettsüchtigen am Platze. Auch sie können nicht nach einer Schablone kurirt werden. Es giebt hierbei Vollblütige und Blutarme. Die Diät bei Vollblütigen sei eine eingeschränkte, bestehe in der Hauptsache aus Eiweißstoffen, Milch, Eiern, Fleisch, Brot und Gemüse, jedoch ganz kleinen Mengen von Fett. Eigentliche Diätkuren, wie Ortel und Ebstein sie vorschreiben, sind abstumpfend und die Gesundheit oft schwer schädigend. Bei Blutarmen sei die Diät eine kräftige, Milch-, Eierspeisen, kräftige Fleischbrühen stehen obenan. Bohnenkaffee ist streng zu meiden, anstatt dessen tritt Milch. Letzteres gilt auch für den Vollblütigen. Derselbe mache größere Marsch- und Bergtouren in sauerstoffreicher Luft; der Blutarme dagegen begnüge sich mit kleineren Spaziergängen, die einen regeren Stoffwechsel zur Folge haben. Einen Hauptfaktor bildet aber entschieden die Kaltwasserbehandlung. Es ist ja bekannt, daß Karlsbad, Marienbad, Rissingen und ähnliche Orte ihre große Frequenz besonders den Fettleibigen verdanken. Wenn man näher zusieht, findet man, daß viele durch diese Trinkkuren allerdings sehr mager geworden sind, aber nicht allein durch Schmelzung des Fettes, sondern auch durch Aufzehrung des Organeiwisses, eines notwendigen Lebensbestandtheiles, und daß sie sich dadurch ein organisches Leiden, das Siechtum, den Todeskeim geholt haben.



Die bloße äußerliche Anwendung des kalten, viel ungefährlicheren und doch kräftig wirkenden Wassers ist das beste Mittel, im einzelnen Falle je nach Bedarf den Stoffwechsel zu steigern, ohne die inneren Organe besonders in Mitleidenschaft zu ziehen. Je größer bei einer Person die Nervenreizung ist, desto beträchtlicher ist unter gleichen Umständen der Stoffwechsel und damit auch die Verbrennung von angehäuften Fett.

Ein Kneipparzt, Dr. med. Baur, spricht sich darüber noch in folgender Weise aus: Bei einem jungen, corpulenten, vollblütigen Mann mit gesunden Organen, an dessen Organismus man noch Anforderungen stellen kann, ist der Stoffwechsel durch häufige Übergießungen des ganzen Körpers, also durch Vollgüsse und Vollbäder, zu steigern. Ab und zu thut ein spanischer Mantel, wöchentlich 2 mal, ganz gute Dienste. Nach vierwöchentlich derartiger Behandlung nahm ein noch jugendlicher Herr 15 Pfund ab; das Fett schmolz wie Butter, und es war augenscheinlich, daß methodische Schweißerzeugung durch kalte Einwirkungen in entsprechender Anwendung und Verbindung so mächtig die physiologische Fettverbrennung steigern, daß diese Methode entschieden eine größere Beachtung bei Behandlung kräftiger, sonst gesunder Fettsüchtiger verdiente.

Wenn nun die mineralischen Trinkkuren schon die vollblütigen Fettsüchtigen auch bei eingetretener Magerkeit entschieden nachhaltig geschädigt haben, wie nachgewiesen wurde, so muß aber auf die Gefährlichkeit der Mineralwassertrinkkur bei blutarmen Fettsüchtigen besonders hingewiesen werden. Denn hier kommt es gerade darauf an, den Stoffwechsel zu erhöhen, ohne den Körper zu schwächen. Die Aufzehrung des Organeiwisses bei diesen Kranken verläuft nicht selten tödlich. Hier sind besonders die milden Anwendungen des Kneippverfahrens ganz am Platze; es wird keine schweißerregende Kur — sondern nur Teilgüsse, Ober- und Schenkelgüsse, Rückengüsse, kurzdauernde Halbbäder, leichte Wickel mit gutem Erfolg angewandt. Dadurch wird der Stoffwechsel erhöht und der Effekt der Fettverbrennung erreicht, der Eiweißverlust dagegen nicht nur vermieden, sondern Organeiwiss vermehrt, und somit die Gesamtkonstitution gekräftigt. Je nachdem also bei den verschiedenen Kranken dieser Art die Blutarmut mehr oder weniger im Vordergrund steht, wird der Kneipparzt seine Anwendungen zu modifizieren oder zu steigern haben. (Siehe auch Seite 632 u. 633. Anwendungsformen siehe Inhaltsverzeichnis.)

**Kneippkur. (Heublumen-Absud-Abkochung),** siehe Inhaltsverzeichnis.

**Kneippkur. (Heublumenbend),** siehe Inhaltsverzeichnis.

**Kneippkur (Hergenschuß).** Bei diesem Leiden ist der Unteraufschläger angebracht, denn er stärkt Rückenmark und Rückgrat am besten und wird zweimal am Tage angewandt. Bei sehr empfindlichen Personen, welchen es an Naturwärme mangelt, wird er am besten warm appliziert; man tauche das Leintuch in heißes Wasser, das zur Hälfte mit Essig gemischt wird. Während der obige kalte Unteraufschläger so lange liegen bleiben soll, bis er durch die wollene Einpackung warm geworden, kann der warme alle 10 Minuten gewechselt und recht oft am Tage gemacht werden. Dies einfache Mittel genügt und erübrigt meistens das Einreiben von Arnikatinktur oder Kampferspiritus, welche in schwierigen Fällen ebenfalls mit zur An-



wendung gelangen. Von besonders guter Wirkung ist es, wenn man auf den Unterausschläger direkt einen kräftigen Rückenguß folgen läßt. Hat der Patient genügend Naturwärme, so genügen auch Rückengüsse allein, ohne vorherigen Unterausschläger. (Siehe auch Seite 632 u. 633. Anwendungsformen siehe Inhaltsverzeichnis.)

**Aneipptur (Hirnhautentzündung).** Wenn schleichender Kopfschmerz mit Hitze und oft auch mit Neigung zum Brechen verbunden auftritt, wozu sich häufig noch Bewußtlosigkeit, Phantasien und Delirien gesellen, so ist Hirnhautentzündung zu konstatieren. Wickel oder Dreiviertelpackung, oder ein langes Hemd, das man in kaltes Essigwasser (3 Teile Wasser, 1 Teil Essig) oder in Salzwasser taucht. Zwei oder drei solche kalte Packungen, jede  $\frac{3}{4}$  Stunde, genügen gewöhnlich, um die Hitze zu dämpfen. Selbstredend wird um jede nasse Packung auch eine trockene Einhüllung, gut schließend, gemacht. Nach der Packung, wo der Patient warm geworden ist, kann man ihm sofort den Vollguß geben. Man achte bei dieser Erkrankung aber ganz besonders auf die Füße. Diese müssen unausgesetzt erwärmt resp. warm erhalten werden. Am besten geschieht das auf folgende Weise. Von der Behe bis Mitte der Wade wird ein ganz heißes Tuch umwickelt, das man zuvor in heißes Essigwasser getaucht hat (2 Teile Wasser und 1 Teil Essig); diese Mischung wird zuvor gesotten. Bei Verstopfung gebe man Abführmittel. Auf den Kopf kommen kühle Kompressen, beim Warmwerden zu wechseln. Ferner alle halben Stunden einen Eßlöffel Schlehdornabsud einnehmen oder zur selben Zeit einen Eßlöffel Wasser schlucken; ist Appetit vorhanden, dann leichtverdauliche Kost. (Siehe auch Seite 632 u. 633. Anwendungsformen siehe Inhaltsverzeichnis.)

**Aneipptur (Hitze, innere).** Dagegen sind frische Erdbeeren sehr zu empfehlen, ferner Limonaden und Fruchtsäfte.

**Aneipptur. (Hüftgelenkentzündung),** auch freiwilliges Hinken genannt. Diese Krankheit stellt sich häufig bei solchen Kindern ein, bei denen skrofulöse Anlage vorhanden ist, kommt jedoch auch ohne diese zustande, ferner durch direkte Verletzung. Der Schmerz beschränkt sich entweder allein auf das Hüftgelenk oder zieht sich auch bis zu den Knien hinab. Das Gehen, ja schon das Auftreten ist sehr schmerzhaft, und um sich solchen Schmerzen zu entziehen, tritt der Kranke beim Gehen nur sehr leicht auf, daher der Name freiwilliges Hinken. Anfänglich ist der Schmerz gering, nach und nach steigert er sich bei fortgesetzter Benutzung des Gelenks. Dasselbe schwillt an, es kommt zu eitrigen, bisweilen knochenfräßigen Störungen und unheilbarer Steifheit. Auch die rheumatischen Affektionen des Hüftgelenks, welche meist erst in höherem Alter eintreten, können zur vollständigen Steifheit führen, ohne daß irgend welcher eiterige Prozeß vorherging. Kurvorschrift: Vor allem sind die Regeln der Stärkungskur genau zu befolgen, zumal wenn skrofulöse Anlage vorhanden ist, wo dann auch die Kurvorschrift unter „Skrofulose“ mit zu beachten ist. Im übrigen ist in allen diesen Fällen, wenn auch die Ursachen verschiedene sind, der kurze Wickel in lauwarmes Heublumenwasser getaucht das erste Mittel, das angewandt wird. Darauf ein kurzer kalter Wickel und so beide im Wechsel. Aber auch das Halbbad thut hier vortreffliche Dienste und kann außer den



erwähnten Wickeln fleißig benutzt werden. Ferner können Schenkelgüsse (vom Bett aus und sofort wieder ins Bett zurück) besonders empfohlen werden. Die Heilung geht ziemlich rasch, wenn die Entzündung noch nicht zu weit vorgeschritten ist; wird aber erst spät Hilfe gesucht, so können viele Monate vergehen, ehe die Heilung vollzogen ist. (Siehe auch Seite 632 u. 633. Anwendungsformen siehe Inhaltsverzeichnis.)

**Kneippkur (Hühneraugen).** Ein Paar leinene Strümpfe werden in warmen Heublumenabsud getaucht, angezogen und der Fuß nun in eine Wolldecke mehrere Stunden eingewickelt. Es erweichen und lösen sich dann die harten Häute und können nun leicht abgeschält werden. Aber auch warme Fußdämpfe und Haferstrohfußbäder erzielen dasselbe.

**Kneippkur (Hundswut).** Wer von einem der Hundswut verdächtigen Hunde gebissen ist, dampfe sofort den gebissenen Teil, Bein oder Arm und packe denselben darauf feucht ein. Kräftige Naturen können dann den spanischen Mantel kalt, Schwächlinge warm anlegen. Schweißherzeugung und kalte Abwaschung wechseln ab. Die Wunde kann öfters auch mit warmem Wasser gewaschen werden.

**Kneippkur (Husten).** Das Hauptmittel ist, das Blut von der leidenden Stelle, oft ist es der Hals, Brust und Kopf, abzuleiten. Ganzwaschungen oder auch kurzer Wickel und Ableitung nach den Füßen durch Barfußgehen im Morgentau werden abwechselnd vorgenommen. Da er oft mit einem chronischen Leiden, besonders der Lunge, Asthma oder akutem Lungenleiden verbunden ist, so kommen selbstredend auch die dort angeführten Wasseranwendungen zur Geltung. Ein Lungen-Emphysematischer bekommt täglich 2 Übergüsse, soll auf nassen Steinen gehen, als Thee Foenum graecum, Brennessel und Schafgarbe. — Der Husten ist aber auch oft ein Vorbote einer im Anzuge befindlichen epidemischen Krankheit, Masern, Blattern u. In diesem Falle ist stündliche Ganzwaschung geboten; ist der Körper wieder heiß geworden, muß er gekühlt werden. Als innere Mittel sind Lindenblüte, Lattichthee und besonders auch Veilchenblättherthee sehr zu empfehlen. Letzterer ist viel zu wenig gekannt und geschätzt wegen seiner vortrefflichen Wirkung. Bei Keuchhusten der Kinder ist er der bewährteste Thee. Aber auch Erwachsene sollen ihn bei allen mit Husten verbundenen Zuständen probieren. Es wird eine Hand voll grüner oder gedörrter Veilchenblätter (von *Viola odorata* L.) in  $\frac{1}{4}$  Liter Wasser abgekocht und von Kindern nach je 2—3 Stunden je 2—3 Löffel, von Erwachsenen dreimal täglich je 1 Tasse voll eingenommen. Husten stellt sich also oft ein bei akuten und chronischen Krankheiten; man behandle diese nach Vorschrift und hebt dadurch auch den Husten. Abhärtung ist auch hier das beste Mittel. Die zum Husten geneigten Leute sind oft sehr wasserscheu. Wer in Luft und Wasser sich abhärtet und besonders den Hals nicht verzärtelt, bekommt nicht so leicht Husten. Kalte Füße sind ja auch mit ihm unzertrennlich; sind dieselben der Blutzufuhr jederzeit zugänglich, dann kann von Husten keine Rede sein. All die ganzen Süßigkeiten, die Spekulant gegen Husten anbieten, nützen wenig oder nichts. Oft ist, bei einigermaßen gesunden Naturen, ein Halbbad, eine Ganzwaschung und ein kurzer Wickel hinreichend, um einen hartnäckigen Husten sehr bald zu kurieren. Daß mancher Husten



vom Magen ausgeht und von verfaulenden Gasen herrührt, wird bei Magenkrankheiten näher besprochen werden. Mit den verschiedenen Güssen und schon oft erwähnten Thees ist ihm am besten beizukommen. (Siehe auch Seite 632 u. 633. Anwendungsformen siehe Inhaltsverzeichnis.)

**Aneipptur (Hypochondrie).** Es ist dies eine Art Gemüthsleiden. Hier kommt es ganz besonders auf individuelle Behandlung an. Bei schwächlichen Personen äußerst mild mit Teilwaschungen vorgehen, 18° R. Sitzbäder oder Halbbäder; später ins kurze kalte Verfahren übergehen. Wöchentlich 3 Halbbäder, 3 Ganzwaschungen. Bei kräftigen Personen begi-  
nne man sofort mit dem Halbbade, Ganzwaschung, auch Ober- und Unterausschläger im Wechsel und gleichzeitig die bekannten Gesundheitsvorschriften, Bewegung in freier Luft, zerstreuende Unterhaltung und entsprechende Kost unterstützen die Wasseranwendungen.

**Aneipptur (Hysterie).** Diese Krankheit wird ähnlich behandelt wie die vorhergehende. Da diese Krankheit mit Blutarmut und Nerven-  
schwäche verbunden ist, so ist es geraten, mit milden Anwendungen zu be-  
ginnen.

1. Drei Tage lang täglich 1—2 Minuten auf nassen Steinen gehen, doch ist stets sofort für gute Erwärmung der Füße nachdem Sorge zu tragen.

2. Früh Oberkörperwaschung mit Essigwasser und während des Tags wieder auf nassen Steinen (einige Minuten lang) gehen, etwa 8 Tage lang fortsetzen.

3. Die tägliche Oberkörperwaschung wird fortgesetzt und daneben den einen Tag die Knie 1 Minute lang mit kaltem Wasser begießen und den andern Tag 1—2 Minuten im Wasser gehen, so 8 Tage lang; dabei kann man gleichzeitig mit der Oberkörperwaschung auch den Unterleib mit solchem Essigwasser kräftig waschen. Auf diese Weise wird sich die Naturwärme immer mehr heben. Zu empfehlen ist ferner wöchentlich abends 3 mal ein warmer Aufschlag von Heublumenwasser auf den Unterleib. Nach 8 Tagen kann man auch versuchen, denselben durch einen Unterausschläger zu ersetzen, das wöchentlich je 2 mal. Auch gebe man Tinkturen von Wacholder- oder Baldrianwurzel. 6—10 Tropfen auf Zucker, täglich 3 mal, dann versuche man den Thee von Bitterklee, Tausendgüldenkraut mit Wermut gemischt. Darauf gebe man wieder eine Mischung von Schafgarbe, Kamille und Johannis-  
kraut. Mit Hysterie ist manchmal Stimmeverlust und Sähmung verbunden. Im ersteren Falle bringt oft der Oberguß die Stimme wieder, in letzterem Falle wirkt der Schenkelguß vortrefflich. (Siehe auch Seite 632 u. 633. Anwendungsformen siehe im Inhaltsverzeichnis.)

**Aneipptur. (Influenza)** oder epidemische Grippe, auch russischer Katarrh genannt. Ganz auffallend ist es, daß noch heute so viel Leute an den Folgen dieser Krankheit leiden oder überhaupt gar nicht mehr gesund geworden sind. Der Grund des letzteren ist, weil die Krankheit nicht natur-  
gemäß behandelt wurde. Früher war diese Krankheit unter dem Namen Grippe bekannt. Die Landleute legten sich gewöhnlich zu Bett, tranken einige Tassen warmen Thee, deckten sich mit zwei Bettdecken zu, kamen dadurch in außerordentlich starken Schweiß; nach 2—3 Tagen war die Krankheit meist schon wieder vorüber und man hatte keine schlimmen



Nachwehen zu befürchten. Das Krankheitsbild dieser in den letzten Jahren wiederholt epidemisch aufgetretenen Krankheit ist sehr verschieden, je nach der wechselnden Widerstandsfähigkeit des Organismus im allgemeinen und gegen das Krankheitsgift im besonderen. Erkältungen sind jedenfalls ihre veranlassenden Ursachen und fällt daher ihre Entstehung namentlich in die Herbst- und Frühjahrszeit, wo kalte und warme Temperaturen oft rasch wechseln; nasse Kälte ist ihrer Bildung vor allem günstig. Die großen Mengen Salicyl, Antipyrin, Phenacetin und Antifebrin, wie ein neues Specificum Salipyrin haben das Umsichgreifen der Influenza nicht verhindern können, ratlos steht die medizinische Wissenschaft vor ihr und nur die Naturheil-methode erweist sich erfolgreich, sowohl als vorbeugende Maßnahme (prophylaktische) als für die Behandlung der Krankheit selbst. Sie beginnt mit allgemeiner Mattigkeit, Schläfrigkeit oder Schlaflosigkeit, Schwere der Muskeln und Gelenke, Eingenommenheit des Kopfes, Frost und Schmerzen oder Schwere im Rücken; dann folgt mehr oder minder hohes Fieber, Nasen-, Augen-, Rachen-, Luftröhren- und Bronchialkatarrh, wozu sich vielfach noch rheumatisch-nervöse Schmerzen, Neuralgien oder Magenbeschwerden gesellen, auch Appetitlosigkeit gehört zu den regelmäßigen Beschwerden. Das ganze Krankheitsbild ist in den leichteren und mittleren Fällen das eines derben Schnupfens infolge starker Erkältung, ohne daß aber der Patient einer solchen sich entsinnen könnte. Schwere Fälle kommen vor, bei schon vorhandenen chronischen Katarrhen, namentlich des Kehlkopfes, der Luftröhre und der Lungen, sowie bei Herzleiden, ferner bei alten und schwachen Personen, bei Kindern, welche indessen weniger als Erwachsene ergriffen werden. Sind diese chronischen Krankheiten oder ist Altersschwäche schon weit vorgeschritten, so ist in der Regel eine Heilung nicht mehr zu erwarten; doch geht die Influenza sonst in den meisten Fällen innerhalb 2—7 Tagen in Genesung über, in einigen Fällen aber erst nach Wochen.

Die Nachkrankheiten der Influenza, als Herzschwäche, Neuralgien, gastrische Beschwerden werden bei richtiger, rechtzeitiger Anwendung der naturgemäßen Heilweise vermieden, denn gerade bei dieser Krankheit entfaltet die Naturheil-methode ihre heilbringenden Wirkungen, da ihr Einfluß auf das Herz, auf den Blutkreislauf und auf die Respiration ein hervorragender ist und die Überlegenheit der arzneilosen Heilweise vor allen anderen Maßnahmen neuerdings auch von medizinischer Seite mehr und mehr anerkannt wird. Die Vorbeugung durch gehörige Widerstandsfähigkeit und Abhärtung des Körpers ist der beste Schutz gegen Influenza. Wie gegen alle anderen Infektionskrankheiten, so ist auch gegen die Influenza ein an kalte Waschungen gewöhnter und einer rationellen Diätetik huldigender Mensch geschützt. Das beste ist, man greift gleich anfänglich zu Ganzdampfbad mit nachfolgender kühler oder kalter Ganzwaschung und wiederholt diese den andern oder dritten Tag oder der Kranke wäscht den ganzen Körper mit kaltem Wasser, das  $\frac{1}{4}$  mit Essig gemischt wird, alle 2 Stunden, darauf zu Bett; in leichten Fällen auch starke Bewegung im Freien, um sich gut zu erwärmen. Nach der 2. oder 3. Abwaschung kommt gewöhnlich starker Schweiß und dadurch wird die Ausscheidung des Krankheitsstoffes erreicht. Ein Bauer bekam abends 6 Uhr diese Krankheit, behandelte sich die ganze Nacht so und war früh um 6 Uhr wieder wohl. Die Ganzwaschungen

sind a  
Heilun  
Wernu  
Fieber  
tigend.  
sofern  
Fälle i  
besonde  
macht  
erneut  
auch je  
gewöhn  
der B  
formen

40 Ja  
Er hat  
hältnis  
kurze  
darauf  
Schenk  
Wechse  
gehen.  
Rücken  
Schenk  
und S  
viel ba  
die gle

Schna  
Lustre  
waren  
und M  
gehen.  
der sic

und m

heftiger  
Da in  
versche  
hielt e  
zwei M  
Obergr  
Vollgu  
tägiger



sind also bei dieser Krankheit die besten Mittel. Unterstützt wird die Heilung, wenn zugleich Johanniskraut und Schafgarbe oder Salbei und Bertramthee nebenbei getrunken wird. Ab und zu, besonders wenn das Fieber sehr gestiegen ist, wirken Halbbäder sofort herabstimmend und kräftigend. Leute, deren Kopfnerven etwas schwach sind, verlieren gewöhnlich, sofern sie von dieser Krankheit befallen werden, die Besinnung. In diesem Falle ist zwar die obige Behandlung auch richtig, man muß aber auch dem besonders erkrankten Teile etwas besondere Aufmerksamkeit schenken. Man macht von Zeit zu Zeit kühl, aber nicht gar zu kalte Kopfschläge und erneuert sie, sobald sie warm werden. Statt der öfteren Ganzwaschung ist auch jetzt der kurze Wickel sehr gut angebracht, worauf sich beim Kranken gewöhnlich ein erquickender Schlaf einstellt und er dadurch auf den Weg der Besserung gelangt. (Siehe auch Seite 632 u. 633. Anwendungsformen siehe Inhaltsverzeichnis.)

**Rneipptur (Ischias) [Hüftweh].** 1. Fall. Ein corpulenter Herr, 40 Jahr alt, wurde im Herbst von einer überaus heftigen Ischias überfallen. Er hatte aufgedunsenes Gesicht, die Beine aber waren schwächlich im Verhältnis zum Oberkörper. Weil er so stark beleibt war, erhielt er zunächst kurze Wickel, welche die Blutstauungen im Unterleib auflösten und den darauffolgenden Güssen vorarbeiteten. Diese folgten nun in Gestalt von Schenkel-, Rücken- und Obergüssen in verschiedener Verbindung und im Wechsel mit Vollgüssen, Halbbädern, Wassertreten und fleißigem Barfußgehen. Die Aufeinanderfolge wäre also dann diese: 1. Tag Schenkel- und Rückenguß, 2. Tag Ober- und Schenkelguß, 3. Tag Vollguß, 4. Tag Schenkel- und Rückenguß, 5. Tag Oberguß und Halbbad, 6. Tag Ober- und Schenkelguß, 7. Tag Rückenguß, nebenbei abends Wassertreten und tags viel barfuß gehen; so schwanden nach einigen Wochen alle Schmerzen und die gleichmäßige Blutcirculation war wiederhergestellt.

2. Fall. Eine Frau in den vierziger Jahren bekam zur Herbstzeit Ischias in der linken Hüfte, die ihr das Gehen unmöglich machten, ja beim Auftreten schon große Schmerzen bereiteten. Hüftgelenk und linker Fuß waren angeschwollen. Sie wurde mit Oberguß im Wechsel mit Schenkel- und Rückenguß bearbeitet und konnte nach 14 Tagen schon ziemlich gut gehen. Es blieb noch etwas Schmerz an der Stelle der geschwollenen Hüfte, der sich aber nach weiteren 14 Tagen auch verlor.

Bei Personen, die nicht stark beleibt sind, fällt also der Wickel weg und man beginnt sofort mit Güssen kalt vom Brunnen.

3. Fall. Ein 60 Jahre alter Herr litt seit einem Jahre an heftigen Schmerzen an der vorderen und inneren Seite beider Oberschenkel. Da in der letzten Zeit auch durch den furchtbaren Schmerz jeder Schlaf verscheucht war, nahm der Kranke seine Zuflucht zum Wasser. Zuerst erhielt er Ganzwaschungen als Vorbereitung zu den Güssen, dann jeden Tag zwei Wasseranwendungen in nachstehender Reihenfolge: Schenkel-, Rücken-, Oberguß, Rückenguß, Halbbad, Rücken-, Ober-, Schenkel-, Voll-, Rücken- und Vollguß und Halbbad, die eine früh, die andere nachmittags. Nach vierzehntägiger Behandlung trat nach anfänglich scheinbarer Verschlimmerung schon



bedeutende Besserung ein und nach sechs Wochen war der Kranke wiederhergestellt.

**Kneippkur (Katarrh).** Je mehr wir uns vergleichen, desto mehr sind wir mit Katarrhen der verschiedensten Art geplagt. Der gewöhnliche mit Schnupfen verbundene Halskatarrh wird oft schon beseitigt mit abendlicher Ganzwaschung und Trinken von Holunderblüthen-tee. Ist der Kopf dabei auch recht in Mitleidenschaft gezogen, so ist auch der Kopfdampf ein vorzügliches Mittel dagegen.

Bei alten hartnäckigen katarrhalischen Zuständen kann dreierlei in Anwendung kommen: 1. Tägliche Ganzwaschung, 2. Heublumenwickel und 3. auch noch Kopfdampf, da jeder vernachlässigte Katarrh irgend einen Teil des Körpers so schadhast machen kann, daß derselbe zu schwinden anfängt und so Kehlkopf-, Luftröhren- und Lungen- und Bronchitis u. zur Folge hat. Je tiefer und eingewurzelter ein oft monatelang plagerender Katarrh sitzt, desto eingreifender und stärker müssen auch die Wasseranwendungen sein. Zu den täglichen Ganzwaschungen treten dann noch wöchentlich 3 Halbbäder. Lungen- und Bronchitis heilt man am schnellsten durch Ganzwaschung vom Bett aus und täglich noch 1 bis 2 Obergüsse. Bei Katarrh der Bronchien und des Kehlkopfes wirken Ober- und Rückengüsse durch Heraufbeförderung von großen Schleimmassen oft lebensrettend. Darm- und Magenkatarrh siehe „Darmkatarrh“. Ein Kaffeelöffel voll Honig in  $\frac{1}{4}$  Liter Wasser aufgekocht, giebt ein herrliches Gurgelwasser, namentlich auch für Sänger. Gurgelwasser oder Thee aus Wollkraut (*Verbascum* Schraderi Meyer) wirkt kräftig schleimlösend und wird durch Zusatz von ebensoviel schwarzer Malve noch wirksamer. (Siehe auch unter „Atemnot“ und auch Seite 632 u. 633. Anwendungsformen siehe Inhaltsverzeichnis.)

**Kneippkur (Kehlkopfschwindsucht).** Dieselbe tritt gewöhnlich in Gemeinschaft mit der Lungen- und Bronchitis auf. Es bilden sich hier Geschwüre an den Stimmbändern, daher fast immer die heisere Sprache und sehr heftige Schlingbeschwerden. Im übrigen zeigt diese Krankheit dieselben Erscheinungen wie der chronische Kehlkopfkatarrh. Kurvorschrift wie bei Lungen- und Bronchitis.

**Kneippkur (Reuchhusten).** Hier muß besonders darauf Rücksicht genommen werden, daß kein Hustenreiz entsteht, daher müssen die Anwendungen mild und vorsichtig bewirkt werden. Ein kräftiges Kind bekommt täglich 2 mal 1 Wechselbad, d. h. es kommt zuerst in ein warmes Bad von 5 Minuten Dauer und unmittelbar darauf in ein Bad mit 16 grädigem Wasser nur 1 Sekunde lang. Das geschieht zweimal am Tage. Schwächliche Kinder bekommen nur 1 Wechselbad. Innerlich giebt man täglich 12—18 Tropfen von Fenchelöl auf Zucker. Aber auch Veilchenblätterthee ist hier gut. Kneipp verordnete auch noch ein zweites Verfahren: Man taucht das Kind mit Hemd in warmes Heublumenwasser und wickelt es darauf bis 2 Stunden lang in eine wollene Decke. Das kann täglich zweimal geschehen. Später nur einmal und dann nur jede Woche zweimal. In jedem Fall muß natürlich möglichst Staub gemieden und deshalb das Zimmer recht fleißig gereinigt und gelüftet werden. Siehe auch unter „Husten“ und auch Seite 632 u. 633. Anwendungsformen siehe Inhaltsverzeichnis.



**Kneippkur (Kinderspinallähmung).** Bei dieser Krankheit werden Monate gebraucht, oft vergeht ein ganzes Jahr, ehe das Kind wieder vollständig gesund wird; es kommt ganz darauf an, ob der Fall frisch oder veraltet ist. Gewöhnlich ist das eine Bein etwas kürzer, bedeutend schwächer als das andere, und der Fuß, der insolge dessen auch zu wenig Blutzufluß bekommt, verkrümmt und verkümmert. Nächste einer nahrhaften Kost sind folgende Verordnungen am Platze: 1. Verordnung: Die ersten 8 oder 14 Tage muß der Patient das Bett hüten, damit der verkümmerte Fuß Ruhe und Schonung hat und täglich 2 Schenkelgüsse und 1 Widel von Heublumen um den Fuß. Damit aber der Oberkörper nicht ganz leer ausgeht, sind auch tägliche Oberkörperwaschungen geboten. So 3 Wochen lang. 2. Verordnung: Täglich früh Schenkelguß, täglich Wassertreten, den einen Tag Oberguß, den andern Tag Rückenguß und allabendlich Essigabwaschung des ganzen Körpers. So 3 Wochen lang. 3. Verordnung: Wöchentlich drei Schenkelgüsse, 3 Ganzwaschungen, 3 Obergüsse, 2 Fußwidel (kaltes Wasser mit Essig gemischt) 1 Stunde lang. So 3 Wochen lang. 4. Verordnung: 3 Oberkörperwaschungen, 4 Halbbäder, 1 Fußwidel (1 Stunde lang) ebenfalls kalt. So 3 Wochen lang. 5. Verordnung: 2 Ganzwaschungen, 3 Halbbäder, 1 Fußwidel  $1\frac{1}{2}$ —2 Stunden mit Heublumenwidel. Es ist sehr häufig der Fall, daß derartige Kinder sehr zart gebaut und besonders erblich sehr schwache Kopfnerven haben. Darum muß dem Oberkörper neben der Unterkörperbehandlung von Anfang an viel Aufmerksamkeit geschenkt und das Barsfußgehen zunächst im Zimmer und später im Freien flott geübt werden. (Siehe auch Seite 632 u. 633. Anwendungsformen siehe Inhaltsverzeichnis.)

**Kneippkur. (Kneipp's Apotheke),** siehe Inhaltsverzeichnis.

**Kneippkur (Kniegeschwulst).** Geschwülste, wo immer sie sich auch befinden, hindern, daß genügend Blut in die benachbarten unteren oder oberen Teile kommt, so daß diese folglich abmagern müssen und verkümmern. Es muß also zuerst Bedacht genommen werden auf Auflösung, dann Kräftigung und geregelten Blutlauf. Die Verordnung muß also lauten: Täglich 2 mal sehr warmen angeschwellten Heublumenwidel 4 Stunden lang auf das geschwollene Knie. Da aber nach etwa 2 Stunden die Heublumen wieder erkaltet sind, so müssen sie schnell wieder ins Wasser getaucht und frisch aufgelegt werden. Der übrige Körper wird zur Kräftigung alle Tage einmal mit Wasser, das mit Essig gemischt, gewaschen. Innerlich werden täglich 6 Wacholderbeeren und alle Stunden noch ein Löffel Milch genossen; das bewirkt gute Verdauung. Nach einiger Zeit wird der warme Heublumenwidel nur täglich 1 mal und zwar 2 Stunden lang angewandt und über Nacht ein Lappen aufgelegt resp. ums Knie gewunden, welcher mit ganz weichgekochtem Bockshornklee (*Foenum graecum*) überstrichen ist. Täglich müssen außerdem Knie und Schenkel mit kaltem Wasser übergossen werden. Die Wacholderbeeren können während der ganzen Kur genossen werden. (Siehe auch Seite 632 u. 633. Anwendungsformen siehe Inhaltsverzeichnis.)

**Kneippkur. (Knieguß),** siehe Inhaltsverzeichnis.



**Aneipptur (Knieeschwamm).** Ist der Knieeschwamm nur ein örtliches Leiden, so kann er anfänglich leicht geheilt werden durch Wickel von Lehmwasser. Man nimmt etwas Lehm, reinigt ihn vom Sande, mischt etwas Essig und Wasser bei, schmiert ihn salbenartig auf grobe Leinwand und legt ihn auf das kranke Knie. Das macht man täglich 1—2 mal je etwa 1 Stunde lang, nebenbei wöchentlich 3 Ganzwaschungen, also jeden zweiten Tag eine solche. Oft ist der Knieeschwamm nur die Wirkung der Skrofulose und besonders häufig bei Kindern. Oft ist ein schweres Augenleiden damit verbunden. Die Behandlung gestaltet sich dann wie folgt: Frühmorgens direkt aus dem Bett ein 3 Sekunden langes Vollbad bis zum Halse; im Laufe des Tags wird eine Stunde lang ein warmer Aufschlag von *Foenum graecum* als Pflaster auf das kranke Knie gelegt, worauf nach Abnahme desselben ein kräftiger Knieguß erfolgt. Abends kann man 1 Minute Wasser treten und noch eine Oberkörperwaschung machen. Diese Anwendungen können 4 Wochen lang geschehen und dann nur die Hälfte derselben. Zuletzt fallen die warmen Knieaufschläge ganz weg und 2 Halbbäder und 2 Ganzwaschungen wöchentlich bilden den Schluß. (Siehe auch Seite 632 u. 633. Anwendungsformen siehe Inhaltsverzeichnis.)

**Aneipptur (Knochenfraß).** Diese Krankheit kommt oft bei Kindern vor, die schlechtes Blut und verdorbene Säfte haben. Aber auch bei Erwachsenen, und zwar in Begleitung von Leber-, Milz- und Nierenkrankheiten, Syphilis und Tuberkulose. In letzterem Falle ist die Heilung am ungünstigsten. Mit der Behandlung muß man stets auf den ganzen Körper einwirken. Ganzwaschungen, Wickel, später wöchentlich 2 Halbbäder. Bei Kindern besonders spielt die Ernährung die Hauptrolle, d. h. eine blutbildende, wenig gewürzte und gesalzene Kost. Die Heilung kann nur sehr langsam erreicht werden, wenn eine solche überhaupt möglich ist. Alle am Fraß leidenden Teile werden eingewickelt mit Umschlägen von *Foenum graecum*, Binnkraut, Haserstroh- und Heublumenabsud im Wechsel, doch so, daß die speciellen kranken Teile alle Tage mehrere Mal unwickelt werden. Ferner sind gewöhnlich 4 Ganzwaschungen und 2 Halbbäder am Platze, so, daß nach je 2 Ganzwaschungen ein Halbbad in Anwendung kommt. Unterstützt wird diese Kur noch damit, daß man zur neuen Knochenbildung täglich zweimal eine große Messerspiße voll weißes Knochenmehl einnimmt. (Siehe auch Seite 632 u. 633. Anwendungsformen siehe Inhaltsverzeichnis.)

**Aneipptur (Knochengeschwulst).** Auch hier sind warme Heublumenumschläge oder solche von *Foenum graecum* und Quark- oder Topfenläseaufschläge die wirksamsten Mittel. Da bei allen diesen Zuständen der übrige Körper meist fieberhaft ist, so müssen die benachbarten Teile täglich einen kurzen, kalten Wickel bekommen oder es hat an dessen Stelle täglich eine Ganzwaschung zu treten.

**Aneipptur (Knochengeschwüre).** Diese werden täglich zweimal mit Kamillen- oder Binnkrautabsud ausgewaschen und mit Lehm- oder Salbe, die auf Leinwand gestrichen, in Form eines Pflasters belegt.

**Aneipptur (Kollt).** Diese und die sie begleitenden Krämpfe werden gestillt durch einen warmen Aufschlag, halb Wasser, halb Essig, auf

den Un-  
Tasse  
warm m

ferner d  
Thee vo  
Thees k  
Tropfen  
tags Ha  
Jeden z

würden  
es verft  
schenfen.  
nem Ro  
weiliges  
Man wo  
dampf  
und Gar  
gebenen  
beseitigt,  
ist, nuch  
das schle  
Region  
Halbbäd  
des aber  
und auf  
diesem  
Ganzwa  
streut m  
hinein.  
werden.  
solche W  
Mitteide  
anfällen  
deuten a  
in Verbi  
(Siehe  
zeichnis.)

wurzel i  
wirkt di  
(Hyperic  
auch So  
Spiköl  
von grün



den Unterleib gelegt. Innerlich: 1 Eßlöffel voll Fenchel wird mit einer Tasse Milch gemischt und gekocht, dann als Thee genossen und zwar so warm wie möglich, doch nicht zu heiß.

**Aneippfur. (Kongestionen, starke),** weichen dem Kamillenthee, ferner dem Spiköl oder Lavendelöl, täglich zweimal je 5 Tropfen auf Zucker. Thee von Raute (*Ruta graveolens* L.) bewährt sich vortreflich. Statt des Thees kann man auch Raute in Spiritus angelegt täglich zweimal 10—12 Tropfen auf Zucker nehmen, oder ebenso viel Rautenöl. Daneben vormittags Halb- oder Sitzbad, nachmittags Wassertreten, Knie- oder Schenkelguß. Jeden zweiten Tag zur Nacht Leibausschlag oder nasse Strümpfe anziehen.

**Aneippfur (Kopf, aufgedunsener).** Gar viele Krankheiten würden schneller und sicherer zur Genesung gebracht werden, wenn man es verstände, dem aufgedunsenen Kopfe von vornherein mehr Augenmerk zu schenken. Wie viele Leute sieht man mit kurzem dicken Halse, aufgedunsenem Kopfe einhergehen, sie klagen über Blutandrang, Ohrensausen, zeitweiliges Brummen im Kopfe, sind auch öfters schwerhörig oder augenleidend. Man wendet alles an, aber das Richtige nie. Hier ist zunächst der Kopfdampf die allererste Anwendung, Güsse und kurze Wickel, auch Halbbäder und Ganzwaschungen kommen dann erst an zweiter Stelle, je nach dem gegebenen Falle zur Geltung. Solange die Blutstauungen im Kopfe nicht beseitigt, alles Krankhafte ausgeschieden und der kranke Teil nicht gekräftigt ist, nützen alle anderen Verordnungen nichts. Nach kurzer Zeit wird sich das schlechte Gehör und das schwache Augenlicht bessern, wenn die obere Region in Ordnung gebracht wurde. Daneben ist der übrige Körper mit Halbbädern, Sitzbädern und Güssen im Wechsel zu behandeln. Es kann indes aber auch vorkommen, daß man infolge von Erkältung starkes Kopfweh und aufgedunsenen Kopf bekommt, so daß man zu erblinden vermeint. In diesem Falle akuter Art nimmt man keinen Kopfdampf, sondern täglich eine Ganzwaschung mit Ausnahme des Kopfes und in die entzündeten Augen streut man täglich dreimal in jedes Auge eine Messerspitze voll Zucker hinein. In kurzer Zeit wird der Kopf schwächer und das Augenlicht besser werden. Nicht selten richtet auch die Syphilis mit Quecksilber verpfuscht solche Verheerung an, daß bei sonst kräftigen Personen der Kopf in größte Mitleidenschaft gezogen wird. Der aufgedunsene, manchmal mit Schwindelanfällen beladene Kopf, manchmal auch die karmesinrot gefärbten Wangen deuten auf die Blutvergiftung, und auch in diesem Falle ist der Kopfdampf in Verbindung mit Kopfguß das erste Mittel, das angewandt werden muß. (Siehe auch Seite 632 u. 633. Anwendungsformen siehe Inhaltsverzeichnis.)

**Aneippfur. (Kopfbad),** siehe Inhaltsverzeichnis.

**Aneippfur. (Kopfschmerzen)** werden gelindert durch Baldrianwurzel in der Form von Thee oder von Pulver in kleinen Portionen. Sie wirkt durch Ausscheidung der Gase. Ebenso Thee von Johanniskraut (*Hypericum perforatum* L.). In Ermangelung des letzteren Thees hilft auch Schafgarbe. Kopfweh infolge von aufsteigenden Gasen weicht dem Spiköl oder Lavendelöl, täglich zweimal je 5 Tropfen auf Zucker. Abkud von grünen oder gedörrten Weizenblättern (eine Hand voll auf  $\frac{1}{4}$  Liter



Wasser) lindert Kopfwel und große Hitze im Kopfe; auch ein Umschlag mit gleichem Absud befeuchtet und auf die Stirn gebunden oder noch besser Waschung des Kopfes, besonders des Hinterkopfes, mit solchem Absud.

**Aneipptur. (Kopfdampf),** siehe Inhaltsverzeichnis.

**Aneipptur. (Kopfguß),** siehe Inhaltsverzeichnis.

**Aneipptur (Kopfleiden).** Gegen Kopfwel sind täglich 1 Oberguß und 1 Ganzwaschung, besonders aber auch das Gehen auf nassen Steinen und im Grafe barfuß gehen sehr gute Mittel. Leichtere Fälle werden schon durch Barfußgehen gehoben. Bei Hitze im Kopfe ist der Kopfwickel angezeigt. Man wäscht sich Kopf und Gesicht gut mit kaltem Wasser und wickelt ein trockenes Leinentuch über die halbe Stirn nach oben so, daß es luftdicht abschließt. Darüber ein wollenes Tuch. Die genäßten Haare dürfen nicht von Wasser tröpfeln. Bei großer Hitze wird das Nässen sowohl wie der Wickel des Kopfes wiederholt. Alle durch Erkältung entstandenen Kopfleiden, auch rheumatische, werden am besten durch diesen Wickel gehoben. Aber auch Kopfbäder, kalte, kurz und warme länger dauernd, sind gegen Kopfleiden zu empfehlen. Thee oder Pulver von Baldrianwurzel bereitet, lindert Kopfschmerzen. Personen, die mehr Neigung zu warmer Behandlung haben, können auch bei allem durch raschen Temperaturwechsel entstandenen Kopfschmerz, verbunden mit Ohrensausen und krampfhaften Zuständen im Genick, sofort den schon erwähnten Kopfdampf gebrauchen. — Die mit der Regel bei weiblichen Personen oft eintretenden Kopfschmerzen werden bei der Kräftigung des ganzen Körpers bald schwinden; man mache wöchentlich 3 Ganzwaschungen und 2 Halbbäder und zwar längere Zeit; die Kopfschmerzen werden ausbleiben. Andere Frauen klagen wieder über größeren oder geringeren Kopfschmerz, Appetitlosigkeit und kalte Füße. In diesem Falle ist starker Blutandrang nach dem Kopfe vorhanden und das Blut muß in die unteren Teile geleitet werden und zwar jeden Abend durch ein warmes Fußbad mit Asche und Salz, 15 Minuten lang; wöchentlich 3 Ganzwaschungen, 2 Halbbäder und alle Morgen 1 Minute lang kaltes Wasser auf die Knie gießen, darauf Bewegung. Zur Kräftigung des ganzen Körpers längere Zeit wöchentlich 2 Halbbäder. Bohnenkaffee, Thee, Bier und Wein muß gemieden werden, dagegen ist nahrhafte Kost, Brennsuppen und Kraftsuppen im Wechsel mit täglich gut gemischter Hauptmahlzeit angezeigt. — Bei gewissem Kopfwel, das infolge von aufsteigenden Gasen Uebelkeiten und Gemüthsleiden hervorzurufen imstande ist und überhaupt das Gehirn nachtheilig beeinflusst, ist täglich auch zweimal je 5 Tropfen auf Zucker genommenes Spiköl (Lavendelöl) sehr zu empfehlen. (Siehe auch Seite 632 u. 633. Anwendungsformen siehe Inhaltsverzeichnis.)

**Aneipptur. (Kopfwickel),** siehe Inhaltsverzeichnis.

**Aneipptur (Kraftsuppe).** Diese Suppe wird aus getrocknetem Weizenschrotbrot, aber auch aus jedem andern hausbackenen Bauernbrot zubereitet. Man reibt das Brot und rührt 3 Löffel davon in kochende Fleischbrühe oder Milch. Man kann aber auch nur kochendes Wasser dazu benutzen und in diesem Falle kommt etwas Rinderschmalz und Gewürz oder Butter hinein. Viele essen diese Suppe am liebsten so, daß Butter mit Zwiebel

gebräunt  
Brotfrun

**An**

**An**

**Zustand**

anserina)

leibsträm

warme W

man auf

zuvor die

Sin

dampf, f

Hemd ist

Ge

wickel un

täglich ei

Kaffee, T

M

Steinen

wöchentli

faches De

darüber

Br

Gewöhnli

kältung f

wöchentli

Jahreszei

Ubel bese

Bei

oder Tra

3 Halbbä

Bei

und war

Aber auch

sowie au

gemischt

Bei

wenden u

Da

Portionen

Kamillent

formen fi

**An**

In demse

Dauer et

warmem

das erste



gebräunt wird und nun beides in das kochende Wasser, in welches die Brotkrumen geschüttet waren, hineingegossen und aufgekocht wird.

**Kneippkur. (Krampfadern),** siehe Aderknoten.

**Kneippkur (Krämpfe, Krampfanfälle und krankhafte Zustände).** Krampfanfälle. Der aus Gänsefingerkraut (*Potentilla anserina*) hergestellte Thee ist ein gutes Mittel bei allen Magen- und Unterleibskrämpfen, selbst beim Starrkrampf. Der Kranke trinke täglich 3 mal warme Milch, in welcher dieser Thee abgekocht wurde. Gleichzeitig kann man auf die krampfhaften Stellen warme Wasserumschläge machen, worin zuvor dieses Kraut angeschwemmt resp. abgebrüht wurde. —

Sind krampfartige Zustände im Kopf und Genick, dann Kopfdampf, sind sie im Unterleib, dann Leibstuhldampf; aber auch das nasse Hemd ist ein gutes Mittel, krampfartige Zustände zu heben.

Gegen Magenkrämpfe wöchentlich 2—3 kurze warme Heublumenumwickel und ein um den andern Tag ein Halbbad 3 Sekunden lang. Innerlich täglich eine Tasse Thee von Anserine und Wermut, nahrhafte Kost, keinen Kaffee, Thee, Bier, Wein.

Mutterkrämpfe und weißer Fluß. Täglich morgens auf nassen Steinen gehen, abends vor dem Schlafengehen eine kalte Ganzwaschung und wöchentlich 2 kalte Sitzbäder je eine Minute lang. 3 mal wöchentlich vierfaches Leinentuch in Essigwasser getaucht und ausgedrückt auf den Leib legen, darüber wollenes Tuch; daselbe 1 Stunde liegen lassen.

Brustkrampf in Verbindung mit Arm- und Fußkrampf. Gewöhnlich sind es Arbeiter, die durch körperliche Anstrengung, auch Erkältung solchen Zuständen ausgesetzt sind. Täglich 1 Oberguß und Knieguß, wöchentlich 3 Halbbäder und abends vor dem Schlafengehen je nach der Jahreszeit 5—15 Minuten lang barfuß im Garten gehen. So wird dieses Uebel beseitigt.

Bei Krämpfen, die plötzlich auftreten, hervorgerufen durch Schreck oder Trauerbotschaft u., giebt man täglich Ganzwaschung und wöchentlich 3 Halbbäder. Einfache Kost. Vermeidung aller geistigen Getränke.

Bei allen Unterleibskrämpfen (Koliken) sind Heublumensitzbäder und warme Unterwickel nächst dem schon genannten Anserinethee angezeigt. Aber auch warme Fußbäder mit kalter Waschung sind abends zu empfehlen, sowie auch Schafgarben-, Johanniskraut-, Kamillen- und Fenchelthee kann gemischt abends 3 Eßlöffel getrunken werden.

Bei Herzkrampf ist der kurze Wickel mit Essig auf den Leib anzuwenden und innerlich auch der Anserinethee.

Baldrianwurzel in der Form von Thee oder von Pulver in kleinen Portionen genommen, ist sehr wirksam durch Ausscheidung der Gase; auch Kamillenthee ist angezeigt. (Siehe auch Seite 632 u. 633. Anwendungsformen siehe Inhaltsverzeichnis.)

**Kneippkur (Krämpfe).** Behandlung: Ein warmes Bad von 34° R. In demselben reibe man sich mit Seife den ganzen Körper gut ein. Dauer etwa eine Viertelstunde. Darauf Abwaschung mit kaltem oder warmem Wasser und gewöhnlicher Seife. Diese Manipulationen können das erste Mal sofort wiederholt und müssen weitere vier Tage fortgesetzt



werden. Selbstverständlich sind Betten, Kleidung und Leibwäsche zu wechseln und gründlich zu reinigen, weil die Kränklichkeit leicht übertragen wird.

**Kneippkur (Krebs).** Wenn die Entartung des Blutes und der Säfte bis zu einem gewissen Grade vorgeschritten ist, dann tritt dieses furchtbare Leiden auf, das den ganzen Körper durchseucht. Oft zeigen sich Krebsgeschwülste oder auch Krebsdrüsen. Fast alle Teile unseres Körpers können, besonders bei verpfuschter medizinischer Behandlung, zuletzt krebsartig werden, man spricht daher von Zungen-, Lippen-, Leber-, Magen-, Brustdrüsen-, Gebärmutter- und auch Darmkrebs. Die Heilung ist nur in solchen Fällen möglich, wenn sich das Leiden noch im Anfangsstadium befindet, also die Naturkraft noch nicht zu sehr geschwächt und die Säfte noch nicht zu sehr verdorben sind.

Beim Lippenkrebs kommt es darauf an, ob er verhärtet oder offen und wund ist. Bei Verhärtung leistet wieder der weiche Quark oder Topfentase vortreffliche Dienste. Bei offener Wunde aber wirkt gepulverter Maun mit Aloe gemischt, auf die wundte Stelle gestreut, sehr gut. Vom Maun nimmt man sehr wenig, von Aloe dagegen mehr, also vielleicht 1 Teil Maun und 6 Teile Aloe. Man kann auch zur Abwechslung einige Tage nur gepulverte Aloe, dann wieder nur gepulverten Maun hinstreuen und dann wieder beide in voriger näher beschriebenen Mischung.

Ein Mann litt an Lippenkrebs. Die untere Lippe war bereits zerfressen und verhärtet. Weil er noch kräftig war, konnten die stärksten Anwendungen gemacht werden. Täglich abwechselnd Knie-, Schenkel- und Kopfguß. Die wundte Stelle wurde alle Tage bis 5 mal mit Aloe-Maun-Wasser gut ausgewaschen und des Nachts wurde ein Quarkpflaster aufgelegt. Nach einigen Monaten war fast völlige Heilung erfolgt.

Zungenkrebs. Ein anderer hatte kleine Geschwüre, welche sehr schmerzten, auf der Zunge. Die Ärzte konstatierten Zungenkrebs. Er nahm wöchentlich 2 Untergüsse, 2 Rückengüsse, täglich 3 bis 4 malige Mundauspülung mit Zinnkrautabsud und 2 mal wöchentlich ein nasses Hemd anziehen 1½ Stunden lang. Nach dem Ausziehen des Hemdes folgte eine kalte Waschung. Die Geschwüre verschwanden nach und nach, und der Zustand besserte sich sichtlich.

Darmkrebs. Es ist viel zu wenig bekannt und müßte viel mehr veröffentlicht werden, daß viele Ärzte den Nachweis erbracht haben, daß die wiederholte und fortgesetzte Kur in Bad Karlsbad — (Karlsbader Salz) häufig mit diesem furchtbaren Leiden — Darmkrebs genannt — endet. Der momentane, nur vorübergehende Erfolg bei der trägen Darmthätigkeit, verleitet den Kranken zur Wiederholung und Fortsetzung dieser Kur. Der fortgesetzte Gebrauch dieses scharfen Salzes aber frisst die inneren Wände der Schleimhäute an und nun tritt das Entgegengesetzte der anfänglichen Krankheit auf; der Kranke läßt alles unter sich gehen, die Darmthätigkeit hat bei ihm aufgehört. Im letzten Stadium ist selten Hilfe. Bei noch nicht zu sehr vorgeschrittenem Leiden sind Ober-, Schenkel- und Rückengüsse sehr gut im Wechsel mit Sitz- und Halbbad. Kräftige Naturen bekommen auch Voll- und Blizguß.

Eine Krebsgeschwulst am Arme wurde durch den Gebrauch von Halbbädern, Rücken-, Ober- und Schenkelgüssen und täglichem Salzwasser-

hemd mit  
Foenum g  
weicher d  
einfach, w

ausgewasch  
aufgestreut  
Male gen

der Brust  
wurde 3 m  
darübergel  
wöchentlich  
Anfangsst  
der Heilun  
salbe zu  
Anwendun

geschritten  
Wunde ge  
Waschunge  
pulver, tä  
bunden, sa  
welcher sic

1/2 Stund  
wand und  
bei beginn  
Knie- und

Blut fehlt  
ist, so befi  
zuerst beg  
handen, so  
und warm  
immer ab  
behandlun  
Schwäche-  
der übrige  
Rücken-, a  
lich 2 Ha  
während  
Form des  
Anwendun

ein warme



hemd mit gutem Erfolg behandelt. Auf das Geschwür wurde am Tage Foenum graecum, zu einem Brei gekocht, und später Topfenkäse oder unser weicher Quark gelegt. Die Nahrung muß bei allen Kranken dieser Art einfach, wenig gesalzen und ungewürzt sein.

Alle Krebsgeschwüre können mit Alaunauflösung oder Aloiwasser ausgewaschen werden; auch Alaunpulver mit Kohlenpulver vermischt kann aufgestreut werden. Der Kneipp'sche Blutreinigungsthee kann täglich mehrere Male genossen werden.

Eine Krebsdrüse hatte eine Frau, so groß wie ein Hühnerei, an der Brust, die von Zeit zu Zeit viel Unrat herausbeförderte. Die Wunde wurde 3 mal täglich mit Aloiwasser ausgewaschen und dann weicher Quark darübergelegt. Außerdem nahm sie täglich einen Ober- und Rückenguß und wöchentlich 2 mal den spanischen Mantel. Da sich die Krankheit noch im Anfangsstadium befand, so wurde die kranke Brust schon nach 4 Monaten der Heilung zugeführt. — Auch ist bei Krebsleiden Anwendung von Lehm-salbe zu empfehlen. Siehe dieselbe. (Siehe auch Seite 632 u. 633. Anwendungsformen siehe Inhaltsverzeichnis.)

**Aneipptur. (Krebsartige Geschwüre),** noch nicht zu weit vorgeschritten: Alaun, entweder in feinem Staub zerrieben und direkt auf die Wunde gestreut oder in Wasser aufgelöst und die Auflösung in Form von Waschungen oder von eingetauchten kleinen Linnenauflagen benützt. — Aloi-pulver, täglich einmal dicht auf die Wunde gestreut, das Ganze trocken überbunden, saugt die schlechten Stoffe auf und bildet eine harte Kruste, unter welcher sich bald neue Haut zeigt. Siehe auch unter „Weinfratz“.

**Aneipptur (Kropf, dicker Hals).** Junge Eichenrinde wird  $\frac{1}{2}$  Stunde abgebrüht. In diesen Absud taucht man ein grobes Stück Leinwand und legt es als Wickel um den Hals. Dieses Mittel hilft aber nur bei beginnendem Kropf und bei dicken Halsen und Drüsenleiden. Daneben Knie- und Schenkelgüsse und zur Nacht Leibausschläge.

**Aneipptur (Lähmungen).** Jeder Teil unseres Körpers ist Lähmungen unterworfen. Da in den gelähmten Gliedern in der Regel das Blut fehlt, also gestörte Circulation und gewöhnlich Kältegefühl vorhanden ist, so befindet sich an einem andern Orte Blutstauung. Dieser muß nun zuerst begegnet werden und zwar am besten durch Güsse; ist Geschwulst vorhanden, so kann man auch warm vorgehen mit Heublumenwickeln, Dämpfen und warmen Boßshornkleeumschlägen, die breiartig gekocht aufgelegt werden; immer aber wieder werden die geschwollenen Glieder neben der Warmbehandlung auch kalt begossen. Da, wo durch die gestörte Blutcirculation Schwäche- und Kältegefühl vorhanden ist, wird täglich kräftig gegossen und der übrige Körper dabei nicht vernachlässigt; also Oberguß, im Wechsel mit Rücken-, auch Vollguß, Knie- und Schenkelguß. Später treten noch wöchentlich 2 Halbbäder und 1 Vollbad dazu, jedes aber nur einige Sekunden, während die Güsse nur noch auf das gelähmte Glied namentlich auch in Form des Blitzgusses verabreicht werden. (Siehe auch Seite 632 u. 633. Anwendungsformen siehe Inhaltsverzeichnis.)

**Aneipptur (Leberleiden).** Bei Leberanschwellung ist täglich ein warmer Heublumenausschlag auf den Unterleib und Halbbäder, Schenkel-



und Rückengüsse sehr zu empfehlen. Innerlich ist Wacholderabsud und Zinnkrautthee im Wechsel zu trinken.

Ist der Kranke kräftig, so ist alle Tage ein kurzer Wickel, oder ein nasses Hemd, oder der spanische Mantel sehr wirksam, während Unter- und Oberaufschläger die Ausleitung der kranken Stoffe besorgen. Bei schwachen Naturen ist am ersten Tage eine Ganzwaschung, am zweiten früh ein Halbbad und nachmittags oder abends eine Oberkörperwaschung und außerdem noch täglich eine bis zwei Auflagen 1 bis 1½ Stunden auf die entzündete Leber anzuwenden.

Gegen alle Leberleiden sind die verschiedenen Güsse, besonders Schenkel- und Rückenguß, sehr gut. Aber auch Sitz- und Halbbäder, wöchentlich je 2, müssen mit zur Anwendung kommen. Ober- und Vollguß kommt bei sehr kräftigen Personen bald, bei schwächlichen letzterer gar nicht, ersterer in der 2. oder 3. Woche zur Anwendung. Wer von Leberleiden verschont bleiben will und erbliche Anlage hat, der nehme alle Wochen drei Halbbäder, die dann am wirksamsten sein werden, wenn sie unmittelbar nach einem Spaziergange, auch wenn man in Schweiß gekommen ist, genommen werden. Man wäscht sich dabei nur flüchtig die Brust ab, und das Halbbad dauert zur kalten Jahreszeit 3 Sekunden, im Sommer 15 bis 30 Sekunden.

Innerlich stehen dem Leberkranken folgende Mittel zu Gebote: Täglich zwei Glas Milch trinken, jedes mit einem Löffel Kohlenstaub (pulverisierte Holzkohle) gemischt. Ferner Agaveblätter, pulverisirt, täglich zweimal eine Messerspitze voll eingenommen. — Erdbeeren täglich bis zu einem halben Liter. — Johanniskraut (*Hypericum perforatum* L.), als Thee eingenommen, übt besonderen Einfluß auf die Leber aus. Eine kleine Beimischung von Aloepulver erhöht die Wirkung, die sich im Urin zeigt, der oft ganze Flocken unreiner Stoffe mit sich nimmt. — Die Leber reinigt ein Absud von Salbei in Wasser und Wein. Die Wirkung wird erhöht durch Mischung des Salbei mit ebensoviel Wermut. Auch Pulver von Salbei hat dieselbe Wirkung wie der Thee, wenn er gleich Pfeffer auf die Speisen gestreut wird. — Thee aus Tausendgüldenkraut wirkt vorteilhaft. — Nur mittelst Wacholderbeeren, den ersten Tag 4 Beeren, den zweiten 5, den dritten 6 Beeren und so fort bis 15 Beeren, dann wieder in gleichem Maße absteigend bis 5 Beeren täglich. — Thee aus Wegwartkraut (*Cichorium intibus* L.), während 3—4 Tagen täglich zwei Tassen, eine vor dem Frühstück, eine abends, reinigt die Leber, Milz und Nieren. — Wermut (*Artemisia absinthium* L.), in der Form von Pulver einmal oder zweimal im Tage eine Prise auf die Suppe oder sonstiges Essen gestreut, verbessert die Galle und vertreibt die Gelbsucht. (Siehe auch Seite 632 und 633. Anwendungsformen siehe Inhaltsverzeichnis.)

**Aneippfur. (Lehmsalbe),** siehe Inhaltsverzeichnis.

**Aneippfur. (Leibstuhldampf),** siehe Inhaltsverzeichnis.

**Aneippfur (Lungenblutungen).** Ruhiges Verhalten, alsdann lege man den Unterwikel mit einer dicken und recht kalten Extraktkompressen rund um den Oberkörper an. Letztere soll bei Warmwerden wieder in kaltes Wasser eingetaucht und erneuert werden. Auch sind Dampfkrufen

an Hände  
Leiden oft  
nur außer  
Auch ist d  
Mittel bei

**Ane**  
Naturkraft  
dieses Leid  
häufig vor  
Person trit  
thätig, wo

In d  
Anieguß se  
welchen Ta  
diese: früh  
Oberguß,  
Aniegußes  
wird abgel  
man inner  
Löffel sind  
Wacholder

Bei  
Abwaschen  
trinke 3 m  
kraut zu g  
und 1 An  
Sitzbad; 4  
6. Tag d  
drei Woch  
handen un  
Seite 632

**Ane**  
2 mal eine  
dann ist  
schmerzhaft  
reichlich ei  
holen. Au  
zu trinken.

**Ane**  
sind Überb  
Der Krank  
Behandlung  
waschen un  
wenn Wä  
zwölf Tag  
eine Tasse  
Bei  
Aur angez



an Hände und Füße anzulegen, zumal bei kalten Füßen, was bei diesem Leiden oft der Fall ist. An die Hände dürfen die Wärmflaschen aber nur äußerlich herankommen, damit die Brustorgane nicht berührt werden. Auch ist der Zinnkrautthee wegen seiner zusammenziehenden Kraft ein gutes Mittel bei Lungen- und Magenblutungen.

**Kneippkur (Lungenemphysem).** Je nach dem Alter und der Naturkraft des Patienten richtet sich die Behandlung. Im allgemeinen fällt dieses Leiden mit asthmatischen Beschwerden zusammen. Der gewöhnliche, häufig vorkommende Fall ist der, daß man eine den Sechzigern nahestehende Person trifft, ziemlich corpulent, mit mehr sitzender Lebensweise im Verufe thätig, wo das Atmen schwer geht.

In diesem Falle ist täglich der Oberguß 2 mal und ein Schenkel- und Knieguß sehr gut angewandt. Außerdem 3 mal wöchentlich ein Sitzbad, an welchen Tagen der Knieguß ausfallen kann. Die Kurordnung wäre also diese: früh Oberguß, gegen 11 Uhr Knieguß, nachmittags gegen 4 Uhr Oberguß, abends Schenkelguß. Den zweiten Tag dasselbe, nur statt des Kniegusses ein Sitzbad. So vier Wochen lang und die verschleimte Lunge wird abgelöst und die Unthätigkeit des Unterleibes gehoben sein. Auch nehme man innerhalb einer halben Stunde 10—15 Eßlöffel voll Wasser; jedem Löffel sind 5 Tropfen einer Theemischung aus Hagebutten, Wermut und Wacholder zuzusetzen. Das geschieht 2 mal täglich.

Bei Personen junger und zarterer Natur beginne man früh mit Abwaschen der Brust mit kaltem Wasser und abends Ganzwaschung und trinke 3 mal täglich Kneipps Hustenthee (Spitzwegerich, Huflattich, Lungenkraut zu gleichen Teilen). Nach acht Tagen gebe man am 1. Tag 1 Ober- und 1 Knieguß; 2. Tag 1 Ober- und Schenkelguß; 3. Tag Oberguß und Sitzbad; 4. Tag Oberguß und Knieguß; 5. Tag Oberguß und Sitzbad; 6. Tag Oberguß und Schenkelguß; 7. Tag Oberguß und Sitzbad. So drei Wochen lang. Selbstredend muß stets die nötige Naturwärme vorhanden und die Füße dürfen nicht kalt und blutleer sein. (Siehe auch Seite 632 u. 633. Anwendungsformen siehe Inhaltsverzeichnis.)

**Kneippkur (Lungenentzündung).** Hier verordnet man täglich 2 mal eine Einpackung von unter den Armen bis zur Fußspitze angewandt; dann ist ein Kaffeelöffel voll süßes Mandelöl zu nehmen und auf die schmerzhafteste entzündete Stelle ein Leinwandpflaster von ganz dünnem Quark, reichlich ein Messerrücken dick, aufzulegen und alle 3 Stunden zu wiederholen. Auch Kneipps Hustenthee ist täglich 3 mal, jedesmal eine halbe Tasse, zu trinken.

**Kneippkur (Lungenkatarrh).** Die meisten Lungenkatarrhe sind Überbleibsel von der echt medizinisch behandelten Lungenentzündung. Der Kranke hustet viel, spuckt viel, mitunter mit Blut vermischten Schleim. Behandlung: Morgens eine Stunde vor dem Aufstehen den ganzen Körper waschen und dann nochmals ins Bett gehen. Jeden Tag einen Oberguß; wenn Wärme genug vorhanden ist, zwei. So zwölf Tage lang. Dann zwölf Tage täglich 1 Ober- und Rückenguß. Früh und abends trinkt man eine Tasse Thee von Eichenrinde und etwas Zinnkraut.

Bei einem sehr hartnäckigen, chronischen Lungenkatarrh ist noch folgende Kur angezeigt:



Täglich eine kalte Waschung des ganzen Körpers vom warmen Bett aus, eine Stunde vor dem Aufstehen. Weiter täglich einen Knieguß, sowie wöchentlich 2 kalte, kurze Halbbäder von 3 Sekunden Dauer. Eine Tasse Thee von Brennesseln, die Tasse in 3 Portionen, früh, mittags und abends eingeteilt. So etwa 5 Wochen lang und dann noch wöchentlich viermal eine kalte Ganzwaschung, zweimal wöchentlich Knieguß und einmal wöchentlich 1 kaltes Halbbad. Der Brennesselthee wird weiter getrunken. (Siehe auch Seite 632 u. 633. Anwendungsformen siehe Inhaltsverzeichnis.)

**Aneippfur (Lungenleiden).** Bei allen Lungenleiden, wo Schwindsucht in Aussicht steht, ist es geboten, täglich einen Oberguß und Schenkelguß im Wechsel mit Knieguß und kurzem 5 Sekunden langen Halbbad zu nehmen. Falls der Kranke schon sehr abgenommen ist, dann ist das Wasser statt kalt anfänglich kühl oder lau zu nehmen. Innerlich täglich eine Tasse Thee von Spitzwegerich und Gundelrebe. So 4 Wochen lang. Nie mache man abends Wasseranwendungen, weil es zu sehr aufregt. Eine andere Verordnung gegen Lungenleiden, das von verpufchter medizinischer Rippenfellentzündung herkommt, ist: täglich Ganzwaschung und täglicher Schenkelguß im Wechsel mit Halbbad; d. h. einen Tag Halbbad, den andern Tag Schenkelguß; ferner täglich 1 mal kurzer Wickel  $1\frac{1}{2}$  Stunden lang, alle Stunden 1 Eßlöffel voll Milch nehmen. So 3 Wochen lang und dann noch 3 Wochen lang die Hälfte der Anwendungen, also: wöchentlich drei Ganzwaschungen, 3 Schenkelgüsse oder Halbbad und jeden 2. Tag 1 Wickel. Milch wird fortgetrunken.

Ein fast zwanzig Jahre altes Lungenleiden, das nach 4 Monaten geheilt und seiner Zeit großes Aufsehen erregte, wurde wie folgt behandelt:

Früh und abends täglich eine Oberkörperwaschung, am andern Tage eine Ganzwaschung und Oberkörperwaschung. Da auch die Verdauung eine sehr schlechte war, so wurde mit kleinen Portionen Wermutthee nachgeholfen. (Ganz natürlich befördert eine derartige Behandlung den Auswurf und verstärkt auch noch den Husten. Das darf aber nicht irre machen, nach 3 Wochen läßt Husten und Auswurf gewöhnlich schon nach.) Es folgte wieder 3 Wochen lang täglich eine Ganzwaschung und Oberkörperwaschung und endlich abwechselnd heute Oberkörperwaschung, morgen Schenkelguß, den dritten Tag Halbbad. So wurde dieses alte Lungenleiden geheilt. Diese Kur wird also besonders dann anzuwenden sein, wenn, was häufig der Fall ist, der Magen die Hauptursache des Lungenleidens ist.

Man berücksichtige bei Behandlung von Lungenleiden stets die Naturwärme; denn würde man einem armen Schwindsuchtskandidaten bei fröstelndem Körper zu viel Wärme nehmen, so beschleunigt dies nur seine Auflösung, seinen Tod. Eine Oberkörperwaschung und täglicher Schenkelguß im Wechsel mit Halbbad wird in den meisten Fällen die erste Woche ratsam sein. Bei nicht wasserscheuen Personen kann man sofort mit Ober- und Knieguß beginnen; ersterer kann sogar zweimal täglich appliziert werden. Häufig genügt täglich nur eine Anwendung. (Siehe auch Seite 632 u. 633. Anwendungsformen siehe Inhaltsverzeichnis.)

**Aneippfur (LungenSchwindsucht).** Im vorgeschrittenen dritten, also letzten Stadium, ist sie nicht heilbar; ja die Wasseranwendungen be-

schleunigen  
fordern,  
Beginne  
dium, du  
Mäßigung  
geschieht  
erzeugte  
bedarf, ge  
folgende  
ein Knieg  
noch kräft  
alle Woch  
kurz, unter  
und Ginn  
ung misch  
Wacholder  
wohl zu  
damit bel  
allem Kra  
hemd und  
ordnungen  
Gemüse, d  
lichsten.  
leiden.  
verzeichnis

An  
Behandlung  
wendungen  
auch wieder  
der fränke  
Bei  
gemacht  
Heublume  
Halbbad,  
waschung,  
das Heubl  
Vollguß  
Anwendun  
Ganzwasch  
Vielleicht  
gewandt

Die  
Kur, teiln  
vegetarisch  
mischte R  
dann zu  
Ober auch  
unterstütze



schleunigen nur noch den Tod, weil sie die Naturkraft zum Kampfe herausfordern, dem sie unterliegen muß. Dagegen ist Lungenwindsucht im Beginne und wenn nicht zu weit vorgeschritten, also noch im zweiten Stadium, durch entsprechende Behandlung heilbar. Vor allem aber ist hier Mäßigung die Hauptsache; täglich eine Anwendung genügt vollauf und diese geschieht am besten vor- oder nachmittags, ja nicht abends, weil durch die erzeugte Aufregung die Nachtruhe des Kranken, der er doch am allerersten bedarf, gefährdet ist. Es können hintereinander, jeden Tag aber nur eine, folgende Anwendungen gemacht werden: Ein Oberguß, ein Schenkelguß, ein Knieguß, ein Oberguß, ein Halbbad. Manche Kranken, besonders die noch kräftig gebauten, können auch noch den Rückenguß und den Vollguß alle Wochen einmal applizieren. Barfußgehen oder Wassertreten, beides sehr kurz, unterstützt die Kur wesentlich. Innerlich sind Spitzwegerich, Wermut und Gundelrebe als heilsame Kräuter zu empfehlen. Bei schlechter Verdauung mische man den Spitzwegerich mit Eichenrinde oder 10—12 zerquetschten Wacholderbeeren, eine Tasse, halb früh und halb abends, genügt. Es ist wohl zu beachten, daß Kinder von schwindsüchtigen Eltern, die also erblich damit belastet sind, durch entsprechende Abhärtung und zuträgliches Kost von allem Krankheitsstoff befreit werden können. Wöchentlich ein Heublumenhemd und 3—4 mal sekundenlang in kaltes Wasser tauchen sind die Verordnungen dafür. Als Nahrung ist Brotsuppe, Kraftsuppe, leichtverdauliches Gemüse, Obst, auch Quarkbommen (wie wir in Sachsen sagen) am zuträglichsten. Im übrigen siehe Lungenemphysem, Lungenkatarrh und Lungenleiden. (Siehe auch Seite 632 u. 633. Anwendungsformen siehe Inhaltsverzeichnis.)

**Rneippfur. (Lupus),** siehe auch unter „Fressende Flechten“. Bei der Behandlung der fressenden Flechte haben sich in neuester Zeit folgende Anwendungen am besten bewährt. Es muß bei dieser gefährdeten Krankheit auch wieder die Kräftigung des ganzen Organismus und speciell auch wieder der kranke Teil im Auge behalten werden.

Bei noch kräftigem Körper kann täglich meist eine Anwendung gemacht werden und außerdem zur Auflösung einmal in der Woche ein Heublumenhemd oder der spanische Mantel. Man beginne 1. Tag: früh Halbbad, nachmittags Oberkörperwaschung, 2. Tag: Vollguß, 3. Tag: Ganzwaschung, 4. Tag: Halbbad und wieder Oberkörperwaschung und abends das Heublumenhemd oder spanischen Mantel, 5. Tag: Ganzwaschung, 6. Tag: Vollguß und so wiederholt. Bei geschwächtem Organismus müssen weniger Anwendungen gemacht werden, etwa in folgender Aufeinanderfolge: 1. Tag: Ganzwaschung, 3. Tag: Halbbad, 5. Tag: Ganzwaschung, 7. Tag: Halbbad. Vielleicht nach 10 tägiger Kur wird abends auch das Heublumenhemd angewandt und aller 4—5 Tage wiederholt.

Die Kost ist hier eine Hauptsache und Trockendiät, also Schrothsche Kur, teilweise wenigstens sehr empfehlenswert, und im übrigen vorzugsweise vegetarische Kost, nur höchstens 1 oder 2 mal wöchentlich nur mittags gemischte Kost mit Fleisch. Man röste Schrotbrot und Roggenbrot, reibe es dann zu grobem Mehl und esse alle Tage in 2 Portionen je 3 Löffel davon. Oder auch mehrere Theemischungen, im Wechsel nacheinander gebraucht, unterstützen hierbei vortrefflich, besonders wenn man recht wenig Thee,



höchstens eine kleine Messerspiße voll zur Mischung nimmt und davon alle Tage früh und abends je 2 Löffel gebraucht. Inmer nach 2 oder 3 Tagen wechselt man mit den Thees und gebraucht zuerst Eichenrinde, dann Wermut mit Tormentill gemischt, dann Salbei, Rosmarin und Wacholderbeeren und endlich noch Zinnkraut mit Huflattich gemischt.

Die aus der Flechte fließende Masse muß schnell entfernt werden und täglich muß die leidende Stelle mehrmals mit einer Abkochung von Wermut, Zinnkraut und Tormentill gewaschen und gereinigt werden. Ab und zu kann dann auch wieder auf die wunde Stelle Lehmputz gestreut werden, das nicht abgewaschen werden darf; das geschieht zuerst während 8 Tage täglich, dann erst immer wieder nach 3 Tagen. Auch eine Lehmputzsalbe welcher Wermut und Tormentillpulver zugesetzt wird, ist zur Abwechslung anzuwenden. Ist der leidende Teil auch geschwollen, so ist ein Foenum graecum-Pflaster im Wechsel mit dünnem Maunwasser sehr gut angebracht. Die Heilung kann selbstredend je nach dem Grade der Krankheit sehr lange Zeit in Anspruch nehmen. —

Ein Herr hatte Lupus an der Nase. Es wurden 2 mal in der Woche Schenkelguß, 2 mal Rückenguß, 1 mal ein nasses Hemd anziehen, täglich barfuß gehen verordnet und die Nase selbst 3 mal des Tags mit dünnem Zinnkrautabsud ausgewaschen und die wunde Stelle über Nacht mit Lehmputzsalbe überstrichen. (Feine Lehmputz wird mit  $\frac{2}{3}$  Wasser und  $\frac{1}{3}$  Essig zu einer Salbe fein gerührt). Ferner alle 2—3 Tage einen Kopfdampf und nach weiteren 2—3 Tagen einen Fußdampf. Das wurde 9—20 Wochen gemacht und Besserung merkte man schon nach 6 Wochen. Dann zeigte sich oft am Gesicht, ja am ganzen Oberkörper furchtbarer Ausschlag. Der wunde Teil heilte nach und nach aus, so daß nur noch eine Narbe blieb.

Aber auch noch glänzendere Heilungen über Lupus im Gesicht, an Wangen und Stirn bei Kindern und Erwachsenen sind häufig mit der Aneippfur erzielt worden, wenn die Leiden noch nicht zu alt waren. Ein Kind mit Gesichtslupus wurde schnell auf folgende Weise geheilt: Täglich wurde das Kind mit kaltem Wasser ganz gewaschen; jeden zweiten Tag bekam es ein kaltes Halbbad von 6 Sekunden; auf die wunden Stellen bekam es täglich Überschlüge von feiner Lehmputzsalbe, sowie hin und wieder Kopf- und Fußdampf im Wechsel. Nach 6 Wochen war Heilung erfolgt. (Siehe auch Seite 632 u. 633. Anwendungsformen siehe Inhaltsverzeichnis.)

**Aneippfur (Magenbeschwerden und Übelkeiten).** Wermutinktur oder Wermut in der Form von Thee oder von Pulver leitet, wie schon erwähnt, die Magentwinde aus, verbessert und unterstützt die Magensäfte, erzeugt guten Appetit und gute Verdauung und reinigt den Magen. (Von Zeit zu Zeit, nicht täglich, 1 Tasse voll.) — Ebenso Thee oder Pulver von wilder Engelmur. Siehe „Verschleimung“. — Euphrasia officinalis L. (Magentrost) als Thee genossen, schafft regere Verdauung und Verbesserung der Magensäfte. — Dieselbe Wirkung hat der Thee aus Bitter- oder Sumpfflee (*Menyanthes trifoliata* L.). — Wurzel von gelbem Enzian (*Gentiana lutea* L.), gut getrocknet, klein geschnitten und mit Branntwein oder Spiritus in Glasflaschen angefüllt, geben eins der besten Magenmittel. Man nimmt 20—30 Tropfen davon mit 6—8 Eßlöffeln voll Wasser in einem Glas längere Zeit hindurch täglich. — Gegen

Unverdaul  
Glas wa  
denselben  
ist Neller  
ist bei di  
wenn der  
stehe in  
hierauf k  
sowie ein  
Luft durc  
Anwendun

kommand  
asthmatis  
dem Kopf  
Folge. V  
chronische  
eine kalte  
ins Bett  
3 mal wi  
dreifache  
gemischt  
blättern,  
Wermut  
Inhaltsv

kurzen,  
zwei Sch

2.  
zweimal  
ein Drit  
binden.  
gestoßene  
Portione

3.  
mit halb  
leib, wie  
Wochen,  
warmen  
Innerlich

in heißes  
gelegt.  
gemischt  
Foenum  
Thees k  
schwürc  
und heill



Unverdaulichkeit einen Kaffeelöffel voll von diesem Extrakt in einem halben Glas warmen Wassers. Enzianthee aus den geschnittenen Wurzeln thut denselben Dienst. — Gegen saure Gase und verdorbene Stoffe im Magen ist Nesselöl empfehlenswert, täglich 1—2 mal je 4—6 Tropfen. Übrigens ist bei diesen Beschwerden Fasten eine Hauptsache. Man esse nur dann, wenn der Magen wieder nach Speise verlangt. Die Wasserbehandlung bestehe in folgendem: Warme Heublumenausschläge auf die Magenregion, hierauf kalte Abwaschung daselbst; auch sind warme Fußbäder zu empfehlen, sowie eine kalte Ganzwaschung. Vor allem auch sofortiger Genuß frischer Luft durch einen Spaziergang ins Freie. (Siehe auch Seite 632 u. 633. Anwendungsformen siehe Inhaltsverzeichnis.)

**Kneippkur (Magen- und Darmleiden).** Diese häufig vorkommende Krankheit hat Appetitlosigkeit, Verstopfung, oft auch Leberleiden, asthmatische Beschwerden, sogar Halsleiden, Lungenkatarrh, Blutandrang nach dem Kopfe und dadurch natürlich auf die Dauer auch Nervenzerrüttung zur Folge. Urge Verschleimung ist stets damit verbunden. Gegen solch schweres chronisches Leiden hilft: Täglich vor dem Aufstehen vom warmen Bette aus eine kalte Ganzwaschung und nochmals kurze Zeit bis zur vollen Erwärmung ins Bett zurück, jeden zweiten Tag ein kurzes kaltes Halbbad, und 2- bis 3 mal wöchentlich einen Unter- und Oberausschläger 1 Stunde lang. Das dreifache Tuch muß in Wasser getaucht werden, das mit einem Drittel Essig gemischt wurde. Innerlich: den einen Tag eine Tasse Thee von Holunderblättern, den andern Tag früh, mittags und abends stets drei Löffel voll Wermutthee. (Siehe auch Seite 632 u. 633. Anwendungsformen siehe Inhaltsverzeichnis.)

**Kneippkur (Magengeschwulst).** 1. Wöchentlich dreimal einen kurzen, warmen Heublumenwickel, drei Ganzwaschungen, zwei Rücken- und zwei Schenkelgüsse; so 4 Wochen lang.

2. Vier Wochen lang täglich Oberkörperwaschung, ferner wöchentlich zweimal Halbbad und zweimal ein vierfaches in zwei Drittel Wasser und ein Drittel Essig getauchtes Tuch  $1\frac{1}{2}$  Stunden lang auf den Unterleib binden. Innerlich täglich eine Tasse Thee von Binnkraut und etwa 8—10 gestoßenen reifen Wacholderbeeren und etwas Wermut, die Tasse in drei Portionen geteilt.

3. Und nun noch durch 4 Wochen wöchentlich 4 Oberkörperwaschungen mit halb Wasser, halb Essig, zwei Halbbäder, zwei Auflagen auf den Unterleib, wie oben und noch zwei warme Heublumenausschläge wie die ersten Wochen, jedesmal  $\frac{3}{4}$  Stunden lang und dann noch einmal in den warmen Absud eintauchen und noch  $\frac{3}{4}$  Stunden auf den Unterleib legen. Innerlich Wacholderbeerkur. Siehe dieselbe.

**Kneippkur (Magengeschwür).** Jeden Tag ein vierfaches Tuch in heißes Heublumenwasser getaucht und  $1\frac{1}{2}$  Stunden auf den Unterleib gelegt. Täglich auch den Körper waschen mit Wasser, das mit  $\frac{1}{3}$  Essig gemischt wurde. Innerlich alle Stunden einen Eßlöffel Thee von Foenum graecum, im Wechsel mit Wermut und Salbei gemischt. Alle Thees können mit Honig versüßt werden und gerade gegen kleinere Geschwürchen im Magen bewährt er sich sehr. Er zieht rasch zusammen, reißt und heilt aus.



Die Kost sei einfach und leicht verdaulich; Kraftsuppe früh und bis Mittag alle Stunden einen Eßlöffel Milch; von Mittag bis Abend zur Stuhlgangbeförderung alle Stunden einen Eßlöffel voll Wasser. Nach zwei Wochen aber täglich Oberguß und Schenkelguß und 2 mal in der Woche 1 Halbbad. Nach 6 Wochen zur Kräftigung immer noch längere Zeit wöchentlich 3 Halbbäder und 2 Ganzwaschungen. Zuletzt ist alle 3 Tage 1 Halbbad genügend. Auch weicher Quark und Buttermilch werden von diesen Kranken gern genommen und sind sehr empfehlenswert.

Besonders kleinere Magengeschwüre werden durch Honig, am besten mit passendem Thee gemischt, rasch zusammengezogen, gereift und geheilt.

**Aneipptur (Magenkatarrh).** Ein hartnäckiger sehr mit Schleim und zähem Husten verbundener Katarrh wurde so geheilt: Täglich zwei Obergüsse und 2 mal bis an die Waden 5 Minuten lang im Wasser gehen. Nach zwei Tagen folgte täglich ein Rückenguß mit Kopf- und Schenkelguß; so 4 Tage lang. Dann täglich ein Halbbad, Oberguß und Kopfguß. Zum Ausgurgeln bekam der Kranke einen Abguß von grünen Holunderblättern, welcher die Absonderung des zähen Schleimes sehr beschleunigte. Nach 16 Tagen war das Übel gehoben und es wurden dem Kranken nur noch wöchentlich 2 Halbbäder empfohlen.

**Aneipptur (Magenkrämpfe).** Wöchentlich 2—3 warme Heublumenwickel, 3 Halbbäder ganz kurz. Thee von Wermut und Anisrine und dann nach 14 Tagen wöchentlich 3 Ganzwaschungen und alle Wochen ein Halbbad. Bei Auftreten der Krämpfe heiße Aufschläge auf den Magen.

**Aneipptur. (Magenreinigung)** ohne Belästigung: 1—2 Messerspitzen von Aloepulver mit einem Kaffeelöffel voll Honig zusammen gekocht als Mixture. — Oder 1 Messerspitze voll Aloepulver, Holunderblüten für 2 Tassen Thee, ein paar Messerspitzen voll Foenum graecum und ein Kaffeelöffel voll Fenchel; die zwei Tassen Thee sind innerhalb zwei Tagen zu nehmen. Die erst nach 12—30 Stunden eintretende Wirkung besteht nicht in heftigem Abführen, sondern nur in reichlicherem Stuhlgang. — Siehe auch „Abführmittel“. — Holunderbeeren mit Zucker oder besser mit Honig eingekocht und ein Böffel davon in ein Glas Wasser gerührt, reinigen den Magen, wirken gleichzeitig auf Urinausscheidung und geben nebenbei einen kühlenden Labetrank. — Rosmarin als Thee morgens und abends je 2—4 Eßlöffel voll hilft schnell. — Ebenso Thee aus Salbei (*Salvia* off. L.) oder noch kräftiger aus Salbei und Wermut zu gleichen Teilen. — Auch Pulver aus Salbei, gleich Pfeffer auf die Speisen gestreut, hat dieselbe Wirkung wie der Thee. — Ebenso Thee aus Wegwartkraut (*Cichorium intybus* L.), während 3—4 Tagen täglich 2 Tassen, die eine vor dem Frühstück, die andere abends.

**Aneipptur (Magenschmerzen und Blähungen).** Täglich kurzer Wickel  $1\frac{1}{2}$ —2 Stunden lang und innerhalb zweier Tage 2 Tassen Thee trinken, der folgendermaßen zubereitet ist: 1—2 Messerspitzen Aloepulver mit einem Kaffeelöffel Honig wird gekocht und mit Holunderblüten, Fenchel und Foenum graecum, je ein Kaffeelöffel, gemischt.

**Aneipptur (Magenschwäche).** Krankheitsbild und Ursache siehe zuvor unter „Magen, geschwächter und kranker.“ Wöchentlich zwei

kurze Wickel  
lich jeden

**Aneipptur.**  
ein Tuch,  
warmes  
und abends  
einmal  
Mische  
3 Ober-  
abends je

**Aneipptur.**  
anderen  
erfassen  
haft und  
Füße  
die große  
hier der  
hauptsächl.  
Magen

Stunden  
Kranke  
Je mehr  
2 kalte  
Kräftige  
oder den  
von Thee  
Wacholder  
aber und  
kann dies  
mengen  
1 Stück  
Mittel ge-  
formen

**Aneipptur.**  
mit Wol-  
Kranke  
Im übrigen

**Aneipptur.**  
Rotmasse  
scharfe  
Schmerz  
Gefühl  
besteht  
und Mil-  
Zinnkraut



kurze Wickel, drei Halbbäder und dreimal Ober- und Schenkelguß. Innerlich jeden Morgen und Abend drei Löffel voll Wermutthee.

**Aneipptur (Magenverhärtung).** Die erste Woche täglich ein Tuch, das in Essigwasser getaucht, auf den Unterleib binden; täglich ein warmes Fußbad nehmen mit Asche und Salz und den Rücken sich früh und abends kalt abwaschen lassen. In der zweiten Woche zwei kurze Wickel, einmal den spanischen Mantel und jeden 2. Tag ein warmes Fußbad mit Asche und Salz. Endlich in der dritten und vierten Woche jede Woche 3 Ober- und Schenkelgüsse und 2 Halbbäder. Innerlich morgens und abends je 1 kleine Tasse Thee von Zinnkraut, Salbei, Eichenrinde.

**Aneipptur (Malaria, Sumpffieber in Italien).** Während die anderen Fieber meist aus dem Innern kommen und den ganzen Organismus erfassen und dabei nicht schmerzhaft sind, ist das Malariafieber sehr schmerzhaft und packt nur einzelne Körperteile, Rücken, Brust, Beine, Hände und Füße u. Schwächliche Naturen werden leicht davon ergriffen und schon die große Furcht reicht oft hin, das Fieber zu bekommen. Es muß auch hier der ganze Körper in Angriff genommen werden und die giftigen Stoffe hauptsächlich durch Schweiß ausgeschieden werden.

Man beginnt mit dem warmen Oberauffschläger, den man alle halben Stunden erneuert. Diese künstliche Wärme unterstützt die Naturwärme, der Kranke kommt dadurch in Schweiß und der Giftstoff wird ausgeschieden. Je mehr er schwitzt, desto besser. Hierauf nehme man 3 Tage lang täglich 2 kalte Ganzwaschungen zur Kräftigung und fortgesetzten Ausscheidung. Kräftige Personen können statt der Ganzwaschung auch das kalte nasse Hemd oder den spanischen Mantel anziehen. Auch trinke man kleine Portionen von Thee aus Taufendgüldenkraut oder Wermut, aus Angelikawurzel oder Wacholderbeeren; auch Tormentillwurzel ist sehr empfehlenswert. Wirksamer aber und noch besser sind die Extrakte aus den genannten Pflanzen. Man kann diese Extrakte (Tinkturen) einzeln geben, aber auch mit einander vermengen und 8—10 Tropfen in einem Eßlöffel voll Wasser oder auf 1 Stück Zucker nehmen lassen. Die letztere Mischung ist auch das beste Mittel gegen Seekrankheit. (Siehe auch Seite 632 u. 633. Anwendungsformen siehe Inhaltsverzeichnis.)

**Aneipptur. (Mantel, spanischer),** siehe Inhaltsverzeichnis.

**Aneipptur (Masern).** Täglich 2 mal warmes Heublumenhemd mit Wolldecke umhüllt 1½ Stunden lang. Bei großer Hitze wird der Kranke täglich noch 1- bis 2 mal schnell mit kaltem Wasser abgewaschen. Im übrigen kann man auch die Kurvorschrift wie bei Scharlach befolgen.

**Aneipptur (Mastdarmentzündung).** Erkältungen, verhärtete Kotmassen, sowie übermäßiges Reiten und Radfahren, Würmer, Abführmittel, scharfe Klystiere verursachen mitunter Mastdarmentzündung. Stuhlbrang, Schmerz, blutiger oder eitriger Schleimabgang, Schweiß, Verstopfung und Gefühl von großer Schwäche kennzeichnen dieses Leiden. Die Behandlung besteht in Klystieren, Wickeln und Sitzbädern; Diät in Schleimsuppen und Milch.

**Aneipptur (Mastdarmfistel).** Wöchentlich 2—3 Sitzbäder von Zinnkraut oder Heublumen, also warm; auch kleine Klystiere mit Zinnkraut-



und Eichenrindeabsud. Wöchentlich ein- bis zweimal spanischer Mantel oder Leibwickel.

**Aneippfur (Mastdarmkrebs).** Man macht einen Brei aus *Foenum graecum* und appliziert diesen mittelst Klystier in den Mastdarm. Selbstredend wird auch je nach dem Kräfte- und Wärmeverrat des Patienten mittelst Wasseranwendungen auf den Körper eingewirkt; ähnlich wie bei Mastdarmvorfall. Auch Arnika-, Eichenrinde- und Kamillenabsud wirken, Sitzbädern beigemischt, sehr gut.

**Aneippfur (Mastdarmvorfall).** Durch anhaltende Diarrhöe, die sehr schwächt, oder schweren Stuhlgang wird oft die Schleimhaut des Mastdarmes durch den After herausgetrieben. Um Entzündung, furchtbare Schmerzen und Eiterung zu vermeiden, muß in den meisten Fällen nachgeholfen werden, d. h. mit gut eingölktem Finger der Vorfall allmählich und behutsam zurückgeschoben werden. Allgemeine Stärkung ist zur Heilung notwendig. Zunächst Sitzbäder mit Eichenrinde- oder Heuabkochung, Wassereinspritzungen oder Ausspülungen und Klystiere. Auch macht man ein Gebräu aus Wollkraut, Beifuß und Wein, kocht diese Mischung und setzt sich auf das warme Gebräu.

**Aneippfur (Migräne).** In leichteren Fällen wäscht man 2 bis 3 Tage täglich den Unterleib 2- bis 4 mal mit kaltem Essigwasser kräftig ab; chronischer Zustand erfordert noch 2-3 Halbbäder wöchentlich. Innerlich Kümmel oder Fenchel als Thee getrunken. Bei sehr hartnäckigen Fällen, die oft schon ins 2. oder 3. Glied vererbt und manchmal schon 20 Jahre festsitzen, müssen auch Obergüsse und Kniegüsse wöchentlich 3 im Wechsel mit 3 Halbbädern appliziert werden. Besonders wirksam ist in solchen Fällen auch das Barfußgehen. Wenn der Kranke sich nicht durch Bewegung die gehörige Wärme zu verschaffen vermag, so kann Ober- und Knieguß durch einen kurzen Wickel oder Unterwickel und das Halbbad durch Waschung im Bett ersetzt werden. Bei diesem Leiden ist Fleischgenuß thunlichst zu vermeiden. (Siehe auch Seite 632 u. 633. Anwendungsformen siehe Inhaltsverzeichnis.)

**Aneippfur (Milz, geschwollene).** Bei angeschwollener Milz wechselt man am besten mit drei Auflagen auf den Unterleib und zwar solche von Heublumenwasser, Essigwasser und Haferstrohwasser.

Kräftige Personen können außerdem alle Wochen 2 Halbbäder, 1 Schenkel- und 1 Rückenguß im Wechsel mit 2 Ganzwaschungen machen, so daß jeden Tag eine dieser Anwendungen gemacht wird. Bei schwachen Personen sind wöchentlich 4 Ganzwaschungen angezeigt, jeden zweiten Tag eine. Nach innen wirkt hier vortrefflich ein Kräuterpulver. Man macht sich dasselbe so: Salbei, Spitzwegerich und Brennesseln werden gut getrocknet, dann pulverisiert, also fein gerieben und jeden Tag 3 Messerspitzen voll von dieser Mischung in die Suppe gestreut und so mit eingenommen. Auch Thee von Wegwartkraut, täglich 2 Tassen, eine früh nüchtern, eine vor dem Abendessen getrunken, reinigt Leber und Milz und führt die kranken Stoffe durch den Urin aus.

**Aneippfur (Mundfäule).** Einatmen von warmen Dämpfen des Absuds von Schafgarbe, Spitzwegerich oder Brennesseln. Darauf kühle



Mundbäder und Ausspülungen, beides mit Wasser, dem etwas Citronensaft beigelegt ist. Das Ausspülen des Mundes und Gurgeln mit Abkochung von Salbei und Zinnkraut ist zu empfehlen. Vor allem ist aber eine Ganzbehandlung angezeigt, als Wickelungen und Ganzwaschungen.

**Aneipptur (Mundstarre).** Auf keinen Fall darf Gewalt angewandt werden, um den Mund zu öffnen, weil zu leicht der Unterkiefer verletzt werden kann. Sofort ist der Kopfdampf anzuwenden. Ist reichlich Schweiß eingetreten, dann ein kurzes kaltes Bad, darauf Erwärmung durch Spaziergang.

**Aneipptur (Muskelentzündung).** Hier sind kalte Essigausschläge oder andere kühlende Kräuterauflagen geraten, welche zusammenziehen und den Schmerz lindern. Aber auch hier sind aktive Bewegungen und ab und zu kurze Hand-, Vorderarm- oder Fußgüsse angezeigt, je nachdem wo die Entzündung ist. Rechtzeitig muß immer in entsprechenden Fällen der Eiter beseitigt werden. — Niemals bei Entzündungen Eis auflegen!

**Aneipptur (Muskelchwund).** Diese Krankheit tritt entweder örtlich oder allgemein auf. Die Muskeln schwinden, weil sie infolge gewisser krankhafter Veränderungen im Nervensystem nicht hinlänglich mit Blut genährt werden; es ist deshalb die Hauptsache, den Blutlauf zu regeln. Oft ist es nur die Folge einer chronischen Krankheit, wo Blut und Säfte von Hause aus schlecht sind, oder durch unrichtige Ernährung oder vergiftende Einflüsse (z. B. medikamentöse u. a. Quecksilbereinwirkungen) verdorben sind. Die Behandlung besteht in Reiben der kranken Glieder, Biegungen, Bewegungen, kalten Waschungen und Güssen. Oft ist dieser Zustand mit Rückenmarkleiden verbunden, dann muß natürlich außerdem das Grundleiden behandelt werden und man hat „Rückenmarkleiden“ nachzuschlagen. Bei fehlender Naturwärme sind vorübergehend, besonders anfangs, auch warme Aufschläge angezeigt. (Siehe auch Seite 632 u. 633. Anwendungsformen siehe Inhaltsverzeichnis.)

**Aneipptur (Nasenbluten).** Bei öfterem Nasenbluten, das häufig der Grund zur Schwindsucht ist, empfahl Aneipp noch in letzter Zeit den Oberkopfguß. Innerlich Blutwurz, Zinnkraut- und Hirtentäschelabsud, täglich 2—3 Eßlöffel, sind vortreffliche Mittel. Allgemeinkur ist aber die Hauptsache.

**Aneipptur (Nervenleiden).** Ein altes Nervenleiden, das sich äußert in ungleichem Herzschlag, oft Herzzittern, meist kalten Füßen, eingenommenem Kopf, Gedächtnisschwäche, Angst- und Furchtgefühl, bei jeder Kleinigkeit erschrecken, wird mit folgenden Anwendungen mit Erfolg behandelt: Jeden Morgen eine Stunde vor dem Aufstehen den ganzen Körper waschen, dann wieder ins Bett zur Wiedererwärmung. Wöchentlich 3 Halbbäder. Zur Winterszeit können diese vom Bett aus, aber auch zu jeder andern beliebigen Zeit des Tages geschehen, Hauptsache ist, daß bald Wärme eintritt. Viel Barfußgehen, im Winter auf nassen Steinen und auch im Freien, im Sommer im Garten und im Freien. Innerlich zur Verbesserung und Stärkung des Magens Wacholderbeerkur, auch Vermutthee in kleinen Portionen. So 4 Wochen lang und dann wieder 4 Wochen halb so viel Anwendungen, endlich wöchentlich 2—3 Halbbäder.



**Aneippkur (Nervöses Leiden mit zeitweiligem Verlust der Stimme).** Dieses Leiden betrifft in der Regel Damen, die viel an Bleichsucht gelitten. Kur: Den einen Tag Oberkörperwaschung vom warmen Bett aus, den andern Halbbad, täglich aber barfuß gehen im Zimmer oder auf nassen Steinen 5—10 Minuten. So viele Wochen lang.

**Aneippkur (Nervenzerrüttung und Schlaflosigkeit infolge geistiger Anstrengung).** Abends lauwarmes Fußbad von 15 Minuten Dauer und gemischt mit Salz und Asche; früh eine Stunde vor dem Aufstehen den ganzen Körper kalt waschen; während des Tages einen Knieguß, wozu 3 Gärtner-Gießkannen verwendet werden können. So wird 10 Tage lang verfahren und dann täglich Ganzwaschung des Körpers; täglich 2—3 Minuten lang bis über die Waden im Wasser gehen; wöchentlich dreimal, also einen Tag um den andern, einen Rückenguß; wöchentlich drei Halbbäder von 3 Sekunden Dauer. So vier Wochen lang. Zur Kräftigung dann wöchentlich 2 Halbbäder, wöchentlich 1 Ganzwaschung und ebenfalls in der Woche nur einen Rückenguß oder Gehen auf nassen Steinen, im Wasser oder im nassen Gras, im Winter 1 Minute in frisch gefallenem Schnee. (Siehe auch Seite 632 u. 633. Anwendungsformen siehe Inhaltsverzeichnis.)

**Aneippkur (Nervosität mit Schwindelanfall).** Täglich Oberkörperwaschung, wöchentlich 3 Halbbäder im Wechsel mit 3 Schenkelgüssen, d. h. heute Halbbad, morgen Schenkelguß. Ist die Person sonst kräftig und stark, dann noch wöchentlich ein nasses Hemd anziehen, das in kaltes Essigwasser getaucht wurde. Innerlich früh, mittags und abends 3 Töfel voll Bermutthee.

**Aneippkur (Nervosität mit Blutandrang nach dem Kopfe).** Vier Wochen lang täglich Ganzwaschung, wöchentlich 3 Halbbäder und viel Barfußgehen; dann noch 4 bis 6 Wochen lang wöchentlich 4 Ganzwaschungen, also jeden zweiten Tag, wöchentlich 3 Schenkelgüsse und 1 Rückenguß und täglich 3 Minuten lang im Wasser gehen. Es kommt also nebst dem täglichen Wassergehen täglich noch eine Anwendung. Zum Schlusse der Kur jeden zweiten Tag eine Anwendung; also heute Ganzwaschung, morgen frei, dann Schenkelguß und wieder ein freier Tag u. s. f.

Alle Nervenleidenden und Nervösen wollen sich an fleißig Barfußgehen gewöhnen und damit im Sommer im Freien oder im Zimmer beginnen. Ofters auch Luftbäder im Zimmer und im Freien nehmen. Bei warmen Füßen täglich die Füße 5 Sekunden lang bis zu den Waden ins kalte Wasser tauchen, kalte Füße aber durch warmes Fußbad mit Asche und Salz erwärmen und dann nicht ins kalte Wasser tauchen. Weg mit verweichlichender Kleidung. Wöchentlich 2 Halbbäder, ab und zu ein Schenkelguß. Nicht allen Nervenleidenden bekommt der Rückenguß, er ist seltener zu gebrauchen, bei kräftig gebauten Personen mehr als bei schwächeren Naturen. Alles beengende Schuhwerk, selbst die Gummizüge der Gamaschen sind verwerflich, denn sie beengen die Blutcirculation. Ebenso keine enge Halskragen und keinen Schnürleib. Tabakrauch und Alkohol und zu viel geistige Anstrengung sind zu vermeiden, dagegen ist leichtverdauliche nahrhafte Kost, viel Bewegung in freier Luft, Bergsteigen und angenehme

Unterhalb  
bringend  
Einerlei  
auch Se

A  
weichem  
die Schu  
den ein  
4 mal e  
nasses D  
dann no  
4 täglich  
bäder un  
liches, d  
löffel R  
marin u  
dessen ka  
Thee tri  
In

Nieren  
wenn di  
W  
Widel,  
nommen  
gemacht  
Zinnfr

3 mal 3  
einfacher  
Wochen  
verschwin  
Inhalts

Nierenle  
Wegtritt  
dem son  
mit in

In diese  
Es genü  
nuß von  
und Sc  
um den

kommt r  
am gan  
täglich 2



Unterhaltung zu empfehlen. Vor allzu vielen Wasseranwendungen wird dringend abgeraten, täglich eine genügt vollauf; ebenso aber wird vor dem Einerlei gewarnt, der Wechsel ist gerade hier große Hauptsache. (Siehe auch Seite 632 u. 633. Anwendungsformen siehe Inhaltsverzeichnis.)

**Aneippfur (Nierenentzündung).** Ein großes Pflaster von weichem Quark wird, so breit wie der Rücken ist, vom Kreuzbein bis an die Schulterblätter gelegt. Dann wird auf dieselbe Stelle alle halben Stunden ein in Essigwasser getauchtes Tuch gelegt und innerhalb 2 Stunden 4 mal erneuert. Ebenso wird gleichzeitig auf den Leib, also vorn, ein solches nasses Tuch doppelt zusammengelegt. Ist der Kranke schwach, so folgen dann noch Ganzwaschungen und zwar, je nachdem Fieber vorhanden, 2 bis 4 täglich. Ist der Patient aber kräftig, so nimmt man täglich 2—3 Halbbäder und immer eine Stunde später eine Oberkörperwaschung. Als innerliches, direkt auf den Urin wirkendes Mittel wird alle Stunden ein Eßlöffel Rosmarinwein getrunken. Er wird so zubereitet: Man nimmt Rosmarin und kocht denselben in 2 Theilen Wasser und 1 Theil Wein. Statt dessen kann man auch Salbei, Atichwurzel und Hagebutten gemischt als Thee trinken.

In gleicher Weise wird auch der **Nierenschwund** (auch Brightsche Nierenkrankheit genannt) behandelt, der nur dann noch heilbar ist, wenn die Organe nicht gar zu sehr geschwächt sind.

Wenn dabei Krampfzustände auftreten, so empfiehlt sich der kurze Wickel, welcher bei Hitze kalt und bei mehr frostigem Gefühl lauwarm genommen werden kann. Dazwischen kann immer wieder eine Ganzwaschung gemacht werden. Zu den obigen Thees kann in diesem Falle auch noch Binnkraut gemischt werden.

Gegen Nierenschmerzen hilft häufig schon das Trinken von täglich 3 mal 3 Eßlöffel Wegtritt, früh, mittags und abends. Die Wirkung dieses einfachen Thees ist oft so groß, daß schon innerhalb weniger Tage oder Wochen viel Gries, selbst kleine Steinchen abgehen und somit der Schmerz verschwindet. (Siehe auch Seite 632 u. 633. Anwendungsformen siehe Inhaltsverzeichnis.)

**Aneippfur (Nierenleiden).** Im allgemeinen empfiehlt sich gegen Nierenleiden der Leibstuhldampf und der Unterwickel. Innerlich Salbei, Wegtritt, Atichwurzel und Wacholderbeerfur. Selbstredend kommen je nach dem sonstigen Befinden des Patienten oft auch andere Wasseranwendungen mit in Verbindung. Milde Diät ist unerlässlich.

**Aneippfur (Nierenleiden und beginnende Wassersucht).** In diesem Falle ist gewöhnlich eine Anschwellung des Unterleibes vorhanden. Es genügt hier häufig schon tägliche Ganzwaschung, kalt, und täglicher Genuß von Wacholderbeeren und Wegtrittthee. Eventuell giebt man Knie- und Schenkelgüsse im Wechsel mit Sitz- und Halbbad. Dabei einen Tag um den andern zur Nacht Kurzwickel.

**Aneippfur (Nierensteinkolik).** Dieses schmerzhaftes Leiden kommt manchmal ganz plötzlich und greift so rapid um sich, daß der Kranke am ganzen Leibe mit kaltem Schweiß bedeckt wird. Hier sind zunächst täglich 2 warme Kräuterfischbäder von 30° R., jedes 10—14 Minuten mit da-



rauffolgender kalter Abgießung am Plage. Dann folgen warme in Essigwasser getauchte Widel auf die Nierengegend, jeder 2 Stunden lang, bei Kühlwerden jedoch erneuern. Bei mehrtägiger derartiger Behandlung zuerst warme Sitzbäder und dann Kaltwaschung und warme Widel. Fließt schon der schmerzhaft und oft nur tropfenweise abgehende Urin reichlicher ab, dann kann man zu Schenkel- und Rückengüssen schreiten. Zum Schluß der Kur können täglich Ganzwaschung und Halbbad folgen. Wer es vermöchte, dem angenehmen warmen Sitzbade das kalte folgen zu lassen, würde es schwer büßen; denn abgesehen davon, daß gerade letzteres das vorzüglichste Mittel ist bei allen Entzündungen im Unterleib, wirkt es auch günstig auf den Stuhlgang, und gerade darauf kommt es hier sehr an; oft entleert der Kranke nach schmerzhaftem Drängen steinharte, große Kottknoten, die ihm zum Teil die Schmerzen bereitet hatten.

**Aneipplur (Nieren- und Blasenkrankheiten).** Siehe unter letzterem Schlagwort. Die Nieren reinigt, wie schon erwähnt, ein Thee von Salbei (*Salvia off. L.*); noch kräftiger wirkt Thee aus Salbei mit ebenso viel Wermut. Auch Pulver von Salbei, wie Pfeffer auf die Speisen gestreut, hat dieselbe Wirkung wie der Thee. Thee aus Tausendgüldenraut wirkt vortrefflich. Wacholderbeeren sind als Kur zu empfehlen, ebenso Thee aus Wegwartkraut (*Cichorium intybus L.*), täglich 2 Tassen, eine vor dem Frühstück, die andere abends, reinigt die Nieren, Milz und Leber.

**Aneipplur (Nierenwassersucht).** Dieses Leiden ist oft mit ganz geschwellenem Leibe und zunehmender Atemnot verbunden. In diesem Falle ist Fußdampf, Kopfdampf, Ganzwaschung, dann Schenkel- und Oberguß angezeigt. Innerlich wirkt vor- und nachmittags ein Gläschen von Rosmarinwein. In vielen Fällen wird dieses furchtbare Leiden, dem die medizinische Wissenschaft machtlos gegenübersteht, noch gehoben.

**Aneipplur. (Oberaufschläger),** siehe Inhaltsverzeichnis.

**Aneipplur. (Oberguß),** siehe Inhaltsverzeichnis.

**Aneipplur (Offene Füße).** Umschläge aus *Foenum graecum* wie Leinensamen gekocht und aufgelegt (siehe Geschwüre) zieht den Eiter und damit auch die Entzündungen um die Ränder der Wunden aus und verhindert die Bildung des faulen Fleisches oder eine Blutvergiftung. Blätter von Huflattich (*Tussilago farfara L.*) sind ganz besonders wirksam, wenn die wunden Stellen blau und schwarz stark entzündet sind. Die Blätter nehmen die Hitze und den Schmerz und sind, wiederholt aufgelegt, ein ausgezeichnetes Heilmittel. Dabei natürlich entsprechende Ganzbehandlungen wöchentlich 2mal Heublumenbäd, 2mal Ganzwaschung, 2mal Halbbad.

Ähnlich verhält es sich mit Fisteln. Mitunter haben Leute mit Fisteln keine gute Lunge und sind zur Schwindsucht geneigt. In diesem Falle ist zuerst der Schenkelguß mit der Oberkörperwaschung im Wechsel anzuwenden. Nach acht Tagen giebt man statt der Oberkörperwaschung besser den Oberguß und man wird bald merken, daß die bleiche Farbe des Kranken frischer geworden und häufig stellt sich dann zugleich Husten ein. Und das ist ganz gut; denn jetzt scheidet die Natur die schlechten Stoffe statt durch die Fistel durch den Husten und durch die Haut aus und die Gesundheit schreitet vorwärts. Oft ist nicht nur eine Fistel, sondern es sind

deren m  
wenn di  
täglich  
Ginster,  
Wasser  
wendung

z. B. zu  
Waschun  
Auch ist  
allem fr

dampf 2  
oder Dh  
dämpfen  
lenstwert  
Ohres n  
4—5 T  
von jede  
Tropfen  
mal mit  
mit laun  
kann ma  
2 Halbb  
(Siehe a  
zeichnis.)

tiger R  
verbreite  
generatio  
sein, dies  
verstand  
ist eine  
Kinder i  
lassen, d  
vorgesch  
hätte un  
das herr  
Kräftig  
aber kon  
das Geh  
bedauer  
Pfennig,  
Charlata  
beobachte  
Erfolg,