X.

Hypochondrie.

Quiconque dérobe le feu du ciel, comme prométhée, est exposé comme lui à sentir son foie déchiré par les vautours.

J. J. Virey.

Menschen, die, „anstatt den Acker, den sie ernd-ten, *selbst zu düngen*", *ihr Leben mit Nichtsthun* hinbringen, oder die, in eingeschlossener Luft an den Schreibtisch gefesselt, selbst das Athmen vergessen *), entge-

*) P. Camper de optima agendi vel exspectandi in *medicina ratione ej.* Dissert. Vol. II. Lingae 1798. p. 729. „Melancholia *non ex bile* nascitur, neque bilis nigrae expulsione sanatur. Nascitur ex respiratione impedita. Respiratio autem non tantum a caussis permultis physicis impeditur, uti a corporis quiete, sed et a nimis profundis meditationibus; ideo docti hypochondriaci evadunt." — „Complures ex desidi, otiosa et laboris experte vita, praesertim si paulo pleniori victu utantur, inque primis sub coelo inclementiori et inordinata animi perturbatione, in difficiles et diuturnas aegritudines incidere, cujus generis quam maxime sunt pathemata spasmodico-flatulenta, hypochondriaca etc " L. Th. Pyl praes. Fr. Hoffmann Diss. de medicina simplici summae efficaciae. *Hal. 1731.* 4.

hen selten, wenigstens in einer Periode des Lebens, der hypochondrischen und melancholischen Verstimmung. Dagegen diejenigen, welche bei einem mühevollen, thätigen Leben dem Einfluß der freien Luft am meisten ausgesetzt sind, wie Landleute und Bergbewohner, am seltensten von Langerweile, Mißmuth, Grillen und Lebensüberdruß heimgesucht werden. Muth und Heiterkeit werden erweckt durch Reisen und alle activen Bewegungen und Anstrengungen in freier Luft, wahrscheinlich dadurch, daß mit Beschleunigung der Respiration und Belebung des Kreislaufs das Blut mehr oxydirt, gleichmäßiger vertheilt und eine größere Menge arterielles Blut dem Hirn und Herzen dargeboten wird. Zu Gunsten dieser Ansicht darf vielleicht noch bemerkt werden, daß diejenigen Thiere, deren sanguinischer Lebensausdruck am weitesten von melancholischer Dumpfheit entfernt ist, wie die Vögel, durch ihr beständiges Schwelgen in reiner Luft sowohl, als vermöge der eigenthümlichen Organisation ihrer Athmungsorgane, die verhältnißmäßig größte Quantität Lebensluft in sich aufnehmen, die größte Respiration, und damit jene ausnehmende Energie und Munterkeit zeigen, die wir an ihnen bewundern. Hieraus scheint schon hervorzugehen, daß die wirksamsten Gegenmittel

der Hypochondrie diätetische sind, welche zu der Classe nicht pharmaceutischer Heilmittel gerechnet werden können, mit denen wir uns hier beschäftigen.

1) Die Gymnastik der Alten und ihre Kurmethode durch regelmäßige Leibesübungen, von denen sie Gesundheit und Wohlbefinden vorzüglich abhängig hielten, verdient in der Hypochondrie die größte Empfehlung. Baglivi bedauerte mit Recht: daß die neuern Aerzte sich mehr auf ihre Syrupe und Arzneien, als auf jene großen Heilmittel verließen *); und Platner, der die Gymnastik wieder in die Therapie einzuführen suchte, erinnert: die Kranken wollten lieber in träger Ruhe täglich übelschmeckende Arzneien verschlu-

---

*) G. Baglivi Opp. omn. T. I. p. 538. „Regula erat apud Graecos, medicinae patres, praescripto moderamine in sex rebus non naturalibus (1. aër; 2. cibus et potus; 3. motus et quies; 4. somnus et vigiliae; 5. animi pathemata; 6. excreta et retenta) medicinam in morborum curatione ut plurimum exercere. Novissime abjecta veterum norma, syrupis aliisque saccharatis indultum iri video. Doleo summopere aegrotus, assiduis sed inutilibus remediis fatigatos. Quotidie evenit, morbos quosdam capitis musica, alios morbos rusticatione, alios navigatione, alios venatione, alios saltatione vel equitatione vel peregrinatione desinere, qui antea nulli medicamini cedebant.“

cken, als sich zweckmäßige Bewegung machen, von der doch in so vielen Fällen alles Heil abhinge*). — Die Leibesübungen, welche die griechischen Aerzte empfahlen, bestanden, außer den eigentlichen fünf gymnastischen: dem Springen, Wettlauf, Werfen des Diskus, des Wurfspießes und dem Ringen, in Spazierengehen, Reiten, Schwimmen, der Jagd, Schifffahrt, Landarbeit, dem Ballspiel, Tanz, dem laut Sprechen und Lesen, Baden und Reiben.

2) Für solche, die alle andern gymnastischen Uebungen verschmähen, ist der Rath: täglich eine Stunde weit zu gehen, oder einen Berg zu ersteigen, schon sehr wichtig. Durch rasche Bewegung im Freien, zumal bergan, wird mit Verdoppelung der Respiration die Lebensluft-Aufnahme vermehrt, der Kreislauf belebt, allgemeine Wärme und copiöse Hautausdünstung er-

---

*) J. Z. Platner Diss. de negotiosa actione propter valetudinem ej. Opusc. I. p. 295. „Etiam aegri, vel morbo vel ignavia languescentes, repudiant exercitationem, et malunt altera quaque hora medicamentosa pocula exhaurire, quam aliquo corporis motu defatigari. Medici cordatiores hoc dolenter ferunt, qui non raro vident, aegros, longis morbis oppressos, devoratis etiam epotisque quotidie medicamentis praecipitari, qui adhibita exercitatione servari potuissent.“

weckt, die in der Regel Wohlbehagen und Heiterkeit herbeiführt. Das Gefühl von Abspannung nach lebhafter Muskelanstrengung *) ist eine Art von Wollust, die zur Wiederholung auffordert.

3) Zu allen Zeiten hat man daher Reisen, zumal in südliche Länder, für die größten Heilmittel der Hypochondrie angesehen. Bewegungen und tägliche Ortsveränderung, wodurch der Geist vielfältig und angenehm beschäftigt wird, unterbrechen die niedergeschlagene Stimmung und erwecken neue Lebenslust. Nervoses Herzklopfen und hypochondrische Beängstigungen, die weder dem Aderlaß, noch Abführungsmitteln, noch irgend einer andern vielgerühmten Kurmethode weichen wollten, hören oft plötzlich auf, sowie der Kranke in den Wagen steigt oder die erste Station zurückgelegt hat. Besonders ist für Nordländer eine Reise durch die Schweiz und Italien als Gegenmittel der Tristimanie und des Spleens berühmt, wobei nicht blos die Bewegung unter einem sonnigen Himmel und der An-

*) J. P. Falret de l'hypochondrie et du suicide. Paris 1822. p. 507. „Les exercices musculaires ont l'avantage de répartir convenablement les forces de la vie, de détourner des idees habituelles en établissant des rapports nouveaux ou de contraindre le cerveau au repos en produisant une fatigue générale.

blick neuer, den Geist vielfältig aufregender Gegenstände, sondern auch der Umgang mit sanguinischen Menschen, zur Erheiterung beiträgt.

4) Für viele Hypochondristen, die an venoser Ueberfüllung der Unterleibsorgane, Verstopfung, hämorrhoidalischen Congestionen, Spannung des Bauchs und unbestimmten schmerzhaften Empfindungen im Unterleibe leiden, ist keine Art von Motion zweckmäßiger, als die durch tägliches und anhaltendes Reiten. Die Bewegungen des Pferdes theilen sich besonders den Unterleibsorganen des Reiters mit, erschüttern auf eine wohlthätige Weise die überfüllten Venen und beleben den Kreislauf und die Action dieser, der Einwirkung von außen so sehr bedürftigen Organe. — Ein gelehrter Geistlicher verfiel in tiefe Hypochondrie, wogegen lange die kräftigsten Arzneien, Purgiermittel, Eisen, Mineralwasser, ohne alle Erleichterung gebraucht wurden. Diesem verordnete Sydenham das Reiten. Der Kranke fing mit kleinen Spazierritten an und setzte dies so beharrlich fort, daß er sich gewöhnte, zu jeder Jahrszeit täglich viele Meilen weit zu reiten, große Reisen zu Pferde zu machen, wodurch er gänzlich hergestellt wurde *).

*) Th. Sydenham Opp. L. B. 1754. p. 414. — An-

5) Den meisten Hypochondristen ist der Aufenthalt in einer großen, geräuschvollen Stadt wohlthätiger, als das einsame Landleben. Der tägliche Wechsel interessanter Begebenheiten, die Zerstreuung, welche die immer bewegte Menschenmasse, die öffentlichen Belustigungen und andere Schauspiele gewähren, sowohl, als der viel häufigere Anlaß zu Bewegung und Muskelanstrengung durch die größeren Entfernungen ꝛc. ist dem Kranken heilsamer, als das stille, mehr contemplative Landleben, welches den Geist leer und leicht in Schwermuth versinken läßt.

6) Aus eben dem Grunde sind Fußreisen in guter Gesellschaft, und nicht zu langwierige Seereisen erheiternder, und gewähren mehr Zerstreuung, als das gewöhnliche Reisen in verschlossenen Wagen. Die stärkende und erheiternde Wirkung des Reisens zu Fuß hat niemand besser geschildert, als Seume; und vom Reisen zur See sagt Herder: er habe sich nie gesun-

---

zumerken ist bei der Empfehlung des Reitens: daß die gewöhnlichen kurzen, einsamen und zwecklosen Spazierritte, wie sie Hypochondristen machen, weder aufheiternd noch überhaupt dienlich sind. Solche vermehren noch die Menschenscheue und den Tiefsinn und sind dem activeren, geselligern Spazierengehen nachzusetzen.

der gefühlt, als auf dem Meer; der immerwährende Genuß der freien Luft, die großen Gegenstände von Meer und Himmel, Aufgang und Untergang der Sonne (so einzig auf der See!), die Nächte, die elektrisch funkelnden Meereswellen, der Sternenhimmel, Regen, Ungewitter, Gefahr — alles dieses wirke groß und mächtig auf die Seele *).

7) Der wohlthätige Einfluß der Bergluft auf Seele und Körper ist in der Kur der Hypochondrie und Melancholie besonders zu berücksichtigen; denn man kann behaupten, daß Auswahl und Wechsel der Athmosphäre zu den wirksamsten Mitteln gehöre, menschliche Charaktere zu verändern und das Leben zu verlängern **).

8) Noch sind hier einige Arten von Körperbewegungen zu nennen, die in der Kur der Hypochondrie von besonderem Nutzen seyn können, wie das Tanzen und Ballspielen. Der Tanz, den sogar Socrates nicht verschmäht haben soll ***), das allgemeinste, bei

---

*) J. G. v. Herder Erinnerungen aus seinem Leben. Tübingen 1820. Thl. 1. S. 120.

**) J. G. H. Feder's Leben. 1825. S. 242.

***) „Socrates teste Diog. Laertio (Ed. Amsterd. 1698. p. 99.) saepius saltitabat, gnarus, uti aquae

allen Völkern übliche, Erheiterungsmittel *), darf bei der Kur einer Krankheit nicht übergangen werden, die in activer Bewegung und Erheiterung ihre größten Hülfsmittel findet; und die verschiedenen Arten des Ballspiels, wohin auch das Billard zu rechnen ist, sind darum so schätzbar, weil sie nicht nur alle Muskeln in Thätigkeit setzen, sondern auch zugleich ergötzen. Galen hat über den Nutzen des Ballspiels ein eigenes Buch geschrieben **), worin er zu beweisen sucht, daß die Motion, welche es gewährt, allen andern vorzuziehen sey; denn es könne jeder, auch Arme, Schwächliche und Alte sich diese herrliche Leibesübung zu Nutze machen, die alle Theile des Körpers gleichmäßig in Bewegung und Thätigkeit setze und den Geist erheitere ***). Das Ballspiel habe die stärkende und ermun-

---

desides putrescunt, ita et corpora nostra corrumpi otio atque ignavia." Fr. Hoffmann.

*) A. v. Sack Beschreibung einer Reise nach Surinam. Berlin 1821. S. 77. „Auf allen guten Pflanzungen giebt man den Negern viermal im Jahr einen Tanz, den sie sehr lieben und dadurch neues Leben und Thätigkeit erhalten ꝛc."

**) Opp. Hippocr. et Galeni a R. Charter. T. VI. p. 505. de parvae pilae exercitio.

***) „Dico namque, optima omnium esse exercitia, quae non modo corpus exercere, verum etiam animam oblectare possint." Galenus.

ternde Wirkung mit der Jagd gemein, die aber nicht Jedermann sich verschaffen und ausüben könne.

9) An das Galenische Ballspiel schließt sich ein noch einfacheres Mittel gegen hypochondrische Verstimmung und Beängstigung an: starke anhaltende Bewegung der Arme, durch Schwingen der Halter *) (mit Handhaben versehene Bleikugeln), durch Holzsägen, Fechten, oder auch durch bloßes Schwingen der unbewaffneten Arme. Solche Bewegungen der Arme und Brustmuskeln wirken bei vielen Menschen offenbar günstig auf die Stimmung. Ein siebzigjähriger Maler, der seit vielen Jahren das Zimmer nicht mehr verließ, versicherte mich oft, daß er täglich das Mittel zur Verbesserung seiner Laune anwende und jedesmal danach eine Art von Verjüngung empfinde. Vielleicht ist die erheiternde und herzstärkende Wirkung dadurch zu erklären, daß durch lebhafte Bewegung der Arme mehr arterielles Blut dem Herzen zugeführt wird.

10) Gartenarbeiten, Graben ꝛc. sind die besten Beschäftigungen, welche man allen denen anempfehlen sollte, die nicht reisen können. Alle Muskeln werden dadurch in Thätigkeit gesetzt und der Kreislauf belebt;

*) Aretaeus Morb. diut. cur. L. 1. c. 2. „Halteres jaciantur.“

das Naturleben mit Interesse an der harmlosen Pflanzenwelt besänftigt und erquickt, zerstreut und erweckt neue Lebenslust.

11) Alle die mannigfaltigen körperlichen Uebel, Druck und schmerzhafte Empfindungen im Herzen und im Unterleibe, Herzklopfen, Kopfweh u. s. w., an denen Hypochondristen und Hysterische leiden, und die bei ihnen unheilbar eingewurzelt zu seyn scheinen, verschwinden oft auf bloße psychische Einwirkungen (wobei das schöne System Stahls *) im vortheilhaftesten Lichte erscheint). Nicht nur mächtige Eindrücke, durch freudige oder traurige Lebensereignisse veranlaßt, haben jene günstige Wirkung auf solche Kranke; sondern sehr oft auch höchst geringfügige und scheinbar unbedeutende Ereignisse. Man hat gesehen, daß die Hypochondrie geheilt wurde durch bloße Ortsveränderung, durch veränderte Beschäftigung, vermehrte oder verminderte Anstrengung des Geistes, veränderte Gesellschaft; und daß Anfälle der tiefsten Hypochondrie und Melancholie durch Musik, durch die Anstrengung des Glockenläutens **), ja durch das Vertauschen ei-

*) Gullen First lines of the pract. of physic. Ed. 4. Praef. p. XII.

**) Rich. Mead Monita et praec. med. Lond. 1751. p. 131.

nes alten mit einem neuen, reinlichen Anzug, neben sorgfältigem Kämmen, Rasiren und Waschen, gehoben wurden.

12) Besonders hat man der Ehe zu allen Zeiten viel Gutes in der Kur der Hypochondrie und Melancholie nachgesagt *). Schon Chrysostomus bemerkt, daß viele Menschen, die vom Dämon der Traurigkeit und Muthlosigkeit besessen (der **Athymia** der Griechen), gänzlich davon befreit wurden, durchs Heirathen und dadurch, daß sie Kinder und damit neue Hoffnung bekamen. Familienleben sey das Mittel, der Athymie zu entgehen.

13) Gegen eingebildete Krankheiten **) kann Ueber-

---

*) Sauvage Nosogr. method. I. 586. „Huic morbo sanando prosunt, quae corpus roborant, animum recreant et a morbi idea avertunt, ut exercitatio, itineratio, virgini libidinosae matrimonium."

„The constant pursuits and wholesome cares of a family generally prevent and cure such as are transient and imaginary." B. Rush.

**) Zimmermann Von der Erfahrung in der Arzneikunst. Zürich 1777. S. 653. „Ein Hypochondrist, der mit Monro unter Boerhaave studirte, bildete sich nach jeder Vorlesung ein, er sey mit der Krankheit behaftet, welche Boerhaave abgehandelt hatte." — Pestis haec (hypochondriacus affectus) veluti vigilantis somnium est, in quo homo, quanquam

redung, vernünftige Vorstellung und Belehrung, daß alle die Symptome, welche auf unheilbare organische Fehler hinzudeuten scheinen, bloße Wirkungen krankhafter Seelenstimmung seyn können, von großem Nutzen seyn. Die Lectüre der bekannten Schrift J. Kants: Von der Macht des Gemüths, durch den bloßen Vorsatz, seiner krankhaften Gefühle Meister zu seyn, ist dabei zu empfehlen.

14) Zur Bezähmung seiner Einbildungskraft empfiehlt Kant *) besonders frühes Schlafengehen, um früh wieder aufstehen zu können, und nennt dieß eine zur physiologischen Diät gehörige sehr nützliche Regel, welche aber Frauenzimmer und Hypochondristen (welche gemeiniglich daher ihr Uebel haben) nicht lieben, mehr das entgegengesetzte Verhalten befolgen.

---

bene valeat, sibi videtur omnium morborum signis urgeri; et quanquam innocens, impletur terrore, tanquam omnium scelerum conscius esset. Perpauci seu potius nulli exstiterunt, quibus incognitus est hic animi languor excrucians, quique non aliquando sine ulla manifesta causa experti sunt eam mentis demissionem, quae nubila et tristitiam omnibus suis laboribus et studiis obducit, spes suas ubique fere in desperationem convertens, non sine angore vix tolerabili.

*) Anthropologie 3te Ausg. Königsb. 1820. S. 89.

15) Als Erheiterungsmittel die Lectüre: **Maitre Francois Rabelais's** Pantagruel, ein Buch, um das es sich schon allein verlohnt, französisch zu verstehen, und welches Hans Fischart „eine Arznei wider das Todtschießen und Grillenfangen" nennt.

Unter den einfachen diätetischen Rathschlägen sind noch folgende zu nennen:

16) Warme Bäder. Das Gefühl von Leichtigkeit, Thätigkeit und Wohlseyn, welche das warme Bad erzeugt, ist für hypochondrische und hysterische Kranke sehr wohlthätig *).

17) Unter den Mineralwassern besonders Carlsbad, welches man „*solamen hypochondriacorum*" genannt hat; Pyrmont und Schwalbach.

18) Auch Flußbäder pflegen gut zu bekommen.

19) Besonders aber das Seebad, ein unschätzbares, über jedes Wortlob erhabenes, Heilmittel, wie es L. W. Sachs nennt.

20) Die erheiternde Wirkung freier Transpiration, sowie freier Drüsenabsonderung überhaupt **), beweisen

---

*) Hufeland's gemeinnützige Aufsätze zur Beförderung der Gesundheit. Bd. 1. Leipzig 1794. S. 154.

**) E. Darwin Zoonomie. Uebers. von Brandis. Abth. 2. S. 227.

die orientalischen oder russischen Schwitzbäder. Die Menschen fühlen sich dadurch ermuntert, gestärkt und wie neu geboren.

21) Gegen hypochondrische Beängstigungen und Todesfurcht leisten Klystiere von kaltem Wasser zuweilen gute Dienste *).

22) Täglich wiederholte Frictionen des Unterleibes mit wollenen Tüchern befördern die Verdauung, die Absonderungen und den Blutumlauf in den Unterleibsorganen.

23) Manche pflegen die Anfälle von hypochondrischer übeler Laune, ihre „Vapeurs" oder „**blew devils**", durch Waschen des Gesichts und der Brust mit **Eau de Cologne** oder irgend einem andern spirituosen Riechmittel **), zu vertreiben.

24) Durch Waschen des ganzen Körpers mit warmem oder kühlem Wasser und nachfolgendem Reiben mit groben Handtüchern.

25) Andere: durch den Genuß von etwas Wein oder Branntwein;

26) durch ein Glas mussirenden Ingwerbiers; aus zerstoßenem Ingwer, Zucker, Cremor tartari, mit ko-

---

*) **Thilenius** Bemerk. Th. 2. S. 312.

) **Montaigne Essais. T. III. Geneve 1779. p. 210.

chendem Wasser aufgegossen, und durch Hefe in schnelle Gährung versetzt *).

27) Die Orientalen pflegen in solchen Fällen zu ihrem Nepenthe, aus dem Pulver der trockenen obersten Blätter und Blüthen des Hanfs, in Verbindung mit Opium, Arecanuß, Gewürzen und Zucker, ihre Zuflucht zu nehmen;

28) Die Merikaner zu ihrem Paraguay-Thee, **Jerba** oder **Maté**, von **Ilex Matha**, dem Lieblingsgetränk der Südamerikaner.

29) In Indien wird, zumal von den ärmeren Classen, ein aus der Hanfpflanze gepreßter, gegohrner und in hohem Grade berauschender Saft, unter dem Namen „**Bany**" genossen, oder „**Post**", zu dessen Bereitung Mohnköpfe und Zuckersaft verwendet werden **).

30) In Marocco, um sich zu erheitern, die Blätter des afrikanischen Hanfs wie Taback geraucht ***).

31) Einige Tassen gute Bouillon, eine Stunde,

---

*) John Eberle a treatise of the mat. med. Vol. II. Philad. 1823. p. 200.

**) Francis Buchanan a journey from Madras through the countries of Myfore 1807. 4. T. III. p. 444.

***) J. Grey Jackon an account of the empire of Marocco. 2. Ed. Lond. 1811. 4. p. 131.

oder auch unmittelbar vor dem Mittagessen getrunken, bekommen hypochondrischen Kranken sehr gut. Das Essen beschwert sie dann weniger.

32) Andere finden sich durch zwei rohe Eydotter, die sie täglich vor dem Mittagessen verschlucken, sehr erleichtert.

33) Molken empfiehlt schon Aëtius *) in der Kur der Melancholie; und eine Molkenkur, wie sie in vielen Gegenden der Schweiz, in eigens dazu bestimmten schönen Alpengegenden, häufig gebraucht wird, kann zu den vorzüglichsten Heilmitteln der Hypochondrie gerechnet werden.

34) Kirschen, Morgens nüchtern zu essen, empfiehlt van Swieten.

35) Gurkensaft J. Chr. Stark.

36) Den Thee von **Teucrium chamaedris** Sennert.

37) Seiner Krampfstillenden und Blähungtreibenden Wirkung wegen pflegt Pfeffermünzthee besonders gut zu bekommen. Von den Münzen (**Menthae**) glaubte man vormals, daß schon ihr Geruch muthig und fröhlich mache **).

---

*) Tetrabibl. S. III. p. 275.

**) Leonh. Fuchs New Kreuter buch. Bas. 1543. Cap. 110.

38) Leichte Wasser- oder Milch-Chokolade rühmt S. Hahnemann. Ebenso:

39) Ein Absud von Cacaohülsen, wie Kaffee getrunken. Man nimmt eine Unze der gröblich zerstoßenen Hülsen, oder auch einige geröstete Cacaobohnen selbst, übergießt sie mit 3 Tassen Wasser und läßt es 12 Stunden stehen, kocht es dann wie Kaffee, seiht es durch und trinkt es mit oder ohne Milch und Zucker.

40) Scharf gewürzte Speisen, wie Pickel, Senf, Cayenne-Pfeffer und besonders spanischer Pfeffer (**Capsicum annuum**) sind für viele hypochondrische Kranke wahre Arzneien. Den russischen Soldaten, die nach Sibirien gehen, giebt man, wenn sie vom Heimweh befallen werden, spanischen Pfeffer *).

41) Ebenso ist von der erheiternden Wirkung des Weines **) und der Liqueure ***) der größte Vortheil

*) A. J. Wylie Pharmacopoea castrensis ruthena 1808. p. 35. — Unter den Wirkungen des spanischen Pfeffers, welche S. Hahnemann Fragmenta de viribus medicamentorum 1805. I. p. 71. beobachtet haben will, kommen auch vor: „ludibria, animus contentus, jocosus, in stomachationem brevem, data minima occasione apprime pronus."

**) Ch. Girtanner Darstellung des Brownschen Systems. Göttingen 1798. Bd. 2. S. 568.

***) W. A. Haase über die Erkenntniß u. Kur der chronischen Krankheiten. Bd. 2. 1817. S. 276.

in der Kur der Hypochondrie und Hysterie zu ziehen. Kranke, die sich entschlossen haben, wie ein gewisser berühmter historischer Schriftsteller, alle Morgen ein Glas Madeira zu trinken, sind andere Menschen geworden. Leider fliehen aber die meisten Hypochondristen jene naturgemäßen Erheiterungsmittel, und halten sich lieber an balsamische Pillen, Bitterwasser und Rhabarber.

XI.

Verstopfung. Träger Stuhlgang. Flatulenz.

Nulla gens tam barbara est quae non aut fortuito aut in evitabili quodam necessitate coacta, aliquid in usum communem adinvenerit quod nationes alias humaniores latuit. HARVEY.

Die günstige Wirkung gelinder Excitation des Darmkanals durch Dinge, die die Absonderungen und Bewegung desselben antreiben, ist nicht nur durch pharmaceutische Mittel zu erlangen, sondern auch durch einfache diätetische und Hausmittel. Dahin gehören: