chen, und den Beängstigten, sobald der Anfall kommt, aufrichten oder in eine andere Lage bringen.

XLV.

Fettleibigkeit.

„Ergo si plenior *aliquis et speciosior* et coloratior factus est, suspecta *habere bona* sua debet.

Celsus.

---

1) „Leute, die ein zu saftreiches Fleisch haben, müssen fasten, denn der Hunger trocknet die Körper aus" *).

2) „Ein hartes Lager bei Nacht, viel Spazierengehen, Laufen und alle heftige Körperbewegung vermindern die Fettleibigkeit" **).

3) „Gegen die Cacherie der Fettleibigkeit wirken: starke körperliche Anstrengungen, Laufen, Reiten, Fech-

---

*) Hippocrates Aphor. VII. 59. — Auch Epidemior. VI. sect. 3. „Ablatio superflui corporis habitus, cursibus, palaestris multis, obambulationibus festinanter factis."

**) Celsus, L. I. C. 3.

Universitäts- und Landesbibliothek Düsseldorf urn:nbn:de:hbz:061:2-135012-p0520-1 DFG

ten, trockene Frictionen; ferner: sich von der Sonne verbrennen zu lassen, zu schwitzen, kalt zu baden, in der See zu schwimmen, wenig zu trinken, fette Speisen, Brey, Milch, Eyer zu vermeiden; trockene Nahrungsmittel vorzuziehen: sich an einerlei Speisen zu halten und nicht vielerlei auf ein Mal zu essen; viel zu wachen, viel zu studiren, nicht Ader zu lassen *).

4) Die Insolation empfiehlt besonders Aëtius. Man soll sich lieber gehend als liegend der Sonne aussetzen, wodurch die Perspiration vermehrt, das Fett vermindert und der Körper ausgetrocknet werde**). — Das Mittel ist unstreitig eines der bequemsten und zuverlässigsten. Menschen, die Anlage zu übermäßiger Fetterzeugung haben, müssen, zumal im Sommer, wo die Zunahme des Körpers geringer zu seyn pflegt, als im Winter, es sich zum Gesetz machen, oft einen Berg zu ersteigen, und sich durch heißen Sonnenschein und warme Tage nicht davon abhalten lassen. Die profusen allgemeinen Schweiße, die dadurch erregt

---

*) Coelius Aurelianus de morbis acutis et chron. Amst. 1709. 4. p. 596. De carne superflua, quam Graeci πολυσαρκιαν vocant.

**) Aëtii contractae ex veterib. medicinae Tetrabiblos 1549. fol Serm. III. p. 131.

werden, erleichtern den Körper jedes Mal um mehrere Pfunde, und diese Art von Bewegung ist zugleich das sicherste Mittel, Stockungen im Unterleibe, und die Anlage zu vielen andern chronischen Krankheiten zu heben *).

5) Um seiner Anlage zum Fettseyn entgegenzuwirken, kegelte Lord Byron in Flanell gekleidet 2 bis 3 Stunden lang mit seinen Dienern, aß nur ein um den andern Tag und trank am Fasttage Morgens Thee und um 5 Uhr verschluckte er, statt zu Mittag zu essen, ein gewisses Tabackspräparat, welches dem Gefühl des Hungers vorbeugen sollte **).

6) Am besten versteht man in den englischen Trainir-Anstalten der Borer und Jokeys die Leute von überflüssigem Fett zu befreien. Ein Jokey, der etwas schwerer als erforderlich ist, genießt nichts als Thee, Brod ohne Fleisch, und macht täglich mit zwei Hemden, Rock und Ueberrock angethan, 10 englische Meilen zu Fuß; so daß er in Schweiß zerfließt, bis er leichter geworden.

---

*) Vix aliquam in morbum inclinationem inveniri, quae non exercitatione quadam propria corrigi possit. Baco Verulam. De augm. sc. L. IV.

**) Will. Wadd Comments on corpulenoy, orders of dict. etc. Lond. 1829.

7) Einigen Ersatz für den Mangel an activer Bewegung, woraus gewöhnlich die Fettleibigkeit entspringt, gewähren die trockenen Frictionen des Körpers, denen die Alten so viel Gutes nachsagten *) und welche sie für auflösend und verdünnend hielten. Das Reiben der Haut muß aber mit rauhen, trockenen Tüchern anhaltend und stark geschehen, wenn es die träge Circulation beleben, Stockungen auflösen, und der Fettanhäufung im Unterleibe entgegenwirken soll **).

8) Ein Mittel, welches sich an das eben genannte zunächst anschließt, ist die Percussion, oder das Klopfen mit einem eigenen Percussions-Instrument, wie es französische Aerzte, namentlich Percy, in neuern Zeiten empfohlen haben. Mit diesem Instrument, Palette genannt, oder auch nur mit der bloßen Hand,

*) Galenus de sanitate tuenda. L. II. „Frictionibus solidae partes molliuntur, humidae solvuntur et corporis exigui meatus laxantur."

**) G. G. Richter Praecepta diaetetica. Heidelberg. 1780. p. 172. „Homines imbecilli et sedentarii supplebunt excretionum suarum inevitabilem defectum, si totum corpus mane et vespere per horam dimid. crassis asperisque linteis, vel setaceo strigili, ad ruborem fricari permittunt. (Equus strigili studiose districtus fit levis, torosus, agilis; si id negligis, horridus, strigosus, iners)."

oder einem Lineal oder Stück Leder, soll der an Infarctus und Fettleibigkeit Leidende den gespannten Fettbauch öfter klopfen, um durch die dadurch zu bewirkende und tief sich erstreckende Oscillation den Kreislauf zu beleben und Stockungen zu zertheilen. Das Mittel wird zwar speciell gegen Stockungen im Unterleibe, Obesität, und den Zustand, der in Oesterreich „Anschoppung" heißt, empfohlen; außerdem aber auch als vorzüglich wirksam gegen Verdauungsfehler, Flatulenz, chronische Leberkrankheiten, scrophulöse Atrophie mit Anschwellung des Leibes der Kinder; ferner gegen Abmagerung eines Gliedes, z. B. nach Luration, Eiterung; verhärtete Drüsen, kalte Abscesse, Ueberbeine und Balggeschwülste gerühmt *).

9) Hier verdient auch die sogenannte Hungerkur oder das methodische Fasten, um krankhafte luxurirende Vegetation zu beschränken, einer Erwähnung. Die Hungerkur wurde in neuern Zeiten von schwedischen Aerzten, besonders zur Heilung veralteter syphilitischer Krankheiten empfohlen **), durch Rust aber, modificirt, gegen viele andere chronische Uebel, namentlich

*) Dict. des sc. med. T. 39. p. 100.

**) Osbeck Exposé de la méthode pour guerir les malad. vénériennes dégénerées. Stockh. 1811.

Scirrhus und Krebs, mit Glück häufig angewandt. Die Kranken erhalten mehrere Wochen lang nicht mehr, als Mittags und Abends jedesmal zwei Unzen mageres, gebratenes oder gekochtes Fleisch und ebenso viel Brod neben einem Absud von Queckenwurzeln *). Dabei werden zugleich Mercurialeinreibungen gemacht und Purgirmittel gegeben **). Diese drei höchst schwächenden Potenzen: Hunger, Säfteverlust und Queckfilber, beschränken in kurzer Zeit alle vegetative Kraft dermaßen, daß die schleunigste Abmagerung, nicht selten aber auch selbst lebensgefährliches Sinken aller Lebenskräfte erfolgt. — Wenn nun auch sehr selten die Fettleibigkeit eine so angreifende Kur in ihrem ganzen Umfange indiciren möchte, so kann doch von einem Theil der Hungerkur allerdings in solchen Fällen Gebrauch gemacht werden, wo der enorme Fettbauch die

*) Hufeland kleine medizin. Schriften. Bd. 2. 1823. S. 104.

**) Rust, über die Heilkraft der method. Queckfilbereinreibungen in syphil. und nicht syphil. Krankheiten. S. dessen Magazin ꝛc. Bd. I. Heft 3. S. 354. Die Rust'sche Methode besteht darin: daß der Kranke nichts als leichte Suppen, wenig vegetabilische Kost, kein Fleisch zu essen bekommt, und in 25 Tagen 12 Merkurialeinreibungen machen muß, und 5 Purganzen erhält.

natürlichen Verrichtungen stört, und als Krankheit, als Cacherie, anzusehen ist.

10) Schon die Ausführung des festen Vorsatzes: Abends nichts zu essen, höchstens Thee, ohne Butter und Rahm dazu zu genießen, zu trinken, trägt viel zur Verminderung der übermäßigen Fetterzeugung bei.

11) Ferner das Tabackrauchen; nicht sowohl durch den Säfteverlust, den es veranlaßt, als dadurch, daß es einen wahren Ersatz für das Vergnügen des Essens gewährt, und die Zeit ausfüllen hilft, welche müßige Menschen *), oft aus bloßer Langerweile, mit Essen hinbringen.

12) Weinessig in Menge zu trinken, ist das Mittel, dessen sich Frauenzimmer zuweilen bedienen, um mager zu werden, und einen weißen, mehr blassen vornehmen, als rothen Teint zu bekommen. Wenn sie es dabei zugleich über sich vermögen, fast nichts zu essen, was Frauenzimmern, zumal jungen Mädchen,

---

*) Wie bei den in Ostindien lebenden Europäern Fettleibigkeit und Plethora durch beständige Fleischkost, spirituose Getränke und Mangel an Bewegung erzeugt wird, zeigt folgende Stelle sehr gut: James Annesley researches into the causes, nature and treatment of the more prevalent, diseases of India etc. Vol. I. Lond. 1828. 4. p 192.

nicht schwer fällt, so erreichen sie dadurch vollkommen ihre Absicht, nur nicht ohne Schaden der Gesundheit. Habitueller Magenkrampf und hysterische Leiden sind nicht selten die Folgen des Essigtrinkens. — Frank sah Blutspeien und Auszehrung daraus entstehen.

13) Einige versichern, daß das *Guajakholz dem Fettwerden entgegenwirke.*

14) Der innerliche Gebrauch der Seife in großen Gaben soll gleichfalls mager machen. Ein englischer Arzt, der drei Centner schwer war, nahm alle Abend ein Loth Castilianische Seife in einem halben Schoppen Wasser, und soll danach mager geworden seyn *).

15) Gerstenbrod statt Weizen - oder Roggenbrod zu genießen. Ersteres rechneten die Alten zu den ὀλιγοτροφα.

16) Auch von der Abkürzung des Schlafs kann man einige Einwirkung auf die Fettleibigkeit erwarten.

17) Der häufige Gebrauch kalter Bäder, wenn auch nur wenige Minuten lang jedes Mal, macht mager.

---

*) Unzer, der Arzt ꝛc. Bd. V. S. 62.