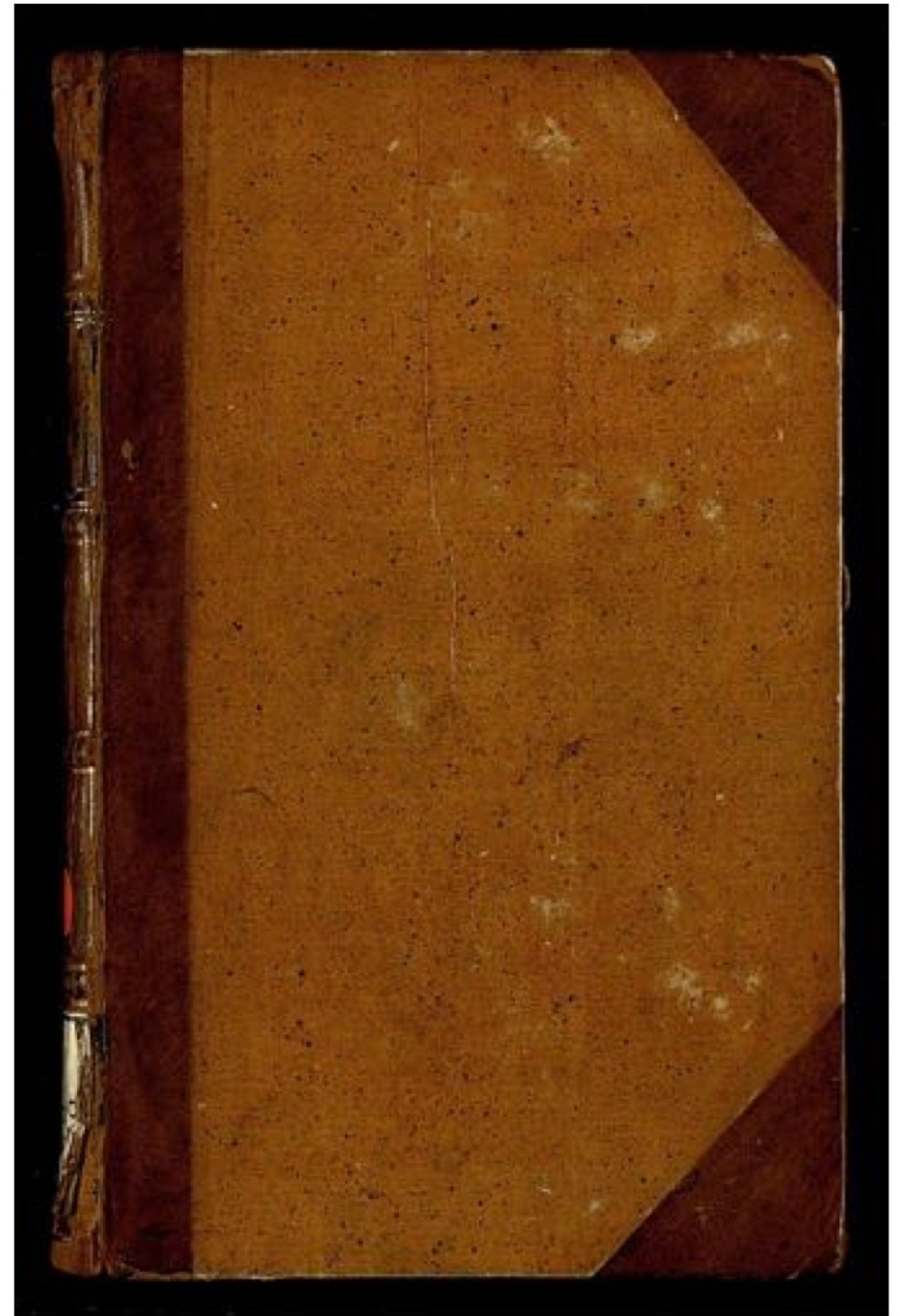
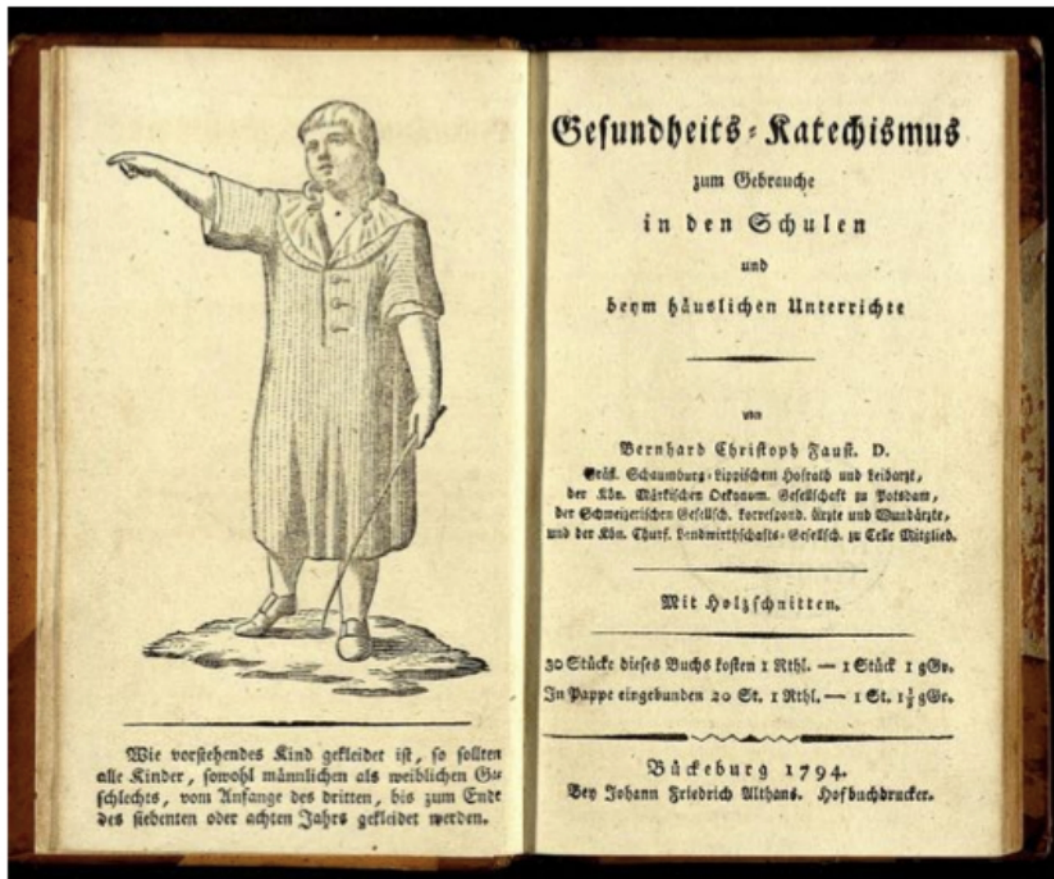


Auf den folgenden Seiten können Sie Faust
Gesundheits-Katechismus nachlesen.

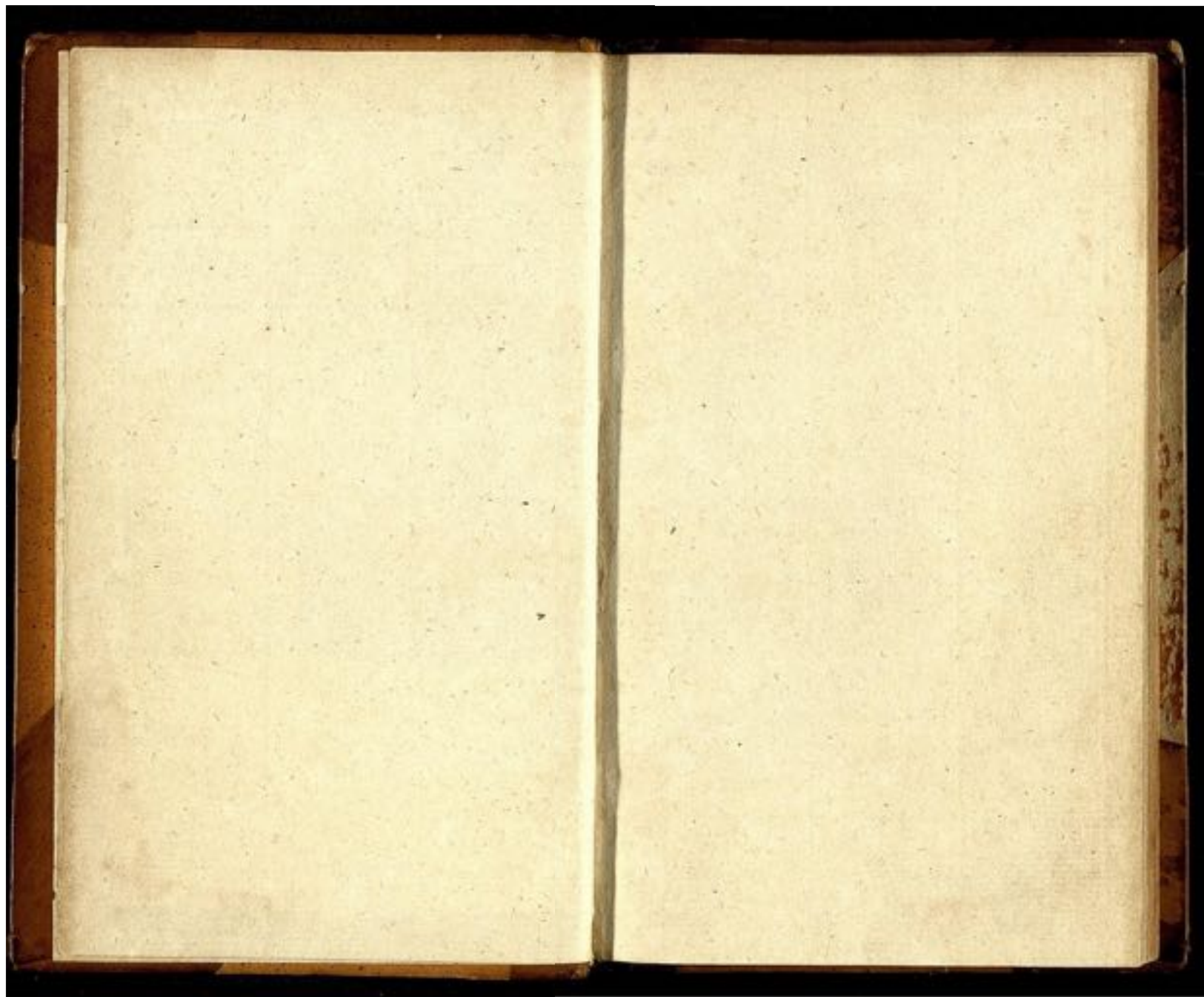


8.° Med. diät. 46/39

Auch als Mikroform vorhanden unter
Sign.: MC: 8° MED. DIÄT.
46/39

SUB Göttingen 7
115 178 333







This work was done by the artist in the year 1850. It is a study for a larger work. The figure is standing on a base. The drawing is very light and appears to be a preliminary study or a very light pencil drawing.



Wie vorstehendes Kind gekleidet ist, so sollten alle Kinder, sowohl männlichen als weiblichen Geschlechtes, vom Anfange des dritten, bis zum Ende des siebenten oder achten Jahrs gekleidet werden.

Gesundheits-Katechismus

zum Gebrauche
in den Schulen
und
beim häuslichen Unterrichte

von

Bernhard Christoph Faust, D.

Städt. Schaumburg-Lippischem Hofrath und Leibarzt,
der Kön. Märkischen Oekonom. Gesellschaft zu Potsdam,
der Schweizerischen Gesellsch. Korrespond. Ärzte und Wundärzte,
und der Kön. Churf. Landwirtschafts-Gesellsch. zu Celle Mitglied.

Mit Holzschnitten.

30 Stücke dieses Buchs kosten 1 Rthl. — 1 Stück 1 gGr.
In Pappe eingebunden 20 St. 1 Rthl. — 1 St. 1½ gGr.

Bückeburg 1794.

Bei Johann Friedrich Althans. Hofbuchdrucker.

Gelehrte Nachrichten

von dem Verfasser
in den Quellen
des
ersten deutschen Unterricht

EX
BIBLIOTHECA
REGIA ACAD.
GEORGIAE
AUG:

Von den Zähnen des Menschen
Zweites Buch der Anatomie, 1791
Gelehrte Nachrichten, VIII, 2, 200



1 II III W V VI VII VIII
A. Milchzähne, 2. Bogen

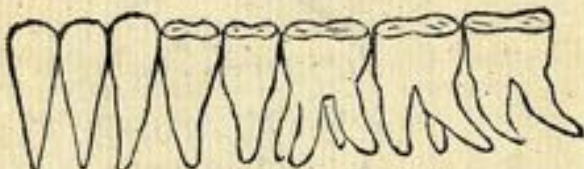
Es zeigt beiderseits fünf der oberen Milchzähne
die sich von der Mitte aus nach außen hin
entsprechend der Größe der Zähne, die der
Mutter im neunten oder zehnten Monate
gehorchen, unter dem Namen die Milchzähne
und deren acht sind die oberen Zähne, die
dem Zahn des Menschen entsprechen. Die
erste und zweite sind die Eckzähne; die dritte
und vierte die Eckzähne; die fünfte und sechste
die Eckzähne; die siebente und achte die Eckzähne.
Die ersten vier sind die Eckzähne; die fünfte
und sechste die Eckzähne; die siebente und
achte die Eckzähne; die neunte und zehnte die
Eckzähne. Die ersten vier sind die Eckzähne;
die fünfte und sechste die Eckzähne; die
siebente und achte die Eckzähne; die
neunte und zehnte die Eckzähne.

Von den Zähnen des Menschen.

J. Hunter: the natural history of the human teeth. Lond. 1771.
 Schmerring's Knochenlehre S. XVIII. u. S. 192: 223

A. Milch-Zähne.

1 2 3 4 5



I II III IV V VI VII VIII

B. Bleibende-Zähne.

Die Zähne bestimmen durch ihre Zahl und ihre Stärke die Ernährung des Körpers durch feste Speisen, und zum Theil auch die Gesundheit und die Stärke des Menschen. In der Kindheit und Jugend, bis zum männlichen Alter, geschehen die merkwürdigsten Veränderungen, sowohl in Ansehung der Zahl, als der Stärke der Zähne; und mit dieser Ordnung Gottes in der Natur sollte die Erziehung des Menschen übereinstimmen.

Die erste Reihe sind die Zähne des Kindes, (der 4te Theil); die zweite des Knaben und des Mädchens; die dritte des Jünglings und der Jungfrau; die vierte des Mannes und des Weibes.

I (1), II (2), sind zwey Schneide-, III (3) ein Eck- oder Augen-, und IV (4), V (5), VI, VII, VIII Backen-Zähne, beym Manne fünf, beym Kinde zwey, auf jeder der vier Seiten. Die

Die Ordnung und die Perioden des menschlichen Lebens.

I. Frucht. (von gesunden Weibern gezeugt.)

II. Säugling.

a) Ausbrechen der Milch-Zähne in beyden Kinnladen.

| Monath | N-Z | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
|--------|-----|---|---|---|---|---|
| 8 | 2 | 2 | . | . | . | . |
| 10 | 4 | 4 | . | . | . | . |
| 12 | 8 | 4 | 4 | . | . | . |
| 16 | 12 | 4 | 4 | 4 | 4 | . |
| 20 | 16 | 4 | 4 | 4 | 4 | . |
| 24 | 20 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 |

III. Kindlein.

b) Vollständige Milch-Zähne in beyden Kinnladen.

| Jahre | N-Z | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
|----------|-----|---|---|---|---|---|
| 3 bis 7. | 20 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 |

IV. Kind.

c) Ausfallen der Milch-Zähne und Ausbrechen der Bleibenden-Zähne in beyd. Kinnl.

| Jahr | N-Z | Bl-Z | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | I | II | III | IV | V | VI |
|------|-----|------|---|---|---|---|---|---|----|-----|----|---|----|
| 7 | 18 | 4 | 2 | 4 | 4 | 4 | 4 | . | . | . | . | . | 4 |
| 8 | 14 | 8 | . | 2 | 4 | 4 | 4 | 4 | . | . | . | . | 4 |
| 9 | 10 | 12 | . | . | 4 | 2 | 4 | 4 | 4 | . | . | . | 4 |
| 10 | 6 | 16 | . | . | 4 | . | 2 | 4 | 4 | . | . | . | 4 |
| 11 | 2 | 20 | . | . | 2 | . | . | 4 | 4 | . | . | . | 4 |
| 12 | . | 24 | . | . | . | . | . | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 |

V. Lehrling.

d) Bleibende-Zähne in beyden Kinnladen.

| Jahre | Bl-Z | 1 | II | III | IV | V | VI | VII | VIII |
|---------------------------|------|---|----|-----|----|---|----|-----|------|
| 12 bis 16 od. 18. | 24 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | . | . |
| 16 od. 18 bis 20 od. 24. | 28 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | . |
| 20 od. 24 bis zum Greise. | 32 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 |

VI. Knabe, Mädchen.

VII. Jüngling, Jungfrau.

VIII. Mann, Weib.

IX. Greis.

X. Tod.

Gesundheits-Katechismus von B. C. Faust. Wächterburg 1794. S. 94 und 95.

Die Ordnung und die Einrichtung
des menschlichen Lebens

I. (von dem ersten bis zum letzten)

II. (von dem ersten bis zum letzten)

III. (von dem ersten bis zum letzten)

IV. (von dem ersten bis zum letzten)

V. (von dem ersten bis zum letzten)

VI. (von dem ersten bis zum letzten)

VII. (von dem ersten bis zum letzten)

VIII. (von dem ersten bis zum letzten)

IX. (von dem ersten bis zum letzten)

X. (von dem ersten bis zum letzten)

XI. (von dem ersten bis zum letzten)

XII. (von dem ersten bis zum letzten)

| | | | | | | | | | | | |
|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 |
| 13 | 14 | 15 | 16 | 17 | 18 | 19 | 20 | 21 | 22 | 23 | 24 |
| 25 | 26 | 27 | 28 | 29 | 30 | 31 | 32 | 33 | 34 | 35 | 36 |
| 37 | 38 | 39 | 40 | 41 | 42 | 43 | 44 | 45 | 46 | 47 | 48 |
| 49 | 50 | 51 | 52 | 53 | 54 | 55 | 56 | 57 | 58 | 59 | 60 |
| 61 | 62 | 63 | 64 | 65 | 66 | 67 | 68 | 69 | 70 | 71 | 72 |
| 73 | 74 | 75 | 76 | 77 | 78 | 79 | 80 | 81 | 82 | 83 | 84 |
| 85 | 86 | 87 | 88 | 89 | 90 | 91 | 92 | 93 | 94 | 95 | 96 |
| 97 | 98 | 99 | 100 | 101 | 102 | 103 | 104 | 105 | 106 | 107 | 108 |
| 109 | 110 | 111 | 112 | 113 | 114 | 115 | 116 | 117 | 118 | 119 | 120 |

Copia.

Die Sorge für die Gesundheit der Unterthanen zählten Seine Hochfürstlichen Gnaden von jeher zu Ihren edelsten landesväterlichen Pflichten. Hochdieselben suchten daher Ihre Lande von verderblichen Puschern und Quacksalbern zu reinigen, und selbst auf das platte Land nur geprüfte Aerzte und Wundärzte zu versehen. Gleichwie es aber nicht genügt, nur geschickte Aerzte und Wundärzte anzustellen, sondern zur Bildung einer guten Gesundheitspflege nothwendig ist, Leute, welche der Aerzte und Wundärzte bedürftig sind, für ihre Heilung empfänglich, und Gesunde vorzüglich mit den Mitteln bekannt zu machen, ihre Gesundheit zu erhalten, so gehörete es lange schon zu den vorzüglichsten Wünschen Seiner Hochfürstlichen Gnaden, eine Volksgesundheitslehre in den Unterricht der Jugend zu verflechten. Höchstdieselben haben hierbey die Absicht nicht, Ihre Schullehrer in Aerzte und Wundärzte, und die Schulkinder in Arzneyverständige umzuschaffen. Ihre Wünsche schränken sich vielmehr darauf ein, Ihr Volk aufmerkamer auf die Gesundheit zu machen, dasselbe die Gesundheit schätzen, und erhalten zu lehren, und mit den gewöhnlichsten Volkskrankheiten bekannt zu machen, die besonders in bedenklichen Krankheiten so schädliche Selbst-Cur und den Gebrauch der

der

der sogenannten Hausmittel zu vertilgen, und überhaupt die Unterthanen zu belehren, daß es nöthig sey, sich den Händen geschickter Aerzte, und Wundärzte in Krankheitsfällen anzuvertrauen.

Zur Ausführung dieser Absichten schien Seinen Hochfürstlichen Gnaden der von dem gräflich bückeburgischen Hofrathe Dr. Faust vor kurzem herausgegebene Gesundheits-Katechismus geschickt zu seyn. Sie kauften daher 2000 eine beträchtliche Anzahl Exemplarien^{an}, um dieselben in Ihren würzburgischen Landen an die Schullehrer verschicken zu lassen.

Den sämtlichen un- und mittelbaren Beamten wird daher befohlen, jedem Pfarrey- und Filial-Schullehrer ihres Amtes von dem anliegenden Gesundheits-Katechismus ein Exemplar mit nachstehender Weisung zuzustellen.

1.) Soll jeder Schullehrer das ihm zugestellte Exemplar in das sogenannte Bücher-Inventory eintragen, damit es seinem Nachfolger eingehändigt werden könne.

2.) In jeder Woche sollen die Schullehrer zu einer von den Ortspfarrern zu bestimmenden Stunde einen Abschnitt aus dem Gesundheits-Katechismus abhandeln, und das Abgehandelte jedes Mal unter einer besondern Rubrik in das gewöhnliche Lections-Verzeichniß eintragen.

3.)

3.) Sollen sie den Kindern von Zeit zu Zeiten aus dem Gesundheits-Katechismus etwas dictiren, und das Dictirte als eine Aufgabe zum Recht- und Schönschreiben zurückfordern; damit das ganze Werkchen den Kindern gleichsam in die Hände geliefert, und dessen Inhalt nach und nach in Umlauf gesetzt werde.

Die Befolgung dieser Weisungen sollen die Beamten den Schullehrern um so mehr einprägen, als Seine Hochfürstlichen Gnaden ausdrücklich verordnen, daß auf diesen Gegenstand nicht nur in den monatlichen Prüfungen, sondern auch bey der bischöflichen, und Schulen-Visitation Rücksicht genommen werden soll. Decretum Würzburg den 31sten Decembers 1793.

Auf Spezial-Befehl
Er. Hochfürstlichen Gnaden.

Hochfürstlich gnädigst angeordnete
Schulen-Kommission.

Circulare an die Beamten des Hochstifts Würzburg, die Vertheilung des Gesundheits-Katechismus von Doctor Faust betreffend.

An die Schullehrer
den Gebrauch des Gesundheits-Katechismus
betreffend.

Ihr, würdige Männer, liebt die Kinder, die zu euch in die Schule kommen. Sie kommen zu euch, um durch euren Unterricht und eure Lehre gesunde, verständige, tugendhafte und glückselige Menschen zu werden. Und da dieses Buch nun lehrt, wie der Mensch von seiner Kindheit an leben muß, um gesund zu seyn, das, wie Sirach sagt, besser als Gold ist; so werdet ihr willig und gern eure lieben Kinder daraus unterrichten: und da ihr als geschickte Schullehrer überzeugt seyd, daß das bloße Auswendiglernen der Antworten keinen Nutzen für die Kinder habe; so werdet ihr die Kinder wohl auf folgende Art unterrichten.

1. Das Kapitel, worüber gelehrt werden soll, wird bald vom Lehrer, bald von zwey Kindern, die recht gut und deutlich lesen, und von denen das Eine die Fragen, das Andere die Antworten liest, zuerst vorgelesen; und der Lehrer, der auf jeden zu ertheilenden Unterricht sich vorbereiten und den ganzen Inhalt dieses Buchs sich recht bekannt machen wird, erklärt alsdann den Inhalt, und die Wichtigkeit des vorgelesenen Kapitels im Ganzen und in allgemeinen Sätzen.

2. Der Lehrer nimmt jede Frage und Antwort der Reihe nach einzeln vor, und liest sie noch einmahl recht deutlich ab. Er erklärt den Sinn und die Bedeutung der Wörter und der Gedanken, sowohl in der Frage, als in der Antwort. Alsdann liest er die Frage und Antwort, die oft aus mehreren Sätzen besteht, in einzelne und solche Sätze auf, die auch dem Verstande der Kinder leicht und begreiflich sind. Er unterredet sich mit seinen Kindern; und auf eine sinnliche Art, durch leichte, einfache, fortschreitende Fragen, bringt er die Kinder auf die Wahrheit und Lehre, die in der vor-

gelesenen Frage und Antwort enthalten ist. Eine Frage und Antwort muß aus der andern fließen, und die Kinder müssen selbst mit ihrem Verstande das, was wahr und gut ist, finden und begreifen. — Haben die Kinder die in der vorgelesenen Frage und Antwort enthaltene Wahrheit und Lehre gefunden und begriffen; so wird zur folgenden geschritten. Sind alle Fragen einzeln dem Verstande der Kinder begreiflich gemacht worden; so wird

3. das ganze Kapitel, der Reihe nach, den Kindern abgefragt. Verstehen die Kinder alle im Kapitel enthaltene Wahrheiten und Lehren; so wird

4. der jedesmahlige Unterricht allemahl mit Wiederholung des Gelernten und damit beschloffen, daß der Lehrer jedes Kind fragt: was es sich wohl heute daraus behalten? wobey dann Jedes etwas Besonderes sagen muß, was nicht von einem Andern schon vorgebracht ist; 3. B. welches Kind wird nun das oder jenes Schädliche wohl noch thun? wolltet ihr das wohl nicht so machen? wolltet ihr das wohl nicht euren Aeltern und den Leuten in eurem Hause wieder erzählen? was könntet ihr wohl schon dazu thun, daß dieß oder jenes so gemacht oder abgestellt würde, wie ihr höret, daß es recht sey? wüßtet ihr wohl Keinen, dem das nützlich wäre, was wir heute hatten, wenn ihr es ihm sagtet? was hast Du und Du dir vorgenommen, nun nach diesem Gelernten zu thun oder zu lassen? u. s. w.

5. Durch die unter die Fragen und Antworten gesetzten Anmerkungen, und aus Becker's Noth- und Hülfsbüchlein, von Kochow's Kinderfreunde, Seiler's Lesebuche, Zerrenner's Volksbuche und andern guten Schul- und Volks-Büchern wird der geschickte Schullehrer viele Wahrheiten und Lehren erläutern und beschäftigen, und durch Erzählungen und Beyspiele den Kindern angenehm und sinnlich machen.

6. Wenn 3. B. Fieber, Blattern, Masern, Rubren oder andere Krankheiten am Orte, oder in der Nähe herrschen; so wird das davon handelnde Kapitel vorzüglich und mehrermahl in der Schule abgehandelt.

7. Zwey Tage in der Woche wird wohl jedesmahl eine Stunde über ein Kapitel dieses Buchs gelehrt; damit der ganze Gesundheits-Katechismus, wo möglich, zweymahl in einem Jahre durchgelehrt, und dem Verstande und dem Gedächtniß der Kinder recht eingeprägt werde.

Wohl auf diese Art werdet ihr, würdige Schullehrer, eure lieben Kinder unterrichten. Und thut ihr es; so werden die Menschen und die künftigen Geschlechter ihre Gesundheit und Glückseligkeit zum großen Theil euch zu danken haben; und der Gott, der da will, daß allen Menschen durch Erkenntniß der Wahrheit an Seel' und Leib geholfen werde, und der Nichts unbelohnt läßt, wird es euch belohnen in Zeit und Ewigkeit.

Des Leibes warten und ihn nähren, Das ist, o Schöpfer, meine Pflicht. Wuthwillig seinen Bau verschren, Verdictet mir dein Unterricht. O siehe mir mit Weisheit bey, Daß diese Pflicht mir heilig sey!

Sollt ich mit Vorsatz das verletzen, Was zur Erhaltung mir vertraut? Sollt ich gering den Körper schätzen, Den du, als Schöpfer, selbst erbaut? Weß ist mein Leib? Er ist ja dein, Sollt ich denn sein Zerstückter seyn?

Ihn zu erhalten, zu beschützen, Siehst du mit milder Vaterhand, Die Mittel, die dazu uns nügen; Und zum Gebrauch giehst du Verstand. Dir ist die Sorge nicht zu klein. Wie sollte sie denn mir es seyn?

Gesunde Glieder, muntre Kräfte, O Gott! wie viel sind die nicht werth! Wer taugt zu des Berufs-Geschäfte, Wenn Krankheit seinen Leib beschwert? Gesundheit und ein heitler Muth, Sind ja der Erde größtes Gut!

So laß mich denn mit Sorgfalt meiden, Was meines Körpers Wohlsein ädet! Daß nicht, wenn seine Kräfte leiden, Mein Geist den innern Vorwurf höret: Du selbst bist Störzer deiner Ruh; Du laß dir selbst dein Uebel zu.

Laß jeden Sinn und alle Glieder, Mich zu bewahren, achtsam seyn! Drückt mich die Last der Krankheit nieder, So löße selbst Geduld mir ein! Bewähre auch dann mir guten Muth, Und legne, was der Art dann thut!

Erste Abtheilung.
Von der Gesundheit.

I. Von der Gesundheit, ihrem Werthe und der Pflicht, sie zu erhalten, und die Menschen, vorzüglich die Kinder, darüber zu unterrichten.

1. Liebe Kinder! Nehmen, leben in der Schöpfung Gottes: ist das etwas Gutes, heißt das Wohlseyn und Freude genießen?

Ja, leben heißt Gutes, es heißt Wohlseyn und Freude genießen; das Leben ist eine gute Gabe Gottes.

Pf. 150, 6. Alles, was Athem hat, lobe den Herrn!

Pf. 145, 16. Du, o Herr, erfüllst alles, was lebt, mit Wohlgefallen.

Pf. 36, 6. 9. Herr, deine Güte reichet, so weit der Himmel ist. Die Menschen werden erquickt von den reichen Gütern deines Hauses, und du tränkest sie mit Freuden, als mit einem Strome.

Pf. 136, 1, 8, 9, 25. Danket dem Herrn! denn er ist freundlich. Der die Sonne schuf, dem Tage vorzustehen; den Mond und die Sterne, der Nacht vorzustehen; der allem Fleische Speise giebt: denn seine Güte währet ewiglich.

2. Wodurch kann man noch sonst beweisen, daß das Leben eine gute Gabe Gottes sey?

Durch den von Gott in den Menschen gelegten Trieb, das Leben zu erhalten.

3. Wie muß der Körper des Menschen, der seiner Seele zur Wohnung und zum Werkzeuge dient, beschaffen seyn, wenn der Mensch vollkommen und lange leben, und viel Gutes und viele Freuden genießen soll?

Er muß gesund seyn.

4. Wodurch könnt ihr noch ferner beweisen, daß der Mensch gesund seyn müsse?

Durch das Gebot Gottes: im Schweiß deines Angesichts sollst du dein Brod essen. 1 B. Mos. 3, 19.

5. Können wir wohl die Vollkommenheit und Glückseligkeit unserer Seele befördern, wenn wir nicht auch für unsern Körper sorgen?

Nein, Gott hat Seele und Körper so innig mit einander verbunden, daß durch eine vernünftige Sorge für den Körper auch die Vollkommenheit und die Glückseligkeit der Seele befördert wird.

6. Was versteht man unter Gesundseyn?

Daß der Körper, ohne Fehler und Schmerzen, alle seine Verrichtungen frey und leicht ausübe, und der Seele zu Gebot stehe.

7. Wie fühlt sich der Gesunde?

Der Gesunde fühlt sich stark, voll Leben und Kraft; es schmeckt ihm Essen und Trinken, er kann Wind und Wetter ertragen, die Bewegung oder die Arbeit wird ihm nicht sauer, und es ist ihm gar wohl.

8. Wie fühlt sich im Gegentheil der Kranke, und ist es ihm auch wohl?

Nein, es ist ihm nicht wohl: der Kranke fühlt sich schwach, matt und kraftlos; es schmeckt ihm nicht das Essen, er kann nicht Wind und Wetter ertragen, er kann nicht arbeiten, er hat Angst und Schmerzen, und der Freuden seines Lebens sind nur wenige.

9. Können ihr Kinder frohsēyn und lachen, scherzen und springen, essen und schlafen, wann ihr krank seyd?

Nein, das können wir nur, wann wir gesund sind.

(Anm. Findet sich ein Kind in der Schule, das vor nicht langer Zeit einige Wochen krank danieder gelegen hat, so frägt es der Lehrer. Du warst krank; sage mir, ob es dir in deiner Krankheit wohl oder ūbel war, und ob die Gesundheit nicht das beste Gut sey? Ein solches verständiges Kind wird ungefähr antworten. Es war mir sehr ūbel; ich konnte nicht essen und schlafen, ich hatte an Nichts Lust und Freude, ich hatte Angst und Schmerzen: und jetzt, da ich, Gott sey Dank! wieder gesund bin, weiß ich, daß die Gesundheit das beste Gut sey.)

10. Was sagt Sirach von dem Gesundseyn?

Im 30ten Kap. v. 14 bis 16 sagt er: es ist besser, einer sey arm und dabey frisch und gesund, denn reich und ungesund. Gesund und Frischseyn ist besser denn Gold; und ein gesunder Leib ist besser, denn groß Gut. Es ist kein Reichthum zu vergleichen einem gesunden Leibe, und keine Freude des Herzens Freude gleich.

11. Ist der Werth der Gesundheit also sehr groß?

Ja, die Gesundheit ist das kostbarste Gut und das wichtigste Mittel zum Genuße aller Güter und Freuden des Lebens.

12. Kann nicht auch der Kranke die Güter und die Freuden des Lebens genießen?

Nein, er kann sie nicht genießen.

13. Was helfen dem Menschen alle Güter und Freuden des Lebens, wenn er krank ist und sie nicht genießen kann?

Sie helfen ihm wenig, oder nichts.

14. Da also die Gesundheit das schätzbarste Gut des Lebens ist: welche Pflicht hat der Mensch in Ansehung ihrer gegen sich selbst?

Er muß seine Gesundheit zu erhalten suchen.

15. Hat der Mensch genug gethan, wenn er für seine eigene Gesundheit sorgt?

Nein; es ist auch seine Pflicht, für das Leben und die Gesundheit seiner Nebenmenschen zu sorgen.

16. Und was sind Aeltern ihren Kindern schuldig?

Sie sind schuldig, die größte Sorge auf die Erhaltung des Lebens und der Gesundheit ihrer Kinder zu verwenden.

(Anmerkung. Die Schullehrer und die Aeltern müssen die Kinder durch das Wohlseyn und die Freuden, die sie in so großem Maße bey der Gesundheit genießen, und im Gegenseitigen durch die täglichen Beispiele der vielfachen Leiden und des Elends, die die Kranken erdulden, von dem unschätzbaren Werthe der Gesundheit und der daraus stießenden Pflicht, sie zu erhalten, recht lebhaft und innig zu überzeugen suchen.)

17. Erfüllen die Menschen diese Pflichten?

Nein, sie erfüllen sie selten.

18. Warum erfüllen sie diese Pflichten selten?

1. Weil die wenigsten Menschen den unschätzbaren Werth der Gesundheit deutlich erkennen.

2. Weil sie unbekannt mit dem Baue und der Beschaffenheit des menschlichen Körpers sind.

3. Weil sie nicht wissen, was der Gesundheit nützlich oder schädlich ist.

1). Woher kommt diese Unwissenheit der Menschen?

Weil sie nicht sind unterrichtet worden.

20. Da Gott aber will, daß allen Menschen geholfen werde: sollten die Menschen aus ihrer Unwissenheit zur Erkenntniß der Wahrheit gebracht werden?

Ja, es wäre recht und gut und Pflicht, alle Menschen, und vorzüglich uns Kinder, von der

Beschaffenheit des menschlichen Körpers und von der Erhaltung der Gesundheit zu unterrichten.

(Historische Nachricht. Die vermittelte Fürstin, Juliana von Schaumburg-Lippe, hat im Herbst des Jahres 1791, da mehrere Kranke an der Ruhr durch Unwissenheit ihr Leben einbüßten, zuerst den guten, segensvollen Gedanken gefaßt, einen Gesundheits-Katechismus für die Schulen schreiben und die Kinder daraus unterrichten zu lassen. Er erschien als Entwurf im Jahr 1792; in zwei Jahren wurden achtzig tausend Exemplare dieses noch sehr unvollkommenen Entwurfs durch ganz Deutschland verkauft, und er wurde in vielen Schulen als Lehrbuch eingeführt.)

21. Ist es also eure Schuldigkeit, auf den Unterrichte allen Fleiß zu verwenden, den ihr jetzt über das wichtigste Gut des Lebens erhalten werdet?

Ja, wir sollten allen Fleiß darauf verwenden, und ihn zu verstehen und zu behalten suchen.

22. Ist es genug, daß ihr diesen Unterrichte mit dem Verstande begreift, und im Gedächtnisse behaltet?

Nein, wir müssen ihn auch im Leben befolgen.

II. Von der Lebensdauer und den Kennzeichen der Gesundheit.

23. Wie lange sollte der Mensch leben?

Das Leben ist eine gute Gabe Gottes; und deswegen sollte der Mensch eine lange Zeit, bis zu einem hohen Alter, leben.

Ps. 90, 11. Unser Leben währet siebenzig Jahre, wann's hoch kommt, so sind's achtzig.

(Anm. Aus dem Baue des menschlichen Körpers (i. E. die langen Knochen der Gliedmaßen bestehen bis zum achtzehnten Jahre aus dreien Stücken, damit sie für das männliche Alter in die Länge wachsen können; dieser weiße Bau würde aber vergebens, wenn der Mensch als Kind stirbt,) und aus der ganzen Natur des Menschen kann man beweisen,

daß der Mensch eine lange Zeit, bis Körper und Seele ihre Vollkommenheit erreicht, und der Körper sich abgenutzt und die Seele ihre Bestimmung auf Erden vollendet hat, leben, und, zum Auferstehen in einer ewigen Seligkeit, in Gottes Arme einschließen solle. — Die Thränen der Aeltern bey'm frühen Hinscheiden ihrer Kinder sind gerecht.)

24. Was hat Gott, als die größte Belohnung auf Erden, demjenigen verheißen, der Vater und Mutter ehrt, und seine Gebote hält?

Auf daß dir's wohlgehe, und du lange lebest auf Erden.

25. Wie lange sollte der Mensch gesund seyn?

Er sollte, ohne langwierige Krankheiten, beynähe das ganze Leben hindurch gesund und wohl seyn.

26. Wie nennt man denjenigen Menschen, der nur biowelen geringe Beschwerden und baldvorübergehende Krankheiten erlitt, im ganzen übrigen Leben aber gesund und wohl war?

Einen gesunden Menschen.

27. Wie nennt man denjenigen Menschen, der nicht allein schwach ist, sondern auch einen großen Theil des Lebens ungesund und krank verlebt?

Einen ungesunden, kranken Menschen.

28. Aus welchen Zeichen erkennt man die ausdauernde Gesundheit des Menschen im männlichen Alter?

Wenn er frisch und wohl aussieht, und wenn alle seine Sinne gut und scharf sind; wenn er stark an Knochen, Fleisch und Kräften ist; wenn er große Adern und vieles Blut hat; wenn seine Brust groß und breit ist, und ohne langwierigen Husten langsam und tief athmet; wenn er mit Hunger ist und zugleich gut verdaut *); wenn er leicht und anhaltend sich bewegen und arbeiten kann; wenn er ruhig und fest schläft, und überhaupt sich munter und wohl befindet.

*) Durch Speisen muß der Körper ernährt oder erhalten werden. Alle Nahrungsmittel sollten verhältnismäßig zu der Zahl

Zahl und Stärke der Zähne feste Körper seyn. Die Zähne dienen vorzüglich zum Kauen; und da vom Kauen der festen Speisen mit dem Speichel zu einem weichen Breie und einer süßen Milch die Verdauung und folglich auch die Ernährung, die Gesundheit, die Stärke und das Wohlfeyn des Menschen zum großen Theil abhängt, so sollte der gesunde Mensch auch gesunde Zähne haben.

29. Kann man sich auf diese Kennzeichen der Gesundheit allein und immer verlassen?

Nein, diese Kennzeichen können trügen.

30. Was muß man daher thun, um mit Gewisheit zu erkennen, ob der scheinbar gesunde Mensch auch wirklich gesund sey?

Man muß auf die Natur, die Gesundheit und die Tugend der Aeltern sehen, von denen der Mensch abstammt.

31. Wie müssen die Aeltern eines gesunden Menschen beschaffen seyn?

Sowohl der Vater als die Mutter müssen gesund und stark, ohne Fehler und Gebrechen, und ohne Krankheiten seyn, die sich auf die Kinder fortpflanzen, als Schwindsucht, fallende Sucht; beyde müssen eine gute Natur und die Anlage zu einem gesunden, hohen Alter haben; und sie müssen tugendhafte Menschen seyn.

32. Warum sollten sie tugendhafte Menschen seyn?

Weil man in den Kindern die Tugend des Vaters und der Mutter findet; und weil tugendhafte Aeltern durch ihr Beyspiel die Kinder zu allem Guten erziehen.

33. Wie müssen also Aeltern beschaffen seyn, die sich tugendhafte, gesunde Kinder wünschen?

Sie müssen selbst tugendhaft und gesund seyn.

III. Von der Beschaffenheit des menschlichen Körpers.

34. Wie ist der Körper des Menschen gebaut?

Er ist mit unendlicher Weisheit und Güte auf das künstlichste und vollkommenste gebaut.

(Anm. Ein Lehrbuch für die Schulen von dem unendlich weisen Baue und von den Verrichtungen der Theile des menschlichen Körpers, durch richtige Kupferstiche erläutert, werden und müssen die Schulen, da ein solches Buch eben so nützlich als notwendig ist, bald erhalten.)

35. Was müssen wir bey diesem vollkommenen Baue noch besonders bemerken?

Daß der Körper mit den größten und wirksamsten, auf Leben und Wohlfeyn abzielenden Kräften ausgerüstet ist: erstlich das Leben und die Gesundheit zu erhalten und auszubilden; und zweytens die verlorne Gesundheit wieder herzustellen, oder den erlittenen Schaden zu heilen.

36. Wenn der Körper etwas Widernatürliches enthält, oder wenn er einen Schaden erlitten hat, wodurch seine Verrichtungen und das Wohlfeyn des Menschen gestört werden, wie verhalten sich alsdann diese Lebenskräfte?

Sie wirken, bald stärker, bald schwächer, das Widernatürliche aus dem Körper zu stoßen, oder den Schaden zu heilen.

(Anm. Z. B. Wenn ein Splitter im Körper steckt, so wirkt die gereizte, auf Leben und Wohlfeyn abzielende Natur Eiterung, den Splitter auszuholen. Wenn verdorbene, gallichte, faule Unreinigkeiten sich im Magen befinden, so sucht die Natur sie durch Erbrechen wegzuschaffen. Wenn eine eigene krankte Beschaffenheit des Körpers dem Leben nachtheilig oder gefährlich werden könnte, so bierhet die Natur oft alle Kräfte auf, es entsteht in vielen Fällen Frost und Hitze, oder ein Fieber, und die Natur sucht das Widernatürliche umzuschaffen, oder, wie es gewöhnlich der Fall ist, aus dem Körper zu stoßen. Zerbricht der Mensch einen Knochen, so erweicht die Natur die Bruh-Enden des harten Kno-

Knochen, damit sie in ihrem erweichten Zustande von selbst, nicht durch Plaster und Salben, wieder zusammen wachsen. Daß die Bruch-Enden durch geschickte Hülfe müssen vor einander gerichtet und durch eine ungespannte und ruhige Lage des zerbrochenen Glieds müssen vor einander erhalten werden, versteht sich.)

27. Kann bey diesen großen Kräften, mit denen Gott den Menschen ausgerüstet hat, der Körper und die Gesundheit leicht Schaden leiden?

Der gesunde und zugleich starke Mensch leidet in vielen Fällen nicht leicht Schaden.

28. Da wir aber doch so viele Menschen ungesund und krank sehen, welche Ursache muß da wohl vorzüglich zum Grunde liegen?

Schwäche, oder Mangel an reinen Lebens-Kräften.

29. Ist diese Schwäche natürlich?

Nein; von Natur sind die Menschen stark, voll Leben und Wohlseyn.

30. Wie haben sie sich diese Schwäche zugezogen?

Größtentheils durch ihre eigene Schuld, oder Unwissenheit.

31. Siebt es nicht auch noch eine andere vorzügliche Ursache, daß die Menschen so schwach sind?

Ja; die Schwäche der Menschen hat von Geschlecht zu Geschlecht fortgeerbt und zugenommen.

32. Was müßten die Menschen also vorzüglich zu erlangen suchen, um Krankheiten weniger ausgesetzt zu seyn?

Sie müßten suchen, wieder stark zu werden.

(Anm. Unter Stärke muß man keine rohe, sondern eine geübete Stärke, wo der Körper geübt, geschmeidig und von Leben und Wohlseyn durchdrungen ist, verstehen.)

33. Wodurch könnten die Menschen wieder stark werden?

Durch eine verständige Erziehung und Lebensart.

34. Durch welche vorzügliche Ursachen kann der gesunde, starke Körper Schaden leiden und krank werden?

Durch üble Erziehung und Lebensart; durch Unmäßigkeit im Essen und Trinken, durch ungesunde

sunde Speisen und hitzige Getränke, durch das Einathmen schlechter und verdorbener Luft, durch Unreinlichkeit, durch zu starke Bewegung oder zu unthätige Ruhe, durch Erhitzungen und Verkältungen, durch Kummer und Elend, und durch manche andere Ursachen kann der Körper Schaden leiden und der Mensch krank werden.

IV. Von der Wartung und Pflege kleiner Kinder.

35. Was ist dem kleinen, hilflosen Kinde das größte Bedürfnis?

Die Liebe und Sorgfalt der Mutter.

36. Kann diese Liebe und Sorgfalt der Mutter durch andere Menschen ersetzt werden?

Nein, nichts kommt der mütterlichen Liebe gleich.

37. Warum bedarf es mütterlicher Liebe und Sorgfalt?

Weil das Kind einer so mühsamen Wartung und Pflege, und einer so liebevollen Behandlung bedarf, daß nur die Mutter sie willig und gern erfüllt.

38. Wie müssen kleine Kinder gewartet und gepflegt werden?

Sie müssen immer frische, reine Luft haben, beständig trocken und rein gehalten, und alle Tage über dem ganzen Körper, auch auf dem Kopfe, mit kaltem, reinem Wasser gewaschen werden.

39. Warum muß dies geschehen?

Weil Kinder dann viel ruhiger sind, nicht leicht wund werden, und viel besser wachsen und gedeihen.

40. Ist es gut, daß man kleine Kinder wickelt?

Nein, das Wickeln ist nicht gut; es verursacht den Kindern Angst und große, anhaltende Schmerzen;

zen; man kann sie nicht rein und trocken halten; und es schadet sehr dem Wachsthum des Körpers.

51. Ist das Wiegen der kleinen Kinder gut?

Nein; das Wiegen macht die Kinder unruhig, betäubt, trunken, schwindlich und dumm; und schadet daher gar sehr dem Körper und der Seele.

52. Ruhen und schlafen die Kinder, ohne daß man sie wiegt?

Ja, wenn die Kinder immer frische, reine Luft haben, trocken und rein gehalten, und in ihrer Ruhe nicht gestört werden, so ruhen und schlafen sie sanft; und das Wiegen, wie auch das Herumtragen der Kinder, ist ganz unnöthig.

(Anm. Daß die Seele des Menschen, von seiner frühesten Kindheit an, durch Wiegen, Herumtragen und Ländeln in Unruhe gesetzt wird; ist sehr unrecht und schädlich. Die Mutter muß liebevoll und auf eine ruhige Art mit ihrem Kinde scherzen und spielen, sie muß das Kind und seine arten Glieder sanft und viel bewegen, und sie muß es ruhig mit Gegenständen bekannt machen.)

53. Muß man überhaupt ruhig mit Kindern verfahren?

Ja; das muß man thun.

54. Was ist daher sehr schlimm?

Wenn man vielen Lärmen um kleine Kinder macht; und noch viel schlimmer ist es, wenn man sie erschreckt.

55. Darf man also Kinder nicht durch Furcht und Schrecken zur Ruhe zu bringen suchen?

Nein, das darf man ja nicht thun; denn sie können dadurch in Zuckungen und Krämpfe verfallen.

56. Darf man den Kindern beruhigende, schlafmachende Arzneyen eingeben?

Nein, sie machen einen ungesunden Schlaf, und sind sehr schädlich und gefährlich.

57. Wie lange muß die Mutter ihr Kind säugen?

Neun, bis zwölf Monate.

(Anm. Eigentlich bis das Kind in jeder Kinnlade zwei Zähne hat. — Daß manche Mütter ihre Kinder 2 oder 3 Jahre lang säugen, ist unrecht und schädlich für Mutter und Kind.)

58. Welche Speisen sind den kleinen Kindern schädlich?

Mehlbreye, Pfann- und Eyerfuchen, und zähe, schwere, fette Speisen sind ihnen schädlich.

59. Was schaden diese Speisen, besonders die Mehlbreye?

Sie verstopfen die Eingeweide, und die Kinder bekommen durch diese unverdaulichen Speisen dicke, harte Bäuche, und zehren aus.

60. Welche Speisen sind den kleinen Kindern zuträglich?

Keine, unvermischte und ungekochte Milch, und dünne, nicht fette, Breye von Gries, zerriebenen Brodrinden, oder Zwieback, mit Wasser, oder einem Theil Milch gekocht, und oft frisch zubereitet, sind ihnen zuträglich.

61. Darf man den Kindern die Speisen vorkauen?

Nein, das ist eckelhaft und schädlich.

(Anm. Die kleinen Kinder an einem Sauglappen, (Zucker-Eis, Lutscher, Zulp, Schnuller) saugen zu lassen, oder an einem Nutsch- oder Zutschländchen zu tränken, sind sehr schlimme, edelhafte Gewohnheiten, die den Kindern Bauchgrimmen verursachen und viel Schaden.)

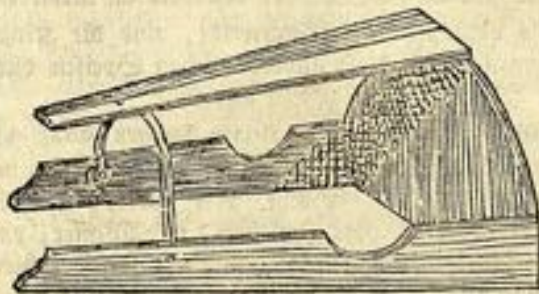
62. Was ist überhaupt bey dem Ernähren der Kinder vorzüglich zu beobachten?

Daß sie ordentlich und mäßig genährt, und weder durch Milch, noch durch Speisen übersättet werden: es darf daher Niemand den Kindern Speisen zu stopfen, oder außer der Zeit geben; sondern die Ältern allein müssen die Nahrung ihres Kindes besorgen.

63. Thun liebevolle, sorgfältige Mütter wohl, wenn sie ihre kleinen Kinder zu sich ins Bett nehmen?

Nein; es ist gefährlich und schädlich; die Kinder müssen daher allein in ihrem Bette liegen.

(Anm. In Italien decken die Mütter, die ihre saugenden Kinder zu sich ins Bett nehmen, nachstehendes Gebäu über dieselben, um sie vor Schaden und Gefahr zu bewahren. Dieses hölzerne Gebäu nennen sie Arcuccio, und es ist 3 Fuß 2 Zoll lang, und am Kopfbrette 14 Zoll breit und 13 Zoll hoch.)



64. Muß man kleine Kinder überhaupt sehr warm halten?

Nein, man muß sie nicht zu warm halten.

65. Ist es gut, daß man den kleinen Kindern den Kopf bedeckt?

Nein, es ist nicht gut; sie bekommen dadurch eine schmierige Borke und Grind auf den Kopf; und das Zahnen wird ihnen schwer und gefährlich.

(Anm. Von der Geburt an muß der Kopf der Kinder bloß und unbedeckt seyn. Die Mütter werden finden, wenn sie, wäre es auch in einer kalten Winternacht, die Hand auf den Kopf der kleinsten Kinder legen, daß derselbe immer warm, nie kalt, ist.)

66. Kinder sehen nach allen Gegenständen und vorzüglich nach dem Lichte, was muß man dabey beobachten?

Man muß sie gerade vor sich hin, nie von der Seite, sehen lassen, sonst lernen sie schielen.

67. Wodurch wird den Kindern das Zahnen schwer und gefährlich?

Durch Nähen und warme Kopfbedeckungen, durch Unreinlichkeit und durch schlechte Nahrungsmittel.

(Anm. Selbst die Natur verursacht beym Ausbruche der Zähne Schmerz, und das Kind zieht sich nachher noch manchem Schmerz selbst zu. Es wird gut seyn, hier zu bemerken: 1. Daß der Schmerz der erste Lehrer des Menschen sey; er lehret ihn, übel und Schmerz zu lieben, und er macht ihn vorsichtig, mitleidig, menschlich und beherzt. 2. Keiner Körper - Schmerz thut in sehr vielen Fällen, und vorzüglich in den Jahren der Kindheit, dem Menschen und seiner Glückseligkeit weniger Schaden, als Seelen - Schmerz, wenn man einem Kinde unrecht thut, es erzürnt, böse macht und verächtlich behandelt; und eben so schlimm ist es Kindern Furcht und Schrecken einzujagen.)

68. Wenn Kinder anfangen gehen zu lernen, was muß man da beobachten?

Man muß sie weder durch Gängelbänder und Laufstühle, noch durch Halten an den Armen gehen lehren; sondern man muß die Kinder kriechen und das Gehen selbst lernen lassen.

69. Wenn Kinder anfangen zu sprechen, was muß man thun?

Man muß ihnen einzelne Töne, und nachher leichte Wörter, langsam und deutlich vorsprechen.

(Anm. Es ist von der größten Wichtigkeit, daß der Mensch, von der frühesten Kindheit an, zu einer deutlichen Sprache angehalten werde.)

70. Welches sind die vorzüglichsten Ursachen, daß der vierte Theil der Kinder in den ersten zwey Jahren stirbt?

Mangel an frischer, reiner Luft, Unreinlichkeit, schlechte, unverdauliche Speisen, besonders Mehlbreye, und Kummer und Elend sind die Ursachen, daß viele Kinder so früh sterben.

V. Von der körperlichen Erziehung der Kinder *)

*) vom dritten, bis zum neunten oder zwölften Jahre. — Vom dritten, bis zum siebenten Jahre hat das Kind zwanzig Milch: Zähne; und während dieser Zeit ist der Körper schwach. Die schwachen Milch: Zähne werden vom siebenten, bis zum zwölften, Jahre mit starken Bleibenden: Zähnen verwechselt. Im neunten Jahre hat das Kind zehn Milch: und zwölf Bleibende: Zähne. Im zwölften Jahre hat der Knabe und das Mädchen vier und zwanzig große, starke Bleibende: Zähne, und erst von dieser Zeit an wird der Körper eigentlich stark.

71. Wenn der Mensch gesund und stark werden soll, was muß dann vorzüglich geschehen?

Er muß in seiner Kindheit und Jugend verständig erzogen werden.

72. Ist dies sehr wichtig?

Ja, davon hängt die Gesundheit, die Stärke und das Wohlfeyn im ganzen übrigen Leben ab.

73. Was versteht man unter einer verständigen Erziehung?

Daß der Mensch übereinstimmend mit der Natur seines Körpers und seiner Seele erzogen werde.

74. Was muß man also wissen und kennen, um den Menschen verständig zu erziehen?

Die Natur und Ordnung, die Gott in den Menschen legte.

75. Was ist die Natur und Beschaffenheit des Menschen in den ersten neun oder zwölf Jahren des Lebens?

Daß sein Körper wachse und sich bilde; daß seine Seele den Körper gebrauchen lerne, und durch
die

die Sinne empfinde und erkenne; und daß der Mensch, als Kind, in Gesellschaft mit Kindern froh und glücklich sey.

76. Was sucht die Natur also vorzüglich in den Jahren der Kindheit zu bewirken?

Die Bildung des Körpers.

77. Wird durch diese Bildung des Körpers auch die Vollkommenheit der Seele und des Menschen befördert?

Ja; je vollkommener der Körper ist, desto vollkommener wird die Seele, und desto mehr kann der Mensch seine und seiner Nebenmenschen Glückseligkeit befördern.

78. Kann die Seele den Körper gebrauchen, ohne es gelernt und ihn geübt zu haben?

Nein; die Seele muß viele Jahre, die ganze Kindheit hindurch, sich üben, um den vielfach zusammengesetzten Körper recht gebrauchen zu lernen. (Anm. Durch ungefähr 440 Fleischstränge, oder Muskeln, die vermittelst einer noch viel größern Zahl Nerven von der Seele in Bewegung gesetzt werden, geschehen alle freiwillige Bewegungen des Körpers: die Seele muß sich also viele Jahre, und zwar in der Kindheit, wo sie ganz leben und Thätigkeit, und wo der Körper weich und geschmeidig ist, üben, wenn sie lernen will, diese 440 Muskeln zu den unendlich vielfachen Bewegungen des Körpers zu gebrauchen.)

79. Haben diese Übungen auch Nutzen für den Körper?

Ja, seine Vollkommenheit wird dadurch erlangt, und der ganze Körper wird durch diese Leibesübungen von Leben und Wohlfeyn durchdrungen.

80. Was nützen dem Kinde die Empfindungen und Erkenntnisse, die seine Seele durch die Sinne empfängt?

Sie sind der Grund und Stoff zum Verstande, und je mehr und deutlicher die Seele gesehen, gehört und empfunden hat, desto verständiger wird der Mensch.

31. Welchen vorzüglichen Tugenden hat es, daß die Kinder unter sich in Gesellschaft leben?

Sie lernen sich kennen, verstehen und lieben; und sie legen dadurch den Grund zur Eintracht, zur Liebe und zum Glücke des Lebens.

32. Und daß der Mensch als Kind in Gesellschaft mit Kindern froh und glücklich sey, hat das auch Tugenden für das übrige Leben?

Ja, es trägt sehr viel dazu bey, daß der Mensch auch im übrigen Leben seiner Bestimmung gemäß verständig, tugendhaft und glücklich werde.

33. Wodurch werden alle diese weisen Absichten der Natur erreicht und befördert?

Durch freye Selbstthätigkeit, und durch beständige und leichte Uebungen des Körpers und der Sinne in Gesellschaft mit Kindern.

34. Finden wir auch wirklich, daß dies mit der Natur der Kinder übereinstimme?

Ja, Kinder sind ganz Leben und Thätigkeit, Sinn und Gefühl, Frohsenn und Lachen, und sie suchen, in Gesellschaft mit Kindern zu leben.

(Anm. Vom zwölften bis zum achtzehnten Jahre, in der Jugend, muß der geübte, geschmeidige Körper, durch Leibesübungen und körperliche Spiele stark; die kenntnißreiche, nachforschende Seele muß durch Nachdenken und Unterricht verständig, und der Mensch, dessen Kindheit so froh und glücklich dahin lag, muß als Jüngling tugendhaft werden: und das wird er, wenn er Freude und Leid für sich genossen und mit andern getheilt hat; und wenn er zur deutlichen Erkenntniß gekommen ist, daß er und alle Menschen gleichen Freuden und Leiden ausgesetzt sind, und daß ein allgütiger Gott Alles gut, und alle Menschen zur Glückseligkeit (Auf.)

35. Worin muß also die körperliche Erziehung der Kinder vorzüglich bestehen?

Daß man die Kinder in Gesellschaft mit Kindern

bern und in freyer Luft froh und selbstthätig seyn, und Körper und Seele üben lasse.

(Anm. Daß die Ältern bey dieser körperlichen Erziehung ihrer Kinder nicht allein Aufsicht auf sie haben und sie vor allem Schaden hüten, sondern auch, daß sie ihre Kinder sittlich und ehrsüchtig zu allem Guten und durch ihr tugendhaftes Beyspiel zur Tugend erziehen werden, ist leicht einzusehen.)

36. Müßen die Kinder weiblichen Geschlechtes die nämliche körperliche Erziehung, als die Kinder männlichen Geschlechtes in der frühen Kindheit erhalten?

Ja, denn sie müßen künftig, als Frauen, eben so gesund, als die Männer seyn.

(Anm. Daß das weibliche Geschlecht in der frühen Kindheit vom männlichen Geschlechte getrennt und verschieden gekleidet, und von Leibes-Bewegungen ab- und zum Sitzen angehalten wird: das hat die nachtheiligsten Folgen auf die Gesundheit und das Wohl des Menschengeschlechtes.)

37. Wenn man Kinder vor dem neunten Jahre viel und anhaltend sitzen läßt, was geschieht alsdann?

So wachsen sie nicht recht, und werden für ihr ganzes Leben schwach und kränklich.

38. Was geschieht, wenn Kinder vor dem zwölften Jahre zu schwerer körperlichen Arbeit angehalten werden?

Sie werden frühzeitig steif, abständig und alt.

VI. Von der Kleidung der Kinder *)

*) vom Anfange des dritten, bis zum Ende des siebenten oder achten Jahrs. — Oder, bis zu der Zeit, wo in jeder der beyden Kinnladen die vordern vier schwachen Milch-Zähne mit vier starken Bleibenden-Zähnen verwechselt sind.

39. Wodurch unterhält der Mensch, vorzüglich in der Kindheit, die wohlthätige Wärme des Körpers?

Durch den Genuß von guten Nahrungsmitteln und durch körperliche Bewegung.

90. Muß der Körper der Kinder durch Kleider sehr warm gehalten und vor der Luft geschützt werden?

Nein, das muß nicht geschehen.

91. Warum muß das nicht geschehen?

Damit der Körper gesund und stark werde, und nicht leicht in Krankheiten verfallt.

92. Wie muß der Kopf der Kinder gehalten werden?

Rein und kühl.

93. Ist es gut, daß man den Kindern durch Mützen und Hüte die Köpfe bedeckt und warm hält?

Nein, es ist nicht gut; durch die Haare ist der Kopf hinlänglich geschützt und erwärmt.

94. Schaden diese Kopfbedeckungen?

Ja, die Kinder werden dadurch dumm und einkältig, und sie bekommen Ungeziefer und Grind, Flüsse, Kopf-, Ohren- und Zahnschmerzen.

95. Welche Mützen sind am schädlichsten?

Die warmen wollenen, oder Pelz-, Mützen.

96. Wie muß der Kopf der Kinder also gehalten werden?

Sowohl Knaben als Mädchen müssen in bloßen, unbedecktem Kopfe gehen, es sey Sommer oder Winter, Tag oder Nacht.

(Anm. Kinder mit ausge schlagenen Köpfen müssen den Kopf kühl, rein und unbedeckt halten, und die Haare etwas abschneiden und leibig auskämmen, so heilt der Ausschlag; ihn mit Salben zu vertreiben, ist sehr schädlich.)

97. Schadet Luft und Sonne nicht der Haut?

Nein, wenn die Haut sauber und rein gehalten wird, so schaden sie nicht.

98. Kann man in unbedecktem Kopfe, wenn die Sonne darauf scheint, nicht einen Sonnenstich bekommen?

Nein, wer von Kindheit an in bloßem Kopfe geht, der bekommt keinen Sonnenstich.

99. Wie müssen die Haare gehalten werden?

Sie müssen von der Stirne nicht zurückgekämmt, und nicht in einen Zopf gebunden, sondern sie müssen rund und frey den Kopf umgeben und schützen.

100. Müssen die Kinder ihre Haare oft kämmen?

Ja, sie müssen sie mehreremahle des Tages in Ordnung kämmen; das Ungeziefer wird dadurch verhütet, und es macht heiter und munter.

101. Die Hemdkragen und die Halsbinden drücken den Hals und seine Adern zusammen; ist das gut?

Nein, der Hals muß gar nicht gedrückt werden; und Kinder müssen daher mit bloßem Halse gehen.

102. Wie muß die eigentliche Körper-Kleidung der Kinder beschaffen seyn?

Sie muß die freye, leichte Bewegung des Körpers nicht erschweren, und den freyen Zutritt der frischen, stärkenden Luft zum Körper nicht verhindern; sie muß folglich frey, weit und offen seyn.

103. Was muß sie weiter für Eigenschaften haben?

Sie muß einfach, rein, leicht, kühl, wohlfeil, und leicht an- und abzulegen seyn; und diese Kinder-Kleidung muß verschieden von der Kleidung älterer und erwachsener Menschen seyn.

104. Warum muß die Kleidung der Kinder verschieden von der Kleidung älterer und erwachsener Menschen seyn?

Damit die Kinder unter sich leben, und nicht alles, was Erwachsene thun, nachahmen.

(Anm. J. B. Ledacktrauchen, Kaffe- und Branntweintrinken.)

105. Woraus sollte also die Kleidung der Kinder bestehen?

Aus einem weiten, leinenen Kittel, weiß und blau gestreift, mit weiten, kurzen Ärmeln, und einem

einem Hemde von der nämlichen Gestalt, als der Kittel.

(Anm. Wie der Kittel oder die Kinder-Kleidung gestaltet seyn müsse, kann man aus dem Holzschnitte, der vor diesem Geiundb. Katech. steht, ersehen. Der Kittel muß nicht sehr lang seyn, er darf keine Seitenschnungen haben, seine Ärmeln müssen nur bis zu den Ellenbogen reichen, der zurückfallende Kragen des Hemdes muß über den Kragen des Kittels zurückgeschlagen werden, und der Körper muß unter dem Hemde und Kittel von keinen andern Kleidungsstücken bedeckt, sondern nackt und bloß seyn, damit die frische Luft frey den Körper umgeben und ihn stärken, und damit der Körper sich frey und leicht bewegen und bilden könne.)

106. Tragen die Kinder diese Kleidung auch im Winter?

Ja, nur müssen sie alsdenn zwischen dem blaus gestreiften leinenen Kittel und dem Hemde einen wollenen Unterkittel tragen.

107. Wie müssen die Strümpfe der Kinder gestaltet seyn?

Sie müssen kurz seyn, und sie dürfen nicht gebunden werden; es wäre daher am besten, nur kurze Socken oder Fäßlinge zur Bedeckung der Füße in den Schuhen zu tragen.

(Anm. Die Strümpfe der Kinder dürfen weder die Knie bedecken, noch darüber gebunden werden, sonst bekommen die Kinder dicke Knie, und manchemahl Schäden und Schwämme der Knie, die sehr gefährlich sind.)

108. Werden die Kinder nicht an den Unterschenkeln frieren, wenn sie keine Strümpfe, sondern nur Socken tragen?

Nein, denn sie frieren ja nicht an den bloßen Vorderarmen; und durch die Luft werden die Unterschenkel und die Waden stark, und durch das Hemd und den Kittel sind sie genug erwärmt.

(Anm. In England tragen die Kinder gewöhnlich keine Strümpfe, sondern nur Socken oder Fäßlinge.)

109. Wie ist der Fuß des Menschen gestaltet?

Er ist vorn an den Zehen breit, hinten an der Ferse schmal, und die innere Seite ist länger als die äußere.

110. Warum hat er diese Gestalt?

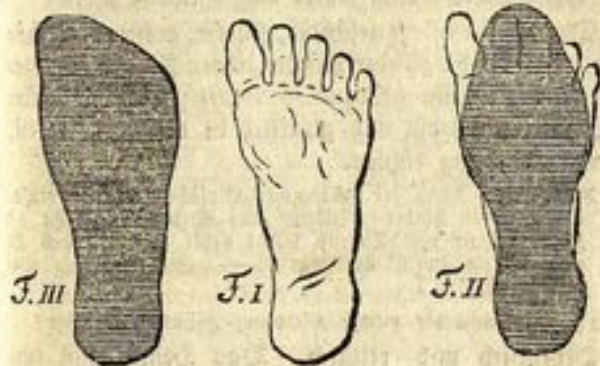
Damit der Mensch leicht und fest gehen und stehen, und seinen Körper frey bewegen könne.

111. Wie müssen also die Schuhe, vorzüglich der Kinder, gestaltet seyn?

Die Schuhe müssen die nämliche Gestalt als die Füße haben; sie müssen also nicht über einen, sondern über zwey Leisten nach der Gestalt der Füße verfertigt werden.

(Anm. Jeder Fuß muß auf ein Stück Papier gelegt, und mit einem Bleystift muß seine wahre Gestalt gezeichnet und ein rechter und linker Leisten darnach gemacht werden.)

Aus den nachstehenden Figuren kann man deutlich ersehen, wie die Schuhe gestaltet seyn müßten. Die mittlere Figur (1) ist die wahre Gestalt der Sohle des linken Fußes; die vordere Figur (3) zeigt, wie die Sohle des linken Schuhs gestaltet seyn müsse; und die hintere Figur (2) zeigt, daß unsere gewöhnlichen Schuhe über einen Leisten ganz und gar nicht passen. Sie drücken die Zehen, die keinen Raum darin haben, zusammen; und durch diese gewaltsame Zusammendrückung des Fußes und der Zehen wird sowohl die feste, leichte Stellung, als der leichte, feste Gang des Menschen, die von so großem Nutzen und zur Arbeit so notwendig sind, ganz verderben.



112. Dürfen die Schuhe der Kinder Absätze haben?

Nein; die Absätze machen den Rückgrath krumm und eingebogen, und sie hindern die leichte, freie Bewegung des Körpers im Gehen und Laufen.

(Anm. Um eine gute, feste, aufrechte Stellung und Haltung des Körpers zu bekommen, und um leicht und bequem zu laufen und zu springen, muß man Schuhe ohne Absätze tragen. Wenn Kinder oft und viel barfuß gehen, so bekommen sie einen sehr leichten, festen Gang. — Kleine Kinder dürfen vor dem achtzehnten Monate entweder gar keine, oder nur Schuhe mit weichen Sohlen tragen, damit sie leicht und gut gehen lernen.)

113. Wie müßten also die Kinder, sowohl männlichen als weiblichen Geschlechts, vom Anfange des dritten, bis zum Ende des siebenten oder, besser, achten Jahres gekleidet seyn?

Kopf und Hals müßten frey und unbedeckt seyn; der Körper müßte von einem weiten Hemde und Kittel mit kurzen Ärmeln frey umgeben werden; die Füße müßten nur kurze Socken zur Bedeckung in die Schuhe haben; und der rechte und der linke Schuh müßte nach der Gestalt jedes Fußes gemacht und ohne Absätze seyn.

114. Welchen Nutzen würde diese Kleidung haben?

Der Körper würde gesünder, stärker, größer und schöner werden; die Kinder würden ihren Körper rechtzue schicken und thätig gebrauchen lernen; und sie würden sich recht wohl und glücklich in dieser einfachen, freyen Kleidung fühlen.

(Anm. Daß durch die allgemeine Einführung dieser einfachen, freyen Kinder-Kleidung das Menschengeschlecht an Körper, Geist und Tugend werde besser werden, das ist wohl keinem Zweifel unterworfen. — Sie wird also eingeführt werden!)

115. Wie muß die ganze Kleidung gehalten werden?

Ordentlich und reinlich. Das Hemd muß m-

ner

mer rein, und der Kittel muß ordentlich, nicht zerlumpt und zerrissen, und auch nicht schmutzig seyn.

116. Wenn Kinder immer gewaschen und gekämmt, ein reines Gemd haben, und von Kopf bis zu Fuß ordentlich und reinlich gekleidet sind, was schließt man daraus?

Daß ihre Ältern brave, verständige, gute Menschen sind.

117. Und die Kinder selbst?

Hat man lieb: der Knabe wird ein braver Mann, das Mädchen wird eine brave Frau werden, wie ihre Ältern sind.

118. Darf der Mensch und das Kind stolz und hoffärtig gekleidet seyn?

Nein; eine einfache, ordentliche, reine Kleidung, ohne Druck und Zwang, ist die beste Kleidung.

Sirach 10, 7. Den Hoffärtigen sind beyde, Gott und die Welt, feind; denn sie handeln vor allen beyden unrecht.

(Anm. Eine der schädlichsten Erfindungen der Menschen sind die Schnürbrüste und die heißen Korsets: diese entstellen die schöne und aufrechte Gestalt des Menschen, und statt gerade zu machen, wie man irriger Weise glaubte, machen sie krumm und buckelig; sie verderben die Eingeweide der Brust und des Unterleibes, das Athembolen und die Verdauung; sie schaden so sehr den Brüsten und ihren Warzen, daß viele Mütter ihre Kinder nicht säugen können, und deswegen oft Leben und Gesundheit verlieren und den Krebs bekommen; sie machen das Gebähren oft sehr schwer und tödlich für Mutter und Kind, und zerbrechen überhaupt die ganze Gesundheit. Es ist also die Pflicht der Ältern, und vorzüglich der Mütter, die Schnürbrüste und heißen Korsets ihres Kinder gänzlich abzuschaffen, und auszurotten. Auch die den Unterleib zusammendrückenden Leibgürtel sind der Gesundheit sehr schädlich. Und überhaupt wäre es gut, wenn die weibliche Kleidung nicht aus zwey an den Hüften vereinigten Kleidern, sondern aus einem einzigen langen, den Körper frey und schön umgebenden, Kleide bestünde.)

119. Darf man Kleider von Menschen, die an bösen und steckenden Krankheiten krank waren, oder gar daran gestorben sind, tragen, oder den Kindern Kleider davon machen?

Nein; durch diese Kleider kann man leicht Leben und Gesundheit verlieren.

(Anm. Alte, besonders alte wollene Kleider, durch ungesunden Schweiß und franke Ausdünstungen verunreiniget, sind der Gesundheit sehr schädlich, und ansteckende Krankheiten werden leicht und häufig dadurch weiter verbreitet.)

Die folgenden Kapitel betreffen sowohl die erwachsenen, als die jungen Menschen; und was die Kinder besonders betrifft, das wird in besondern Fragen und Antworten erianert.

VII. Von der Luft.

120. Wie muß die Luft, in der der Mensch lebt, und die er jeden Augenblick einathmet, beschaffen seyn?

Die Luft, in der der Mensch lebt, und die er einathmet, muß frisch, rein und trocken seyn.

121. Warum muß sie frisch, rein und trocken seyn?

Weil sie den Menschen gesund, frisch, ruhig und froh macht; sie muntert auf zur Arbeit, vermehret den Hunger, macht die Speisen gedeihen, gibt ruhigen, sanften Schlaf, und dem Menschen ist es in frischer Luft gar wohl.

122. Ist es ihm auch wohl in schlechter, unreiner, feuchter Luft?

Nein, es ist ihm nicht wohl; in schlechter, verdorbener Luft wird der Mensch schwach, ungesund, unruhig, verdrießlich und dumm, und er verfallt oft in Fieber und viele böse, gefährliche Krankheiten, die schwer zu heilen sind.

123. Wie notwendig ist dem Menschen zum Frisch- und Gesundseyn die frische, freye Luft?

Sie ist dem Menschen so notwendig, wie dem Fische das frische Wasser, wie Speis und Trank.

124. Warum ist sie das?

Weil die Luft eben so gut, wie Speis und Trank, Lebenskraft in sich enthält; und zwar eine eigene Lebenskraft, die durch Speis und Trank nicht kann ersetzt werden, und eben so notwendig ist.

(Anm. Pflanzen in der besten Erde, und Thiere bey dem besten Futter, ohne frische Luft, verwelken und verderben. Der Mensch, wenn er leben und gedeihen, und gesund, verständig, ruhig und glücklich seyn wil, muß notwendig in frischer Luft leben.)

125. Wodurch verdiebt die Luft?

Wenn sie stillsteht, und durch frische Luft von außen nicht beständig erfrischt wird; auch wenn in der Gegend der menschlichen Wohnungen Sumpfe und stehende Gewässer sind, die die Luft einer ganzen Gegend verderben und ungesund machen.

126. Wodurch verdiebt die Luft weiter?

Wenn sie die Ausdünstungen vieler und nasser Sachen, wässerichte Dünste, und den Athem und die Ausdünstungen vieler Menschen enthält. Auch Dämpfe von Oehlampen, Talglichtern, Lichtschnuppen, vom Rägeln der Wäsche, vom Wollkammern und von brennenden Holzkoßlen verderben die Luft so sehr, daß die Menschen rumpfig und elend davon werden, und manchmahl gar ersticken.

(Anm. Man leht das Noth- und Süßwäckerlein. S. 46. S. 340.)

127. Worauf müssen die Menschen sehen, die so viel in Stuben und Kammern sich aufhalten?

Sie müssen immer darauf sehen, daß die verdorbene Luft durch frische Luft vertrieben und ersetzt

neuert werde; sie müssen also öfters bey offenen Thüren und Fenstern die Luft erfrischen.

128. Wie kann man die Stubenluft auch sonst frisch erhalten?

Wenn man zwey Löcher, eines unten an der auswendigen, und das andere oben an der inwendigen, entgegenstehenden Wand durchbricht; damit die frische Luft immer unten eindringe, und die verdorbene Luft oben her austreibe.

129. Was müssen die Menschen weiter thun?

Sie müssen die Stuben und Kammern ordentlich und reinlich halten; und sie müssen nichts Unnütziges in Stuben und Kammern haben, wodurch die Luft kann verunreiniget und verdorben werden.

(Anm. Wohlgerüche und starkriechende Blumen in Stuben verderben sehr die Luft, und verursachen Kopfweh und Schwindel, auch Schlagflüsse.)

130. Woran erkennt man, daß Stuben und Kammern ordentlich und reinlich sind, und frische Luft haben?

Wenn man keine Spinnweben in Stuben und Kammern sieht; wenn kein Staub, kein Stroh und kein Urath darin ist; wenn die Fenster hell und klar sind; und wenn man keinen Geruch und keine Mengslichkeit empfindet, indem man aus der freyen Luft in die Stuben und Kammern kommt.

131. Muß der Mensch auch des Nachts im Schlafe frische, reine, trockne Luft athmen?

Ja, er muß auch des Nachts im Schlafe frische Luft athmen; zugezogene Vorhänge rund um das Bett, und enge Schlafstellen sind daher ungesund.

(Anm. Daß man den kleinen Kindern im Schlafe das Gesicht bedeckt, taugt nicht; denn man beraubt sie der frischen Luft.)

132. Wann die Menschen, die so viel in Stuben sitzen, sich bemühen, immer in reiner Luft zu leben, was würde die Folge davon seyn?

Statt, daß sie jetzt ungesund, schwach und verdriß-

drißlich sind, und an Flüßten, Husten und Dumpf leiden; so würden sie alsdann viel gesünder, vernünftiger und glücklicher seyn, und auch länger leben.

(Anm. Die Todten innerhalb, oder nahe den Städten oder Dörfern zu begraben, ist den Lebendigen schädlich und gefährlich.)

VIII. Von der Reinlichkeit, vom Waschen und Baden.

133. Was nützt dem Menschen die Reinlichkeit?

Sie erhält die Gesundheit und die Tugend des Menschen; sie erheitert seinen Verstand und ermuntert ihn zur Thätigkeit; sie verschafft ihm Achtung und Liebe bey Andern; und nur der reinliche Mensch kann recht froh und glücklich seyn.

134. Was schadet die Unreinlichkeit?

Sie verdorbt die Gesundheit und die Tugend des Menschen; sie verdunkelt seinen Verstand und macht ihn träge zur Arbeit; sie entweißt ihm die Achtung und Liebe von Andern; und der unreinliche Mensch kann nicht recht froh und glücklich seyn.

135. Entstehen durch Unreinlichkeit auch Krankheiten?

Ja, durch Unreinlichkeit und schlechte Luft, die fast immer mit einander verbunden sind, entstehen Fieber, die nicht allein sehr bössartig und tödlich, sondern auch oft sehr ansteckend sind.

(Anm. Der menschenfreundliche Arzt J. Ferriar zu Manchester in England macht aus den ansteckenden Krankheits-Histien, die in den unreinlichen Hütten des Elends entstehen, den Schluß; daß nicht allein die Tugend, sondern auch die Selbsterhaltung es den Reichen zur Pflicht mache, sich der Armen aus allen Kräften anzunehmen.)

136. Wie wird der Mensch reinlich?

Wenn er, von der frühesten Kindheit an, angezöhnt wird, seinen Körper rein zu halten.

137. Was muß man thun, um den Körper rein zu halten?

Man muß sich nicht allein Angesicht und Hände waschen, sondern man muß auch die Haut über dem ganzen Körper in jeder Woche ein oder mehrere Male rein waschen, und sich häufig baden.

138. Ist das Waschen und das Baden über dem ganzen Körper gut?

Ja, es ist sehr gut; es macht rein, gesund, stark und leicht; und verhindert Blässe, Gliederreizen, Sicht, Krätze und viele Krankheiten.

(Anm. In Russland hat beynahe jedes Haus seine Bad-Stube. Es wäre sehr zu wünschen, daß an jedem Orte in einem oder mehreren Häusern Anstalten zu kaltem und warmen Bädern getroffen wären, und daß das Waschen und Baden allgemeine Sitte der Menschen würde.)

139. Warum ist das Reinhalten des Körpers so nützlich?

Weil die Hälfte von allem, was der Mensch isst und trinkt, durch die unmerkliche Ausdünstung der Haut aus dem Körper geht; und wenn die Haut nicht rein gehalten wird, so kann das nicht wohl geschehen, und dadurch leidet die Gesundheit sehr.

140. Was muß man bey dem Baden beobachten?

1. Man muß sich vorsichtig an Stellen baden, wo gar keine Gefahr ist.
2. Man muß gesund und wohl seyn.
3. Man darf nicht erhitzt seyn, oder kurz vorher eine Mahlzeit genossen haben.
4. Man muß sich nicht langsam, sondern geschwind mit dem ganzen Körper unter das Wasser tauchen.
5. Man muß im Bade nicht stille sitzen, sondern sich stark bewegen.

6.

6. Nach dem Bade muß man nicht ruhen, sondern gemächlich gehen.

(Anmerkung. Es wäre wohl ein sehr gutes Gesetz der Schulen: daß die Schulkinder, von Anfang März bis Ende Septembers, wöchentlich einigemahl unter der Aufsicht des Schullehrers ordentlich badeten.)

141. Wie oft muß man sich täglich Hände und Gesicht waschen?

Beym Erwachen und beym Schlafengehen, vor und nach dem Mittags; und dem Abendessen, und jedesmahl, wann nach gethaner Arbeit Hände und Gesicht unrein sind.

(Anm. In jeder ordentlichen Haushaltung sollte immer ein Napf mit reinem, kaltem Wasser zum Waschen bereit sehn.)

142. Muß man nach dem Essen nicht auch jedesmahl den Mund reinigen?

Ja, man muß nach jedem Essen den Mund mit kaltem Wasser reinigen; Zahnfleisch und Zähne werden dadurch gut und gesund erhalten, und man verhindert Zahnschmerzen.

143. Müßten Kinder sich nicht auch waschen und kämmen, ehe sie in die Schule gehen?

Ja, jedes Kind muß Morgens und Nachmittags, ehe es in die Schule geht, sich jedesmahl waschen und kämmen; denn das Lernen wird dadurch viel leichter und angenehmer, weil man dann froher und munter ist.

144. Was sollte man beym Waschen thun?

Man sollte jedesmahl das Gesicht vorher in das Wasser tauchen, und eine Weile darin halten.

(Anm. Man lernt dadurch den Athem an sich halten, welches bey dem Waschen Gefahr von großem Nutzen ist. Wenn man im Wasser auch die Augen aufthut und den Mund aufspäht, so ist es beyden nützlich, und verhindert Zahnschmerzen.)

E 3

145

145. Da der Körper des Menschen von der frühesten Kindheit an, muß rein gehalten werden, kleine Kinder es aber nicht selbst thun können, was müssen die Aeltern thun?

Sie müssen es sich eben so sehr angelegen seyn lassen, ihre Kinder recht fleißig zu waschen, als ihnen Nahrung und Kleidung zu geben; die Nahrung gedeiht alsdann an ihnen, die Kleidung halten sie rein, die Reinlichkeit wird ihnen zur Natur, und sie werden gestirzte, glückliche Menschen werden.

146. Lassen die kleinen Kinder sich gerne waschen und baden?

Im Anfange fürchten sie sich und schreien; wenn man aber fortfährt, sie täglich mehrere Male zu waschen und fleißig zu baden, so wird es ihnen angenehm und zur Lust.

147. Ist es hinlänglich, wenn der Mensch seinen Körper rein hält?

Nein, er muß auch seine Kleider, und alles, was um ihn ist, Stuben und Kammern, Betten und alles Hausgeräth, rein und in Ordnung halten.

148. Welchen Nutzen hat diese Ordnung und Reinlichkeit im ganzen Haushalte?

Sie erhält gesund, macht alle Arbeit leicht, und das Leben wird zur Lust und Freude.

IX. Von Nahrungsmitteln.

149. In welcher Absicht sollte der Mensch Speisen genießen?

Um seinen Hunger zu stillen, und das Leben und den Körper zu erhalten und zu ernähren.

150. Welches sind die vorzüglichsten Speisen des Menschen?

Brod, Gemüse, Hülsen- und Samensfrüchte, Obst, Milch, Fische und Fleisch.

151.

151. Welche Speisen sind die nahrhaftesten?

Die Fleisch-Speisen sind nahrhafter, als die Pflanzen-Speisen.

152. Woraus sollten die Speisen des Menschen bestehen?

Zum größern Theil aus Pflanzen-, und zum kleinern Theil aus Fleisch-Speisen.

(Anm. Daß der Mensch weder zu Fleisch-, noch zu Pflanzen-Speisen allein bestimmt sey, zeigt der Bau seiner Zähne, seines Magens und seiner Därme. Bey dem Genusse von bloßen Fleischspeisen geräth das Blut zu leicht in Fäulniß, und die Pflanzen-speisen allein geben dem Körper nicht genug Kraft und Stärke.)

153. Was giebt den Speisen wahren Wohlgeschmack?

Der Hunger, und daß man die Speisen zu einem süßen Breye kauen.

154. Wodurch bekommt man rechten Hunger, und wodurch gedeihen auch zugleich die Speisen?

Durch körperliche Bewegung, besonders wenn sie in freyer Luft geschieht.

155. Muß man einfache Speisen genießen?

Ja, man muß nicht zu viele Speisen durch einander essen; sonst sind sie schwer zu verdauen und geben eine schlechte, ungesunde Nahrung.

156. Was muß man vorzüglich bey dem Essen beobachten?

Ordnung und Mäßigkeit; und daß man die Speisen recht klein und mit dem Speichel zu einem weichen, süßen, milchartigen Breye kauen. *)

*) Durch das Kauen werden die Zähne gesund und in den Kinnladen fest erhalten; man muß deswegen die Kinder anhalten, daß sie abwechselnd auf beyden Seiten kauen.

157. Was sagt Strach von der Mäßigkeit?

Kap. 31, 23. sagt er: Wenn der Magen mäßig gehalten wird, so schläft man sanft; so kann einer des Morgens früh aufstehen, und ist fein bey sich selbst.

E 4

158.

158. Wenn man die Speisen nicht recht klein und mit dem Speichel zu einem Breie kaut, was erfolgt alsdann?

So verdaut man sie nicht gut, und durch diese schlecht verdauten Speisen wird der Körper nach und nach mit schlechten Nahrungssäften überladen, und er wird schwach, ungesund und krank.

159. Ist es gut, während des Essens viel zu trinken?

Nein, die Speisen werden dadurch zu sehr verdünn.

160. Geben flüssige Speisen und Suppen eine gesunde und starke Nahrung?

Nein, alle Speisen, die dem Körper eine gute Nahrung geben sollen, müssen fest *) seyn und gekaut werden; wenn man dünne Speisen genießt, so muß man daher Brod dazwischen essen.

*) Selbst die Milch, die der Säugling saugt, muß im Magen erst gerinnen, ehe sie den Körper nähren kann.

161. Da das Brod eines der vornehmsten Nahrungsmittel ist, wie muß es beschaffen seyn?

Es muß aus guten Früchten gut gebacken seyn.

(Anm. Pumpernickel ist für gesunde, starke, arbeitende Menschen wohl ein gutes, gesund's Brod; für Kinder, Kinder oder alte Menschen ist er aber wohl eine schwere, nicht sehr nahrhafte Kost.)

162. Wenn viel Trespel, Mutterkorn, oder anderer Unkraut-Samen unter dem Roggen ist, giebt das ein gesundes Brod?

Nein, es giebt ein schlechtes, ungesundes Brod.

163. Wenn der Roggen feucht, dumpfsicht, ausgewachsen und verdorben ist, oder in nassen Jahren; ist das Brod, von solchem schlechten Roggen gebacken, der Gesundheit schädlich?

Ja, es ist sehr schädlich; die Menschen werden krank und elend davon, und durch dieses schlechte Brod entstehen Seuchen und Faulfieber, die ganze Länder verheeren.

164. Wie muß man diesen feuchten, schlechten Roggen verbessern, um ein weniger ungesundes Brod daraus zu backen?

Man muß den Roggen vor dem Mahlen dörren; dem schlechten Mehle etwas gutes Mehl von trockenem Roggen, oder von Gerste, zusehen; wenig Wasser, worin etwas reine Holz-Asche aufgelöst ist, zum Einteigen nehmen; das Brod recht gut und langsam ausbacken; und man muß dieses Brod nicht warm und frisch, und auch nicht in zu großer Menge essen.

(Anmerkung. Aus dem Noth und Hülfsbüchlein muß man die Kinder über das Brodbacken S. 65. — und auch, wie verdorbenes Getraide zum Brodbacken zu verbessern, S. 70. sorgfältig unterrichten. Ein vollständiger Volks-Unterricht von dem Brodbacken wäre sehr gut und nöthig.)

165. Sind warme, reißige Brod; oder Kuchen; Speisen gesund?

Nein, sie sind sehr ungesund, und man kann davon krank werden und sterben.

166. Die Kartoffeln mäßig genossen, sind zwar eine ziemlich gute, gesunde Speise: sind sie aber auch gut und gesund, wenn man sie in großer Menge tagtäglich isst?

Nein; wenn man tagtäglich und sehr viele Kartoffeln isst, so sind sie nicht recht gesund; und sie geben eine schwache Nahrung.

(Anm. Das übermäßige Kartoffeln-Essen schadet der Gesundheit und auch wohl dem Verstande der Menschen.)
(Noth- und Hülfsbüchlein Kap. 3. S. 73.)

167. Sind reifes Obst und saure Speisen gesund?

Ja, sie reinigen und erfrischen den Körper.

(Anm. Wenn Steinobste muß man die Kinder warnen, die Steine nicht hinunter zu schlucken, sonst können sie davon verstopft werden und sterben.)

168. Sind fette Speisen gesund, und ist es gut, daß man viele, oder fette Butterbröde den Kindern gebe?

Nein, es ist nicht gut; Butterbröde, wie alle

fette Speisen, sind schwer zu verdauen; sie schaden der Gesundheit, und die Kinder bekommen davon zu viele Galle, und die Würmer vermehren sich sehr.

Anm. Alle Kinder ohne Ausnahme haben wohl von Natur Würmer in ihren Därmen. Diese Würmer werden aber wohl nur dann schädlich und gefährlich, wenn durch schlechte, unverdauliche Speisen und Mangel an Bewegung die Därme voll jähel Schleims sind, und die Würmer sich sehr darin vermehren.)

169. Sind scharfe, sehr gesalzene und gewürzte Speisen gesund?

Nein, sie sind ungesund; und Kinder sollten gar keine scharfe, gesalzene oder gewürzte Speisen genießen.

170. Wie muß überhaupt die Nahrung der Kinder seyn?

Sie müssen des Tages mehrermahle und ordentlich gespeist werden; und ihre Speisen müssen mild und nahrhaft seyn, damit sie recht wachsen und gedeihen.

171. Kleinen Kindern Leckerbissen, Back: Kuchen: und Zuckerwerk, und süße Speisen zu geben, ist das gut?

Nein, die Kinder werden dadurch zur Leckerhaftigkeit verwöhnt, und solche Kinder können gar leicht mißrathen.

(Anm. Das Zuckerwerk, auch das Spielzeug der Kinder ist oft mit giftigen Farben bemahlt, man muß sie also sorgfältig vor beiden hüten.)

172. Wie sieht es bey einer ordentlichen Hausfrau in der Küche aus?

Das Küchen: Geräth ist rein geschuert und gewaschen; wann etwas gebraucht worden ist, wird es so gleich wieder gewaschen, und mit einem reinen Luche getrocknet; alsdann an seinen bestimmten Platz gesetzt; und wenn es wieder gebraucht werden soll, so wird es vorher vom Staube gereinigt.

173. Was ist bey der Zubereitung und Aufbewahrung der Speisen vorzüglich zu beobachten?

Die größte Reinlichkeit; und daß man die Speisen in schädlichen Geschirren weder zubereite, noch aufbewahre.

174. Muß alles gewaschen werden, was gekocht wird?

Ja, man muß alles gut reinigen und waschen, ehe man es kocht; der Kofl und die Gemäse sind oft durch Mehlthau und Ungeziefer unrein und schädlich.

(Noth: und Hülfsbüchlein K. 19. 20. S. 155 bis 170.)

175. Welche Küchengechirre können sehr schädlich werden?

Kupferne, die nicht recht vollkommen und gut überzinnit, und irdene Töpfergeschirre, die schlecht oder mit vielem Bley glasurt sind.

(Anm. Die irdenen Töpferwaaren bekommen eine Glasur von Sand und zubereitetem Bley; wenn vieles Bley dazu genommen, oder die Glasur nicht recht fest gebrannt ist, so lösen saure Sachen das Bley leicht auf und werden davon giftig.)

176. Wenn besonders saure Speisen in solchen Geschirren zubereitet werden, oder darin erkalten und stehen bleiben, was sind die Folgen davon?

Sie lösen etwas vom Kupfer oder Bley auf, und durch den Genuß dieser Speisen kann man langsam seine Gesundheit, oder plötzlich sein Leben verlieren.

177. Was muß man also bey diesen Geschirren beobachten?

Die kupfernen müssen immer recht gut überzinnit seyn; die irdenen müssen eine recht feste Glasur von wenigem Bleye haben; man muß die irdenen, ehe man sie braucht, mit Wasser und etwas Asche tüchtig auskochen; und man muß weder in den kupfernen, noch in den irdenen Geschirren saure Sachen erkalten lassen und aufbewahren.

178. Sind zinnerne Gefäße nicht auch gefährlich?

Ja; im Sinne ist oft vieles Bley, und man muß deswegen keine saure Sachen in zinnernen Gefäßen aufbewahren, oder erkalten lassen.

179. Welches Wasser muß man zum Kochen nehmen?

Sowohl zum Kochen, als zum Backen und Brauen, muß man nicht allein reines, sondern auch weiches Wasser nehmen, worin Erbsen sich weich kochen.

X. Von Getränken.

180. In welcher Absicht muß der Mensch trinken?

Um seinen Durst zu löschen: nicht aber, um den Gaumen zu kitzeln, den Magen zu stärken, oder sich zu nähren; denn das alles ist unrecht und gegen die Natur.

181. Was muß der Mensch also trinken?

Kaltes Wasser.

182. Was nützt das Trinken des Wassers?

Das kalte Wasser kühlt, verdünnt und reiniget das Blut; es erhält Magen, Eingeweide, Hirn und Nerven in Ordnung; und es macht den Menschen ruhig, heiter und froh.

183. Wodurch wird das Wasser dem Menschen wohl schmeckend, und wodurch gedeiht es zugleich?

Durch körperliche Bewegung in freyer Luft steht nicht allein Durst zum Wasser, sondern es gedeiht auch zugleich.

(Anm. Durch die Bewegungen der Gliedmaßen wird das getrunkene Wasser recht unter das Blut gerieben, und alle schleimichte, unreine, scharfe Säfte werden dadurch aus dem Blute ausgewaschen.)

184. Trinken die Menschen wohl hinlänglich kaltes Wasser?

Nein; weil viele Menschen sich nicht genug körperliche Bewegung in freyer Luft machen, und weil sie oft und viel warme Getränke trinken, so haben sie keinen rechten Durst, und trinken nicht hinlänglich Wasser; und da sie das nicht thun, so ist ihr Blut schleimicht, scharf und unrein.

(Anm. Besonders das weibliche Geschlecht, das viel in Stuben sitzt und viel warme Getränke, Kaffee und Thee, trinkt, trinkt nicht genug kaltes Wasser.)

185. Darf der Mensch jedes Wasser trinken?

Nein; stehendes, unreines, sumpfiges, faules Wasser darf der Mensch nicht trinken.

(Anm. Wenn man in die Nothwendigkeit versetzt ist, schlechtes, faules Wasser zu trinken, so kann man es durch hinzugesetzten Eßig am besten verbessern.)

186. Wie muß gesundes Trinkwasser beschaffen seyn?

Es muß rein hell und klar, und ohne allen fremden Geschmack, Geruch oder Farbe seyn; die Seife muß sich gut und leicht darin auflösen, und man muß Erbsen leicht darin weich kochen können.

(Anm. Die alten Römer haben noch vielen vollreichen Orten gesundes Trinkwasser durch Wasserleitungen, die 5. auch 10. und mehrere Stunden Weges lang waren, hingeleitet.)

187. Ist das Bier ein gesundes Getränk?

Dünnes, rein ausgegohrnes Bier ist für Erwachsene wohl nicht schädlich. Gutes Wasser ist aber gesünder und viel besser. *)

*) Kinder verlieren durch Biertrinken die Lust zum Wasser, und legen den Grund zum Kaffe-, Wein- und Brantweintrinken.

188. Sind warme Getränke, Thee und Kaffee, gesunde Getränke?

Nein; das einzige gesunde Getränk ist kaltes Wasser; alle warme Getränke schwächen den Magen, und den Körper, sie reinigen nicht die Eins

Eingeweide und das Blut, und sie sind daher ungesund und schädlich.

189. Warum trinken die Menschen, besonders das weibliche Geschlecht, so gern Kaffee und Thee?

Weil sie aus Mangel an Bewegung keinen rechten Durst haben, und besonders weil sie, von Kindheit an, daran sind gewöhnt worden.

(Anm. Wäre Wasser das einzige Getränk der Menschen, so würden sie sehr vieles ersparen, und verwenden sie die Ersparnis auf nahrhafte Speisen und zu den übrigen Bedürfnissen des Lebens, so würden sie viel gesünder, härter und glücklicher seyn, und länger leben.)

190. Was muß das Getränk der Kinder seyn?

Keines, gutes, kaltes Wasser muß einzig und allein das Getränk der Kinder, und der jungen Menschen seyn; sie dürfen weder Bier, noch Kaffee, weder Thee, noch andere warme Getränke trinken.

191. Was nützt es den Kindern und den jungen Menschen, wann ihr einziges Getränk Wasser ist?

Sie wachsen und gedeihen alsdann viel besser, und werden gesündere, stärkere, glücklichere Menschen.

XI. Vom Weine.

192. Ist der Wein, wenn er oft, oder als ein gewöhnliches Getränk getrunken wird, gesund und gut?

Nein, das ist er nicht; der Wein schadet der Gesundheit, dem Verstande und der Glückseligkeit des Menschen.

193. Der Wein, als Arznei, erquickt den Matten und Schwachen: giebt er aber auch dem Gesunden wahre Kraft und Stärke?

Nein; der Wein erfrischt nur, an und für sich giebt er aber keine wahre, dauerhafte Kraft und Stärke;

Stärke; denn er kann in gutes Blut, in Fleisch und Bein nicht verwandelt werden.

194. Hilft der Wein die Speisen verdauen?

Nein, das thut er nicht; Menschen, die Wasser trinken, essen mit mehrerem Hunger und verdauen viel besser, als diejenigen, die Wein trinken.

195. Wenn man sich angewöhnt, täglich Wein zu trinken, was sind die Folgen davon?

Die Zunge verliert ihren feinen Geschmack, und Wasser und milde Speisen schmecken ihr nicht mehr; der Magen wird stumpf und kalt; man trinkt in der irrigen Absicht, den Magen zu erwärmen, nach und nach mehr; und man kann mit der Zeit leicht in den Trunk verfallen.

(Anm. Junge und schlechte Weine voll unreiner, erdiger Theile und flüchtigem Geiste sind sehr viel schädlicher, als alte Weine von guten Trauben. Weine, mit Bleymittel verfälscht und süß gemacht, sind ein Gift.)

196. Dürfen Kinder Wein, Punsch, oder andere hitzige, berausende Getränke trinken?

Nein, Kinder und junge Menschen dürfen weder Wein, noch andere hitzige Getränke trinken; denn sie schaden gar sehr der Gesundheit, dem Wachstume, dem Verstande, und dem künftigen Glücke der Kinder.

197. Vertreibt der Wein die Würmer?

Nein, das thut er nicht.

XII. Vom Branntweine. *)

*) Die Vegetation hat im Getreide Feuerwesen durch Luft und Wasser mit Erdenwesen zu einem süßen, nahrhaften Körper verbunden und verkörpert; wird diese innige Verbindung durch die Gährung zerföhrt und aufgelöhrt, so trennt

kennt sich das Feuerwesen vom Erdenwesen: es ist hart, seines Körpers beraubt, kein süßes, nahrhaftes Wesen mehr, es ist Feuer, und zerstörend gleich ihm.

198. Ist der Branntwein ein gutes Getränk?

Nein.

199. Kinder! der Branntwein ist ein böses Getränk. Vor einigen hundert Jahren hatte man in Deutschland noch keinen Branntwein. *) Unsere Vorfahren in den vergangenen Zeiten, die keinen Branntwein hatten, waren ganz andere Menschen, als wir sind; sie waren viel gesünder und stärker. Der Branntwein, man trinke ihn allein, oder zu Speisen, kann nicht in Blut, in Fleisch und Bein verdaut und verwandelt werden; er kann folglich auch keine Gesundheit, keine Kraft und keine Stärke geben, und hilft auch nicht verdauen: er macht ungesund, dumm, träge und schwach. Es ist also eine Unwahrheit, daß der Branntwein, als eines der gewöhnlichen Getränke der Menschen betrachtet, nützlich, gut, und nöthwendig sey. Unsere Vorfahren lebten ohne Branntwein. Und da, wie die tägliche Erfahrung lehrt, auch die besten Menschen leicht in die traurige Gewohnheit verfallen, tagtäglich und immer mehr Branntwein zu trinken; so thut man am besten, wenn man gar keinen trinkt. Denn, Kinder! der Branntwein raubt dem Menschen, der sich an ihn gewöhnt, und ihn täglich in Uebermaß trinkt, Gesundheit, Verstand und Tugend; Guts und Guts gehen verloren; Frau und Kinder misshandeln; und wo Branntwein herrscht, da herrscht Elend und Verderben bis ins dritte und vierte Glied. **) —

Sagt mir, meine Lieben, dürfen Kinder Branntwein trinken?

Nein, sie dürfen keinen Branntwein trinken.

*) Vor ungefähr 1000 Jahren wurde die wunderliche Kunst, aus dem Weine den Weingeist zu destilliren, und vor 300 Jahren, aus dem Getreide Branntwein zu brennen, erfunden. Er wurde im Anfang für Arznei gehalten, und erst seit hundert, und noch mehr seit dreißig Jahren ist er allgemeines Getränk und Verderben der Menschen geworden.

**) In allen Ländern, in England, Schottland, Schweden, Nordamerika, und auch leider! in unserm lieben deutschen Vaterlande, hat man gefunden, daß mit der Annahme des Branntwein-Trinkens die Gesundheit, die Stärke, der Verstand, die Tugend, die Arbeitsamkeit, der Wohlstand, das häusliche und das eheliche Glück, die Erziehung der Kinder, die Lebensdauer, in die Menschlichkeit der Menschen abgenommen habe. — Und deswegen sagte bey einer öffentlichen

lichen Ansehung ein Indianer in Nordamerika, Namens Lackawanna, da er einsah, daß der von den Engländern unter den Indianern eingeführte Branntwein die Wilder und die Menschheit verderbe: „Branntwein, haben sie uns gegeben! und wer hat diesen den Weissen (den Europäern) gegeben? — der böse Geist!“

200. Das ist wahr: daß Kinder keinen Branntwein, auch nicht einen Tropfen, trinken dürfen. Der Branntwein raubt den Kindern ihre Gesundheit und ihren Verstand, ihre Tugend, Freude und Glückseligkeit. Wenn also, liebe Kinder eure Aeltern, die nicht wissen, daß der Branntwein den Körper und die Seele der Kinder verderbe, euch Branntwein geben wollen, so nehmt und trinkt ihn nicht. Sagt mir, was wird aus den Kindern, die Branntwein trinken?

Die Kinder und junge Menschen, die Branntwein trinken, werden ungesund, verkrüppelt, dumm, grob, faul, und lasterhaft; und sie verderben an Körper und Seele.

201. Vertreibt oder verhütet der Branntwein die Würmer in den Därmen?

Nein, das thut er nicht.

(Anmerkung. Väter und Mütter! wollt ihr einen Gottslohn an euren Kindern verdienen; so seht dafür, daß sie keinen Branntwein, auch nicht einen Tropfen, trinken.)

XIII. Vom Tobacke.

202. Ist das Tobackrauchen gut?

Nein, es ist nicht gut; es geht vieler Speichel, der zur Verdauung so nöthig ist, verloren; und es schadet der Gesundheit, dem Geschmacke und den Zähnen. (Nun. Auch das Tobackslauen ist sehr schädlich.)

203. Dürfen Kinder und junge Leute Toback rauchen?

Nein; Kinder und junge Leute dürfen ganz und gar keinen Toback rauchen.

204. Ist das Tobackschmupfen gut?

Nein, es ist nicht gut; es verstopft die Nase, durch welche der Mensch Athem schöpfen muß; der

so wichtige Sinn des Geruchs geht verloren; und es ist unreinlich und schadet der Gesundheit sehr.

XIV. Von der Bewegung und Ruhe.

205. Welchen Nutzen hat die körperliche Bewegung, Thätigkeit und Arbeit für den Menschen?

Die körperliche Bewegung, besonders in freyer Luft, bewirkt Hunger und Durst; sie hilft Essen und Trinken verdauen, und macht, daß es gedeiht; sie reiniget das Blut und erhält die Eingeweide gesund; sie giebt Ruhe und einen sanften Schlaf; und die Arbeit ist es, die dem Menschen blühende Gesundheit und langes Leben, die ihm Frieden und Wohlsenn schenkt.

206. Kann der Mensch sein ganzes Leben hindurch gesund und wohl seyn, ohne sehr viele körperliche Bewegung?

Nein; Gott hat dem Menschen nicht ohne weise Absichten einen Körper, und Hände und Füße gegeben; er soll sie gebrauchen und arbeiten; und durch die Arbeit Leben und Gesundheit erhalten, und seine und seiner Nebenmenschen Glückseligkeit befördern.

207. Kann die Bewegung, oder Arbeit nicht auch schaden? Ja, wenn der Mensch seine Kräfte übermäßig anstrengt, so kann er sich Schaden *) thun; oder, wenn er anhaltend zu schwer arbeitet, so entkräftet er seinen Körper, und wird stumpf und abständig.

*) Besonders einen Bruch. Deutschland hat drey mahl hundert tausend Gedrückene männlichen Geschlechts. Was ist die Ursache, daß durch die Bauzünge so leicht Brüche entstehen? ich glaube, beruhen zu haben, daß diese fürchterliche Hauptplage sich vermindern und verlieren wird, wenn die männlichen Kinder in einem Kittel gehen, und durch freye Bewegung und freye Luft die Muskeln und Sehnen ihres Unterleibes härten werden.

208. Kurz vor oder bald nach dem Essen sich viele oder starke Bewegung zu machen, ist das gut und gesund?

Nein, vor und nach dem Essen muß man ruhen; man isst und verdaut alsdann viel besser, und wird auch stärker zur Arbeit.

209. Wie muß die Bewegung der Kinder seyn?

Leicht, beynähe den ganzen Tag und in freyer Luft.

(Anm. Das Herz schlägt bey dem Kinde 90 mahl, bey dem Manne 70 mahl, in einer Minute: und deswegen muß das Kind sich sehr viele und leichte Bewegung machen.)

210. Wie wird der Mensch recht thätig und arbeitsam?

Wenn er in der Kindheit seiner Selbstthätigkeit in Gesellschaft mit Kindern ist überlassen worden; und nachher *) zur Thätigkeit und zum Fleiße, zum Arbeiten und zum Denken recht sorgfältig angeleitet und angehalten wird.

*) Nach dem 12ten Jahre, wo er 24 starke Zähne hat.

211. Wenn der Mensch thätig gewesen ist, sich bewegt und gearbeitet hat, was thut er alsdann?

So ruht er, und freut sich seiner gethanen Arbeit.

212. Kann er nicht auch ruhen, ohne thätig gewesen zu seyn?

Nein; nur Frieden, Ruhe und Freude hat der Mensch, wenn er seine Schuldigkeit gethan, gearbeitet, und sein und seiner Nebenmenschen Glück besorgt hat.

XV. Vom Schlafen.

213. Wozu dient der Schlaf?

Von der Bewegung oder Arbeit vollkommen auszuruhen, und die verlorenen Kräfte des Körpers wieder herzustellen.

214. Wie muß der Schlaf des gesunden Menschen seyn?

Ruhig, ohne Träume und erquickend.

215. Wenn schläft der Gesunde ruhig und erquickend?
Wenn sein Körper von vieler Bewegung in freyer Luft müde und durch Speisen wieder gestärkt, und wenn in seiner Seele Frieden und Ruhe ist.

216. Gänge viel ab von einem ruhigen Schlafe?

Ja, auf einen ruhigen Schlaf folgt ein frohes, munteres Wachen, und Kraft und Lust zur Arbeit.

217. Welche Zeit ist zum Schlafen bestimmt?

Die Nacht; am Tage schläft man nicht so gut.

(Anm. Kleine Kinder, und schwache, oder sehr ermüdete, auch alte Menschen schlafen oft am Tage.)

218. Müssen Kinder viel schlafen?

Ja, Kinder und junge Menschen, die sich viel bewegen, müssen auch viel und länger, als Erwachsene, schlafen.

219. Kann man nicht auch zu viel schlafen, und schadet das?

Ja; und das geschieht, wenn man nicht in freyer Luft sich viel bewegt hat und nicht müde ist, und wenn man in verdorbener Luft und warmen Federbetten schläft; und ein solcher langer Schlaf macht träge, dumm und ungesund.

220. Muß man in kühler, frischer, reiner Luft schlafen?

Ja, und deswegen muß man nicht in warmer Luft oder in Bohnstuben, sondern in kalten, hohen, geräumigen Kammern schlafen, die frische Luft haben, und deren Fenster am Tage offen stehen; und die Betten müssen keine Vorhänge haben.

221. Ist es gesund, auf und unter Federbetten zu schlafen?

Nein, es ist sehr ungesund. Die Federbetten durch ihre Wärme und die in ihnen sich sammelnden bösen, unreinen, kranken Ausdünstungen machen den Körper schwach und ungesund; und sie sind eine

eine

eine Ursache von Blüssen, Kopf-, Zahn-, Ohren- und Gichtschmerzen und von vielen Krankheiten.

222. Auf welchen Betten sollten Erwachsene schlafen?

Auf Betten von Pferdehaaren, Häcksel oder Stroh; und zum Zudecken eine wollene oder gesteppte Decke. Wenn man aber auf Federbetten schläft, so muß man sie im Sommer alle acht, und im Winter alle vierzehn Tage an die Luft bringen und ausklopfen; und man muß oft reines Bettleinen nehmen.

223. Auf welchen Betten müssen die Kinder schlafen?

Auf Betten von recht trockenem Stroh, Häcksel oder Moos, die man oft frisch ausstopfen muß.

224. Warum müssen sie auf solchen Betten schlafen?

Weil die Kinder alsdann recht gesund und stark werden; und weil die Federbetten den Kindern noch sehr viel schädlicher, als den Erwachsenen, sind.

225. Was muß man weiter beym Schlafen beobachten?

Man muß nicht eher zu Bett gehen, als bis man müde ist; und man muß, sobald man aufwacht, gleich aus dem Bette aufstehn.

226. Muß man mit der Brust und dem Kopfe hoch liegen?

Nein, Brust und Kopf müssen nicht höher, als der übrige Körper liegen; und man muß nicht auf dem Rücken, sondern, abwechselnd auf beyden Seiten, in einer etwas gekrümmten Lage schlafen, und man muß die Arme nicht über dem Kopfe zusammenschlagen.

227. Ist es gut, wenn Kinder bey erwachsenen Menschen, oder wenn mehrere Kinder in einem Bette schlafen?

Es ist gar nicht gut; der Athem und die Ausdünstung sind schädliche, ungesunde Dünste; und deswegen sollte jedes Kind und jeder Mensch allein in seinem Bette schlafen, dann schläft man gesund.

228. Wenn ein Kranker in einem Bette krank gelegen hat, was muß man thun?

Man muß das Bett mehrere Tage an der Luft recht reinigen und ausklopfen; ist die Krankheit aber sehr bössartig gewesen, so muß man das Bett ver- brennen, oder tief in die Erde vergraben.

(Anm. Der englische Feldarzt Brocklesby erzählt, daß in einem Bette, worin ein Kranker an einem bössartigen Holz- sieder (der Bräune) starb, ein zweyter und dritter Mensch, die darin zu liegen kamen, an der nämlichen Krankheit starben. Auf Reisen muß man sehr darauf sehen, in reinen, nicht angestrichen Betten zu schlafen.)

XVI. Von den Wohnungen der Menschen.

229. Wie müssen die Wohnungen der Menschen, die Stuben und die Kammern, beschaffen seyn?

Sie müssen helles Licht und reine Luft haben.

230. Wenn die Wohnungen dunkel, dumpfsicht, naß und feucht sind, was schadet das?

Die Menschen werden in solchen Wohnungen ungesund und schwach, gichtig und krank; sie wer- den dumm und einfältig, verdrücklich und elend; und kleine Kinder werden in feuchten Stuben blas, und sie schwellen, zehren aus und sterben.

231. Wenn sind die Stuben naß und dumpfsicht?

Wenn sie tief in der Erde liegen; wenn die Wände und der Fußboden naß und feucht sind; und wenn die Sachen in den Stuben anlaufen und schimmlicht werden.

232. Wie muß man solche feuchte Stuben verbessern?

Man muß sie täglich mehrermahle auslüften; noch besser aber ist es, wenn man unten und oben, in zwey gegen einander überstehenden Ecken, ein Loch durch die Wand bricht; damit die reine Luft frisch durchstreiche, und die verdorbene Luft vertreibe.

233.

233. Müßen Stuben und Kammern auch räumlich und hoch seyn?

Ja, sie müssen räumlich und hoch seyn.

234. Wie oft muß man sie kehren und reinigen?

Man muß die Stuben und Kammern alle Tage kehren und reinigen.

235. Warum muß man es thun?

Weil es sehr gesund und gut ist; und weil sitliche Menschen einen Wohlgefallen daran haben, in reinlichen Stuben und Kammern zu wohnen.

236. Ist es gut, daß man bey kaltem Wetter und im Winter sehr warm die Stuben erheizt?

Nein; sehr warme Stuben sind sehr ungesund, und die Menschen werden schwach, einfältig, dumm und krank davon.

(Anm. Der überal einreisende Holzmangel macht es zur Nothwendigkeit, mit dem Holze sparsam hauszuhalten. Der Steinkohlenbrand ist nicht ungesund.)

237. Darf man mit Holzkohlen in Feuerbecken die Stuben, die Schlafkammern, oder sich selbst erwärmen?

Nein, man wird elend davon, und kann ersticken.

(Anm. Die Feuer-Sicken oder Stübchen sind sehr ungesund.)

238. Nasses Zeug in Stuben zu trocknen, oder Wasser in Stubenöfen, Blasen warm zu machen, ist das gesund?

Nein; die feuchten Dünste verderben die Luft sehr, und es ist daher sehr ungesund und schädlich.

239. Wenn man im Winter sehr erfroren ist, darf man gleich an das Feuer, oder an den warmen Ofen gehen?

Nein, das darf man nicht thun; sonst kriegt man Frostbeulen.

(Anmerkung. Mit den Händen oft in heißes Wasser greifen, und plötzliche Abwechslungen von der Hitze zur Kälte sind eine Ursache der Fingergeschwüre, die man den Wurm nennt.)

240. Wenn man ein Glied, einen Arm oder ein Bein, im Winter erfroren hat, was muß man beobachten?

Man muß nicht in die warme Stube, oder an das Feuer gehen; sonst ist der Arm oder das Bein ver-

D 4

ver:

verloren; sondern man muß das erfrorene Glied in eiskaltes Wasser, worin man Schnee und Eis wußt, stecken, und so lange darin halten, bis es vollkommen wieder aufgethaut, und Leben und Gefühl hinein gekommen ist.

241. Wie sollten die Stuben seyn, worin Kinder sind?

Diese Stuben sollten immer helles Licht und reine Luft haben, und sie sollten ordentlich und reinlich seyn; denn die Kinder gedeihen dann recht, und werden gesunde, starke, fröhliche Menschen.

XVII. Von Erhitzungen und Erkältungen.

242. Wenn man durch heftige körperliche Bewegung, durch Arbeiten, Laufen oder Tanzen sehr erhitzt ist, was muß man nicht thun?

1. Man muß nicht plötzlich zur Ruhe übergehen.
2. Man muß nichts Kaltes, und auch keinen Branntwein trinken.
3. Man muß seine Haut nicht der kalten Luft oder dem Winde aussetzen. *)
4. Man muß sich nicht kalt baden, und wenn man naß geregnet wird, so muß man nicht ruhen.
5. Man muß sich nicht auf kalten Erdboden, oder ins Gras setzen oder legen, und am wenigsten schlafen.

Denn sonst kann man leicht seine Gesundheit verlieren, krank und lahm werden, und die Schwindsucht bekommen.

*) Wenn man von schwerer Feldarbeit, besonders des Abends in kühler, feuchter Luft, nach Hause kehrt, so muß man jedesmahl vorher die Kleider anziehen, nicht aber in bloßem Hemde gehen.

243. Was muß man denn thun?

Wenn man sehr erhitzt ist, so muß man durch gelinde Bewegung sich erholen, und langsam zur Ruhe

Ruhe und zum Stillstehen übergehen; man muß das Hemd und die Kleidungsstücke, die naß vom Schweiß sind, mit reinen, trocknen verwechseln; und ist man wieder kühl und ruhig, so muß man langsam seinen Durst löschen.

244. Wenn der Mensch aber während der Arbeit großen Durst hat, darf er nicht kalt trinken?

Ja, das darf er wohl; er muß aber nicht viel auf einmahl trinken, und er muß, ohne auszuruhen, gleich im Arbeiten fortfahren; sonst erkältet er sich und wird krank.

245. Wenn der Mensch in kalter, feuchter Witterung und im Winde gewesen ist und sich erkältet hat, was muß er thun?

Er muß einige Tassen warmes Wasser, mit dem vierten Theil Essig vermischt, trinken, sich recht warm mit Kleidern bedecken, und durch Bewegung das Blut wieder nach der Haut treiben. Ist die Erkältung groß, so muß man ein warmes Fußbad nehmen, Essig trinken und sich ins Bett legen.

(Nun. Hitzige Schwigmittel einzunehmen, ist sehr ungesund.)

246. Wenn die Füße, oder der Körper naß und kalt geworden sind, was muß man nicht thun?

Man muß die nassen Strümpfe oder Kleider nicht anbehalten, sonst bekommt man Blässe, Gliederreißen und Gicht.

247. Was muß man denn thun?

Man muß so bald man nach Haus kommt, die nassen Kleider ausziehen, die Haut rein abwaschen und abtrocknen, und warme Kleider anziehen.

248. Auf welche langsame Art ziehen die Menschen sich Blässe, Gliederreißen, Gicht und viele Krankheiten zu?

Wenn die Ausdünstung des ganzen Körpers oder einzelner Theile oft unterdrückt oder gehemmt wird; und das geschieht, durch Mangel an Bewegung;

durch nasse, feuchte Wohnstuben oder Schlafkammern; durch Federbetten; durch nasse Kleider und durch Zugluft.

249. Sagt mir ein Beispiel einer solchen Erkältung?

Wenn ein Mensch, zum Beispiel mit dem rechten Arme, oft an einer Zugluft oder an einer feuchten Wand sitzt, oder noch schlimmer, wenn er darin schläft, so bekommt er einen Fluß und Gliederreißen in dem erkälteten rechten Arme.

250. Wodurch verhütet man diese Flüsse und die Sichte?

Wenn man die Haut, von der Kindheit an, durch Luft, Waschen und Baden stark, rein und kühl hält, wenn man den Körper nicht zu warm kleidet, und wenn man sich viele körperliche Bewegung in freyer Luft macht.

XVIII. Von der Erhaltung einzelner Theile des menschlichen Körpers.

251. Welche Theile des Körpers muß der Mensch mit der größten Sorgfalt gesund zu erhalten suchen?

Die Werkzeuge zu seinen fünf Sinnen.

252. Wodurch werden die Sinneswerkzeuge zum Sehen, Hören und Riechen gesund erhalten, geschärft und gestärkt?

Durch freye, reine Luft; und daß sie, von der frühen Kindheit an, mehr im Freyen, als in Stuben, beständig geübt werden.

253. Was schadet überhaupt diesen dreym Sinnen?

Das übermäßige Warmhalten des Kopfs durch Kopfbedeckungen; wodurch das Blut im Kopfe sich anhäuft, die Ausdünstung gehindert wird, und Flüsse und Geschwüre entstehen, deren Eiter oft zurücktritt, und Blindheit oder Taubheit verursacht.

(Anm.

(Anm. Der ungeheure Schaden, der durch die Kopfbedeckungen und ihre Folgen, Eitergeschwüre, Grind und Pöste, auf das Menschengeschlecht fließt, läßt sich nicht berechnen.)

254. Was schadet den Augen?

Blendendes, ungleiches und schnell abwechselndes Licht, wenn man viel in der Nähe oder schief von der Seite sieht, verdorbene Luft, Staub, Rauch, nasse Dünste, fette, scharfe Dehl: oder Lichtdämpfe, Ofenhitze, und Lesen in der Dämmerung.

255. Was schadet dem Gehöre?

Starker, scharfer und unerwarteter Schall und Knall, verdorbene Luft, Federbetten, Staub, vieler Schleim in der Nase, und wenn die äußern Ohren an den Kopf sind angedrückt worden. *)

*) Die Ohren sollten, um recht gut zu hören, vom Kopfe abstecken und beweglich seyn; durch die Mähen werden sie aber schon den Säuglingen an den Kopf angedrückt und gelähmt.

256. Was schadet den Geruchwerkzeugen?

Verdorbene Luft, starke und faule Gerüche, und der zum Theil davon entstehende viele Schleim in der Nase; auch besonders Schnupstoback, und wenn man durch den Mund athemhohlt.

257. Wodurch wird der Sinn des Geschmacks erhalten?

Durch Uebung, Wassertrinken und milde Speisen.

258. Wodurch wird der Sinn des Gefühls erhalten?

Durch Uebung des Gefühls; durch freye, leichte Thätigkeit und durch Reinhalten der Haut.

259. Sind die gewöhnlichen Uebungen der Sinne zu ihrer und des Verstandes Vollkommenheit hinlänglich?

Nein; man muß die Sinne in der Kindheit vielfältig üben, und einen Sinn durch den andern zu berichtigen und zu ersetzen suchen; dann wird man auch recht verständig, und glaubt an keine Gespenster. *)

*) Das Gesicht und das Gehör, besonders in der Nacht und wenn sie nicht geübt sind, können, wenn man mit Furcht oder

aber voreilig urtheilt, trüben, und daher der dumme Stupide an Gespenster. Sind sie aber geübt, und geht man bedrückt auf das, was man sieht oder hört, los, und faßt es mit den Händen; so wird man von dem Irrthume und dem dummen Glauben an Gespenster, Hyren und was des fanatischen Zeugs mehr ist, befreit. Den Kindern Märchen und Gespenstergeschichten zu erzählen, und sie furchtsam zu machen, ist einer der größten Fehler der Erziehung.

260. Wie erlange man eine sehr gute, menschliche Sprache?

Wenn der Mund und die Nase rein gehalten werden; wenn der Hals frey und unbedeckt ist; und wenn man, von der Kindheit an, angehalten wird und sich übt, langsam, deutlich, rein und wohlklingend mit aufgerichteten Angesichte, und hoher Brust zu sprechen.

261. Muß man durch den Mund, oder die Nase athembohlen?

Man muß nicht durch den Mund, sondern durch die Nase, athembohlen; man muß deswegen die Nase immer durch frische Luft und Auschnupfen rein halten, und sich angewöhnen, im Schlafe mit verschlossenem Munde durch die Nase zu athmen.

262. Siehe es nicht auch noch andere Theile, die der Mensch mit der größten Sorgfalt muß gesund zu erhalten suchen?

Ja, seine Zähne; denn die Zähne sind nicht allein zum Sprechen, sondern auch zum Kauen der Speisen nothwendig; und vom Kauen der Speisen zu einem süßen Breie hängt zum großen Theile die Verdauung, die Ernährung, die Gesundheit und das Wohlfeyn des Menschen ab.

263. Was schadet den Zähnen?

Wenn man, von der Kindheit an, die Zähne zum Abbeißen und Kauen nicht recht gebraucht, und viele dünne Speisen und Breie ißt; wenn man nicht

nicht kaltes Wasser, sondern Kaffe und warme Getränke, trinkt; verdorbene Stubenluft; Unreinlichkeit; Toback; im Mund zurückgebliebene Speisen, besonders Fleischspeisen; heiße Speisen und Getränke; wenn man abwechselnd warme und kalte Sachen in den Mund nimmt; Beißen auf harte Körper; und wenn man mit Messern, Gabeln und Nadeln *) die Zähne stoßert: das Alles verdirbt die Zähne.

*) Kein Mensch muß Nadeln in den Mund nehmen; denn man kann sie leicht niederschlucken und davon sterben. Ueberhaupt sollte man so wenige Nadeln brauchen und an den Kleidern tragen, als es nur möglich wäre.

264. Wodurch erhält man die Zähne gesund?

Wenn man, von der Kindheit an, die Zähne zum Abbeißen und Kauen recht gebraucht und kaltes Wasser trinkt; wenn man reine Luft athmet, und milchwarm oder kalt ißt, und kalt trinkt; wenn man nach jeglichem Essen den Mund jedesmahl durch Trinken, oder Ausspülen reiniget; und wenn man die Zähne nicht stoßert: so bleiben sie gesund und schön.

265. Wodurch bleiben die vordern Schneide-Zähne gesund?

Durch vieles Abbeißen, besonders trockner Speisen und Brods. *)

*) Kinder müssen das in Scheiben ihnen vorgeschnittene Brod nicht weiter entzweyscheiden, sondern mit den Zähnen abbeißen.

266. Müssen die Kinder auch ihre Milch-Zähne gesund erhalten?

Ja; denn die dahinter versteckt liegenden bleibenden-Zähne leiden Schaden, wenn die Milch-Zähne nicht durch vieles Beißen und Kauen gesund erhalten worden.

267. Wenn man, von der Kindheit an, seine Zähne nicht gesund erhalten hat, kann man sie durch Arzneyen gesund machen?

Nein, das kann man nicht; einzig durch Keulich:

lichkeit, durch Kauen, reine Luft und kaltes Wasser kann man schadhafte Zähne nothdürftig erhalten.

268. Was ist das Mittel, Zahnschmerzen zu verhüten?

Kauen, kaltes Wasser, reine Luft, Reinigung des Munds, Kühlhalten des Kopfs, und beyrn Erwachen und beyrn Schlafengehen das Gesicht in kaltem Wasser zu baden: dadurch verhütet man Zahnschmerzen.

269. Was man den Speichel zu erhalten suchen?

Ja; der Speichel ist zum Kauen und Verdauen der Speisen sehr nothwendig; und deswegen ist das Tobacks-Rauchen oder: Kauen, wodurch vieler Speichel verloren geht, sehr schädlich; und es ist auch sehr schädlich, wenn man beyrn Spinnen den Faden mit Speichel benetzt.

(Anm. Man muß beyrn Spinnen mit Wasser, das durch Bier, Seife, zerstoßenen Leinsamen, Klee, dünnen Weizen, Stärke, Quittenkerne, Vogelleim oder ein ander Mittel ist geschmeidig und klebrig gemacht worden, den Faden benetzen. Und außerdem muß man den Faden oder das Netz, ehe man sie an den Wollen legt, recht von allem Staube und hölzernen Theilen oder Schälben ausklopfen, sonst kriegen diese schwarzen Theile beyrn Spinnen durch das Athembolhen in die Brust und verursachen Husten, Dumps, oder gar Schwindelucht.

XIX. Von der Schönheit und Vollkommenheit des menschlichen Körpers.

270. Was müssen wir als eine der wichtigsten Eigenschaften und als einen großen Vorzug des Menschen noch besonders bemerken?

Seine Schönheit.

271. Worauf beruht seine Schönheit?

Auf der Gesundheit *) und der Vollkommenheit seines wohlgestalteten Körpers.

*) „Gesundheit, sagt *Verruch* (J. d. L. u. d. M. März

März 1793 S. 189), ist für jedes Geschlecht, für jedes Alter, das einzige und unfehlbarste Schönheitsmittel; alle andere, die Thorheit, Betrug oder Selbsttäuschung erfand, sind elender Tand, der wieder abfällt, und traurige Spuren seines Mißbrauchs hinterläßt. Die volle, schöne Blüthe der Jugend, die frische Farbe, die Ausbildung der ganzen Körper-Form, das freye und leichte Spiel der Muskeln, die Fülle der Adern, die klare, sanftgespannte, halbdurchsichtige Haut, der lebhafteste, seelenvolle Blick des Auges, der allgemeine Frohsinn; kurz das ganze unaussprechliche *Bonnegefühl*, das Gesundheit des Leibes und der Seele über Mann, Weib, Jüngling, Mädchen, oder Kind ausgießt, giebt jedem menschlichen Körper einen Reiz, und eine Gabe zu gefallen, die ihm keine Kunst in der Welt gewähren kann.,

272. Wodurch wird die Gesundheit vorzüglich erlangt?

Durch den freyen, leichten Gebrauch des Körpers in den Jahren der Kindheit.

273. Was ist außer diesem Gebrauche noch nothwendig?

Freye, reine Luft; Waschen und Baden; ein leichter, freyer Kittel; reines, kaltes Wasser zum Getränk; und einfache, gute Speisen zur Nahrung.

274. Wodurch wird die Vollkommenheit des Körpers erlangt?

Wenn der Körper, der bis zum zwölften Jahre durch freye Selbstthätigkeit in allen leichten Bewegungen ist geübt und geschmeidig gemacht worden, nach dem zwölften Jahre durch Leibesübungen und körperliche Spiele in allen schweren Bewegungen geübt, und dadurch stark und vollkommen gemacht wird.

275. Was wäre also zur vollkommenen körperlichen Ausbildung der Menschen nöthig?

Daß die Kinder nach dem zwölften Jahre in Leibesübungen und körperlichen Spielen unterrichtet und

geübt würden: die Menschen würden dadurch viel gesünder und stärker, arbeitsamer und glücklicher werden. (Man lese die Gymnastik für die Jugend von GutsMuths.)

276. Wie müssen die Kinder und die Menschen ihren Körper tragen oder halten?

Sie müssen gerade, aufrecht, mit hoher Brust und aufgerichtetem Kopfe stehen und gehen; und bey allen freyen Handlungen muß man mit aufgerichtetem Körper und Kopfe gerade stehen, sitzen, stehen, sprechen oder zuhören.

277. Was ist daher sehr schädlich?

Wenn man nachlässig, krumm und schief geht, steht und sitzt; wenn man die Brust einzieht, den Kopf niederschlägt, und von der Seite sieht, spricht oder zuhört.

278. Müssen die Kinder angewöhnt werden, zu allen Handlungen mit einer Hand die rechte Hand zu gebrauchen?

Nein, das ist unrecht; die Kinder müssen eben so gut und geschickt die linke, als die rechte, Hand gebrauchen lernen.

279. Was entstelle die Schönheit?

Wenn Kinder auf eine sehr unschickliche Art angewöhnt werden, mit dem Gesichte allerley wunderliche Mienen und mit dem Körper seltsame Gebärden zu machen.

280. Beruht die Schönheit des Menschen nur auf der Vollkommenheit seines Körpers?

Nein; Unschuld und Friede, Verstand und Tugend, gearbeitet und das Gute gemehret haben, und sich unter seinen Brüdern glücklich; fühlen in Gottes schöner, froher Schöpfung: nur das vollendet die Schönheit und die Würde des Menschen.

Zweyte Abtheilung.

Von Krankheiten.

XX. Von Krankheiten, Ärzten und Arzneyen.

281. Wenn die Menschen lebten, wie sie leben sollten, so würden sie wenigen oder keinen innerlichen Krankheiten ausgesetzt seyn; und die einfachen Krankheiten, von denen sie allenfalls befallen würden, würde die Natur, durch die großen auf Leben und Wohlfeyn abzielenden Kräfte des von Gott so weislich gebauten Körpers, auch von selbst wieder heilen. Da die Menschen nun aber nicht so leben, sondern mannigfaltig irren und auf vielfache Art ihrem Körper Schaden zufügen und in verwickelte Krankheiten verfallen; was müssen sie thun, wenn sie krank werden?

Sie müssen sich ruhig verhalten, und die Hülf eines Arztes suchen.

282. Welche Kenntnisse muß der Arzte haben, der Krankheiten heilen will?

Er muß den so künstlichen Bau des menschlichen Körpers vollkommen kennen; wie, auf welche Art, und durch welche Ursachen der Mensch krank wird; die Natur und Beschaffenheit der Krankheiten; wie die Heilkräfte der Natur in Krankheiten wirken; und wie Arzneyen, deren Kräfte er kennen muß, darzu beitragen, oder bewirken können, daß eine Krankeheit geheilt werde.

283. Kann man diese Wissenschaft des Arztes leicht, aus wenigen Büchern, oder durch Hörensagen lernen?

Nein; sie ist eine sehr schwere Wissenschaft, die man in der Jugend und das ganze Leben hindurch mit großem Fleiße und vieler Mühe erlernen muß.

284. Bey welchem Arzte muß der Kranke also Hülfen suchen?
 Bey einem verständigen, gelehrten und rechtschaffenen Arzte, der die sehr schwere Kunst, Krankheiten zu erkennen und zu heilen, ordentlich erlernt hat; nicht aber bey Quacksalbern.

285. Welche Menschen sind Quacksalber?

Alle diejenigen, die den Bau des Körpers nicht kennen, und die nicht gehörig die schwere Kunst erlernt haben, Krankheiten zu heilen; die aus dem Urine, oder Wasser, den unverständigen Leuten die Krankheiten sagen wollen; die leichtfertig jede Krankheit zu heilen versprechen; und alle diejenigen hält man für Quacksalber, die von der Obrigkeit nicht die Erlaubniß haben, Krankheiten zu heilen.

286. Kann man aus dem Urine die Krankheiten erkennen?

Nein, einzig aus dem Urine kann man die Krankheiten nicht erkennen; mehrentheils ist es Betrug; man wird um sein Geld betrogen, und verliert durch diese Quacksalber oft Gesundheit und Leben.

287. In jedem Lande findet man Hirten, Scharfrichter und andere unwissende Menschen, die sich gewöhnlich einen Schein der Heiligkeit geben, große und viele Worte machen, den Urin besehen, Kranke in die Heilung nehmen und aller Orten Glauben und Zulauf haben: ist es verständig gehalten, bey solchen unwissenden Menschen Hülfen zu suchen?

Nein, es ist sehr unverständig; und die Menschen, die bey solchen Quacksalbern Hülfen suchen, bezeugen dadurch, daß sie noch sehr unwissende, in der Jugend schlecht unterrichtete Menschen sind.

288. Entstehen Krankheiten durch übernatürliche Ursachen, durch Dämonen und Besprechen?

Nein; das ist ein ganz sinnloser, einfältiger Glaube: Alles geht natürlich zu, und alle Krankheiten haben ihre natürlichen Ursachen.

289. Was ist von herumreisenden Operadern, Bruchschneidern, Zahnärzten und Staareschneidern zu halten?

Es sind meistens Großsprecher, denen es nur darum zu thun ist, den einfältigen Leuten das Geld abzunehmen.

290. Darf man von Schichtkräutern, Balsamträgern und Arzneyhändlern, die im Lande herumstreichen, Arzneyen für Menschen und Thiere kaufen?

Nein; denn durch die Arzneyen dieser unwissenden Herumstreicher kann man leicht seine Gesundheit und sein Leben verlieren; nicht einmal für Thiere darf man Arzneyen von ihnen kaufen.

291. Was ist von Hausmitteln und Hausarzneyen zu halten?

Wenig oder nichts; von Hundert ist kaum Eins gut. Die besten und allgemeinsten Hausmittel, die Gott dem Menschen gab, sind frische Luft und kaltes Wasser.

292. Was ist von den universal und den geheimen Arzneymitteln gegen Krankheiten, zum Beispiel gegen das kalte Fieber, gegen den tollen Hundsbiß etc. zu halten?

Nichts; man kann dadurch leicht um seine Gesundheit kommen, und sein Leben verlieren.

(Anmerkung. Die geheimen und auch die vorgelich sicher heilenden Arzneyen gegen den tollen Hundsbiß taugen nichts, und man kann sich nicht darauf verlassen. Man heilt, die von einem wirklich tollen Hunde gebissene Wunde, und die von einer wirklich tollen Hündin gebissene Wunde, nur einzig dadurch, daß man gleich nach geschehenem Bisse durch Auswaschen mit Wasser Wischen; und Kaltpflaster, Ausschneiden, und Ausdrücken der Wunde, durch ein Spanischfliegenpflaster in und auf die Wunde gelegt, und durch starkes Ziehen das Gift vom tollen Hundsbisse ganz rein und vollkommen aus der Wunde und dem Körper bringt. Universalmittel sind Arzneyen, die für viele, ja alle Krankheiten helfen sollen; es ist aber nicht wahr, daß es solche Arzneyen gebe. Die in Zeitungen gerühmten Arzneyen taugen auch nicht.)

293. Bey wem suche man Hülfen in äußerlichen Schäden und Verletzungen?

Bey einem Feldscheerer, oder Wundarzte.

294. Ist die Wundarzneykunst auch sehr schwer?

Ja, sie ist sehr schwer; und der Wundarzt muß sie mit großem Fleiße und vieler Mühe erlernen.

295. Wo muß man die Arzneyen kaufen, die ein Arzt oder Wundarzt dem Kranken verordnet?

In Apotheken, die unter der Aufsicht der Obrigkeit stehen; und die durch Ordnung und Reinlichkeit, als gute Apotheken, sich auszeichnen.

296. Ist die Apothekerkunst eine schwere Kunst?

Ja, sie ist auch sehr schwer; denn man muß viel und lange lernen, um die vielen Arzneymittel, und ihre Bestandtheile und künstlichen Zubereitungen zu kennen und zu wissen.

297. Was ist ein Physikus oder Land-Physikus?

Es ist derjenige Arzt, oder Doctor, welcher von der Obrigkeit ausdrücklich dazu bestellt ist, für die Erhaltung der Gesundheit, und für die Heilung gewisser Kranken zu sorgen; und der bey allgemein herrschenden und ansteckenden Krankheiten, zum Beispiel Ruhr, Faulsiebern, von der Obrigkeit den Auftrag hat, im Lande herum zu reisen, und die Erforschung und Heilung der Krankheit zu besorgen.

298. In welcher Zeit muß man bey schweren und heftigen Krankheiten einen Arzt brauchen?

Gleich vom Anfange an.

299. Wenn der Arzt eine Krankheit heilen soll, was muß er wissen?

Er muß die Natur und die Ursache der Krankheit wissen: man muß also dem Arzte alle Zufälle, Zeichen und das ganze Befinden des Kranken, vom Anfange der Krankheit an, genau und richtig erzählen; er muß die Leibesbeschaffenheit und die Lebensart des Kranken kennen; und man muß ihm alle Umstände vollständig sagen, die die Ursache der Krankheit seyn könnten.

300. Was ist daher gut?

Daß der Arzt den Kranken sehe und spreche, und die Natur und Ursache der Krankheit selbst erforsche.

301. Wenn das aber nicht geschehen kann?

So muß man mündlich oder schriftlich durch einen recht verständigen Menschen den Arzt von der Krankheit berichten. *)

*) Um das thun zu können, sollte jede Gemeinde folgendes sehr nütliches Büchlein: Ein Vortrag zur Zeichenlehre in Krankheiten; vornehmlich in Rücksicht auf den Landmann und dessen Nutzen; von J. J. S. Büding. Stendal, bey Franzen und Grote. 1793. 76 S. — besitzen. Im Vor- und Hüftbündlein S. 39. S. 314. findet man auch eine kurze Anleitung zu diesen Krankheits-Berichten.

302. Was muß der Kranke, der einen Arzte braucht, thun?

Er muß die vom Arzte verordneten Arzneyen keulich, ordentlich, zur rechten Zeit und im vorgeschriebenen Maße gebrauchen.

303. Kann eine schwere Krankheit gleich auf die erste Arzney besser, oder geheilt werden?

Nein; so wenig ein starker Baum auf den ersten Hieb fällt, eben so wenig kann oft eine schwere Krankheit durch die erste Arzney geheilt werden.

304. Wenn denn die erste Arzney nicht gleich hilft, muß man weiter Arzneyen, oder einen andern Arzt brauchen?

Man muß weiter, bis zum Ausgange der Krankheit, Arzneyen brauchen; und man muß von einem verständigen Arzte nicht zum andern laufen.

305. Ist es genug, wenn der Kranke Arzneyen einnimmt?

Nein, es ist nicht genug; er muß sich auch ordentlich halten: ohne ein gutes Verhalten helfen die Arzneyen allein nicht; und oft werden bey einem guten Verhalten durch die großen Heilkräfte der Natur, ohne Arzneyen, viele Krankheiten geheilt.

XXI. Vom Verhalten in Krankheiten, vorzüglich in hitzigen Krankheiten oder Fiebern. *)

*) Diejenige Krankheit nennt man ein Fieber, bei welcher Frost, widerwärtliche Wärme und ein widernatürlich veränderter Puls ist; wozu gewöhnlich Uebelbefinden, (oft Erbrechen) Mattigkeit, Angst und Schmerzen des ganzen Körpers oder einzelner Theile (oft Kopfschmerzen) kommen.

306. Ein Kranker ist ein armer Mensch, der Angst und Schmerzen hat: wie muß man mit ihm umgehen?

Man muß liebevoll mit ihm umgehen, und ihn mit großer, verständiger Sorgfalt warten und pflegen.

307. Darf man mit Kranken, die an schweren Krankheiten oder an Fiebern krank sind, viel reden, oder sonst Lärmen und Unruhe um sie machen?

Nein, man darf nicht viel mit Kranken reden, sondern es muß still und ruhig um sie seyn.

308. Dürfen viele Menschen um den Kranken seyn, oder ihn besuchen?

Nein; denn die Luft wird durch den Athem und die Ausdünstungen gar sehr verdorben; alle neugierige Besuchende müssen also abgewiesen werden.

309. Wie muß die Luft in der Stube, oder Kammer des Kranken beschaffen seyn?

Alle Kranke, vorzüglich alle Fieberkranke, müssen immer frische, reine, trockne Luft haben.

310. Ist frische Luft einem Kranken sehr nothwendig?

Ja, sie ist ihm unumgänglich nothwendig; denn sie ist das beste Mittel, den Kranken zu beruhigen und zu kühlen, und seine Angst zu vermindern.

311. Was muß dabei geschehen?

In der Krankenstube, oder Kammer muß bey Tage fast immer ein Fenster geöffnet seyn; und man muß öfters des Tages Thüren und Fenster

zugleich öffnen; dabei aber verhindern, daß nicht kalte Zugluft den Kranken treffe.

312. Wie müssen die Stuben, oder Kammern der Kranken beschaffen seyn, und gehalten werden?

Krankenstuben müssen hoch, groß, trocken und geräumig, nicht aber niedrig, enge, feucht und dampsicht seyn; und sie müssen ordentlich und reinlich gehalten und von allem Staube und Unrauhg rein gekehrt und gesegt werden; auch müssen keine Sachen darin seyn, die die Luft verunreinigen und verderben.

313. Muß es um Kranke hell oder dunkel seyn?

Es muß nicht hell, sondern etwas dunkel seyn; denn das helle Licht stört die Ruhe der Kranken.

314. Wie muß das Bett des Kranken beschaffen seyn?

Es muß ordentlich und reinlich, nicht zu warm, das Oberbett nicht zu schwer, das Unterbett nicht zu weich, und das Bettleinen muß rein seyn. Ist Stroh unter den Betten, so muß man frisches Stroh nehmen, das nicht feucht und übelriechend ist.

315. Ist es nützlich oder schädlich, wenn Fieberkranke auf Federbetten liegen?

Es ist schädlich, und vermehrt und verschlimmert das Fieber; Fieberkranke sollten auf Betten von Pferdehaaren, oder, wenn sie diese nicht haben, von Stroh liegen, und sich mit einer leichten Decke bedecken.

316. Dürfen zwey Kranke, oder ein Kranker und ein Gesunder, zusammen in einem Bette liegen?

Nein; jeder Kranker muß allein in seinem Bette liegen.

317. Darf man die Bettvorhänge rund um den Kranken ziehen?

Nein; denn der Kranke hat alsdann keine frische Luft.

318. Muß das Bett des Kranken täglich aufgelockert, und in Ordnung gebracht werden?

Ja; der Kranke muß jeden Tag, zu einer Zeit, wann er nicht schwißt, aus dem Bette genommen, und das Bett muß in Ordnung gebracht werden.

319. Wie muß ein Kranker gekleidet seyn?

Nein und bequem.

320. Darf das Bettleinen, und das Hemd des Kranken mit reinem verwechselt werden?

Ja, man muß das Bettleinen und das Hemd des Kranken, oft mit reinem verwechseln; das man vorher ein wenig erwärmen muß.

321. Wie muß das Bett stehen?

Es muß an keiner kalten, feuchten Wand, und an keiner Zugluft, sondern es muß frey stehen, damit man den Kranken von beyden Seiten bequem warzen kann.

322. Dürfen Fieberkranke, die meistens das beständige Kopfschmerz haben, den Kopf warm halten?

Nein; sie müssen ihn kühl und unbedeckt halten; sonst mehrt sich das Kopfschmerz, und das Irrededen.

(Anm. Wenn man um den Kopf eine Binde fest bindet, so vermindern sich oft die Kopfschmerzen.)

323. Was müssen Kranke, vorzüglich in hitzigen Krankheiten, und bey großem Durste, trinken?

Kaltes, reines Wasser, das einige Zeit an der freyen Luft gestanden, und seine größte Kälte an der Luft verloren hat. Und in Fiebern muß man Essig oder Zitronensaft noch zu dem kalten Wasser mischen. Man kann auch ein Stück geröstetes Brod in das Wasser stecken.

324. Muß man das Wasser zum Trinken etwas warm machen, oder vorher abkochen?

Nein, man muß es nicht warm machen; und auch

auch vorher nicht abkochen: denn abgekochtes Wasser löschet nicht den Durst, beruhiget nicht, und taugt nicht für Kranke, die großen Durst haben.

325. Ist das viele Theertrinken gut?

Nein; es ist gewöhnlich schädlich.

(Anmerkung. Auch den Kindbetterinnen ist das viele Theertrinken schädlich; sie müssen kalt trinken.)

326. Mögen Fieberkranke gern kaltes Wasser trinken?

Ja; kaltes Wasser, und frische Luft sind das beste Labfal eines Fieberkranken; sie beruhigen ihn, und mindern seine Angst und Schmerzen.

327. Muß ein Fieberkranker vieles Wasser trinken?

Ja, er muß vieles Wasser, zur Stillung seines Durstes, trinken; das ist nothwendig.

328. Erkälten sich Fieberkranke nicht durch kaltes Wasser?

Nein; sie werden vielmehr davon warm, und geraten oft nach dem Trinken des kalten Wassers in einen starken, wohlthätigen Schweiß; da sie bey warmen Getränken oft nur eine brennende Hitze ohne Schweiß haben.

(Anm. Bey Nahren, Brustfiebern, Seitenstechen, und einigen andern Krankheiten können warme Getränke manchem Kranken vielleicht besser, als kalte, bekommen.)

329. Darf ein Fieberkranker auch Bier, Kaffee, Wein oder Branntwein trinken?

Nein, er darf weder Bier, noch Kaffee, und noch viel weniger Wein, oder gar Branntwein trinken.

330. Wie müssen sich Kranke im Essen halten?

Kranke, die ein starkes Fieber, oder eine schwere Krankheit haben, verlieren alle Lust zum Essen; und man muß sie gar nicht zum Essen nöthigen.

331. Warum muß man Fieberkranke nicht zum Essen nöthigen?

Weil sie die Speisen nicht verdauen; und weil

Die unverdauten Speisen jede Krankheit, und besond-
sonders hitzige Fieber sehr verschlimmern.

332. Darf man im Anfange eines Fiebers, das mit Frost,
Sitz und Kopfschmerz anfängt, wenn man auch Lust hat,
etwas zu essen, wirklich essen?

Nein; man thut am besten, wenn man fastet;
das Essen kann die Krankheit leicht vermehren,
das Fasten vermindert sie aber, und Hungers stirbt
man nicht leicht.

333. Welche Speisen sind in Fiebern am zuträglichsten;
wenn der Fieberkranke selbst und aus eigenem Triebe etwas
verlangen sollte?

Buttermilch, saure Milch, frische, reife, saftige
Früchte und Obst, Himbeeren, Kirschen, Zwetschen,
Weintrauben, gekochtes, frisches oder getrocknetes
Obst, dünner Gersten- oder Haferschlamm, mit Essig
oder Zitronensaft sauer gemacht; und alles, was
den Kranken kühlt, und ihm wohlthut.

(Anm. Da gutes Obst den größten Nutzen hat, so sollten die
Menschen eine gute und große Obstbaumzucht sich sehr ange-
legen sein lassen.)

334. Was dürfen Kranke in hitzigen Fiebern gar nicht essen?
Fleisch, Fleischbrühen, Butter, Eier, schwere
Mehlspeisen, und unaufgegangenes Brod, dürfen
Fieberkranke ganz und gar nicht essen.

335. Wann bekommen Fieberkranke Lust zum Essen?

Nicht eher, als bis das Fieber geheilt ist, und
bis Ruhe und Schlaf sich wieder eingestellt haben.

336. Muß man Kranke an hitzigen Krankheiten überhaupt
warm oder kühl halten?

Man muß Fieberkranke überhaupt nicht warm,
sondern kühl halten; und deswegen muß man im
Winter nicht warm einheizen; sondern man muß
die Stube mehr kühl, als warm, halten.

337. Ist es gut, daß man bey Kranken räuchere?

Frische Luft ist besser, als alles Räucherwerk: *)
bey bössartigen Krankheiten ist es aber gut, mit
Essig auf ein heißes Eisen geschüttet, öfters zu
räuchern.

*) Der Mann und Freund des Menschengeschlechts, der bey
Untersuchung der Gefährnisse, der Kranken- und Pesthäu-
ser sein Leben für das Wohl der Menschen aufopfert, John
Soward, sagt: „Der Gebrauch des Räucherens ist allerzeit ein
„hinreichender Beweis von Mangel an Keinlichkeit und Lustigk.“

338. Ist es gut, daß man bey Fiebern etwas zum Schwitzen
einnimmt?

Nein, es ist in den mehrsten Fällen nicht gut;
vielle Fieber werden dadurch gefährlich und tödlich.
Man muß also, ohne einen Arzt zu Rathe zu zie-
hen, nichts zum Schwitzen einnehmen.

339. Darf man bey Fiebern zur Ader lassen?

Es ist bey vielen Fiebern sehr gefährlich; und
ohne auf Rathen eines Arztes darf man bey
Fiebern nicht zur Ader lassen.

340. Ist es überhaupt gut, daß viele Menschen in gesunden
Tagen es sich zur Gewohnheit machen, jährlich ein oder
zweymahl zur Ader zu lassen?

Nein; wenn man gesund und wohl ist, so muß
man niemals zur Ader lassen; denn das unnöthige
Aderlassen verdirbt das Blut, schwächt den Körper
und schadet der Gesundheit sehr.

(Anm. Daß viele Frauen während der Schwangerschaft ein
oder mehrere Mاله zur Ader lassen, ist eine sehr böse Ge-
wohnheit, die sowohl der Mutter, als dem Kinde schadet.)

341. Sind Brechmittel, die ein Arzt verordnet, gefährlich?

Brechmittel, von einem Arzt verordnet, werden
nicht gefährlich seyn; und sie schwächen est nicht
so sehr, als Abführungsmittel.

(Anm. Da viele Krankheiten und besonders viele Fieber aus
Unreinigkeiten in dem Magen entstehen, oder damit verbunden
sind;

sind; so thun Brechmittel, wodurch die Unreinigkeiten aus dem Magen weggeschafft werden, oft so gute Dienste.)

342. Dürfen Fieberkranke lange verstopft seyn?

Nein; bey Fiebern ist Verstopfung sehr schädlich.

(Anm. In gesunden Tagen, und bey geringen Krankheiten, sind gekochtes, frisches oder getrocknetes Obst, vorzüglich Smettschen, ein gutes Mittel gegen Verstopfungen.)

343. Wenn ein Mensch krank und zugleich verstopft ist, wodurch muß man ihm Oeffnung verschaffen?

Durch ein Klystier.

344. Sind Klystiere nicht gefährlich, oder bedenklich?

Nein, das sind sie nicht.

345. Was ist von der Gewohnheit vieler Leute zu halten, des Tages einigemahls etwas zum Abführen einzunehmen?

Es ist eine sehr schädliche Gewohnheit; und die Arzneyen, die man auf eine unvernünftige Art von Herumstreichern und Schachtelkrämerei zum Abführen kauft, sind meistens sehr gefährlich.

346. Muß man gesunde Kinder oft Layren lassen?

Nein, das taugt gar nicht; und überhaupt muß man die Kinder nicht durch Arzneyen, sondern durch gute Wartung und Pflege, und durch viele Bewegung in freyer Luft gesund erhalten.

347. Ist es bedenklich, Spanischefliegenpflaster bey Fiebern, Gliederreizen, und manchen andern Krankheiten zu legen?

Nein, Spanischefliegenpflaster sind eben keine bedenkliche Sache; man kann sie kleinen Kindern legen, und sie thun oft gar gute Dienste.

348. Ist es gut, daß man bey Wunden, Quetschungen und Geschwüren Pflaster und Salben braucht?

Nein; Pflaster und Salben sind selten gut; in den mehrsten Fällen stiften sie mehr Schaden, als Nutzen.

(Anm. Bey Geschwüren an den Füßen und bey dem Rothlaufe muß man sich besonders vor Pflastern und Salben hüten, sonst kann

fann man dadurch sehr böse und langwierige Geschwüre bekommen.)

349. Was muß man bey Wunden thun, wenn sie nicht sehr groß und tief sind, und wenn keine große Ader, und kein Eingeweide verletzt ist?

Man muß die Wunde, ohne sie mit Wasser oder Branntwein auszuwaschen, mit einem trocknen Tuche wieder zusammenbinden; das Blut, das besser als alle Pflaster und Salben ist, heilt also; denn die Wunde ohne Eiterung wieder zusammen,

350. Was muß man bey Quetschungen thun?

Man muß halb Wasser und halb Essig mit leinenen Lappen immer kalt aufschlagen; so lindern sich die Schmerzen und das Blut vertheilt sich.

(Anm. Geringe Geschwüre kann man mit gepulverter Leinwand trocken, oder mit Lappen in Essig befeuchtet, verbinden.)

351. Wie heilt man Brandschäden?

Wenn man eben so, wie bey Quetschungen, Wasser und Essig vom Anfange an, alle viertel Stunde, kalt umschlägt; so heilen Brandschäden davon besser, als von allen Pflastern und Salben.

XXII. Von allgemein, und örtlich herrschenden, und eigenthümlichen Krankheiten.

352. Wenn in einer Gegend eine allgemeine Krankheit ausbricht, die viele Menschen befallt; muß der Gesunde Arzneyen, oder Präservationsmittel brauchen, der allgemeinen Krankheit vorzubeugen?

Nein, der Gesunde muß niemahls Arzneyen brauchen.

353. Muß man nicht etwas zum Layren, oder Brechen einnehmen, Ueberlassen, oder Schwitzen?

Nein; diese schwächenden Mittel ziehen einem Men-

Menschen die Krankheit eher zu, als daß sie sie verhüteten.

354. Darf man auch keine Magentropfen nehmen?

Nein, sie sind eher schädlich, als nützlich.

355. Was muß der Gesunde thun, der allgemein herrschenden Krankheit, oder ihrer Gefahr zu eingehen?

Er muß sich recht ordentlich und mäßig im Essen und Trinken halten, große Reinlichkeit beobachten, sich viele körperliche Bewegung machen, und sich recht vorsichtig vor Erhitzungen und Erkältungen hüten.

Anm. In theuren und Mistwachs Jahren entstehen von dem Genuße des schlechten Brods, und schlechter Nahrungsmittel Faulfieber und Seuchen, die ganze Länder von Menschen entvölkern.)

356. Muß man nicht noch eine andere Vorsicht beobachten?

Ja; da allgemein herrschende Krankheiten oft ansteckend sind, so muß man nicht unnötiger oder neugieriger Weise zu Kranken und ihren Wärtern, und in Krankenhäuser gehen.

357. Wenn Krankheiten, zum Beyspiel kalte Fieber, an einem Orte häufig und örtlich herrschen, und wenn stehende Gewässer und Sümpfe in der Nähe dieses Orts die Ursache dieser häufigen Fieber sind; was müssen die Menschen thun?

Sie müssen die stehenden Gewässer ableiten, und die Sümpfe austrocknen, so hören die Fieber auf; denn mit der Ursache fällt auch ihre Wirkung weg.

358. Wenn Handwerker und Künstler viel und oft von einer gewissen eigenhümlichen Krankheit, zum Beyspiel Steinhauer von der Schwindsucht, Mahler von der Dreyholz, befallen werden, was müssen sie thun?

Sie müssen als verständige Menschen, die gern gesund seyn und lange leben wollen, darauf denken, was die Ursache ihrer häufigen, eigenhümlichen Krankheit sey, und wie sie diese Ursache vermeiden oder vermeiden können.

Anm. Diejenigen Menschen, die einzeln viel sitzen werden. (Als:

das weibliche Geschlecht, Handwerker, Künstler und Gelehrte) müssen ganz vorzüglich in ihrer Kindheit, bis zur Zeit des vollendeten Abnehmens im zwölften Jahre, sich frey und leicht sehr viele körperliche Bewegung in freyer Luft machen, und dazu besonders anhalten werden, damit das nachherige viele Sitzen ihrer Gesundheit und Glückseligkeit nicht zu viel schade.)

XXIII. Von ansteckenden Krankheiten.

359. Welche Krankheiten stecken vorzüglich an?

Faulfieber, Fleckfieber, Ruhr, Friesel; und Scharlachfieber, Blattern oder Pocken, und Masern Auch die Pest, die schlimmste aller Krankheiten, steckt sehr leicht an.

360. Wie stecken sie an?

Vorzüglich durch die Berührung des Kranken, oder solcher Theile, die vom Kranken herkommen; auch durch die Luft, wenn sie durch die Ausdünstungen des Kranken voll unreiner, sauler Theile ist.

361. Was muß man bey diesen ansteckenden Krankheiten ganz vorzüglich beobachten?

Die Luft sowohl in der Stube, als im Hause des Kranken muß beständig rein und frisch seyn; man muß immer ein Fenster offen halten; oft Thüren und Fenster zugleich öffnen; und man kann nicht fleißig genug auf frische Luft sehen.

362. Was muß man weiter beobachten?

Man muß beym Kranken, in den Betten, in der Stube, und bey sich selbst die größte Reinlichkeit beobachten; und man darf nicht warm einheizen.

363. Was muß man weiter thun, um sich vor der Ansteckung zu hüten?

Man muß nicht nüchtern, ohne etwas gegessen zu haben, beym Kranken seyn; in der Krankensstube

stube darf man aber nicht essen; und man muß vorsichtig, gutes Muthes und ohne Furcht den Kranken warten, und sich treulich seiner annehmen.

364. Wie müssen sich die Menschen, die den Kranken warten und pflegen, gegen ihre Nebenmenschen verhalten?

Sie müssen sich, um die ansteckende Krankheit oder Seuche nicht weiter zu verbreiten, eingezogen halten; unnöthigen Umgang mit andern Menschen vermeiden; und sie müssen sich aus Schulen *) und Kirchen entfernt halten: diese Pflicht haben auch die Kinder, und die Hausgenossen des Kranken.

*) In den Schulen werden durch die Kinder oft ansteckende Krankheiten weiter, über einen ganzen Ort verbreitet.

365. Dürfen zu einem Kranken, der an einer ansteckenden Krankheit krank ist, viele Menschen zugelassen werden?

Nein; außer den Menschen, die den Kranken warten und pflegen, dürfen keine andre Menschen zu ihm; und alle neugierig Besuchende müssen gleich, ohne alle Rücksicht, abgewiesen werden.

366. Was macht es dem Menschen zur Pflicht, einen ansteckenden Kranken nicht ohne dringende Noth zu besuchen?

Die Selbsterhaltung, und die Pflicht, die der Mensch seinen Nebenmenschen schuldig ist: denn wenn er auch aus Liebe und Freundschaft sein Leben in Gefahr setzen wollte; so hat er doch nicht das Recht, auch zugleich das Leben seiner Nebenmenschen, die er mit der Krankheit anstecken könnte, in Gefahr zu setzen.

367. Wenn ein Kranker an einer ansteckenden Krankheit stirbt, was muß geschehen?

Man muß den todtten Körper nicht zur Schau aussetzen, und man muß ihn still, ohne Gefolge vieler Menschen, zur Ruhe bringen.

368. Ist die Krätze nicht auch eine ansteckende Krankheit?

Ja; es ist eine sehr böse, häßliche Krankheit, die leicht ansteckt, wenn man Krätziges oder ihr Zeug berührt.

369. Was muß man also thun?

Man muß mit Krätzigem keinen Umgang haben; und ihre Gesellschaft vermeiden.

(Am

(Zum Kinder, die die Krätze oder den Kopfgrind haben, dürfen nicht in die Schule gehen; damit andere Kinder nicht davon angesteckt werden.)

70. Ist das Schmieren mit Schwefelsalben bey der Krätze, bey Ausschlägen und bösen Köpfen gefährlich?

Ja, es ist gefährlich; man kann seine Gesundheit dadurch leicht verlieren, blind und taub werden.

XXIV. Von den Blattern oder Pocken.

371. Wonach richtet sich die Gefährlichkeit der Blattern?

Vorzüglich nach der Menge der Blattern. Bey wenigen Blattern ist wenige Gefahr: bey vielen und zusammenschließenden Blattern ist viele Gefahr.

372. Was ist also gut?

Daß man wenige Blattern bekomme.

373. Zu welcher Zeit im Verlaufe der Blatternkrankheit stellt sich eigentlich die Gefahr ein?

Nicht im Anfange, wenn sie ausbrechen; sondern gegen das Ende, wenn die Blattern eitern und trocknen; und wenn der Eiter in den Körper gezogen wird, und ein zweytes oder Eiterungs-Fieber entsteht.

374. Wenn ein Kind die Blattern bekommen will, darf man die Blattern durch Schwignittel, Wein, Brannwein, warme Stühlen oder Federbetten heraus zu treiben suchen?

Nein; das ist sehr unverständlich gehandelt; denn man bekommt dadurch sehr viele und sehr gefährliche Blattern.

375. Was muß man also thun?

Man muß der Natur ihren ruhigen Lauf lassen: man muß sich bey dem Fieber, das vor dem Ausbruche der Blattern vorhergeht, und das zwey, drey bis vier Tage dauert, kühl und in reiner Luft halten; kaltes Wasser trinken; und nur wenig essen.

376. Wenn die Blattern nun nach und nach durch das Fieber von selbst ausgebrochen sind, was muß man im ganzen Verlaufe der Krankheit bis zum Abrocknen thun?

Das Vorzüglichste ist, daß der Blatternfranke frische, reine, trockne Luft genieße; kaltes Wasser trinke; und daß

daß er im Essen und Trinken sich ordentlich, kühl und mäßig halte.

377. Ist es gut, daß man bey dem Fieber vor dem Ausbruche der Blattern, und während der ganzen Blatternkrankheit am Tage im Bette liege?

Nein, es ist nicht gut: am Tage muß man, wo möglich, außer dem Bette seyn: und des Nachts muß man in keinem Bette liegen, das zu warm und dunstig ist; Federbetten sind daher den Blatternkranken sehr schädlich.

378. Wenn die Augenlieder zugeschworen sind, darf man sie mit Gewalt aufzerren, oder hitzige Sachen und Gewürze anschlagen oder einblazen?

Nein; man darf die Augenlieder nicht aufzerren, und keine hitzige Sachen brauchen, sonst kann man blind werden; sondern man muß sie stille zulassen; und gehen die Augenlieder nach und nach von selbst auf, so muß es in der Stube nicht hell, sondern dunkel seyn; auch muß es dunkel in der Stube seyn, wenn die Augenlieder noch zugeschworen sind, und zu gleicher Zeit muß man mit der größten Sorgfalt darauf sehen, daß die Luft in der Stube immer frisch, rein und kühl sey.

379. Sterben viele Menschen an den Blattern?

Ja; im Ganzen sterben an den gewöhnlichen Blattern von zehn Kranken Einer.

380. Kinder! die gewöhnlichen Blattern sind eine sehr böse Krankheit, sie sind so schlimm, als die Pest. Die gütige Vorsehung Gottes hat aber die Menschen, bis sie die Blattern gänzlich ausgerotten, ein Mittel erfunden lassen, wodurch die Blattern zum großen Theil ihr Böses verlieren: und das ist: die Inoculation, oder Einimpfung der Blattern. Wenn man sich die Blattern einimpfen läßt, so bekommt man gewöhnlich sehr wenige Blattern; man wird nicht leicht bettlägerig, man verliert sehr selten seine Gesundheit, und von hundert Eingepfunden stirbt kaum Einer, da an den natürlichen Blattern von jeden Einer stirbt. Wollt ihr wissen, wie man einimpft?

Ja!

381. Will man einem Kinde, das gesund und wohl ist, die Blattern einimpfen, so nimmt man auf die Spitze einer Nadel etwas frisches, dünnes Blatternreiter von einem Kinde, das gute, wenige und wahre Blattern hat. Am Oberarm sticht man

man mit dieser Nadel, ohne daß es blutet, einem Strohhalm breit unter dem Oberhäutchen weg, daß der an der Nadelspitze befindliche Blatternreiter unter das Oberhäutchen komme. Man thut das an beyden Oberarmen; und dieß nennt man die Einimpfung der Blattern, oder die Blattern einimpfen. Das Verfahren und der Erfolg ist, wie folgt. Man hält den Eingepfunden, da man den großen Vortheil hat, vorher zu wissen, daß er nach 10 bis 14 Tagen die Blattern bekommt, im Essen und Trinken mäßig und ordentlich. Den 4ten 5ten oder 6ten Tag entzünden sich die leichten Nadelstiche, und werden roth, dick und hart. Von dieser Zeit an, bis zur gänzlichen Heilung, müssen die Nadelstiche, die sich oft sehr entzünden, und stark und lange Zeit eitern, täglich mehrmals mit kaltem Wasser gewaschen werden. Den 7ten 8ten, oder 9ten Tag nach der Einimpfung bekommt der Eingepfunde Schmeiz unter den Armen, Fieber, Kopfweh; und manchmahl auch Erbrechen. Dieß Blatternfieber dauert 2, 3, oder 4 Tage, und man muß während dieses Fiebers sich nicht bey Tage zu Bett legen, sondern man muß, wenn es im Anfange auch beschwerlich ist, in freyer Luft herum gehen, und immer frische, reine, kühle Luft athmen. Dieß ist notwendig. In der freyen, kühlen Luft vergeht Fieber und Kopfweh; und wäscht man auch fleißig die Stien und die Arme mit kaltem Wasser, so vergeht beymahle alles Uebelbefinden. Den 10ten, 11ten, oder 12ten Tag des Blatternfiebers, oder den 10ten, 11ten, oder 12ten Tag nach der Einimpfung, manchmahl auch noch später, brechen die Blattern von selbst aus, und man muß sie nicht herabstreifen wollen. Man bekommt in den allermeisten Fällen sehr wenige, und sehr gute Blattern, und die Krankheit ist gleichsam vorbey. Die wenigen und guten Blattern eitern wenig, sie trocknen bald ab, und man hat nur noch, sich ordentlich und in frischer, kühler Luft zu halten, so sind diese eingepfunden Blattern sehr selten mit Gefahr verbunden. Sagt mir aber, meine lieben Kinder, darf man an einem Orte, wo keine Blattern sind, die Blattern einimpfen?

Nein; denn sie stecken an, und man kann durch die Einimpfung die Blattern an einen Ort bringen, und dadurch die mittelbare Ursache an dem Tode vieler Menschen seyn, welches höchst unrecht ist.

382. Wenn aber an einem Orte die Blattern schon herrschen, darf man sie alodann einimpfen?

Nein, auch das ist unrecht; denn der Eingepfunde kann auch einen einzelnen Menschen anstecken, und die zufällige Schuld seines Todes seyn.

383. Wo müste die Einimpfung also geschehen?

In eigends dazu bestimmten und abgesonderten Blattern- oder Einimpfungs-Häusern, wo gar keine Gefahr ist, andere Menschen anzustecken.

384. Ihr habt recht, Kinder; man darf nur in Blatternhäusern einimpfen; wer das Gegentheil thut, der handelt Unrecht gegen die menschliche Gesellschaft. — Kann man die Blattern zweymahl bekommen?

Nein, die wahren Blattern kann man nur einmahl bekommen; alle Geschichten von zweymahligen wahren Blattern sind irrig.

XXV. Von den Masern.

385. Sind die Masern auch eine böse Krankheit?

Ja: es sterben sehr viele Menschen daran; oft, wenn die Masern schon heil sind, an bösen Folgen.

386. Was muß man bey den Masern, die die Brust sehr angreifen, vorzüglich beobachten?

Man muß die Kranken an den Masern, zwar etwas wärmer, als die Blatternkranken, halten, aber auch nicht zu warm; sie müssen reine Luft haben; man muß ihnen bisweilen etwas warmen Hollunder- oder Fliederthee zu trinken geben; und man muß fleißig darauf sehen, daß nicht kalte Luft, oder Zugwind den Kranken treffe.

387. Wie muß man sich nach überstandnen Masern, wo man sonst noch leicht schwindfüchtig werden, und sterben kann, halten?

Man muß sich nach überstandnen Masern noch einige Zeit vor der freyen Luft hüten, und sich warm halten, und kleiden.

(Anm. Diese nöthige Vorsicht muß man auch beym Friesel- und Scharlachfieber beobachten. Denn da sich auch bey diesen Krankheiten, wie bey den Masern, oft die ganze Oberhaut abschuppe; so kann man sich sehr leicht erkälten, und es entstehen daher Wasserfuchten, Schwindfuchten, und andre böse, oft tödtliche Folgen.)

XXVI. Von der gänzlichen Ausrottung der Blattern oder Pocken, und der Masern.

388. Liebe Kinder! Die Blattern sind eine Art Pest, ja sie sind noch schlimmer und richten im Ganzen noch mehr Elend an. Sie tödteten im Jahre 1765 in Berlin 1077, im Jahre 1791 im Mecklenburg; Schwercinschen 1695, und in Oberschlesien in 3 Jahren 5584 Menschen; vom Jahre 1650 bis 1750, also in einem Jahrhundert, tödteten die Blattern in London 152461, und in Schweden starben an Blattern und Masern in 11 Jahren 95101 Menschen. Vor tausend Jahren hatten die Menschen in Deutschland und in ganz Europa noch keine Blattern. Sie wurden aus dem heißen Afrika, wo auch die Pest zu Haus ist, nach Europa gebracht; und durch die sorglose Unwissenheit der Menschen wurden sie einheimisch. Jeder Mensch, beynähe ohne Ausnahme, wird durch seine und seiner Nebenmenschen Unvorsichtigkeit von den Blattern angesteckt, und der rote Theil aller Menschen stirbt daran. Rechnet man die ungeheure Summe der Schmerzen, und die hundert Tausende der Todten, die auf Rechnung der Blattern kommen; so muß man gesehen: daß die Blattern eine der größten, furchterlichsten Hauptplagen des Menschengeschlechtes sind. — Und ist denn diese afrikanische Hauptplage ein notwendiges Uebel des Menschengeschlechtes?

Nein, sie sind kein notwendiges Uebel; denn vor tausend Jahren hatte man in Europa noch keine Blattern, und die Menschen waren, ohne Blattern, gesund.

389. Ihr habt recht, Kinder; die Blattern gebdern nicht zur Natur oder Gesundheit des Menschen. Sagt mir, wie bekommt man die Blattern?

Durch die Ansteckung.

390. Kann man sie nicht auch von selbst, durch besondere Lebensart, Essen und Trinken, Wind und Wetter bekommen?

Nein; man bekommt sie einzig und allein durch die Ansteckung, oder Mittheilung des Blatterngifts.

391. Wenn also ein Mensch sich vorsichtig hütet, daß er nicht angesteckt werde, was folgt daraus?

Daß dieser Mensch die Blattern nicht bekomme.

392. Und wenn alle Menschen sich vorsichtig hüteten, von dieser fürchterlichen Krankheit angesteckt zu werden, was folgte daraus?

Daß kein Mensch die Blattern bekäme.

393. Und wenn kein Mensch die Blattern bekommt, und also auch Niemand kann angesteckt werden, was wäre die Folge davon?

Daß die Blattern ausgerottet wären.

394. Höre, liebe Kinder! die Pest ist, wie die Blattern, auch eine Krankheit, die man nicht von selbst, sondern nur durch die Ansteckung bekommt. In den vergangenen Jahrhunderten hat sie häufig, und zuletzt 1712 und 1713 in Deutschland geherrscht, und sie hat oft den dritten Theil der deutschen Völker getödtet. Die Menschen wurden endlich klug. Man sonderte die Kranken von den Gesunden ab, speerte die Städte und Dörfer, wo die Pest herrschte, hütete sich vor der Ansteckung, und die Pest war vertilgt und ausgerottet. Die Blattern sind eine eben so große Hauptplage, als die Pest; sie können auch eben so leicht ausgerottet werden; und folglich?

Ist es die Pflicht der Menschen, die Blattern auszurotten, und zwar ohne allen Zeitverlust.

395. Ihr habt recht, Kinder; daß es die Pflicht der Menschen sey, die Blattern auszurotten. Gegen Viehseuchen hat man Anstalten gemacht — und es wird gewiß den Menschen zu einem großen Vorwurfe gereichen, wenn sie keine Anstalten machen, die Blattern, die unter unglücklichen Umständen den rothen Theil der Menschen, vorzüglich der armen, hilflosen Kinder, tödten, ohne Ausschub auszurotten. Auf folgende Art können und müssen die Blattern ausgerottet werden. Vorher will ich aber bemerken, daß das ansteckende Gift der Blattern eigentlich in dem Blatterreiter, er sey flüchtig oder trocken, enthalten sey; und daß die Luft nicht an und für sich, sondern vielleicht nur dann ansteckt, wann sie voll und überhäuft von den eierartigen Ausdünstungen des Kranken ist; und daß die Luft deswegen immer frisch und rein muß erhalten werden.

Anweisung zur Ausrottung der Blattern = Pest, die so kinderleicht und Pflicht ist.

1. In der Nähe jeder Stadt wird ein eigenes Haus einzeln für Blatterkranken auf die gebräuchlichste und zweckmäßigste Art, nach einem

einem Nebenhause, eingerichtet, oder erbaut. *) Das ist Pflicht und Nothwendigkeit.

*) Die Kosten sind an sich unbedeutend; und, z. B. in der einzigen Stadt Berlin, in dem einzigen Jahre 1786, mordete die Blattern: Pest auf eine so elende Art 1077 Menschen — Welch ein unendlicher Schatz! was sind gegen das Leben von 1077 Menschen die Kosten eines Blatternhauses? Nichts!

2. Alle Einwohner der Stadt und der umliegenden Dörfer, auch alle durch diesen Bezirk reisende Fremde, gehören zu diesem Blatternhause, und müssen zu seinen Kosten beitragen.

3. Alle Menschen, und die Kinder in der Schule, bekommen eine vollkommene Schrift, mit Kupferstichen erläutert, über die Kennzeichen der wahren Blattern in allen ihren Gestalten; und von der Pflicht, der Nothwendigkeit und dem Nutzen, die von den Blattern Verpestete in das Blatternhaus zu bringen.

4. Sobald ein Mensch, er sey klein oder groß, arm oder reich, einheimisch oder fremd, von den Blattern verpestet ist; (NB. Dieß wird, sobald Blatternhäuser errichtet und Anstalten gemacht sind, äußerst selten und nur bey sehr einzelnem und sehr wenigen Menschen geschehen; denn jeder Mensch wird aus irriger Zucht vor dem Blatternhause sich und die Seinigen sorgfältig hüten, von den Blattern verpestet zu werden.) so wird er gleich und ohne allen Zeitverlust, als ein Verpesteter, und wie es die Pflicht erfordert, aus der Gemeinschaft der Gefunden in das Blatternhaus gebracht.

5. In vielen Zeitungen und Intelligenz-Blättern wird weit und breit bekannt gemacht, und im Orte und in der ganzen umliegenden Gegend wird öffentlich angeschlagen: „daß der Mensch (Vor- und Zunahme) im Hause (die Nummer) am Orte (der Name) im Lande (der Name) von den Blattern verpestet“, und in das Blatternhaus der Stadt (ihre Nähe); wie es die Pflicht erfordert, sey gebracht worden.“

*) Man muß untersuchen, wo und von wem; und dieser Verpestete muß von den Gefunden abgesondert und entpestet werden.

6. Kommt der Verpestete in das Blatternhaus, so legt er vorher in dem Nebenhause alle seine Kleider ab, und zieht gesunde, reinliche Kleider an.

7. Die mitgebrachten und abgelegten Kleider werden gereinigt, gewaschen, geräuchert und in die frische Luft gehängt.

8. Der Kranke genießt in dem Blatternhause durch angelegte Wärter, oder Wärterinnen die beste, reinlichste, sorgfältigste Erhaltung und Pflege, Aussicht und Unterhaltung; und allen Beystand und alle Hilfe eines Arztes und Wundarztes.

9. Wer die Blattern sich will einimpfen lassen, muß es im Blatternhause thun, sonst ist es nicht erlaubt.

10. Kein Mensch, der die Blattern nicht gehabt hat, oder der mit Kranken nicht vermandt ist, darf in das Blatternhaus kommen.

11. Aeltern können ihre Kinder, und Freunde ihre Freunde warten, wenn sie selbst die Blattern gehabt haben, oder sich einimpfen lassen, und wenn sie sich der Beduung unterwerfen.

12. Die angeführten Wärter oder Wärterinnen des Blatternhauses, auch die Aeltern, die ihre Kinder warten, dürfen wenig oder gar nicht, und nicht heimlich aus dem Blatternhause gehen, wenn sie aber ausgehen, so müssen sie jedesmahl vorher ihre unreinen Kleider ablegen; sich alsdann in den Bädern des Nebenhauses über dem ganzen Körper, und besonders auch die Haare des Kopfs, baden und reinigen; und reine, unangeseckte Kleider anlegen. Dieß müssen auch Alle thun, die ins Haus kommen.

13. Der Arzt und Wundarzt muß vor dem Eintritte ins Blatternhaus seine Kleider im Nebenhause verwechseln; und bey dem Austritte Hände und Angesicht waschen und reinigen, und seine Kleider wieder anlegen.

14. Bierzig, oder sechszig Tage nach vollkommen überstandener Blattern-Pest wird der Kranke, — nachdem er vorher vom Kopfe bis zu den Füßen, über dem ganzen Körper, auf das vollkommenste ist gereinigt, abgewaschen und gebadet worden, und nachdem er seine bey dem Eintritte abgelegten und vollkommen gereinigten Kleider wieder angelegt hat, — in die Gemeinschaft der Gesunden gebracht; und dieß wird gleichfalls öffentlich und in Zeitungen bekannt gemacht.

15. Acht Tage nach dem Austritte aus dem Blatternhause wird der von der Blattern-Pest Genezene in den Tempel Gottes gebracht, und der Tempel erschallt vom Gesange der Gemeinde: Herr Gott, dich loben wir. Amen!

So, liebe Kinder, auf diese leichte Art und durch diese geringen Veranstaltungen wird die fürchterlichste, schrecklichste Krankheit, die Elend und Verderben über das Menschengeschlecht brachte, ausgerottet werden. Die Menschen in Europa werden zur Erkenntniß der Wahrheit und der Pflicht kommen, die Blattern-Pest auszurotten: sie werden es wollen und es geschieht. Nämlich: es werden Blatternhäuser errichtet werden, viele Städte und Dörfer werden frey von der Blattern-Pest bleiben. Menschen und Völker folgen dem Beyspiel. Die sonst von allen Seiten drohende Gefahr der An-

Ansteckung wird zusehends geringer. Die Blattern verschwinden aus Dörfern, Städten, und Ländern — und, freuet euch mit mir, liebe Kinder! in 10, höchstens 20 Jahren ist die Blattern-Pest, die unter unsäglichen Schmerzen den toten Theil der Menschen tödtete, vertilgt und ausgerottet. — Sagt mir, Kinder; könnten die Blattern wohl nicht in einem viel kürzeren Zeitraume, als von 10 Jahren, ausgerottet werden?

O ja! sie könnten in einigen wenigen Jahren ausgerottet werden: wenn die Menschen, wie es ihre Pflicht ist, es sich recht ernstlich angelegen seyn lassen, alle Anstalten dazu zu machen; und wenn sie, wie es nothwendig ist, Blatternhäuser errichteten.

(Anm. Die Ausrottung der Blattern-Pest ist in mehreren Ländern, in Luissana und Chili, wirklich geschehen: auch in Nord-Amerika auf der Insel Rhode-Island, die sehr volkreich, 14 englische Meilen lang und 7 breit ist, und vielen Handel treibt; alle Menschen, die von der Blattern-Pest angesteckt werden (die Einimpfung ist auf Rhode-Island nicht erlaubt), werden auf eine nahegelegene kleine Insel, Coasters Harbour, gebracht; und müssen da so lange bleiben, bis alle Gefahr der Ansteckung verschwunden ist. Der Doktor Waterhouse sagt von dieser Veranstaltung: „die Furcht vor dieser Krankheit macht, daß das Volk sie mit Vergnügen befolgt. Ein Fremder wird vielleicht glauben, daß dieses nicht so gewissenhaft erfüllt werden könnte, ohne dem Volke Gewalt anzuthun; aber dies ist nicht der Fall. Denn die einhellige Stimme des Volkes und der Obrigkeit giebt dieser Anordnung die gewünschte Wirkung, so, daß sie mehr eine Volks-Bewobtheit zu seyn scheint, als eine Einschränkung durch Gesetz.“

Ja ein Volk, von dem manche Menschen ungern denken, die Hollenstatten, da die Blattern-Pest zuerst in ihr Land gebracht wurde und große Verheerungen unter ihnen anrichtete, sonderten durch einen Wall, den sie mit Wägen besetzten die Kranken von den Gesunden ab, und verhinđerten ihre weitere Verbreitung. Und wir Europäer sollten unsere Verunft und unsere Wissenschaften ohne Nutzen haben?

296. Auch die Masern stammen wahrscheinlich aus Afrika her; und sie wurden vor tausend Jahren mit den Blattern nach Europa gebracht. Sie sind, wie Pest und Mattern, kein nothwendiges Uebel; und man bekommt sie einzig und allein durch die Ansteckung. Sie sind eine sehr böse Krankheit, und tödten viele Menschen. Sie tödteten im Jahr 1751 in Berlin

in 18 Wochen 523 Menschen. Sollte man nicht auch die Mäsern ausrotten können?

Ja; man kann die Mäsern auf eine ähnliche Art, und durch ähnliche Anstalten, wie die Blattern, ausrotten; und es ist die Pflicht der Menschen, es zu thun.

(Anm. Sollten Scharlachfieber, Keichhusen und zum Theil auch Krätze sich nur durch die Ansteckung fortpflanzen, so könnten sie ebenfalls ausgerottet werden.)

XXVII. Von der Ruhr.

397. In welcher Zeit herrscht die Ruhr?

Im Sommer, und vorzüglich im Herbst.

398. Ist die Ruhr eine böse, gefährliche Krankheit?

Ja, es ist eine sehr böse Krankheit; und man kann leicht daran sterben, wenn man sie unrecht behandelt.

399. Kommt die Ruhr vom Obste?

Nein; reifes, süßes, saftiges Obst, vorzüglich Weintrauben, verhüten vielmehr die Ruhr.

400. Wie hütet man sich vor der Ruhr?

Wenn man sich recht vorsichtig vor Verkältungen hütet, besonders den Unterleib warm hält; und wenn man vieles, reifes Obst, vorzüglich Weintrauben, und gute Speisen genießt.

401. Was muß man weiter beobachten?

Der frische, neue Roggen zum Brodbacken muß recht reif und trocken seyn; und das Brod aus frischem Roggen muß man recht ausbacken, und nicht zu frisch, auch nicht warm essen. Auch frische, unreife Kartoffeln sind schädlich; und das Gemüß und den Kohl, die oft von Mehlthau und Würmern verunreinigt sind, muß man zum Essen fleißig reinigen und waschen.

402. Bey der Ruhr sind scharfe, gallichte, faule Unreinigkeiten im Magen und in den Därmen: darf man die Ruhr stopfen, und die faulen Unreinigkeiten, von denen die Krankheit herkommt, im Magen und in den Därmen einsperren wollen?

Nein, man darf die Ruhr nicht stopfen, sonst kann man leicht sterben; sondern man muß die Unreinigkeiten durch

durch Brechen und Abführen, gleich im Anfange der Ruhr, wegzuschaffen suchen.

403. Was darf man also nicht thun?

Man darf durch Hammelfett, Baumöhl, Gewürze, Pfeffer, Theriak, Wein oder Brantwein die Ruhr nicht stopfen, sonst kann man leicht sein Leben verlieren.

404. Was muß man bey der Ruhr, da sie oft ansteckt, außerdem beobachten?

Man muß große Keinsichtlichkeit beobachten; die Luft der Krankenstube immer frisch und rein erhalten; und die Unreinigkeiten vom Kranken muß man immer sogleich aus der Stube wegschaffen, in ein tiefes Loch schütten, und mit Erde bedecken.

405. Muß man bey der Ruhr einen Arzt brauchen?

Man muß bey allen Krankheiten einen Arzt brauchen, also auch bey der Ruhr, die sehr gefährlich ist.

XXVIII. Vom Verhalten nach Krankheiten.

406. Wie muß man sich nach überstandnen schweren Krankheiten verhalten?

Man muß sich ordentlich und mäßig im Essen und Trinken halten, leichte, nahrhafte Speisen genießen, und man muß sich nicht zu bald Wind und Wetter aussetzen.

407. Darf man bald wieder an schwere Arbeit gehen?

Nein: man muß sich erst recht wieder erhohlen, ehe man an die Arbeit geht.

XXIX. Von Kranken, Anstalten.

408. Liebe Kinder! wenn man bedenkt: daß so unzählig viele Menschen nicht wohl und nicht glücklich, sondern krank und elend sind; und daß diese unzählige kranke, unglückliche Menschen nicht arbeiten und nicht das Wohl ihrer Nebenmenschen thätig fördern, sondern für sich arbeiten lassen, und ihren Nebenmenschen Kummer, Sorgen und Mühe machen: so muß man gestehen, daß Krankheiten, sowohl für die unzähligen einzelnen Kranken, als für das ganze Mens-

schengeschlecht eins der größten Uebel, und eins der größten Hindernisse der menschlichen Glückseligkeit sind. Wie können die Menschen sich helfen?

Durch folgende zwey Stücke:

1. Daß alle Menschen, und vorzüglich die Kinder, über die Beschaffenheit des menschlichen Körpers und die Erhaltung der Gesundheit unterrichtet, und daß so die Gesundheit der Menschen erhalten und Krankheiten, so viel nur immer möglich, verhütet würden. Und

2. daß alle Kranke die beste Wartung und Pflege, und allen Beystand und alle Hilfe eines Arztes und Wundarztes erhielten.

409. Erhalten alle Kranke die nöthige Wartung und Hilfe?

Nein, die wenigsten Kranken erhalten sie.

410. Was sind die Ursachen, daß so viele Menschen die nöthige Wartung und Hilfe nicht erhalten?

Die Unwissenheit, die Armuth und das Elend so vieler Menschen; die schlechten, ungesunden Wohnungen; der Mangel an reiner Luft; die Unreinlichkeit; die schlechten, ungesunden Betten; und daß so viele Menschen oft zu arm sind, einen Arzt, oder Wundarzt, und die Arzneyen zu bezahlen.

411. Ja, liebe Kinder, da habt ihr recht. Durch diese Umstände werden Krankheiten nicht allein sehr gefährlich und tödtlich, und das größte Elend für den Kranken und seine arme, durch die Arbeit seiner Hände genährte Familie; sondern sie werden auch ansteckend, und das Elend, das Krankheiten über Menschen und Menschengeschlecht bringen, erreicht die höchste Stufe. — Es ist wahr, daß man die Menschen durch Unterricht über die Wartung und Pflege in Krankheiten von ihrer Unwissenheit befreyen und ihnen das Mittel in die Hand geben kann, sich zu helfen; ganz und alle Kranke können sich aber doch nicht helfen; und es werden der Armen noch viele seyn, denen die nöthige Wartung und Hilfe fehlen wird. Was müßten die Menschen für das Wohl ihrer armen, Kranken Brüder also thun?

Sie müßten Krankenhäuser erbauen, und dafür sorgen; daß arme, kranke Menschen, entweder in diesen Krankenhäusern, oder in ihren eigenen, reinlichen Wohnungen, die beste Wartung und Pflege, und zugleich

gleich alle Hilfe und allen Beystand eines sehr verständigen und rechtschaffnen Arztes und Wundarztes unentgeltlich, oder gegen sehr geringe *) Bezahlung erhielten.

*) Res sacra est miser!

412. Warum sollten das die Menschen thun?

Weil es ihre Pflicht ist. *)

*) Ja! liebe Menschen, es ist eure Pflicht: euren armen, kranken, unglücklichen Brüdern Tempel zu bauen. Die Menschen alleammt sind ja Kinder des Allgütigen, der die Liebe zum Gesez machte: und der Tempel, den ihr euren Brüdern baut, wird auch ein Tempel Gottes seyn.

413. Und welchen Nutzen würden diese Anstalten haben?

Durch diese Kranken: Anstalten würde das Elend der Menschen gar sehr vermindert, und ihre Glückseligkeit gar sehr vermehrt werden.

Zusag. Aus Becker's Noth- und Hülfsbüchlein, müssen die Kinder auch noch vorzüglich über folgende Punkte 1) was man thun muß, daß bey scheinbaren Sterbefällen, Menschen, die nur den Schein des Todes haben, nicht lebendig begraben werden S. 41-44. S. 13-31. 2) über die Eiste S. 5-9. S. 82-100. 3) vom Obß und dessen Nutzen S. 10. S. 100-108. 4) von der Beschaffenheit des menschlichen Leibes und der Kunst, alt zu werden S. 39. 40 S. 307-331. 5) was man thun muß, um Verunglückte zu retten S. 45-48. S. 331-350. 6) von Semitteln S. 52. S. 375-381, fleißig unterrichtet werden.

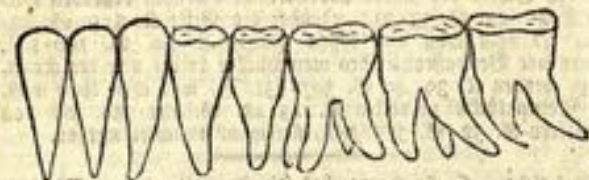
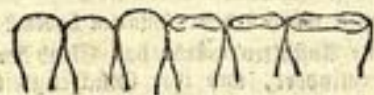
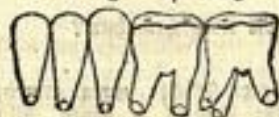
Nachricht. C. L. Kenz hat die Ausrottung der Blattern und Masern, und aller ansteckenden Seuchen zum Segenhande seiner Lebens, seiner Nachforschungen und seiner Arbeiten gemacht: und die Schriften, die von ihm über diese große Angelegenheit des Menschengeschlechts erscheinen werden, verdienen die größte Aufmerksamkeit.

Die Aerzte würden sich ein großes Verdienst um die Menschen erwerben, wenn sie freiwillig das gute, menschenfreundliche Geschäft übernahmen, den Menschen, und vorzüglich den Schullehrern, einen gründlichen Unterricht über den Gesundheits-Katechismus und die eben gemeltesten Kapitel des Noth und Hülfsbüchleins zu ertheilen.

7 Hunter: the natural history of the human teeth. Lond. 1771.
 Sömmerring's Knochenlehre S. XVIII. u. S. 192: 223.

A. Milch-Zähne.

I 2 3 4 5



I II III IV V VI VII VIII

B. Bleibende-Zähne.

Die Zähne bestimmen durch ihre Zahl und ihre Stärke die Ernährung des Körpers durch feste Speisen, und zum Theil auch die Gesundheit und die Stärke des Menschen. In der Kindheit und Jugend, bis zum männlichen Alter, geschehen die merkwürdigsten Veränderungen, sowohl in Ansehung der Zahl, als der Stärke der Zähne; und mit dieser Ordnung Gottes in der Natur sollte die Erziehung des Menschen übereinstimmen.

Die erste Reihe sind die Zähne des Kindes; die zweite des Knaben und des Mädchens; die dritte des Jünglings und der Jungfrau; die vierte des Mannes und des Weibes.

I (1), II (2), sind zwei Schneide-, III (3) ein Eck- oder Augen-, und IV (4), V (5), VI, VII, VIII Backen-Zähne, beym Manne fünf, beym Kinde zwey, auf jeder der vier Seiten.

I. Frucht. (von gesunden Weibern gezeugt.)

II. Säugling.

a) Ausbrechen der Milch-Zähne in beyden Kinnladen.

| Monath | N:3 | I | 2 | 3 | 4 | 5 |
|--------|-----|---|---|---|---|---|
| 8 | 2 | 2 | . | . | . | . |
| 10 | 4 | 4 | . | . | . | . |
| 12 | 8 | 4 | 4 | . | . | . |
| 16 | 12 | 4 | 4 | 4 | . | . |
| 20 | 16 | 4 | 4 | 4 | 4 | . |
| 24 | 20 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 |

III. Kindlein.

b) Vollständige Milch-Zähne in beyden Kinnladen.

| Jahre | N:3 | I | 2 | 3 | 4 | 5 |
|----------|-----|---|---|---|---|---|
| 3 bis 7. | 20 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 |

IV. Kind.

c) Ausfallen der Milch-Zähne und Ausbrechen der Bleibenden-Zähne in beyd. Kinnl.

| Jahr | N:3 | W:3 | I | 2 | 3 | 4 | 5 | I | II | III | IV | V | VI |
|------|-----|-----|---|---|---|---|---|---|----|-----|----|---|----|
| 7 | 18 | 4 | 2 | 4 | 4 | 4 | 4 | . | . | . | . | . | 4 |
| 8 | 14 | 8 | . | 2 | 4 | 4 | 4 | 4 | . | . | . | . | 4 |
| 9 | 10 | 12 | . | . | 4 | 2 | 4 | 4 | 4 | . | . | . | 4 |
| 10 | 6 | 16 | . | . | 4 | . | 2 | 4 | 4 | . | 4 | . | 4 |
| 11 | 2 | 20 | . | . | 2 | . | . | 4 | 4 | . | 4 | 4 | 4 |
| 12 | . | 24 | . | . | . | . | . | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 |

V. Lehrling.

d) Bleibende-Zähne in beyden Kinnladen.

| Jahre | W:3 | I | II | III | IV | V | VI | VII | VIII |
|---------------------------|-----|---|----|-----|----|---|----|-----|------|
| 12 bis 13. | 24 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | . | . |
| 16 od. 18 bis 20 od. 24 | 28 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | . |
| 20 od. 24 bis zum Greise. | 32 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 |

VI. Knabe, Mädchen.

VII. Jüngling, Jungfrau.

VIII. Mann, Weib.

IX. Greis.

X. Tod.

Man lese mein Buch: Die Perioden des menschlichen Lebens, Mit einem Kupfer. Berlin, bey J. F. Unger. 1794.

Der

Vervollkommnung der Gesundheit.

Die Gesundheit und Glückseligkeit der Menschen wird vollkommen werden:

Wann gesunde, von gesunden Aeltern abstammende Menschen sich nur mit gesunden, von gesunden Aeltern abstammenden Menschen ehelich verbinden und ein neues Geschlecht gesunder Menschen zeugen werden. Von gesunden Aeltern gezeugt zu seyn, ist die erste und wichtigste und nothwendigste Hauptforderniß zu einer wahren, bis ins höchste Alter ausdauernden Gesundheit. *)

*) Doctor Benjamin Rush bestätigt diese Wahrheit.

Wann der Säugling und das Kindlein die Liebe und Sorgfalt der verständigen Mutter im höchsten Grade genießen: und wann die Kinder, ohne Unterschied des Geschlechts, in die Kinderleibung gekleidet, in Gesellschaft mit Kindern in freyer Luft leben, und den Körper durch Bewegungen, die Seele durch Sinneserfahrungen bilden werden. Dieß ist die zweyte Hauptforderniß zu einer wahren, dauerhaften Gesundheit.

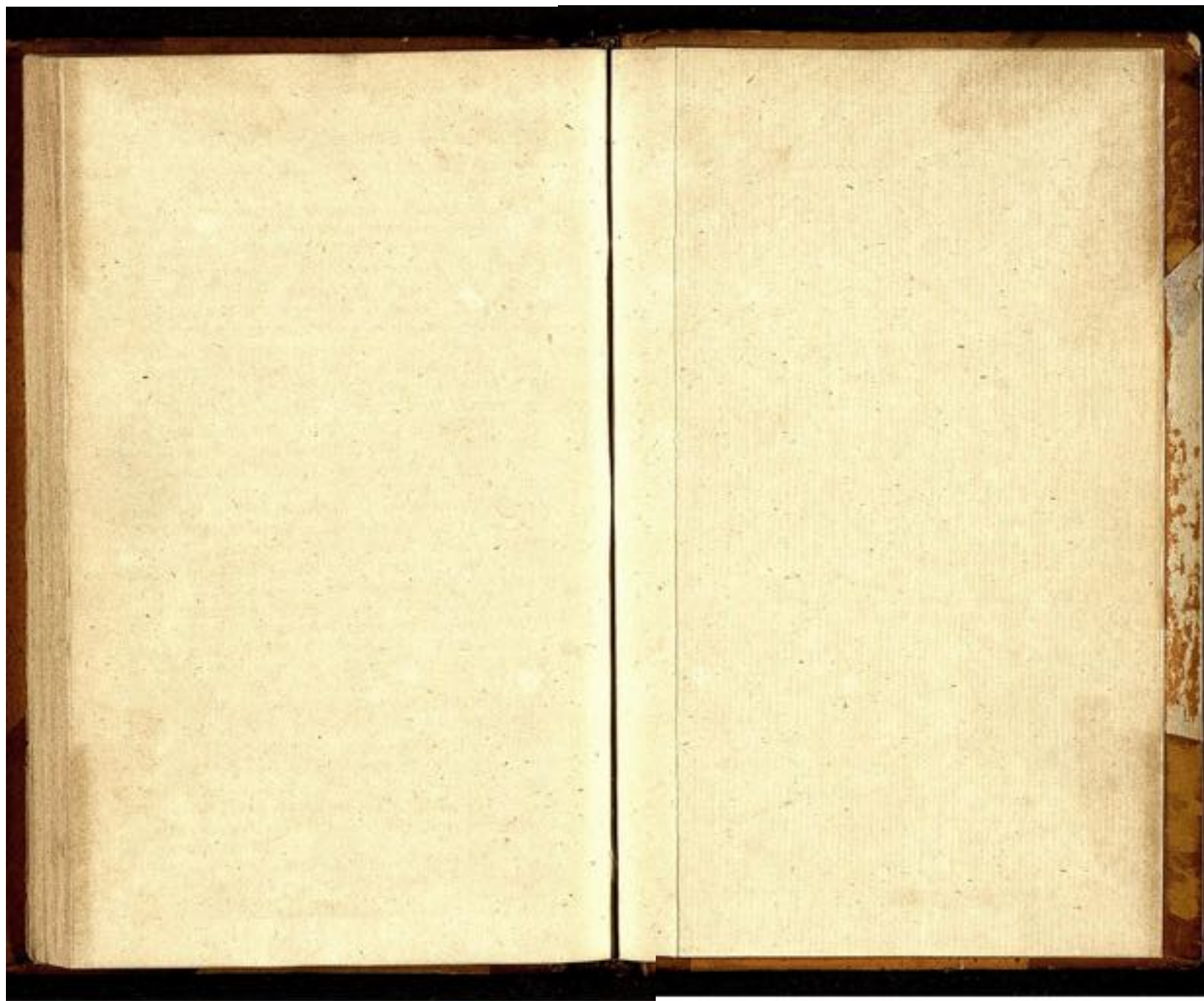
Wann der Körper nach dem zwölften Jahre, oder nach vollendetem Abzählen, durch Leibesübungen und körperliche Spiele wird stark gemacht und ausgebildet werden. Dieß ist auch sehr wichtig und nothwendig.

Wann die Menschen ihr ganzes Leben hindurch freye, reine Luft athmen; kaltes, reines Wasser trinken; einfache, gute Speisen, mit vollkommenen Zähnen zum Brey gekaut, genießen; sich waschen und baden, und rein seyn werden.

Und wann sie arbeiten (die jetzt noch rohe, Krankheiten und Fieber gelegentlich verursachende Erde in einen Garten verwandeln), und verständig, tugendhaft und glücklich, in Friede und Liebe, seyn werden: dann, und nicht eher, wird die Gesundheit und die Glückseligkeit der Menschen vollkommen werden. Und

dazu ist noch erforderlich: daß die Blattern-Pest ausgerottet werde.

Gott gebe: daß dieß Buch die Gesundheit und Glückseligkeit der Menschen mehre. Sieh es Allgütiger!



M. 40258

Diact. 439 ^e

