

AB

39 $\frac{3}{K_1 17}$

00
1/2

Ms. 1626

2692.



Entwurf
zu einem
Gesundheits- Katechismus
für
die Kirchen und Schulen
der

Grafschaft Schaumburg-Lippe.



Verbesserte und vermehrte Auflage.

Bückeburg, 1793.
bey Joh. Friedrich Althaus, Hofbuchdrucker.

Verzeichniß der Bücher

der Kirchen und Schulen

Der Verleger verkauft 50 Exemplare dieses Buchs für 1 Thaler Conventions-Münze, und 300 für 5 Thaler in Gold; aber nicht anders, als gegen baare Bezahlung. Briefe und Gelder erbittet er sich postfrey.

In Leipzig bey dem Buchhändler Paul Gottlieb Kummer, und in Cassel bey dem Doctor Philipp Junold ist auch dieses Buch, 50 Exemplare für 1 Reichsthaler, zu haben.



L571

Katechismus

über

die Sorge

für

Leben und Gesundheit.

Des Leibes warten und ihn nähren, Das ist, o Schöpfer, meine Pflicht, Muthwillig seinen Bau verschren, Verbietet mir dein Unterricht. O hebe 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? Wesh ist mein Leib? Er ist ja dein; Sollt ich denn sein Zerstörer seyn?

Ihn zu erhalten, zu beschützen, Giebst du mit milder Vaterhand, Die Mittel, die dazu uns nützen; Und zum Gebrauch gibst 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 Berufsgeschäfte, Wenn Krankheit seinen Leib beschwert? Gesundheit und ein heit'rer Muth, Sind ja der Erde größtes Gut!

So laß mich denn mit Sorgfalt meiden, Was meines Körpers Wohlfeyn stört! Daß nicht, wenn seine Kräfte leiden, Mein Geist den innern Vorwurf hört: Du selbst bist Störck deiner Ruh; Du zogst dir selbst dein Uebel zu.

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

Doch gieb, daß ich nicht übertreibe, Was auf des Leibes Pflege zielt; Rein stets in jenen Schranken bleibe, Die dein Geist mir anbefiehlt; Des Körpers Wohl laß nie allein, Den Endzweck meiner Sorgen seyn!

Mein größter Fleiß auf dieser Erde, Sey stets auf meinen Geist gerichtet, Daß er zum Himmel tüchtig werde, Eh dieses Leibes Hütte bricht; Dazu, Herr, segne meinen Fleiß! So leb ich hier zu deinem Preis.

 Erste Abtheilung.

 Von der Gesundheit.

 Von der Gesundheit und ihren
 Kennzeichen.

1. Muß der Mensch, zu dem Gott sagte: Im Schweiß
 deines Angesichts sollst du dein Brod essen,
 gesund seyn?

Ja, er muß gesund seyn.

2. Warum muß der Mensch gesund seyn?

Damit er arbeite, und froh sey.

3. Ist der Gesunde froh?

Ja, er ist froh. Es schmeckt ihm Essen und
 Trinken, er kann Wind und Wetter ertragen, die
 Arbeit wird ihm nicht sauer, und es ist ihm gar wohl.

4. Ist es dem Kranken auch wohl?

Nein, es ist ihm nicht wohl. Es schmeckt ihm
 weder Essen, noch Trinken, er kann nicht Wind
 und Wetter ertragen, er kann nicht arbeiten, und
 er hat Angst und Schmerzen.

5. Was sagt Sirach über das Gesundseyn?

Im 30ten Kapitel, 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 ver-
 gleichen einem gesunden Leibe, und keine Freude
 des Herzens Freude gleich.

6. Liebe Kinder! da Frisch und Gesundseyn besser, denn groß Gut, besser denn Gold ist, so laßt uns untersuchen, was zu der Gesundheit des Menschen erforderlich ist. Gott will, daß der Mensch arbeite und glücklich sey: ohne einen gesunden Körper kann der Mensch weder arbeiten, noch glücklich seyn: sagt mir, hat Gott den Körper der Menschen ungesund geschaffen?

Nein; Gott hat den Körper der Menschen gut und gesund geschaffen.

7. Wie kommt es aber, daß wir so viele Menschen schwach, ungesund und krank sehen?

Durch der Menschen eigene Schuld, oder Unwissenheit; manchmal durch Zufall; und auch oft, weil ihre Aeltern schwach, ungesund und krank waren.

8. Zeugen denn schwache, ungesunde Aeltern schwache, ungesunde Kinder?

Ja, sie zeugen schwache, ungesunde Kinder.

9. Was folgt daraus?

Daß der gesunde Mann eine gesunde Frau, und die gesunde Frau einen gesunden Mann heurathen muß.

(Anmerkung. Das eigene Wohl, und die Pflichten, die der Mensch seinen künftigen Kindern und dem Menschengeschlechte schuldig ist, machen es jedem gesunden Menschen zu einer heiligen Pflicht, sich nur mit einem gesunden Menschen ehelich zu verbinden.)

10. Woraus erkennt man die Gesundheit des Menschen?

Aus seinen Aeltern, und dem Menschen selbst.

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

Sowohl Vater, als Mutter müssen gesund und stark, ohne Fehler und Gebrechen, und ohne Krankheiten seyn, die sich auf die Kinder fortpflanzen, als Schwindsucht, fallende Sucht; und beyde, Vater und Mutter, müssen den Anschein haben, ein hohes, gesundes Alter zu erreichen.

6 Von der Gesundheit und ihren Kennzeichen.

12. Woraus erkennt man die Gesundheit am Menschen selbst?

Wenn er frisch, stark und wohlgebildet ist; wenn er vieles und festes Fleisch, und vieles Blut hat; wenn er eine große, breite Brust, und vielen Athem hat; wenn er nüchtern und arbeitsam ist; von schwerer Arbeit nicht leicht ermüdet; und wenn seine Aeltern, wie schon gesagt, gesund, stark und tugendhaft sind.

13. Hat die Tugend der Aeltern auch Einfluß auf die Kinder?

Ja; auch die Tugend des Vaters und der Mutter hat auf die Kinder und ihre Bildung den größten, wichtigsten Einfluß.

14. Wie müssen also Aeltern, die ihre Kinder lieb haben, und sie tugendhaft wünschen, seyn?

Die Aeltern selbst müssen tugendhaft seyn.

Von der Wartung und Pflege kleiner Kinder.

15. Wie müssen kleine Kinder gewartet und gepflegt werden?

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

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

Nein, das Wickeln ist nicht gut; es verursacht den Kindern große und anhaltende Schmerzen, man kann sie nicht rein und trocken halten, und es schadet ihnen sehr.

17. Ist das Wiegen der kleinen Kinder gut?

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

18. Ruhen und schlafen die Kinder, ohne daß man sie wiegt?
 Ja, wenn die Kinder immer frische, reine Luft haben, und trocken und rein gehalten werden, so ruhen und schlafen sie sanft; und das Wiegen, wie auch das Herumtragen der Kinder, ist ganz unnöthig.

(Anmerkung. Das Wiegen, und das viele Herumtragen und Kändeln der Kinder sind sehr böse, schädliche Gewohnheiten, und größtentheils Folgen der schlechten Stubenluft und der Unreinlichkeit, wodurch die Kinder unruhig, böse und schreend werden. Die kleinen Kinder sind von Natur ruhig und froh, wenn sie immer frische, reine Luft haben, beständig trocken und rein gehalten werden, gute Muttermilch saugen, und wenn man liebreich und auf eine ruhige Art mit ihnen scherzt und spielt, und ihre zarten Glieder bewegt.)

19. 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.

(Anmerkung. Von der Geburt an müssen die Kinder in bloßen Köpfe seyn. Die Mütter werden finden, wenn sie, wäre es auch in einer kalten Winternacht, die Hand auf den Kopf der kleinsten Kinder legen, daß der Kopf immer warm, nie kalt, ist.)

20. Wie lange muß ein Kind an der Mutterbrust gesäugt werden?

Ein Jahr, höchstens fünf viertel Jahr lang.

(Anmerkung. Daß manche Mütter ihre Kinder 2 oder gar 3 Jahre lang säugen, ist böse und unrecht.)

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

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

22. Welche Speisen darf man den kleinen Kindern nicht geben?

Zähe Mehlbreye, Pfann- und Eyerluchen, und schwere, fette Speisen darf man ihnen nicht geben; auch darf man sie nicht mit zu vielen Speisen stopfen.

23. Welche Speisen sind den Kleinen Kindern zuträglich?
 Keine, unvermischte und ungekochte Milch ist ihnen am zuträglichsten; und dünne, nicht fette Breye, von Gries, Reis oder Zwieback; auch Hafer; oder Gerstenschleim kann man ihnen geben. Bezeugen sie Durst, so giebt man ihnen Wasser.
24. Ist die Erziehung der Kinder in den ersten Jahren des Lebens sehr wichtig?

Ja, sie ist sehr wichtig. In den ersten Jahren des Lebens muß der Grund zu der Gesundheit und der Vernunft, zu der Tugend und dem Glücke des Menschen ausgebildet und befestiget werden.

25. Wie müssen also die Kinder erzogen und behandelt werden?
 Sie müssen, von der frühesten Kindheit an, an Körper und Geist recht gut erzogen, und vernünftig, gerecht, sitzlich und ehrbar behandelt werden.

(Anmerkung. Aus dem unvergleichlichen Buche: der Kinderfreund, ein Lesebuch zum Gebrauch in Landschulen, von Friedrich Eberhard von Rochow, müssen die Kinder in den Schulen und von ihren Aeltern unterrichtet werden.)

Von der Luft.

26. Wir wollen nun von Alt und Jung reden. Wie muß die Luft, in der der Mensch lebt, und die er jeden Augenblick athmet, beschaffen seyn?

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

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

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

28. Ist es ihm auch wohl in schlechter, unreiner, feuchter Luft?
 Nein, es ist ihm nicht wohl; er wird in schlechter,

ter, verdorbener Luft schwach, ungesund, unruhig, verdrießlich, dumm und böse; und verfällt in Fieber und viele böse Krankheiten, die schwer zu heilen sind.

29. Wie nothwendig ist dem Menschen zum Frisch und Gesundseyn die frische Luft?

Sie ist dem Menschen so nothwendig, wie dem Fisch das frische Wasser, wie Speis und Trank.

30. 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 nothwendig ist.

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

31. Wodurch verdirbt die Luft?

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

32. Wodurch verdirbt die Luft weiter?

Wenn sie die Ausdünstungen vieler Sachen, wässerichte Dünste, und den Athem und die Ausdünstungen vieler Menschen enthält. Auch die Dämpfe von vielem oder schlechtem Brennöl, und von brennenden Holzkohlen verderben die Luft sehr, sie machen die Menschen dumpfig und elend, und man kann davon ersticken.

(Anmerk. Man lese das Noth- und Sälzbüchlein. S. 340.)

33. Was müssen die Menschen, die so viel in Stuben und Kammern sich aufhalten, thun?

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

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

34. Was müssen sie weiter thun?

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

35. 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 Unrath darinn ist, wenn die Fenster hell und klar sind, und wenn man keinen unangenehmen Geruch empfindet, indem man aus der freyen Luft in die Stuben und Kammern kommt.

36. 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 zudeckt, taugt nicht; denn man beraubt sie der frischen Luft.)

Von der Reinlichkeit.

37. Was nützt dem Menschen die Reinlichkeit?

Sie erhält und macht den Menschen gesund, verständig, gut, froh und arbeitsam; sie erhält und vermehrt die Würde und die Tugend des Menschen; und nur der reine Mensch kann seine hohe Bestimmung erreichen, und das Leben in all seiner Fülle von Glück und Borne genießen.

38. Ihr habt recht, Kinder; die Reinlichkeit erhält und veredelt die Menschheit und das Glück des Menschen. Sagt mir, wie sieht es um den Menschen aus, der an Körper und Seele, in der Kleidung, im Essen und Trinken, in seiner Haushaltung und in Allem unrein und unordentlich ist?

Der unreinliche Mensch fühlt nicht seine Menschenwürde, er genießt nicht die guten Freuden und das hohe Glück des Lebens, seine Haushaltung ist mehrtheils schlecht, und seine Kinder mißrathen leicht.

39. Wie gewöhnt sich der Mensch an Reinlichkeit?

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

40. 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 einigemahle rein waschen, und sich häufig baden.

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

Ja, es ist sehr gut; es macht rein, gesund, stark und leicht, und verhütet Flüsse, Gliederreißen, Gicht und viele Krankheiten.

42. Was muß man bey dem Baden beobachten?

Man muß sich vorsichtig an Stellen baden, wo gar keine Gefahr ist; man darf, wenn man sehr erhitzt ist, oder zu bald nach dem Essen sich nicht gleich baden; und nach dem Baden muß man nicht ruhen, sondern sich gemächlich bewegen.

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

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

Beym Erwachen, vor dem Mittags- und vor dem Abendessen, und jedesmahl, wenn nach gethener Arbeit Hände und Angesicht unrein sind.

44. Ihr habt recht, Kinder; man muß sich fleißig waschen, und zugleich auch den Mund reinigen. 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.

45. Müssen 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; das Lernen wird dadurch viel leichter und nützlicher.

46. Wie wäscht man sich Hände und Gesicht am besten?

Wenn man zuerst das Gesicht, und nachher die Hände in ein Gefäß mit reinem, kaltem Wasser steckt und fleißig wäscht.

(Anmerkung. Man muß auch öfters die Füße kalt waschen; dieß erleichtert das Gehen, und verhütet Frostbeulen.)

47. 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.

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

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

49. Muß alles gewaschen werden, was gekocht wird?

Ja, man muß alles gut reinigen und waschen, ehe man es kocht; hauptsächlich das Gemüse, das oft durch Ungeziefer unrein und schädlich ist.

50. Sind reinliche Speisen dem Menschen angenehm?

Ja, sie sind ihm angenehm, da unreinliche ihm Ekel machen. Eine geringe, aber reinliche Speise ist besser und gesünder, als eine kostbare Speise, die unrein und verdorben ist.

51. Was gehört weiter zur Reinlichkeit?

Daß man gar kein Ungeziefer an sich habe, an seinem Körper weißes, reines Leinen trage, und daß die Kleider nicht zerrissen, schmutzig und übelriechend sind.

Von Kopfbedeckungen und Halsbinden.

52. Wie muß der Mensch seinen Kopf halten?

Er muß ihn kühl, und rein halten.

53. Ist es gut, daß man den Kindern durch Mützen und Hüte, oder gar Pelzkappen, die Köpfe bedeckt?

Nein, es ist nicht gut; der Kopf wird dadurch warm und unrein, und die Kinder kriegen Ungeziefer und Grind, und werden dumm und ungesund dadurch. (Anmerk. Die Pelzkappen sind sowohl der Gesundheit als dem Verstande sehr schädlich, und verursachen Zahnschmerzen.)

54. Wie muß also der Kopf der Kinder, sowohl der Knaben, als der Mädchen, gehalten werden?

Unbedeckt; es sey Sommer oder Winter, Tag oder Nacht; und die Haare müssen rund um den Kopf abgeschnitten, immer ordentlich gekämmt seyn.

(Anmerkung. Kinder mit ausgeschlagenen Köpfen müssen den Kopf kühl und rein halten, so heilt er.)

55. Wie oft muß ein Kind seine Haare kämmen?

So oft es sich wäscht.

56. Durch die Hemdkragen und die Halsbinden wird der Hals zusammengedrückt; ist das gut?

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

Von der Kleidung.

57. Muß der Mensch, von Kindheit an, sich warm, oder kalt halten, und kleiden?

Er muß, von Kindheit an, sich nicht warm, sondern kalt halten, und kleiden.

58. Warum muß man sich nicht warm, sondern kalt halten?

Damit man gesund und stark werde, und in keine Krankheiten verfalle.

(Anmerkung. Der Mensch muß sich nicht von außen, durch Kleider und Stubenwärme, sondern von innen, durch gute Nahrungsmittel und körperliche Bewegung, warm halten.)

59. Wie muß der Mensch, und vorzüglich das Kind, ge-
kleidet seyn?

Ordentlich und reinlich. Das Hemd muß immer rein, und die Kleider müssen ordentlich, nicht zerklumpt und zerrissen, und auch nicht schmutzig seyn.

60. Wie müssen die Kleider der Kinder beschaffen seyn?

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

(Anmerkung. Die bis jetzt gewöhnliche Art, die Kinder, ähnlich den Erwachsenen, zu kleiden, ist verderblich für Körper und Seele. In der Kindheit, die sich eigentlich mit dem vollendeten Abzählen (Abzählen) im 8ten oder 9ten Jahre endigt, sollten die Kinder eine eigene Kleidung haben, wodurch sie von den Erwachsenen unterschieden, und Knaben und Mädchen als Kinder unschuldig mit einander vereinigt, in den Stand der Kindheit wieder eingesetzt würden; und diese Kinderkleidung, gleichgestaltet für Knaben und Mädchen, müßte gesund, frey, offen, schön, leicht und wolfeil seyn. Die beste Einrichtung und Gestalt wäre vielleicht folgende: ein einfacher, weiter, leinener Kittel, weiß und blau gestreift, ohne Taschen und Seitenschnüngen, mit zurückfallendem Kragen, auf der Brust offen, mit weiten, kurzen, am Ellbogen sich endenden Ärmeln; und ein Hemd von der neuntlichen Gestalt darunter. Des Winters trügen die Kinder einen leichten, wolleinen, oder drillichnen Kittel, zwischen dem Hemde und dem blaugestreiften, leinenen Kittel. Die Strümpfe dürften nicht

nicht über die Knie gehen. Und übrighs müßten bey die-
 ser einfachen Kinderkleidung alle andere Kleidungsstücke, die
 den freyen, offenen Zutritt der Luft zum Körper verhindern,
 und die freye, leichte Bewegung des Körpers erschweren,
 gänzlich wegfallen; (also auch die Heinkleider, die in der
 Kindheit der Knaben äußerst schädlich, und eine Haupt-
 ursache der so häufigen Brüche des männlichen Ge-
 schlechts sind.) Daß durch die Einführung dieser einfär-
 migen Kinderkleidung für Knaben und Mädchen das künftige
 Menschengeschlecht werde besser und glücklicher werden, ist
 gewislich wahr.)

61. Was ist von den Schnürbrüsten und den steifen Korsets
 zu halten?

Sie sind beyde, vorzüglich die Schnürbrüste,
 sehr schädliche Kleidungsstücke, die die Gesundheit
 zerstören, und die natürliche Schönheit der mensch-
 lichen Gestalt verderben.

(Anmerkung. Die Schnürbrüste und die steifen Korsets ent-
 stellen 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 Unterleibs, das Athemholen 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 Gebären oft sehr schwer
 und tödtlich für Mutter und Kind, und zerstören überhaupt
 die ganze Gesundheit. Es ist also die Pflicht der Aeltern,
 und vorzüglich der Mütter, die Schnürbrüste und steifen
 Korsets ihrer Kinder gänzlich abzuschaffen, und auszurot-
 ten. Auch die den Unterleib zusammenpressenden Leibgürtel
 sind sehr schädlich der Gesundheit. Und überhaupt wäre es
 gut, wenn die weibliche Kleidung nicht aus 2 an den Hüf-
 ten vereinigten Kleidern, sondern aus einem einzigen lan-
 gen, den Körper frey und schön umgebenden, Kleide bestünde.)

62. Wie müssen die Schuhe gestaltet seyn?

Jeder Schuh muß vollkommen nach der Gestalt
 jedes Fußes gebildet seyn; und sie müssen niedrige
 Absätze haben.

(Anmerkung. Da ein gesunder, freyer, leichter Gebrauch der
 Füße zum Gehen und Arbeiten ein sehr wichtiger Gegen-
 stand für das Wohl der Menschen ist, so sollten die Schuhe
 auf das Beste gestaltet seyn. Und da die äußere Seite des
 einen

einen Fußes, der innern Seite des andern Fußes, nicht gleich ist, so sollten beyde Schuhe nicht über einen Leisten gemacht werden, sondern der rechte und der linke Fuß sollte seinen eigenen Leisten haben, und darnach sollte für den rechten und für den linken Fuß sein eigener Schuh, der die wahre Gestalt des Fußes hat, und nicht gewechselt werden kann, gemacht werden. Die hohen Absätze an den Weiberschuhen sind sehr schädlich; sie verursachen Hüneraugen und große Schmerzen, und sie machen den Gang, und die schöne, aufrechte Haltung des Körpers unsicher und schlecht; und folglich sollte das weibliche Geschlecht Schuhe mit hohen Absätzen gar nicht, oder wenigstens nicht vor dem letzten Jahre, tragen. Von Knaben sind die Stiefeln schädlich.)

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

Daß ihre Aeltern brave, verständige, gute Menschen sind.

64. Und die Kinder selbst?

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

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

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

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

(Anmerkung. Kleider von selbstgewonnener Seide sind sehr schön: und man sollte Maulbeerbäume anpflanzen.)

66. Darf man Kleider von Menschen, die an bösen und ansteckenden 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.

(Anmerkung. Alte, vorzüglich alte wollene Kleider, durch Schweiß und franke Ausdünstungen verunreiniget, sind sehr schädlich der Gesundheit, und ansteckende Krankheiten werden leicht und häufig dadurch fortgepflanzt.)

Vom Brode und von Speisern.

67. Wie muß der Mensch sich im Essen und Trinken halten?

Ordentlich, nüchtern und mäßig.

68. Was sagt Sirach?

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

69. Welche Speisen sind die gesundesten und zuträglichsten?

Gemüse, Hülsen- und Samenfrüchte, Obst und etwas Fleisch, mit vielem guten Brode genossen, und alles recht klein gekaut, sind die besten Nahrungsmittel.

(Anmerkung. Die Kinder müssen auch sehr ermahnt werden, daß man bey allen Speisen und ihren Zubereitungen die größte Reinlichkeit beobachte; und es ist ihnen ernstlich einzuschärfen, daß man mit kupfernen Gefäßen sehr vorsichtig zu Werke gehe; nemlich, daß man nichts darinn stehen, oder erkalten lasse, am wenigsten saure Sachen, Milch und Käsebotte, die vom Kupfer oder Grünspan giftig werden, und den Menschen in Lebensgefahr setzen.)

70. Jeder Mensch, und vorzüglich der Landmann, der im Schweiß seines Angesichts seinen Acker baut, sollte recht gutes Brod essen. Wie muß das Brod beschaffen seyn?

Es muß aus guten Früchten gut gebacken seyn.

71. Was sind gute Früchte?

Die auf dem Acker recht reif und trocken geworden, und trocken in die Scheune gebracht worden sind.

72. Ist es gut, daß man Brod von Roggen allein, oder vermischt mit Gerste, Bohnen und anderen Früchten bäckt?

Besser und gesünder Brod ist von Roggen allein.

73. Wenn aber vieler Trespel unter dem Roggen ist, giebt das Gutes, gesundes Brod?

Nein, es giebt schlechtes, ungesundes Brod.

74. Wie muß der Landmann es machen, damit er Roggen habe, der rein von Trespel sey?

Er muß seinen Acker mit Roggen besäen, der rein von Trespel ist.

75. Verwandelt sich Roggen in Trespel, und Trespel in Roggen?

Nein, das ist ein Vorurtheil.

76. Wie backt man gutes Brod?

1stens. Der Roggen muß gut, rein, und trocken, nicht aber feucht, dumpficht und ausgewachsen seyn.

2stens. Das Mehl muß im Mehlkasten oder Sack sich nicht erhitzt haben.

3stens. Man muß nicht zu vieles und nicht hartes, sondern weiches Wasser zum Mehl nehmen; und den Teig recht fleißig durch einander kneten.

4stens. Der Sauerteig muß frisch, nicht aber alt und verdorben seyn.

5stens. Der gefäuerte Teig muß in gelinder Wärme recht hoch aufgehn. Und

6stens. der Backofen muß nicht zu kalt, aber auch nicht zu heiß seyn.

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

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.

78. Wie muß man diesen feuchten, schlechten Roggen zum Brod verbessern?

Man muß den Roggen vor dem Mahlen dörren, dem schlechten Mehle etwas gutes Mehl von trockenem Roggen oder von Gerste zusehen, wenig Wasser, worinn etwas reine Asche aufgelöst ist, zum

zum Einteichen 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 Hilfsbüchlein muß man die Kinder über das Brodbacken S. 65. — und auch, wie verdorbenes Getraide zum Brodbacken zu verbessern, S. 70. sorgfältig unterrichten.)

79. 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 Würmer davon.

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

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

81. Ist es gut, viele, dünne und heiße Suppen zu essen?

Nein, es ist nicht gut. Alles, was dem Körper gesunde, gute Nahrung geben soll, muß gekaut, und durch den Speichel dem Körper ähnlich gemacht und zur Verdauung vorbereitet werden.

(Das Abbeißen und Kauen der Speisen, und das Reinigen des Mundes mit kaltem Wasser nach jedem Essen sind das Mittel, gesunde Zähne bis in das hohe Alter gesund zu erhalten.)

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

Nein; wenn man tagtäglich an Kartoffeln sich satt essen will, so sind sie nicht gesund, und sie geben eine ungesunde, schwache Nahrung.

(Anm. Das übermäßige Kartoffeln-Essen schadet sehr der Gesundheit und auch wohl dem Verstande der Menschen.)

83. Was muß man weiter beobachten?
 Man muß die Kartoffeln nicht zu früh, wenn sie noch unreif sind, essen; und man muß auch darauf sehen, daß sie nicht in einem dumpflichten, nassen Keller stockicht geworden und ausgewachsen sind; denn solche Kartoffeln taugen nicht.

(Da die Kartoffeln, wenn man sie beständig aus den Wurzeln zieht, ausarten, und zur Nahrung schlechter werden; so thut man wohl, wenn man aus dem Samen gleichsam neue Kartoffeln zieht, die im folgenden Jahr gepflanzt, viel gesündere und bessere Kartoffeln, als die gewöhnlichen hervorbringen. Man lese im Noth und Hülfsbüchlein S. 77.)

Von Getränken.

84. 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; das alles ist unrecht und gegen die Natur.

85. Was muß der Mensch also trinken?

Kaltes Wasser.

86. Darf er nicht auch Bier trinken?

Erwachsene dürfen auch gutes, rein ausgegohrenes Bier trinken. Besser aber wäre es, reines Wasser zu trinken und desto bessere Speisen zu essen, als Bier zu trinken und geringere Speisen zu essen. Reines Wasser ist eigentlich gesünder, als Bier.

(Anmerkung. Daß Wasser nicht das Getränk der Menschen ist, darinn liegt eine der größten Ursachen der vielfachen Noth, und des vielfachen Elends des Menschengeschlechts.)

87. Was nützt das Trinken des Wassers?

Das kalte Wasser kühlt, verdünnt und reiniget das Blut, es erhält Magen, Eingeweide, Gehirn und Nerven in Ordnung, und es macht ruhig, heiter, froh und gut.

88. Darf der Mensch jedes Wasser trinken?

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

89. Darf der Mensch, wenn er durch Arbeiten, Laufen oder Tanzen sehr erhitzt ist, kaltes Wasser trinken?

Nein, man darf, wenn man erhitzt ist, kein kaltes Wasser trinken, sonst kann man krank werden, und in die Schwindsucht verfallen.

(Anmerkung. In heißen Sommertagen ist es gut, wenn man unter das Wasser zum Trinken etwas Essig mischt.)

90. Was darf man mehr nicht thun?

Man darf, wenn man erhitzt ist, sich nicht entkleiden; man darf beim Ausruhen sich nicht einer kalten Luft oder dem Winde aussetzen, und man darf sich nicht auf die kalte, feuchte Erde, oder an einen feuchten, schattigen Ort legen, und schlafen.

91. Warme Getränke, Thee, Kaffee, Schokolade, viel und häufig zu genießen, ist das gut?

Nein, es ist nicht gut: für das Geld, das der Kaffee und Thee kostet, und das aus dem Lande geht, esse man lieber ein Stück Fleisch, oder sein eigenes Huhn, wodurch der Körper Nahrung und Stärke erhält.

92. Was muß das Getränk der Kinder seyn?

Keines, gutes, kaltes Wasser muß einzig und allein das Getränk der Kinder, und der jungen Leute seyn.

Vom Weine.

93. Ist der Wein, wenn er als ein gewöhnliches Getränk tagtäglich getrunken wird, gesund und gut?

Nein, das ist er nicht; er schadet dem Körper und der Seele: und wer ihn täglich trinkt, der trinkt unmerklich nach und nach mehr, und kann mit der Zeit leicht in den Trunk verfallen.

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

Nein; der Wein an und für sich giebt keine wahre, dauerhafte Kraft und Stärke; denn er kann in gutes Blut, in Fleisch und Bein, und Nervenlast nicht verwandelt werden.

(Um 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.)

95. Dürfen Kinder Wein, Punsch oder andere hitzige, berauschende Getränke trinken?

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

96. Verreibt der Wein die Würmer?

Nein, das thut er nicht.

Vom Branntwein.

97. Ist der Branntwein ein gutes Getränk?

Nein.

98. 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 nochwendig 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, Vernunft, Gesundheit, Tugend und Gottesfurcht; Haus und Hof gehen verloren;

Frau

Frau und Kinder mißrathen; und wo Branntwein herrscht, da herrscht Elend und Verderben, zeitlich und ewig. — Sagt mir, Kinder, dürfen Kinder Branntwein trinken?

Nein, sie dürfen keinen Branntwein trinken.

99. Das ist wahr. Kinder dürfen keinen Branntwein, auch nicht einen Tropfen trinken. Der Branntwein bringt die Kinder um ihre Gesundheit und um ihren Verstand, auch um ihre Tugend und Gottesfurcht. 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 nehm und trinke ihn nicht. Sagt mir, was wird aus den Kindern, die Branntwein trinken?

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

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

Nein, das ist irrig.

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

Vom Toback.

101. Ist das Tobackrauchen gut?

Nein, es ist nicht gut; es geht vieler Speichel, der zur Verdauung nöthig ist, verloren, und es schadet sehr der Gesundheit, und dem Zahnfleische.

102. Dürfen Kinder und junge Leute Toback rauchen?

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

103. Ist das Toback Schnapsen gut?

Nein, es ist nicht gut; es verstopft die Nase, durch welche der Mensch Athem schöpfen muß, und es ist unreinlich und schadet der Gesundheit.

(Anmerkung. Durch die Nase muß der Mensch Athem holen; man muß sich daher angewöhnen, im Schlafe mit verschlossenem Munde durch die Nase Athem zu holen.)

Von den Wohnungen der Menschen.

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

Sie müssen ordentlich, reinlich, hell und lustig; nicht aber naß, feucht und dumpfsicht seyn.

105. Woran erkennt man, daß Stuben naß, feucht und dumpfsicht sind?

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 schimmelicht werden.

106. Sind diese nassen, feuchten Stuben und Kammern sehr ungesund?

Ja, sie sind sehr ungesund; man verliert in diesen nassen Stuben seine Gesundheit, man wird schwach und krank darinn, und kleine Kinder zehren aus und sterben.

107. Wie kann man solche feuchte Stuben verbessern?

Wenn man sie täglich mehreremale auslufftet; noch besser aber ist es, wenn man unten und oben in zwen gegen einander überstehenden Ecken ein Loch durch die Wand bricht.

108. Müssen Stuben und Kammern auch räumlich und hoch seyn?

Ja, sie müssen räumlich und hoch seyn.

109. Wie oft muß man sie kehren und reinigen?

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

110. Warum muß man es thun?

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

Vom Schlafen.

111. Ist es wichtig, daß der Mensch auf die beste Art schlafe?

Ja, es ist sehr wichtig; denn der Mensch verlebt wenigstens den vierten Theil seines Lebens im Schlafe, und von einem ruhigen Schlafe hängt ein frohes Wachen ab.

112. Muß man im Warmen oder Kalten schlafen?

Man muß nicht im Warmen, sondern im Kalten, und in geräumigen, hohen, trocknen Kammern schlafen; denn nur in kühler, frischer, reiner Luft schläft man ruhig und gesund.

113. Ist es gut, auf und unter Federbetten zu schlafen?

Es ist eigentlich nicht gut. Die Federbetten, durch ihre Wärme, und die in ihnen enthaltenen bösen, unreinen, oft kranklichen Ausdünstungen, schwächen den Körper, und sind eine vorzügliche Ursache von Flüssen, Gichtschmerzen und vielen Krankheiten.

114. Wie sollte man schlafen?

Man sollte auf Betten und Kopfkissen, die mit Pferdehaaren ausgestopft sind, schlafen, und sich mit einer leichten Decke zudecken.

(Anmerkung. Von Stroh und Häcksel, öfters erneuert, kann man gute, gesunde Betten machen, und es schläft sich gut darauf, wenn man in der Kindheit daran gewöhnt, gesund, und müde von körperlicher Arbeit ist. Die Kinder, denen die Federbetten sehr schädlich sind, sollten so schlafen.)

115. Wenn man aber in Federbetten schläft, was muß man thun?

Man muß sie im Sommer alle acht, und im Winter alle vierzehn Tage an die Luft bringen und ausklopfen; und man muß oft reines Bettleinen nehmen.

116. Ist es gut, lange oder kurze Zeit zu schlafen?

Lange zu schlafen macht dumm, träge und ungesund; man muß also kurz schlafen.

117. Was muß man weiter beobachten?

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

118. Muß man im Bette 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 auf der Seite, in einer etwas gekrümmten Lage, schlafen.

119. Ist es gut, wenn Erwachsene Kinder bey sich ins Bett nehmen? oder wenn mehrere Kinder in einem Bette schlafen?

Es ist nicht gut; jedes Kind sollte allein in seinem Bette schlafen.

(Anmerkung. Vorsichtige Mütter thun sehr wohl, wenn sie ihre Säuglinge nicht bey sich ins Bett nehmen.)

Vom Erheizen der Stuben.

120. 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, dumm und krank davon. Es ist auch sehr ungesund, wenn man um den warmen Ofen herum nasses Zeug hängt, um es zu trocknen.

(Anmerkung. Der Holzbestand der Forsten ist genau abgeschätzt, und die darinn befindlichen Eichbäume sind sogar gezählt; und da man auch weiß, was jäherlich zum Brenn, Bau und Nutzholz erforderlich ist, so hat man genau berechnet, daß wenn mit dem Holze so verschwenderisch umgegangen würde, als in den vergangenen Zeiten, wo der Menschen weniger, und des Heizes viel mehr war, die Nachkommen einen großen Holz-mangel leiden würden. Es ist daher Nothwendigkeit 1. Mit dem Holze haushälterisch umzugehen; 2. die Ansamung und die Anpflanzung der Bäume in den Wäldern auf alle Art zu befördern, 3. durch den Kleebau das Hüten des Viehs in den Wäldern zu verringern, und 4. durch den Gebrauch der Steinkohlen, die viel wohlfeiler, als Holz sind, den Verbrauch des Holzes zu vermindern. Daß der Steinkohlenbrand ungesund sey, ist ein Irrthum.)

Von

Von erfrorenen Gliedern.

121. 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 Abwechselungen von der Hitze zur Kälte sind eine Ursache der Nagelgeschwüre, die man den Wurm nennt.)

122. Wenn man ein Glied, einen Arm oder ein Bein, im Winter erfroren hat, was darf man nicht thun?

Man darf nicht in die warme Stube oder an das Feuer gehen; sonst ist der Arm oder das Bein verloren.

123. Was muß man denn thun?

Man muß das erfrorene Glied, den Arm oder das Bein, in eiskaltes Wasser, worinn man Schnee und Eis wirft, stecken, und so lange darinn halten, bis es vollkommen wieder aufgethaut, und Leben und Gefühl hinein gekommen ist.

124. Schmerzt das?

Ja, es schmerzt sehr. Man muß sich aber nicht daran kehren; denn der Arm oder das Bein, die sonst verloren waren, werden dadurch wieder gesund.

(Anmerkung. In sehr kalten Wintertagen darf man, wenn man reist, oder über Felde geht, keinen Branntwein trinken; denn er macht müde und schläfrig; und man kann, wenn man, um auszuruhen, sich niedersetzt, leicht erfrieren.)

Von Gewittern.

125. Wie muß man sich bey Gewittern verhalten, wenn man auf dem Felde ist?

Man muß nicht laufen, oder jagen, und man muß nicht stille stehen; sondern man muß langsam und ruhig seinen Weg fortgehen, oder reiten.

(Anmerkung. Thiere und Heerden Vieh darf man bey Gewittern nicht treiben, jagen und erhitzen; man darf sie aber auch

auch nicht stille, oder in einem Klumpen beisammen stehen, sondern man muß sie langsam, und einzeln vertheilt, herum gehen lassen; und Menschen müssen sich nicht zu nahe bey Heerden Vieh aufhalten.)

126. Darf man bey Gewittern unter einen Baum treten, und Schutz gegen den Regen suchen?

Nein, man darf nicht unter einen Baum treten; denn die Bäume und die daran aufsteigende Dünste ziehen den Blitzstrahl an sich, und man kann leicht unter Bäumen erschlagen werden.

127. Ihr habt recht, Kinder, daß man bey Gewittern nicht unter einen Baum treten muß; und je höher der Baum ist, je gefährlicher ist es. Wie verhält man sich bey Gewittern, wenn man zu Hause ist?

Man muß, wenn das Gewitter noch in der Entfernung ist, Stuben, Kammern und Ställe recht auslüften, daß alle Dünste vertrieben werden, und frische Luft aller Orten sey. Nähert sich das Gewitter; so macht man die Fenster wie der zu, läßt die Thüre aber offen, daß frische Luft, nicht aber Zugwind entstehe; man hält sich entfernt von den Wänden, vom Schornstein, vom Ofen, und allem Eisen und Metall, besonders einem langen eisernen Drathe, und ist ruhig ohne Furcht.

Von der Arbeitsamkeit.

128. Der Beruf des Menschen ist 6 Tage in der Woche zu arbeiten. Ist die Arbeit gut und nothwendig zum Gesundseyn?

Ja; durch körperliche Arbeit erhält und stärkt der Mensch Leben und Gesundheit. Die Arbeit macht Essen und Trinken verdauen und gedeihen, sie giebt dem Menschen Ruhe, Frieden und Schlaf, und die Arbeit ist es, die den Menschen gesund und wohl macht, und vor Lastern bewahrt.

Strach

Sprach Kap. 41, 18. Wer sich mit seiner Arbeit nährt,
und läßt ihm genügen, der hat ein fein ruhig Leben;
das heißt einen Schatz über alle Schätze finden.

129. Ist es aber gut, daß man die Kinder, die an Körper
und Seele noch schwach sind, in der frühen, zarten Kindheit,
zu sehr schweren, übermäßigen Arbeiten des Körpers und
der Seele anstrengt?

Nein, das ist gar nicht gut: nothwendig ist es
aber, daß die Kinder früh zu einer thätigen Ge-
schäftigkeit des Körpers, und zu einer ruhigen Auf-
merksamkeit des Geistes angehalten werden; damit
sie künftig arbeiten und denken.

(Anmerkung. Kinder müssen sich viel und leicht bewegen: es
ist daher gar nicht gut, sie sehr viel sitzen, oder schwer ara-
beiten zu lassen.)

130. Wie wird ein Kind zur Thätigkeit gewöhnt?

Wenn es früh diejenigen Arbeiten lernt, die es
nach Verhältniß der Stärke seines Körpers thun
kann; und wenn es gewöhnt wird, alles mit Ver-
stand, und was gleich geschehen kann, gleich zu thun.

Pred. Salom. 9, 10. Alles was dir vor Händen kommt
zu thun, das thue frisch.

131. Wozu nützt es, wenn die Kinder zur Arbeitsamkeit
erzogen werden?

Sie werden, wenn sie erwachsen sind, sich selbst
und andern nützlich seyn, sie werden nicht so leicht
in böse Gesellschaften gerathen, und nicht leicht in
Mangel und Elend verfallen.

Spr. Sal. 10, 4. Lässige Hand macht arm, aber der
Fleißigen Hand macht reich.

Zur Arbeit, nicht zum Müßiggang, Sind wir, o Gott, auf
Erden. Drum muß ich auch mein Lebenlang kein Knecht der
Trägheit werden! Gib mir Verstand und Lust und Kraft, Ge-
schielt und auch gewissenhaft Mein Amt hier zu verwalten.

Du

Du wollest selbst für Weichlichkeit, und Trägheit mich bewahren; Laß nimmer aus Gemächlichkeit Mich meine Kräfte sparen! Wenn sie erschöpft sind, dann will ich Durch reine, stille Freuden mich In neuer Arbeit stärken.

Vorsicht! laß mich seyn und nicht In Eitelkeit und Träumen, Die Zeit zur Uebung meiner Pflicht, Verschwenden und versäumen! Mich meinen Pflichten ganz zu weihn, Das müsse meine Sorge seyn, Mein Ruhm und mein Vergnügen!

Kinder hört! der Mensch, der von gesunden, starken, vernünftigen, tugendhaften und arbeitsamen Aeltern gezeugt, und erzogen ist; der von Kindheit an beständig in frischer, reiner, trockner Luft lebt; dessen Haut und Kleider rein sind; der gute Speisen ordentlich und mäßig, und keine hitzige Getränke und keinen Branntwein genießt; dessen Wohnung ordentlich, reinlich, trocken und hell ist; der zur Ordnung und Keulichkeit, zum Fleiß und zur Arbeitsamkeit in der Kindheit ist angeleitet und dessen Vernunft und Tugend durch Beyspiel und Unterricht in der Jugend sind gebildet worden; nur dieser Mensch, wenn er Gott fürchtet und die Menschen liebe und Recht thut, und wenn er 6 Tage in der Woche für Frau und Kinder arbeitet, hat Friede und Freude in diesem irdischen Leben; nur der ist glücklich. Und mit froher Aussicht in eine ewige Seeligkeit kann er sagen?

Wenn einst, der jetzt von ferne dräut, Der Tod mir näher winket; Wenn nach der Arbeit dieser Zeit Mein Haupt zum Schlummern sinket: So sterb' ich froh; die Ewigkeit Zeigt mir des Himmels Herrlichkeit, Die alles überwieget.

Herr, diesen Trost, der mich erfreut, Vermehrt in meinem Herzen. Mich stärke jene Herrlichkeit Bey meiner Wallfahrt Schmerzen; Sie sey in meinem Tod mein Heil. Und einst mein längst gewünschtes Theil, Wenn ich vom Tod erwache.

Zwente Abtheilung.

Von Krankheiten.

Von Krankheiten, Aerzten und Arzneyen.

132. Wenn der Mensch nun aber krank werden sollte, was muß er thun?

Er muß einen Arzt brauchen, seine Krankheit zu heilen.

133. Ihr habt recht Kinder. Gottes Vorsehung walret über alles: und so wie der Mensch, wenn sein Haus brennt, das Feuer zu löschen sucht: so muß er, wenn er krank ist, einen Arzt brauchen, die Krankheit zu löschen. Zu sagen: wenn der Mensch wieder gesund werden soll, so wird er wieder gesund, wir brauchen also keinen Arzt und keine Arzneyen, die Krankheit zu heilen; wäre eben so unvernünftig, als wenn ihr sagen wolltet: wenn das Feuer erlöschen soll, so erlösch es, wir brauchen also kein Wasser und keine Spritzen, das Feuer zu löschen. Der Kranke muß einen Arzt, und die Arzneyen brauchen, die Gott schuf. Was sagt Sirach über die Aerzte, und die Arzneyen?

Kapitel 38, 1 und 2 sagt er: Ehre den Arzt mit gebührender Verehrung, daß du ihn habest zur Noth; denn der Herr hat ihn geschaffen, und die Arzney kommt von dem Höchsten, und Könige ehren ihn.

134. Ist es schwer Krankheiten zu erkennen, und zu heilen?

Ja, es ist schwer; denn der Körper des Menschen ist aus vielen tausend Theilen auf das weiseste und vollkommenste von Gott gebaut.

135. Was muß der Kranke also thun?

Er muß einen verständigen, gelehrten Arzt brauchen, der die schwere Kunst, Krankheiten zu erkennen und zu heilen, ordentlich erlernt hat; nicht aber Quacksalber.

136.

136. Wer sind Quacksalber?

Alle diejenigen, die nicht gehörig die schwere Kunst erlernt haben, Krankheiten zu heilen; die aus dem Urin den unverständigen Leuten die Krankheiten sagen wollen; die leichtfertig jede Krankheit zu heilen versprechen; und alle diejenigen hält man für Quacksalber, die von keiner Obrigkeit angesehen sind, Krankheiten zu heilen.

137. Kann man aus dem Urin die Krankheiten erkennen?

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

138. Was ist von herumreisenden Operatörs, Bruchschneidern und Staareschern zu halten?

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

139. Darf man von Schachtelkrämem 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.

140. Was ist von Hausmitteln und Hausarzneyen zu halten?

Wenig oder nichts; von Hundert ist kaum Eins gut. Die besten Hausmittel sind frische Luft und kaltes Wasser.

141. Was ist von den Universal und den geheimen Arzneymitteln gegen Krankheiten, zum Beispiel gegen das kalte Fieber, gegen den tollen Hundebiß, zu halten?

Nichts; man kann leicht sein Leben dadurch verlieren.

(Anmerkung. Die geheimen und auch die vorgeblich sicher heilenden Arzneyen gegen den tollen Hundebiß taugen nichts, und man kann sich nicht darauf verlassen. Man heilt, die von einem wirklich tollen Hunde gebissene Wunde, und die daher zu befürchtende Tollheit und Wassersehen nur einzig dadurch, daß man gleich nach geschehenem Biße durch Auswaschen mit scharfer Aschen und Kalklauge, Ausschneiden, und Ausbrennen der Wunde, durch ein Spanischfliegenpflaster in und auf die Wunde gelegt, und durch starkes Eitern das Gift vom tollen Hundebiß 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 gerühmte Arzneyen taugen auch nicht.)

142. Man muß also, wenn man krank ist, einen verständigen, gelehrten Arzte oder Doctor brauchen. Wen braucht man aber bey äußerlichen Schäden und Verletzungen?

Einen Feldscheerer oder Wundarzt.

143. 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.

144. Was ist ein Physikus oder Land-Physikus?

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

145. Zu welcher Zeit muß man bey schweren, hitzigen Krankheiten einen Arzt brauchen?

Gleich vom Anfange an.

146. Muß man dem Arzte treulich folgen, und die Arzneyen ordentlich einnehmen?

Ja, man muß dem Arzte treulich folgen, und die Arzneyen ordentlich einnehmen.

Ⓒ

Strach

Esrach Kap. 38, 4. Der Herr lästet die Arzney aus der Erde wachsen, und ein Vernünftiger verachtet sie nicht.

147. 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 eine schwere Krankheit auf die erste Arzney geheilt werden.

148. Wenn denn die erste Arzney nicht gleich hilft, muß man weiter Arzneyen brauchen?

Ja, man muß weiter, bis zum Ausgange der Krankheit, Arzneyen brauchen.

149. Ist es genug, daß der Kranke wenlich Arzneyen einnehme, und hat er nichts weiter zu beobachten?

Nein, es ist nicht genug, daß der Kranke Arzneyen einnehme; 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 verhütet, und geheilt.

Von dem Verhalten in Krankheiten, vorzüglich in hitzigen Krankheiten oder Fiebern.

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

Man muß liebeich mit ihm umgehen, und ihn mit großer, vernünftiger Sorgfalt warten und pflegen.

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

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

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

Nein, es dürfen nicht viele Menschen um den Kran-

Kranken seyn; die Luft wird durch den Achem und die Ausdünstungen gar sehr verdorben; und alle neugierige Besuchende müssen abgewiesen werden.

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

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

154. Ist frische Luft einem Kranken sehr notwendig?

Ja, sie ist unumgänglich notwendig; und sie ist das beste Mittel, den Kranken zu beruhigen und zu kühlen.

155. Was muß man daher thun?

In der Krankenstube, oder Kammer muß bey Tage fast immer ein Fenster geöfnet seyn, und man muß öfters des Tages Thüren und Fenster zugleich öfnen; dabey aber verhüten, daß nicht kalte Zugluft den Kranken treffe.

156. Wie muß die Stube, oder Kammer des Kranken beschaffen seyn, und gehalten werden?

Ordentlich und reinlich; sie muß von allem Staub und Unrath rein gekehrt und gefegt seyn; und es müssen keine Sachen darin seyn, die die Luft verunreinigen und verderben. Auch dürfen die Krankenstuben nicht feucht, niedrig in der Erde, und dumpficht seyn.

157. Muß es um Kranke hell oder dunkel seyn?

Es muß nicht hell, sondern etwas dunkel seyn.

158. 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.

159. 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 zudecken.

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

Nein; jeder Kranke muß allein in seinem Bette liegen.

161. Darf man die Bettvorhänge rund um den Kranken zuziehen?

Nein; denn der Kranke hat alsdenn keine frische Luft.

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

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

163. Wie muß ein Kranker gekleidet seyn?

Rein und bequem.

164. 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.

165. Dürfen Fieberkranke, die meistens heftiges Kopfweh haben, den Kopf warm halten?

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

166. Was müssen Kranke, vorzüglich in hitzigen Krankheiten, trinken?

Kaltes, reines Wasser, das einige Zeit an der freyen Luft gestanden, und seine größte Kälte an der Luft verloren hat. Ist das Fieber stark, so muß man Essig oder Zitronensaft noch zu dem kaltem

kaltem Wasser mischen. Man kann auch ein Stück geröstetes Brod in das Wasser stecken.

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

Nein, man darf es nicht warm machen; und auch vorher nicht abkochen: denn abgekochtes Wasser löscht nicht den Durst, beruhiget nicht, und taugt nicht für Kranke.

168. Ist das viele Theertrinken gut?

Nein; es ist schädlich.

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

169. Mögen Fieberkranke gern kaltes Wasser trinken?

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

170. Muß ein Fieberkranker vieles Wasser trinken?

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

171. Darf er auch Bier, Kasse, Wein oder Brantwein trinken?

Nein, ein Fieberkranker darf kein Bier, und keinen Kasse, und noch viel weniger Wein, oder gar Brantwein trinken.

172. 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.

173. Warum darf man Fieberkranke nicht zum Essen nöthigen?

Weil sie die Speisen nicht verdauen; und weil die unverdauten Speisen die Krankheit vermehren.

174. Darf man im Anfange eines Fiebers, das mit Frost, Hitze und Kopfweh 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.

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

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

(Anmerkung. Da das Obst, frisch, getrocknet, als Mus und als Essig, nicht allein für Kranke, sondern auch in der ganzen Haushaltung den größten, besten Nutzen hat; und da schöne Obstbäume, die Zierde eines Landes und des Landmanns sind; so sind die Kinder bey dieser Gelegenheit ansehnlichst zu ermahnen 1) die Anpflanzung guter, gesunder Obstbäume, die mit gutem, edeln Obste, müssen oculirt oder gepropft seyn, sich bestens angelegen seyn zu lassen; und die Obstbaumzucht eifrigst zu betreiben: und 2) daß die Kinder nicht die Bäume auf eine sündliche Art beschädigen, und daß sie nicht in der Blüthezeit die Blüthen abbrechen; oder das Obst reif oder unreif abreißen und abwerfen. Bey jedem Kirchdorfe sollte eine Obstbaumschule seyn. Und die jungen Stämme sollte man nicht aus den bloßen Kernen, sondern aus den Früchten selbst ziehen; nemlich: man sollte vollkommen reife, abgefallene Äpfel, oder Birnen, von einem recht gesunden, fruchtbaren Baume, im Herbst in ein locker gepflügtes oder gegrabenes Land, wie Kartoffeln, in Reih und Ordnung pflanzen, und ganz dünne mit Erde bedecken; nach zwey oder drey Jahren müßte man, von den, aus jedem Apfel, oder jeder Birn aufaasproßten 4 bis 6 Stämmchen, die 2 stärksten wählen; sie in die Baumschule verpflanzen, und so Stämme zur Baumzucht ziehen. Diese euserlesenen Stämme aus den Früchten, werden viel gesünder, besser, dauerhafter und fruchtbarer seyn, als aus den bloßen Kernen; und mit gutem, edeln Obste oculiret oder gepropft, vielleicht auch ohne das, werden sie das vortrefflichste Obst in der ärztlichen Menge bringen.)

176. Was dürfen Kranke an hitzigen Fiebern gar nicht essen?
Fleisch, Fleischbrühen, Butter, Eyer, schwere Mehl-

Mehlspeisen, und unaufgegangenes Brod, dürfen Fieberkranke gar nicht essen.

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

Man muß Fieberkranke überhaupt nicht warm, sondern kühl halten.

178. Darf man im Winter die Krankenstube warm erheizen?

Nein, man darf nicht warm einheizen; sondern man muß die Stube mehr kühl, als warm, halten, und öfters, bey zugleich geöffneten Thüren und Fenstern, die Luft erfrischen.

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

Frische Luft ist besser als alles Räucherwerk: bey bösen Krankheiten ist es aber gut, noch mit Essig auf ein heißes Eisen geschüttet, oder mit zerstoßenem Salpeter auf Kohlen gestreut, öfters zu räuchern.

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

Nein, es ist nicht gut: viele Fieber werden dadurch gefährlich und tödtlich. Man muß also, ohne einen Arzt zu Rathe zu ziehen, nichts zum Schwitzen einnehmen.

181. Darf man bey Fiebern zur Ader lassen?

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

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

Nein, das Aderlassen in gesunden Tagen ist nicht gut; es schwächt, und schadet der Gesundheit.

Anmerkung. Daß die Frauen während der Schwangerschaft ein oder mehrere Mاله zur Ader lassen, ist böse und schädlich. — Und im Kindbette müssen die Frauen sich, als Fieberkranke, ruhig und kühl halten. Sie dürfen nicht viel essen, und sie müssen 6 bis 8 Tage stille das Bett halten.

40 Von dem Verhalten in Krankheiten und Fiebern.

183. Sind Brechmittel, die ein Arzt verordnet, gefährlich?
Nein, Brechmittel von einem Arzt verordnet, werden nicht gefährlich seyn; und sie schwächen nicht so sehr, als Abführungsmittel.

184. Dürfen Fieberkranke lange verstopft seyn?

Nein; bey Fiebern ist Verstopfung sehr schädlich.

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

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

Nichts; und die Arzneyen, die man auf eine unvernünftige Art von Herumstreichern und Schachtelkrämern zum Abführen kauft, sind meistens sehr gefährlich.

(Anm. Es ist auch sehr schädlich, die Kinder oft loriren zu lassen.)

186. Ist es bedenklich Spanischfliegenpflaster bey Fiebern, Gliederreißn, und manchen andern Krankheiten zu legen?

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

187. Ist es gut, daß man bey Wunden, Querschungen und Geschwüren, Pflaster und Salben braucht?

Nein; Pflaster, und Salben sind selten gut. Kaltes Wasser mit mehr oder weniger Essig vermischt, und beständig mit leinenen Lappen kalt umgeschlagen, ist gut und heilt.

188. Zeilt es auch Brandschäden?

Ja; kaltes Wasser mit einem Drittel oder der Hälfte Essig vermischt, und vom Anfange an, alle viertel Stunde kalt aufgeschlagen, heilt die Brandschäden besser, als alle Pflaster und Salben.

(Anmerkung. Halb Essig und halb Wasser heilt auch wunde Warzen; und das Wundwerden der Warzen können säugende Mütter verhüten, wenn sie, vor und von der Niederkunft an, die Warzen mit kaltem Wasser oft rein waschen.)

Von allgemein und örtlich herrschenden Krankheiten.

189. Wenn in einer Gegend eine allgemeine Krankheit ausbricht, die viele Menschen befällt; oder wenn eine gewisse Krankheit, zum Beyspiel das kalte Fieber, besonders häufig an einem Orte herrscht; was muß man in diesen Fällen thun?

Man muß die Ursache dieser Krankheit durch vernünftiges Nachdenken zu erforschen, und durch Vermeidung dieser Ursache der Krankheit zu entgegen suchen.

(Anmerkung. In theuern und Mißwachs-Jahren entstehen von dem Genuß des schlechten Brods, und schlechter Nahrungsmittel Faulfieber und Seuchen, die ganze Länder von Menschen entvölkern.)

190. Wenn zum Beyspiel, kalte Fieber, an einem Orte häufig herrschen, und stehende Wässer und Sümpfe in der Nähe dieses Ortes sind die Ursache dieser häufigen Fieber; was müssen die Menschen thun?

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

Von ansteckenden Krankheiten.

191. Welche Krankheiten stecken vorzüglich an?

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

192. Wie stecken sie an?

Durch die verunreinigte Luft; vorzüglich aber durch die Berührung des Kranken, oder solcher Theile, die vom Kranken herkommen.

193. Was muß man bey diesen ansteckenden Krankheiten, vorzüglich bey Faul- und Fleckfiebern, beobachten?

Die Luft muß beständig rein und frisch seyn, man muß immer ein Fenster offen halten, oft

Thüren und Fenster zugleich öffnen, und man muß mit Essig, oder mit zerstoßenem Salpeter auf Kohlen gestreut, fleißig räuchern.

194. Was muß man weiter beobachten?

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

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

Man muß nicht nüchtern, ohne etwas gegessen zu haben, beyhm Kranken seyn; in der Krankenstube darf man aber nicht essen; und man muß vorsichtig, gutes Muthes und ohne Furcht den Kranken warten.

196. 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 andere Menschen zu ihm; und alle neugierige Besuchende müssen gleich, ohne alle Nachsicht, abgewiesen werden.

197. 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.

198. Ist die Krätze nicht auch eine ansteckende Krankheit?

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

199. Was muß man also thun?

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

(An-

(Anmerkung. Kränke Kinder sollten nicht in die Schule aufgenommen werden: und sähen die Schulmeister, wie es ihre Schuldigkeit ist, auf rein gewaschene Hände, so erfähre man, wer die Kränke hat.)

200. Ist das Schmieren mit Schwefelsalben bey der Kränke, bey Ausschlägen und bösen Köpfen gefährlich?

Ja, es ist sehr gefährlich; und man kann leicht seine Gesundheit dadurch verlieren.

Von den Blattern.

201. Wornach 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.

202. Was ist also gut?

Daß man wenige Blattern bekomme.

203. Darf man, wenn ein Kind die Blattern bekommen will, die Blattern durch Schwigmittel, Wein, Brannrwein, warme Scruben und Federbetten heraus zu treiben suchen?

Nein; das ist unvernünftig; viele Kinder kommen dadurch um ihr Leben.

204. 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 wenig essen.

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

Das Vorzüglichste ist, daß der Blatternkranke frische, reine, trockne Luft genieße, und daß er im Essen und Trinken sich ordentlich, kühl und mäßig halte.

206. 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 schädlich.

207. Wenn die Augenlieder zugeschworen sind, darf man sie mit Gewalt aufzurren, oder hitzige Sachen und Gewürze aufschlagen oder einblasen?

Nein; man darf die Augenlieder nicht aufzurren, und keine hitzige Sachen brauchen, sonst kann man blind werden; sondern man muß sie stille zulassen, und man kann allensfalls leinene Lappen, mit kaltem Wasser befeuchtet, öfters aufschlagen; 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.

208. Sterben viele Menschen an den Blattern?

Ja; im ganzen sterben an den natürlichen Blattern von zehn Kranken Einer.

209. Kinder! die natürlichen 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 ausgerottet, ein Mittel erfinden 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 beclägerig, man verliert sehr selten seine Gesundheit, und von hundert Einimpften stirbt kaum Einer, da an den natürlichen Blattern von Zehen Einer stirbt. Wollt ihr wissen, wie man einimpft?

Ja!

210. Will man einem Kinde, das gesund und wohl ist, die Blattern einimpfen, so nimme man auf die Spitze einer Nadel etwas frisches, dünnen Blatterneiter von einem Kinde, das gute, wenige und wahre Blattern hat. Im Oberarm stiche man mit dieser Nadel, ohne daß es blutet, einen Strohhalm

men

men breit unter dem Oberhäutchen weg, daß der an der Nadelspitze befindliche Blatterkeiter unter das Oberhäutchen komme. Man thut das an beyden Oberarmen; und dieß nenne man die Einimpfung der Blattern, oder die Blattern einimpfen. Das Verhalten und der Erfolg ist, wie folgt. Man hält den Eingepfsten, da man den großen Vortheil hat, vorher zu wissen, daß er nach 10 bis 14 Tagen die Blattern bekomme, im Essen und Trinken mäßig und ordentlich. Den 4ten 5ten oder 6ten Tag entzündn 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 entzündn, und stark und lange Zeit eitern, täglich mehrmals mit kaltem Wasser gewaschen werden. Den 7ten 8ten oder 9ten Tag nach der Einimpfung bekommt der Eingepfste Schmerz unter den Armen, Fieber, Kopfweh, und manchmal auch Erbrechen. Dieß Blatternfieber dauert, 2, 3 oder 4 Tage, und man muß während diesem Fieber 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 verzeht. Dieß ist nothwendig. In der freyen, kühlen Luft vergeht Fieber und Kopfweh, und wäscht man auch fleißig die Stirn und die Arme mit kaltem Wasser, so vergeht beynähe alles Uebelbefinden. Den 2ten 3ten oder 4ten Tag des Blatternfiebers oder den 10ten, 11ten oder 12ten Tag nach der Einimpfung, manchmal auch noch später, brechen die Blattern von selbst aus, und man muß sie nicht heranstreiben 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 nöthig sich ordentlich und in frischer, kühler Luft zu halten, so sind diese eingepfsten Blattern sehr selten mit Gefahr verbunden. Sagt mir Kinder, kann man die Blattern, besonders wenn man wenige gehabt hat, zweymal kriegen?

Nein; wer die wahren Blattern gehabt hat, bekommt die wahren Blattern nicht wieder.

(Anmerkung. Die Aeltern, die ihren Kindern die Blattern einimpfen wollen, werden wohl thun, wenn sie einen Arzt zu Rathe ziehen.)

211. Stecken die eingepfsten Blattern an?

Ja, sie stecken an; und man muß die Eingepfsten, wie alle Blatternkranken, sorgfältigst hüten, daß sie andere Menschen mit den Blattern nicht anstecken.

Von den Masern.

212. Sind die Masern auch eine böse Krankheit?

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

213. 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.

214. Wie muß man sich nach überstandenen Masern, wo man sonst noch leicht schwindsüchtig werden, und sterben kann, halten?

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

Von der gänzlichen Ausrottung der Blattern und der Masern.

215. Liebe Kinder! Die Blattern sind eine Art Pest. Sie tödteten im Jahr 1786 in Berlin 1077, und in Oberschlesien in 3 Jahren 5384 Menschen; vom Jahr 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 10te Theil aller Menschen stirbt daran. Rechnet man die ungeheure Summe der Schmerzen, und die hundert Tausende der Todten, die auf Rechnung der Blattern kommen,

men, so muß man gestehen, daß die Blattern eine der größten, fürchterlichsten Hauptplagen des Menschengeschlechts sind. — Und ist denn diese afrikanische Hauptplage ein nothwendiges Uebel des Menschengeschlechts?

Nein, sie sind kein nothwendiges Uebel; denn vor tausend Jahren haben die Menschen in Europa noch keine Blattern gehabt.

216. Ihr habt recht, Kinder; die Blattern gehören nicht zur Natur des Menschen. Sagt mir wie bekommt man die Blattern?

Durch die Ansteckung.

217. 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.

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

Daß dieser Mensch die Blattern nicht bekommt.

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

Daß kein Mensch die Blattern bekomme.

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

Daß die Blattern ausgerottet wären.

221. Hör, 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 gewöhnlich alle 10 oder 20 Jahre in Deutschland geherrscht, und sie hat oft den dritten Theil der deutschen Völker gerödet. Die Menschen wurden endlich klug. Man sonderte die Kranken von den Gesunden ab, sperrte 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.

222. 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 unsäglichen Schmerzen den toten Theil der Menschen, vorzüglich der armen, hilflosen Kinder, tödten, 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 Blatterneiter, er sey flüssig oder trocken, enthalten sey; und daß die Luft vielleicht nur dem ansteckt, wenn sie voll und überhäuft von den eierhaltigen Ausdünstungen des Kranken ist; und die Luft muß deswegen immer frisch und rein seyn.

Anweisung zur Ausrottung der Blattern.

1lich. Die Blatternkranken müssen von den Gesunden, die die Blattern nicht gehabt haben, gänzlich abgesondert, und folglich in besondere Blatternhäuser *) gebracht werden. Sollte diese nöthige Einrichtung zu schwer und zu kostbar scheinen, welches sie in der That aber nicht ist, so muß das Haus und die Stadt oder das Dorf, worin die Blattern sind, durch ein deutliches Zeichen bezeichnet, als lenfalls muß der Ort, wenn kein besonderes Blatternhaus da ist, gesperrt, und von der Obrigkeit muß der Ort und das Haus, wo die Blattern, diese Art Pest, ausgebrochen sind, öffentlich bekannt gemacht werden.

*) Blatternhäuser, zweckmäßig gebaut, wären leicht zu errichten.

2tens. Der Kranke darf während der Krankheit, und so lange bis alle Schorfe vollkommen abgeheilt und abgefallen sind, nicht unter andere Menschen kommen. Schulkinder dürfen nicht eher, als 6 oder 8 Wochen nach den Blattern, wieder in die Schule gehen. Und Kinder, die in einem Hause wohnen, wo Blattern sind, dürfen nicht in die Schule kommen.

3tens. Es muß die größte Reinlichkeit bey den Blattern beobachtet, und die Kleidungsstücke, die der Kranke getragen hat, müssen zerstört, oder auf das sorgfältigste gereinigt werden. Bette, Stühle, Tische, Fenster und alles Hausgeräth, das um den Kranken war, müssen ebenfalls sorgfältigst gereinigt, und in den Stuben und Kamern

mern müssen die Wände frisch geweißt und der Fußboden und alles Holz und Metall-Work muß geschuert werden. Dieß alles muß nach der überstandenen Blatternkrankheit geschehen.

4ten. Es darf während der Krankheit zu dem Kranken, und in sein Haus kein Mensch, der die Blattern nicht gehabt hat, zugelassen werden.

5ten. Nur sehr wenige und reinliche Menschen, die die Blattern schon gehabt haben, müssen den Kranken wärten, und sie müssen die größte Reinlichkeit bey sich und in ihrer Kleidung beobachten, und so viel möglich von andern Menschen sich entfernt halten. Die Aerzte und Wundärzte, die Blatternkranke besuchen, müssen sehr vorsichtig seyn, daß sie das Gift der Blattern nicht weiter verbreiten.

6ten. Jeder Mensch muß sich auf das sorgfältigste hüten, während oder bald nach den Blattern zu dem Kranken, in das Haus, oder zu den Wärtern des Kranken zu kommen. Aeltern, Verwandte, und verständige Menschen müssen die Kinder vor der Ansteckung warnen und hüten.

7ten. Wohnen in einem Hause, wo die Blattern ausgebrochen sind, viele Kinder, und man kann sie nicht wohl von dem Kranken gänzlich absondern, so muß man sie, wenn es wahrscheinlich ist, daß sie nicht schon angesteckt sind, einimpfen.

8ten. In den Landes- Zeitungen müssen die Orte des Landes und der benachbarten Länder angezeigt werden, wo die Blattern sind; und mit diesen Orten muß man wenige oder keine Gemeinschaft haben, und auf die Menschen, die daher kommen, muß man genau sehen, daß sie die Blattern nicht weiter verbreiten. Blattern in Wirthshäusern, wo viele Menschen und Reisende einkehren, sind sehr gefährlich; und von der Obrigkeit müssen deswegen besondere Anstalten getroffen werden.

(Anmerkung. Daß die Obrigkeiten Anordnungen und Gesetze zur Ausrottung der Blattern und Masern machen werden, muß und kann man mit Zuversicht hoffen.)

223. In Nord-America auf der Insel Rhode-Island sind die Blattern ausgerottet worden. Sie in Europa auszurotten, wird bald der Wille der verständigen Menschen seyn. Viele Menschen, geleitet durch Vernunft, und Gesetze, werben

50 Von Ausrottung der Blattern und Masern.

vorsichtig der Ansteckung entgegen. Viele Städte und Dörfer werden frey von der Blattern-Pest bleiben. Menschen und Vöcker folgen dem Beyspiel. Die sonst von allen Seiten drohende Gefahr der Ansteckung wird zusehends geringer. Die Blattern verschwinden aus Dörfern, Städten, und Ländern — und freuet euch mit mir, liebe Kinder! in 20, höchstens 30 Jahren ist die Blattern-Pest, die unter unsäglichen Schmerzen den 10ten Theil der Menschen tödtete, verübt und ausgerottet. — Sagt mir, Kinder; Können die Blattern wohl nicht in einem kürzeren Zeitraum, als von 20 Jahren, ausgerottet werden?

O ja! sie könnten in wenigeren Jahren ausgerottet werden, wenn die Menschen es sich recht ernstlich angelegen seyn ließen, alle Anstalten darzu zu machen, und wenn sie besondere Häuser für die Blatternkranken anlegten.

224. Die Masern stammen wahrscheinlich auch aus Afrika her; und sie wurden vor tausend Jahren mit den Blattern nach Europa gebracht. Sie sind, wie Pest und Blattern, 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 die Masern nicht auch ausrotten können?

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

(Anmerkung. Sollten Scharlachfieber, Keichhusten und Krätze sich nur durch die Ansteckung fortpflanzen, so könnten sie ebenfalls ausgerottet werden.)

Von der Ruhr.

225. Zu welcher Zeit herricht die Ruhr?

Im Sommer und vorzüglich im Herbst.

226. Ist die Ruhr eine böse, gefährliche Krankheit?

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

227.



227. Kommt die Ruhr vom Obste?

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

228. Wie hütet man sich vor der Ruhr?

Wenn man sich vor Verkältungen hütet, und wenn man viel reifes Obst, vorzüglich Weintrauben, isst. (Anmerkung. Es wäre sehr gut, wenn man Weinstöcke anpflanzte, um Trauben zum Essen zu haben.)

229. Was muß man weiter thun?

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

230. Bey der Ruhr sind scharfe, gallichte, saule Unreinigkeiten im Magen und in den Därmen: darf man die Ruhr stopfen, und die saule 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 Brechen und Abführen, gleich im Anfange der Ruhr, wegzuschaffen suchen.

231. Was darf man also nicht thun?

Man darf durch Hammelfett, Baumöl, Gewürze, Pfeffer, Wein oder Branntwein die Ruhr nicht stopfen.

232. Was muß man bey der Ruhr, die ansteckt, außerdem beobachten?

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

52 Von dem Verhalten nach Krankheiten.

233. 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.

Von dem Verhalten nach Krankheiten.

234. Wie muß man sich nach überstandenen 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.

235. Darf man bald wieder an schwere Arbeit gehen?

Nein; man muß sich erst recht wieder erholen, ehe man an die Arbeit geht.

Von Schulen.

236. Wie muß ein Schulhaus beschaffen seyn?

Es muß eine freye, offene, hohe Lage haben; und es muß trocken, geräumig und in einem guten, wohnbaren Zustande seyn.

237. Wie müssen die Schulstuben beschaffen seyn?

Sie müssen hell, lustig, groß, hoch und trocken seyn; der Fußboden muß nicht von Leimen oder Steinen, sondern mit Dielen bedeckt seyn; und sie dürfen nicht tief in der Erde liegen.

238. Sind enge, niedrige, feuchte, schmutzige, dunkle, und der frischen Luft beraubte Schulstuben ungesund?

Ja, sie sind sehr ungesund; und sie erschweren den Kindern das Lernen, und schaden ihrer Sittlichkeit. *)

*) Erkennten die Menschen die Wahrheit, so würden sie aller Orten sich willig entschließen, auf gemeinschaftliche Kosten und durch gemeinschaftliche Arbeiten, wie die Bienen am Bienenstocke, gute, gesunde Schulhäuser für ihre lieben Kinder zu bauen. Die Baukosten werden durch den Nutzen zehnfach ersetzt. Auch die Schullehrer sollten sie besser besoldern.

239. Wie müssen die Schulstuben gehalten werden?

Sie müssen immer ordentlich und reinlich, hell und lustig gehalten werden, und sie müssen sowohl im Sommer als im Winter mehrere Male des Tages bey zugleich geöffneten Thüren und Fenster frisch gelüftet, und des Winters nicht zu warm erheizt werden.

240. Kinder! Sechs Tage in der Woche im Schweiß seines Angesichts arbeiten, nur das giebt dem Menschen Friede und Wohlsenn. Sagt mir, meine Lieben! wäre es wohl gut, daß die Kinder, die bis jetzt in den Schulen nur Unterricht für den Geist erhalten, und dabey so viele müßige Zeit haben, daß sie auch Unterricht für den Körper erhielten; nemlich, daß sie zu körperlicher Arbeitsamkeit, und zu thätigem Fleiße angeleitet, in der Schule auch arbeiten lernten?

Ja, es wäre sehr gut.

(Anmerkung. Es wäre auch sehr gut, wenn die Schulkinder in freyer Luft in Leibesübungen und körperlichen Spielen unterrichtet und geübt würden.)

(Anmerkung. Aus Herrn Beckers Noth- und Hülfsbüchlein, welches lehret, wie man vergnügt leben, mit Ehren reich werden, und sich und Andern in allerhand Nothsfällen helfen könne, muß man 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. 13=31. 2) über die Gifte S. 82=100. 3) vom Obst und dessen Nutzen S. 100=108. 4) von der Beschaffenheit des menschlichen Leibes und der Kunst alt zu werden S. 307=331. 5) was man thun muß um Verunglückte zu retten S. 331=350, fleißig unterrichten.)

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

Ueber die Gesundheit.

Von der Kindheit an, bis zu dem greisen Alter, wo das Leben leise verlöschen sollte, gesund, ohne Schmerzen, seiner Vernunft, seiner Sinne und seines Körpers mächtig seyn, das, liebe Menschen! ist eine der ersten, besten Gaben, die Gott dem Menschen schenkte, die er in die Natur des Menschen legte. Es ist gewißlich wahr, daß die Gesundheit besser denn Gold, und besser denn groß Gut ist; denn Gold und groß Gut kann der Mensch entbehren, nicht aber die Gesundheit; und nur der Gesunde kann die von Gott dem Menschen gegebene Bestimmung, zu arbeiten und glücklich zu seyn, vollkommen erreichen. Es ist also nicht allein gut, sondern es ist auch recht und nothwendig, daß der Mensch gesund sey.

Das Vorzüglichste, was zu der Gesundheit des Menschen erforderlich ist, besteht in Folgendem.

Daß der Mensch von gesunden und tugendhaften Aeltern gezeugt sey: das ist das erste und nothwendigste, und der Grund zu der Gesundheit und zu der Tugend des Menschen. Sind die Aeltern, beyde, oder eines von beyden, ungesund und lasterhaft, so ist es schwer ihre Kinder zu gesunden und tugendhaften Menschen zu bilden. Jeder gesunde, tugendhafte Mensch ist es also sich, seinen künftig zu erwartenden Kindern, und dem Menschengeschlechte schuldig, sich nur mit einem gesunden, tugendhaften Menschen ehelich zu verbinden. Und um bey der Ehe die Gesundheit und die Tugend eines Menschen zu erkennen, muß man vorzüglich auf seine Aeltern sehen.

Durch die Erziehung müssen die im Kinde liegenden Kräfte des Körpers und der Seele entwickelt und ausgebildet werden; und es ist daher eine heilige Pflicht der Aeltern, für die beste Erziehung ihrer Kinder angelegentlichst zu sorgen. Daß die Gesundheit des Körpers, die Vernunft der Seele und die Tugend der Menschheit in den Kindern nicht verdorben werde, sie unverdorben zu erhalten, das, liebe Menschen, muß ihre erste, wichtigste Sorge bey der Erziehung seyn.

Jede Mutter muß ihr Kind selbst säugen; und säugende Mütter müssen gute Nahrungsmittel genießen, heiter und froh am Geiste, und rein am Körper seyn.

Kleine Kinder müssen immer, bey Tag und bey Nacht, frische, reine, trockne Luft athmen; das ist sehr nothwendig, leider aber haben die Menschen bis jetzt nicht dafür gesorgt: sie müssen beständig rein und trocken gehalten, und alle Tage mit kaltem Wasser über dem ganzen Körper, also auch über dem Kopfe, rein gewaschen werden: man muß sie nicht zu warm halten: das Wickeln und Wiegen ist böse und ungesund: auch die Kopfbedeckungen sind schädlich: das Tragen und das viele Ländeln der kleinen Kinder sind schädliche Gewohnheiten: und zuletzt, so darf man die Kinder mit zu vielen oder schweren, fetten Speisen nicht stopfen.

Die Kinder müssen in Gesellschaft mit andern Kindern recht viel in der freyen Luft seyn, und mit einander scherzen und spielen. Es ist ein glückliches Alter, das Alter der Kindheit! und es ist die Pflicht der Aeltern, dafür zu sorgen, daß die Kinder, die guten Jahre der schuldblosen Kindheit, den Morgen des Lebens, in Unschuld und Freude glücklich verleben.

Ein Hauptfehler der Erziehung, der die Gesundheit, die Tugend und die Menschenwürde der Kinder gar sehr verdirbt, ist der: daß viele Aeltern die böse Gewohnheit haben, sich mit ihren Kindern zu zanken, und sie mit den verächtlichsten Worten zu schimpfen, zu schelten, und zu verachten. Das ist gar sehr böse, und unrecht. Vernünftige, gute Aeltern werden also durch kein Schimpfen und Schelten die Tugend und die Menschenwürde ihrer Kinder verderben.

Sollen die Kinder, wie es recht, und wie es der Wunsch jedes Vaters und jeder Mutter ist, gute, glückliche Menschen werden, so müssen sie, von der frühesten Kindheit an, zur Ordnung und Reinlichkeit angehalten werden. Man muß die Kinder durch öfteres Waschen und Baden über dem ganzen Körper recht rein halten. Man muß darauf sehen, daß die Hände und das Gesicht immer rein sind; und die Kleider der Kinder müssen nicht hoffärtig, aber auch nicht zerlumpt und zerrissen, sondern sie müssen immer ordentlich und rein seyn.

Es muß durch eine besondere Kinder-Kleidung, die gleichgestaltet für Knaben und Mädchen, und frey und offen ist, ein Stand der Kindheit bestimmt werden.

Der Kopf der Kinder muß beständig, Tag und Nacht, Sommer und Winter unbedeckt, und die Haare müssen kurz abgeschnitten, rein und in Ordnung seyn.

Der Hals muß ganz frey, ohne allen Druck seyn.

Im Essen müssen die Kinder ordentlich und mäßig gehalten werden.

Kaltes, reines Wasser muß einzig und allein das Getränk der Kinder und der jungen Menschen seyn.

Kinder, die unter 8 oder 9 Jahr alt sind, und noch nicht ungezahnt haben, müssen sich in freyer Luft viel und leicht bewegen: sie müssen also nicht zu viel und zu anhaltend sitzen, und weder ihr Körper, noch ihre Seele muß zu schweren, unmäßigen Arbeiten und Denken angestrengt werden.

Wächst der Mensch heran, und hat sein Körper und sein Geist Kraft und Stärke erlangt; so ist das erste, was seine Schuldigkeit ist, zu arbeiten. Die Arbeit liebe Menschen, füllt den Raum des Lebens; ohne Arbeit ist das Leben leer, und öde, und böse. Hat der Mensch seine Schuldigkeit gethan, das heißt: hat er gearbeitet, und das Gute auf Gottes Erdboden vermehrt, so empfängt er zum Lohn Ruhe und Friede, Gesundheit, Vernunft, Wohlseyn und Freuden. Die Arbeit ist sowohl zur Ruhe und Vernunft der Seele, als zur Gesundheit und Stärke des Körpers unumgänglich erforderlich. Denke nicht, daß gute Nahrungsmittel hinreichen, um bis zum greisen Alter gesund und stark zu seyn, denn so wenig als aus Wasser und Mehl, ohne sie durch einander zu kneten, ein Brodteig wird, so wenig wird aus dem im Magen aus den Speisen bereiteten Nahrungssaft ein gesundes, gutes Blut, wenn dieser Nahrungsaft durch Bewegung des Körpers mit dem Blute nicht durcheinander gearbeitet, und dem Körper gleich gemacht wird.

Zum Gesundseyn ist es unumgänglich notwendig, daß der Mensch immer, bey Tag und bey Nacht, in frischer, reiner, trockner Luft lebe. Es ist traurig, wenn man sieht, wie die Menschen, voll von Vorurtheilen und Irthümern, gar nicht darauf achteten, ob die Luft, in der sie lebten,
frisch

frisch, rein und trocken, oder ob sie verdorben, unrein und feucht sey; ja sie wähten, es sey gut, sich vor der Luft zu hüten. Menschen glaubt es, daß der Mensch, der frisch und gesund seyn will, immer in reiner Luft leben muß. Die Luft enthält, wie Essen und Trinken, Lebenskraft für den Menschen; und werden die Menschen diese eigene Lebenskraft rein und gut, ihr ganzes Leben hindurch, genießen, so werden sie viel besser, gesünder und glücklicher werden, und sie werden weniger der künstlichen Güter der Erde bedürfen.

Der Mensch muß sehr oft, und zu jeder Jahreszeit mit kaltem Wasser über dem ganzen Körper die Haut rein waschen und sich baden. Das macht gesund und stark, und verhütet viele Krankheiten. *)

Die Hälfte von alle dem, was der Mensch isst und trinkt, geht durch die Ausdünstung der Haut und der Lungen aus dem Körper, und vorzüglich durch die Ausdünstung geschieht die Reinigung des Körpers. Es ist also leicht begreiflich, daß so wohl die Haut, wodurch die Ausdünstung geschieht, als auch die Luft, die die Ausdünstungen der Haut und der Lungen aufnimmt, rein seyn muß.

Ordnung muß der Mensch bey sich selbst, und bey allen Dingen, die um ihn sind, auf das genaueste beobachten.

Und auch Reinlichkeit. Die Reinlichkeit erhält die Gesundheit, sie verhütet Krankheiten, und sie erhält und veredelt die Menschheit und das Glück des Menschen. Die Unreinlichkeit verdirbt die Gesundheit, die Würde und das Glück des Menschen, und sie ist eine der größten Ursachen von Krankheiten, Unverstand und Elend. Um sich an Reinlichkeit zu gewöhnen, muß der Mensch, von seiner Kindheit an, angehalten werden, zuerst seinen Körper, und Hände, Angesicht, und Haare, und hernach Hemd, Kleider, und alle Sachen, die um ihn sind, ordentlich und reinlich zu halten, und sich öfters zu waschen und zu baden.

Der Mensch muß gute, nahrhafte Speisen, die fest seyn, und also gekaut werden müssen, ordentlich und mäßig genießen. Das Brod muß recht gut seyn; besonders als denn, wenn es die größte Nahrung eines Menschen ausmacht. Viele, oder stockichte, ausgewachsene Kartoffeln zu essen, ist ungesund. Auch ist es ungesund vieles Salz, und stark gewürzte Speisen zu essen.

Kaltes, reines Wasser sollte das Getränk der Menschen seyn. Was dadurch gespart wird, das sollten die Menschen auf bessere Nahrungsmittel, bessere Kleidung, bessere Wohnung, und auf die übrigen Bedürfnisse zum Glück des Lebens verwenden.

Der Branntwein ist eine Hauptquelle der Unordnung, der Noth und des vielfachen Elends der Menschen.

Der Wein giebt dem Körper keine wahre, dauerhafte Kraft und Stärke; und er ist dem Menschen nicht zum Getränke bestimmt.

Taback zu rauchen, oder zu schnupfen, ist böse und ungesund. Und da es schwer fällt, wenn man das Tobackbrauchen oder schnupfen sich angewöhnt hat, diese bösen Gewohnheiten wieder abzulegen, so müssen die Aeltern ihre Kinder weislich ermahnen, sich aller bösen Sachen (des Branntweins, des Tobacks) gänzlich zu enthalten; denn die Enthaltensamkeit ist oft leichter, als die Mäßigung; und Gewohnheiten, besonders aus der Kindheit und Jugend, die gleichsam zur andern Natur werden, abzulegen, ist schwer; noch schwerer aber ist es, sie zu mäßigen. (Wer dem Trunke ergeben ist, kann viel leichter des Branntweins oder Weins sich gänzlich enthalten, als mäßigen.)

Die Wohnungen der Menschen müssen Luft und Licht haben, und sie müssen geräumig, hoch, trocken, und rein seyn. Es ist gar sehr böse, daß die Stuben und Schlafkammern der Menschen so unordentlich, unrein und ungesund sind. Alles läßt sich nicht ändern; aber ordentlich, rein, luftig und hell könnten die Menschen doch leicht ihre Stuben und Schlafkammern halten; und thäten sie es, so würden sie viel gesünder und glücklicher seyn, und ein mehr menschliches, besseres Leben führen.

Im Winter darf man die Stuben nicht zu warm erheizen; und man muß vorzüglich im Winter, wo die Menschen sich viel in verdorbener Stubenluft aufhalten, für frische Luft sorgen.

Der Mensch muß gesund und ruhig schlafen. Er muß also kurze Zeit, in reiner Luft, und in reinen, gesunden Betten, einzeln schlafen.

Das, liebe Menschen! wäre nun das Vorzüglichste, was ihr thun müßt, um gesund und glücklich zu seyn. Es ist in Wahrheit nicht viel. Der Mensch, der von gesunden, vernünftigen und tugendhaften Aeltern ist erzeugt und erzogen worden, und dessen Gesundheit, Vernunft und Jugend durch die Erziehung nicht verdorben, sondern ausgebildet und befestiget wurden, dieser Mensch braucht nur zu arbeiten, und in Ordnung und Reinheit, nüchtern und mäßig, das Leben, und all das unzählbare Gute, das Gott in die Natur legte, rein und gut zu genießen, so wird er gesund, ohne Schmerzen, seiner Vernunft, seiner Sinne und seines Körpers mächtig, lange leben, und glücklich seyn: er, dieser reine, glückliche Mensch wird Gott erkennen, ihn anbeten und seine Brüder lieben (wird ein Christ seyn) — und überschleicht ihn leise, bey den Spielen seiner frohen Enkel, das greise Alter, und Sinne und Leben verlöschen, so wird er sanft, zum Erwachen in einer ewigen Seligkeit, sein Haupt neigen. Amen!

Ueber Krankheiten.

Es wird gut seyn, Euch, lieben Menschen, auch noch Einiges über Krankheiten zu sagen.

Die Erde, die einstens zum Garten werden wird, ist im Ganzen genommen noch wild und ungebaut, und unbevölkert; sie ist zum großen Theil brennende Sandwüste, Wald und Sumpf, und ihre Bäche und Flüsse, durch keine Kanäle geleitet und in keiner Ordnung gehalten, erregen Ueberschwemmungen und stehende, faule Wässer. Durch diesen unreinen, wilden Zustand der Erde entstanden böse Bitterungen, Winde, Nebel und Dünste; und diese verursachten bey der Unwissenheit und der üblen Lebensart der Menschen mannichfaltige Krankheiten und Fieber.

Es erzeugten sich, vorzüglich in heißen Ländern, Krankheiten, die anstecken, als Pest, Blattern, Masern, (lues venerea); und diese ansteckenden Krankheiten und Seuchen verbreiteten sich mit zunehmendem Handel und Wandel, und bey der sorglosen Unwissenheit des Menschen-
ge.

geschlechts über die ganze Erde, und zerstörten das Leben und die Gesundheit unzähliger Menschen.

Durch Zufall wurde auch das Leben und die Gesundheit sehr vieler Menschen zerstört.

Und die erste, größte Hauptquelle des schwachen, Kranken, siechen Zustands des Menschengeschlechts ist die Unwissenheit der Menschen. Die Menschen wußten in den vergangenen Zeiten, und wissen zum größtentheil auch jetzt noch nicht, was gut und böse sey; und sie kannten nicht die Natur und die Würde des Menschen. Die Folgen ihrer Unwissenheit: Unordnung und Unreinlichkeit, elende Wohnungen ohne Luft und Licht, ungesunde, unreine Kleidertrachten, vorzüglich in der Kindheit, schlechte, ungesunde Lebensmittel, und manchmal gar Hungernöth, ungesunde, warme Getränke, Wein und Brauaterwein, Ueberfluß und Weichlichkeit, Noth und Elend, der Unfrieden der Menschen, und die schlechte Erziehung der Kinder zerstörten die Stärke und die Gesundheit des Menschengeschlechts.

Durch die eben angeführten Ursachen, die seit mehreren tausend Jahren auf das Menschengeschlecht wirkten, hat ein sehr großer Theil der Menschen einen schwachen, fehlerhaften, kranken Körper; und da dieser fehlerhafte Körper auf die Kinder sich fortpflanzet, so dürfen wir uns nicht wundern; daß wir so viele Menschen schwach und ungesund, und von Krankheiten belastet sehen; daß die Gesundheit, und mit ihr die Stärke, die Schönheit und die Würde des Menschengeschlechts, so sehr verfallen ist.

Es wird besser werden, liebe Menschen! Denn ihr werdet, in eurer Kindheit und Jugend, eine lebendige Erkenntniß des Guten und Bösen, und der unwandelbaren Natur des Menschen erlangen; und diese Erkenntniß wird euch so unwandelbar fest bestimmen, das Böse zu meiden, als das Auge euch bestimmt, den Dorn zu meiden, den es zu euren Füßen sieht. Ihr werdet anfangen reine Luft und reines Wasser zu genießen, und Ordnung und Reinlichkeit auf das genaueste zu beobachten; eure Haut und euer Körper wird rein seyn; eure Kleider werden gesund, einfach, rein, leicht und schön seyn; eure Wohnungen werden reine Luft und helles Licht haben, und sie werden ordentlich, rein, trocken und geräumig seyn; Loback werdet ihr weder rauchen,

chen; noch schnupfen; den Wein werdet ihr meiden, und den Branntwein verabscheuen; Wasser wird euer Getränk seyn; eure Lebensmittel werden gesund, nahrhaft und wohlschmeckend seyn; Hungersnoth wird künftig das arme, vernünftige, friedliche Menschengeschlecht nicht plagen; und in Friede und Liebe, geleitet durch die Vernunft, werden die Menschen und die Völker den Segen Gottes genießen und Lob und Dank singen dem Allgütigen.

Und vorzüglich durch folgende vier Punkte wird die Gesundheit und die Stärke, die Schönheit und die Würde des Menschengeschlechts wieder hergestellt werden.

1. Die Menschen werden erkennen, daß das wahre, beste und sicherste Eigenthum und der größte Reichthum des Menschen Gesundheit, Vernunft und Tugend sey. Gesundheit, Vernunft und Tugend werden der Maßstab seyn, womit der wahre Werth des Menschen, vorzüglich als Gatte und Vater, als Gattin und Mutter, wird gemessen werden; nach diesem Reichthume, nicht nach Ehre und Gold, wird man heurathen; und aus den ehelichen Verbindungen gesunder, vernünftiger, tugendhafter, glücklicher Menschen wird ein neues Geschlecht guter Kinder entsprossen.

2. Diese guten Kinder werden durch eine gute Erziehung zu starken, verständigen und tugendhaften Menschen ausgebildet werden. Das Vorzüglichste und der Anfang dieser guten Erziehung wird seyn: daß die Kinder wirklich Kinder seyn, und in einem eigenen Stande der Kindheit leben werden. Bis zu dem vollendeten Abzählen, um 8ten oder 9ten Jahre, wo die wahre Kindheit sich endigt, werden die Kinder durch eine eigene Kinderkleidung, ein freyes, offenes Gewand, von den Erwachsenen unterschieden seyn; sie werden weder zu angestregten Arbeiten des Körpers, noch der Seele angehalten werden; die Unschuld und Kindheit der Kinder zu erhalten, wird die größte Sorge der Aeltern seyn; man wird die Kinder, da sie eigentlich noch kein Geschlecht, sondern nur die Anlagen (Organe) dazu haben, nicht nach dem künftigen Geschlechte durch einen Unterschied in der Kleidung in Knaben und Mädchen von einander theilen; beide sind nur Kinder; und die Kinder, wieder eingesetzt in den Stand
und

und die Rechte der Kindheit, werden unter sich in Unschuld und Freiheit, froh und glücklich, die guten, nicht wiederkehrenden, Jahre der Kindheit verleben; sie werden nach Christus Geboten Kinder werden; nicht von einander in Knaben und Mädchen durch eine unterschiedene Kleidung getrennt, werden die Kinder sich unter einander verstehen, vertragen, helfen und lieben lernen, und so werden die Menschen zur rechten Zeit, in ihrer Kindheit, den festen Grund zu Friede und Eintracht, zur Freundschaft und Liebe, und zum Glück des Lebens legen. — Wohl dem künftigen Menschengeschlechte! — Nach dem vollendeten Abzählen, wo die wahre Kindheit sich endigt, werden die aufsprossenden Menschen in Knaben und Mädchen eingetheilt werden, und ihre Kleidung wird verschieden seyn, ohne der Gesundheit und der freien, leichten Bewegung des Körpers zu schaden. Und alsdenn werden die Knaben und Mädchen einen gemeinschaftlichen Unterricht über Alles, was jeder Mensch als Mensch, und einen besondern über das, was der Knabe als künftiger Mann, und das Mädchen als künftige Frau, können und wissen muß, bekommen.

3. Bey den alten Völkern bestand ein Haupttheil der Erziehung und des Unterrichts in Leibesübungen und körperlichen Spielen; und eben so werden Leibesübungen und körperliche Spiele für Knaben, und zum Theil auch für Mädchen, wieder eingeführt werden. Durch diese Spiele und Uebungen des Körpers, größtentheils in freyer Luft, wird die Gesundheit und die Stärke des Menschengeschlechts gar sehr vermehrt werden; der Körper wird geschmeidig, gelenksam, behend, abgehärtet, stark und zu allen körperlichen Arbeiten und Anstrengungen geschickt werden; Wind und Wetter, Nebel und Dünste werden keinen nachtheiligen Einfluß auf die Gesundheit dieses starken, abgehärteten Körpers haben; und die Menschen, denen der Körper nicht mehr eine schwere Last und Bürde, sondern ein leichtes Spiel seyn wird, werden von einem heitern, frohen Sinne belebt, das Gute und die Freuden des Lebens genießen.

4. Werden alle ansteckende Krankheiten, die nicht von selbst, sondern nur durch die Ansteckung entstehen, Blattern, Masern, (lues venerea), wie die Pest, gänzlich ausgerottet werden.

Also

Also Krankheiten werden in der Zukunft vor der Vernunft des Menschengeschlechts weichen.

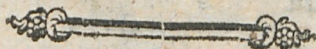
Sie sind noch entfernt, diese glücklichen Zeiten. Werdet ihr krank, liebe Menschen, so fastet, und meidet alle hitzige Getränke, und hitzige, schweißeregende Hausarzneien; haltet euch in allem ordentlich und reinlich; in hitzigen Krankheiten kühl, schüttet kein Del ins Feuer; die Luft, in der ihr lebt, muß immer bey Tag und bey Nacht rein, frisch und kühl, reines, frisches, kühles Wasser muß euer Getränk, und euer Bett muß täglich in Ordnung gebracht, rein und bequem seyn.

Das Krankseyn ist ein schweres Leiden: warum, liebe Menschen, wolltet ihr euch und euren Lieben diese Leiden nicht erleichtern? — gewiß ihr wollt es, und könnt es, wenn ihr das vorher und im Gesundheits-Katechismus Gesagte und die Vorschriften eures Arztes auf das genaueste beobachtet. Also thut es. Und will es denn mit eurer Krankheit nicht besser werden — meine Lieben; so gebt doch euer bestes Gut, Gesundheit und Leben, nicht in die Hände unwissender, oft ungestitteter, Menschen; sondern suchet Hülfe bey einem vernünftigen und rechtschaffenen Arzte, und befolget seinen Rath.

Beu allgemein und öftlich herrschenden Krankheiten suchet die Ursache derselben zu erforschen, und durch Vermeidung dieser Ursache der Krankheit zu entgehen. Dieß müßt ihr auch bey Krankheiten thun, die bey gewissen Ständen, Lebensarten, Künsten und Handwerkern häufig und eigen herrschen.

Beu ansteckenden Seuchen hütet euch und die Eurigen sorgfältigst vor der Ansteckung; und seyd ihr unglücklicher Weise angesteckt, so seyd ihr es euren Nebenmenschen schuldig, Alles zu thun, daß durch euch die Seuche nicht weiter verbreitet werde; und ihr müßt es durch Absonderung, frische Luft und Reinlichkeit bewerkstelligen.

Gott gebe, daß dieß Buch die Gesundheit und das Glück der Menschen mehre. Gieb es Allgütiger!



Inhalt.
Erste Abtheilung.
Von der Gesundheit.

1. Von der Gesundheit und ihren Kenn- zeichen	= = =	I	4.
2. Von der Wartung kleiner Kinder	=	15	6.
3. Von der Luft	= =	26	8.
4. Von der Reinlichkeit	=	37	10.
5. Von Kopfbedeckungen und Halsbinden		52	13.
6. Von der Kleidung	= =	57	14.
7. Vom Brode und von Speisen	=	67	17.
8. Von Getränken	=	84	20.
9. Vom Weine	= =	93	21.
10. Vom Brantwein	= =	97	22.
11. Vom Toback	= =	101	23.
12. Von den Wohnungen der Menschen	=	104	24.
13. Vom Schlafen	=	111	25.
14. Vom Erheizen der Stuben	=	120	26.
15. Von erfrorenen Gliedern	= =	121	27.
16. Von Gewittern	=	125	27.
17. Von der Arbeitsamkeit	=	128	28.

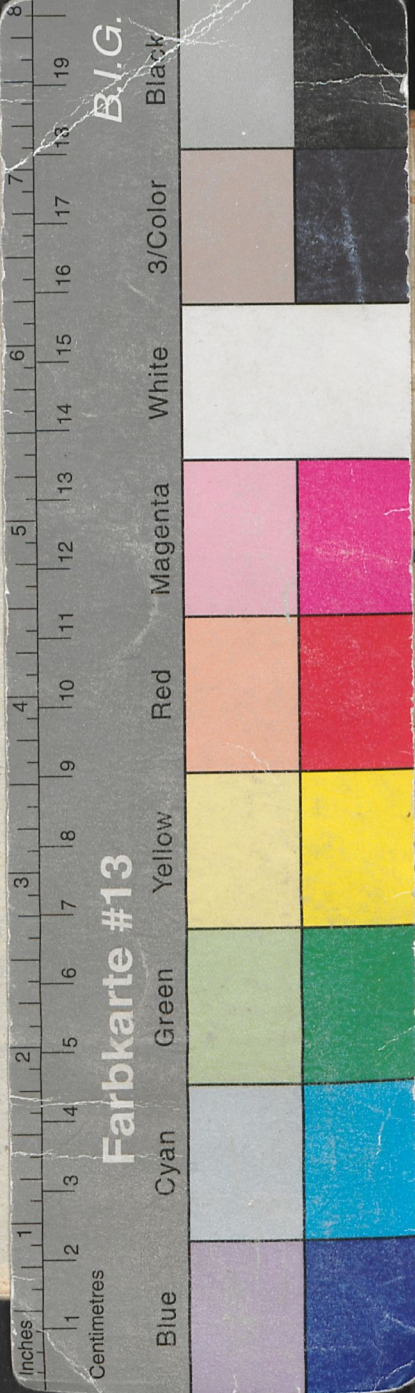
Zwente Abtheilung.
Von Krankheiten.

18. Von Krankheiten, Aerzten und Arzneyen	132	31.
19. Von dem Verhalten in Krankheiten und Fiebern	= = 150	34.
20. Von allgemein und örtlich herrschen- den Krankheiten	= = 189	41.
21. Von ansteckenden Krankheiten	= 191	41.
22. Von den Blattern	= = 201	43.
23. Von den Masern	= 212	46.
24. Von Ausrottung der Blattern u. Masern	215	46.
25. Von der Ruhr	= 225	51.
26. Von dem Verhalten nach Krankheiten	234	52.
27. Von Schulen	= = 236	52.
Ueber die Gesundheit	=	54.
Ueber Krankheiten	= =	59.

3
39 K. 17

X2501007





Entwurf
zu einem
Gesundheits-Katechismus
für
die Kirchen und Schulen

der
Graffschaft Schaumburg-Lippe.



Verbesserte und vermehrte Auflage.

Bückeburg, 1793.

ben Joh. Friedrich Althaus, Hofbuchdrucker.