

### Verhalten beim Husten und Schnupfen.

Man muß beim Husten und Schnupfen wenig essen; Fleisch, zumal eingesalzenes und geräuchertes Fleisch, und alle schwere Speisen vermeiden; alle starke Getränke, als starkes Bier, Wein und Brandewein gänzlich lassen; viel kühlendes Getränk, aber doch nicht zu kalt, trinken. Große Kälte thut dabei Schaden; große Hitze eben sowohl. Macht also nicht heiße Stuben; erhizet euch nicht dabei durch heftige Bewegung! Es giebt Leute, die öfters Husten und Schnupfen bekommen. Solche glauben, sie müssen sich recht warm halten. Diese Wärme schwächt sie noch mehr, und macht den Husten und Schnupfen häufiger und ärger. Sie müssen sich vielmehr zur freien Luft gewöhnen. Der Hollunderblüthen-tee ist bei Husten und Schnupfen sehr gut.

---

### Verhalten beim Bauchgrimmen.

Bei Bauchgrimmen hüte man sich ja vor Brandewein und Wein, weil Bauchgrimmen am häufigsten von Erhizung oder Unreinigkeiten in dem Magen oder Gedärmen kömmt. Bei Erhizung thut der Wein oder Brandewein noch mehr Schaden, weil er noch mehr erhizt. Man hat Leute gesehen, die bei Bauchgrimmen Brandewein getrunken; je mehr sie tranken, desto heftiger wurden die Schmerzen. Kömmen diese von Unreinigkeit, so scheint der Brandewein oder Wein sie auf eine Weile zu stillen; da solcher aber die Unreinigkeiten verhärtet und die Eingeweide verstopft, so macht er den Schaden nur größer; die Schmerzen kömmen heftiger wieder, oder es entsteht eine schwere Krankheit. Viel kühlendes Getränk, ein Brech- oder Abführungsmittel sind die wahren Arzneien. Was und wie viel man bei einem Brech- oder Abführungsmittel nehmen soll, muß der Arzt bestimmen.

---

### Verhalten beim Durchfall.

Einen Durchfall muß man nicht stopfen; nicht Oehl, Wein, Brandewein, Ingwer, Muscatennuß und dergleichen einnehmen. Auch wenn man Brod ins Trinkwasser thut, muß man es nicht rösten. Ein Brech- oder Abführungs-