

# Prof. Dr. G. Jägers Monatsblatt.

## Organ

für Gesundheitspflege und Lebenslehre.

Jährlich erscheinen 12 Nummern zum Jahrespreis von vier Mark. Man abonniert bei  
W. Kohlhammers Verlag Stuttgart oder bei der nächsten Post resp. Buchhandlung.

Stuttgart.

N<sup>o</sup> 7.

Mai 1882.

Wie einer zum Wollregime kommt. — Kleider- und Bettreinigung. — Eine Diskussion. — Kleinere Mittheilungen: Kopfbedeckung, Wollpapier. Schreibkrampf. Das Baden in der Wolle. Antipathie und Sympathie. Zusammenkunft Wollener. — Correspondenz. — Focus. — Anzeigen.

### Wie einer zum Wollregime kommt.

Aus einem Brief von M. in K. (Baden).

Seit ich die Normalkleidung habe, mag ich meine übrigen Kleidungsstücke nicht mehr anziehen, wenigstens keinen meiner anderen Röcke. Schon seit Wochen habe ich in meinen Bekanntenreisen auf die Normalkleidung hingewiesen, und war man deßhalb gespannt, wie sie sich bei mir ausnehmen würde. Die z. Th. schadenfrohen Gesichtszüge, die ich bei Anpreisung der Normalkleidung oft sehen durfte, verwandelten sich in neidische, denn auch der Neider mußte zugestehen, daß die Kleidung eine höchst elegante sei.

Nun will ich Ihnen auch mittheilen, wie es kam, daß ich mich zur Wollkleidung bekehrte. Im Jahre 1872 überhob ich mich an einem schweren Koffer, bekam heftigen Herenschuß in das Kreuz, so daß ich wochenlang nicht sitzen und gehen konnte, sondern liegen mußte. Bei der geringsten Erkältung, deren ich, als sehr zu Schweiß geneigt, bei Leinwandhemd (sehr) alle Augenblicke ausgesetzt war, bekam ich meinen Rheumatismus in das Kreuz. Heiße Dampfdouchen milderten jeweils den Zustand, aber nur auf kurze Dauer. Ich arbeite gerne und viel in meinem Garten, wobei ich natürlich viel schwitzte und nach gebückter Haltung beim Setzen, Umgraben u. s. w. jedesmal meine Kreuzschmerzen bekam, so daß ich nicht im Stande war, mich gerade zu halten. Dieser Zustand war mir ein sehr peinlicher, da ich mich sonst der besten Gesundheit erfreute. Es wurde mir angerathen, Flanellhemden zu tragen; das ging wohl im Winter und da nicht immer, namentlich wenn ich in Gesellschaft ging und den Oberrock ausziehen mußte, im Sommer aber gar nicht, weil Flanell zu warm gibt. Die Vortheile des Woll-