



BIZTOS, HOGY MINDENT TUDSZ A TETANUSZRÓL?

A tetanuszoltást senkinek sem kell bemutatni, mindenki tudja, mi ellen véd, a balesetek után a gyerekeket már-már rutinszerűen viszik a szülők orvoshoz, hogy beadassák. Viszont míg a kicsiket, kamaszokat az esetek túlnyomó többségében feleslegesen hurcoljuk el a rendelőbe, addig arról megfeledkezünk, hogy felnőttként nem ártana az emlékeztető – sérülések nélkül is.

◆ Az oltások közül – legalábbis a koronavírus-járvány előtt – a tetanusz volt talán a legismertebb. Közkezen forgó információ, hogy ezt olyan esetekben kell beadatni, amikor egy vérző seb szennyeződik, például föld kerül bele. Ez viszont csak féligazság, ugyanis a tetanuszsal alapvetően kétféle hibát követünk el: vagy túl gyakran adatjuk be, vagy nem kérjük 10 évente. „A tetanuszoltás a merevgörcsöt okozó baktérium, a Clostridium tetani ellen ad védelmet, viszont hiába kapják meg ezt a vakcinát a gyerekek a hazai rendszerben kötelezően, az immunitás felnőttkorra gyengülhet. Külön probléma, hogy miközben a kicsik védettsége még megvan, gyakran oltják őket újra fölöslegesen kisebb balesetek miatt” – mondja **dr. Mészner Zsófia** PhD infektológus, gyermek- és csecsemőgyógyász.

MI ELLEN VÉD?

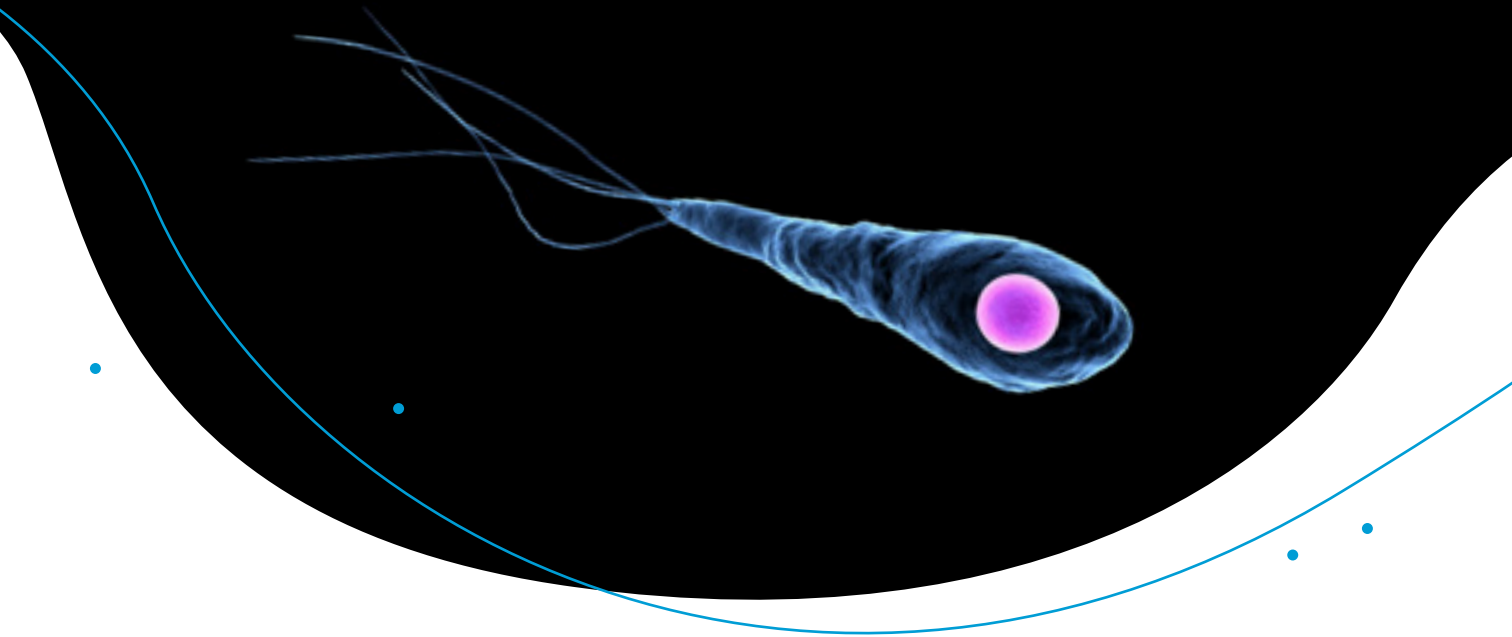
A Clostridium tetani által okozott betegséget vérmérgezésnek hívja a köznyelv, de ez a megnevezés egy sokkal általánosabb problémát takar. Kórokozója sérülések, balesetek során jut be a keringésbe, az általa kiváltott fertőzés pedig azért veszélyes, mert a baktérium toxinja erős izomgörcsöket, úgynevezett merevgörcsrel járó bénulást

okoz. Ez annyira súlyos állapot, hogy még intenzív osztályos ellátás mellett is halálos kimenetelű szokott lenni, ritka, hogy a betegeket meg tudják menteni. Ez a betegség szinte teljesen eltűnt itthonról, de mivel kórokozója folyamatosan jelen van a környezetünkben – szemben például a védőoltásokkal teljesen felszámolt fekete himlőjével –, az oltás nem hagyható el. A gyerekek kombinált oltás formájában kapják meg 2, 3 és 4 hónapos korukban, majd 18 hónaposan, 6 évesen és 11 évesen. A fertőzés emberről emberre nem terjed, kizárólag sérüléseket követően léphet föl, de veszélyessége miatt így is muszáj ellene védekezni. Ennek köszönhetően itthon évente csak néhány – tíznél is kevesebb – idős ember betegszik meg amiatt, mert életkorából adódóan nem kapott oltást (az csak 1954 óta kötelező Magyarországon, azóta a diftériával és a szamárköhögéssel kombinálva adják).

FÖLÖSLEGES RIADALOM

Mivel a gyerekkori oltási sor még bőven védi a kamaszokat is, a 11 éves korban megkapott oltás után 5 éven belül csak akkor kell ismétlés, ha nagyon komoly sérülés történik. Bár erre a figyelmet már régóta igyekeznek felhívni





a gyerekgyógyászok és az infektológus, az oltások száma érdemben nem csökkent az elmúlt években. Illetve a statisztikákból az látszik, hogy tavaly és tavalyelőtt volt némi visszaesés, ám ez vélhetően csak abból adódik, hogy a járvány indulása után a gyerekek sokáig nem jártak iskolába és közösségbe, a helyzet pedig máig nem állt vissza a régi kerékvágásba. Ebből adódóan kevesebb az olyan baleset is, ami miatt a szülőknek orvoshoz kellene rohanniuk. Persze jó lenne, ha a helyzet ténylegesen javult volna, mert a kíváncsóság ez lenne. „Annak a gyerekeknek, aki az oltási sorát megkapta, 16 éves koráig nem lenne szüksége újabb tetanuszra pusztán amiatt, mert a kertben vagy a strandon üvegszilánkba lép. Később viszont már indokolt az emlékeztető, mert a védettség nem tart élethosszig” – emeli ki az infektológus.

ROHANÁS HELYETT EMLÉKEZTETŐ

Tetanuszoltásra felnőttként nemcsak akkor lehet szükség, ha valamilyen baleset ér bennünket, és tudjuk, hogy belátható időn belül nem kaptunk ilyen oltást, hanem ettől függetlenül is. Van például olyan nemzetközi ajánlás, amely szerint a beadatással nem kell megvárni, hogy olyan sérülést szerezzünk, amely erre kényszerít bennünket, hanem lehet kérni 10 évente emlékeztető oltás-ként is. Ezzel meg lehet előzni azt – persze csak ha nincs szükség külön ellátásra vagy varrásra –, hogy orvoshoz kelljen rohanni az olyan vérzéssel járó balesetknél, amelyeknél a sebte nyilvánvalóan föld került. Vannak olyan tanulmányok is, amelyek szerint, aki életében már több mint ötször kapott emlékeztető tetanuszt, annak újabb

ismétlésre nincs szüksége. Az ajánlások betartását mindenestre nehezíti, hogy nincs olyan orvosi regiszter, amely az EESZT indulása előtti időkre is betekintést enged, és amelynek alapján az ellátó ki tudná deríteni, kinek milyen az oltási státusza.

KÉT LEGYET EGY CSAPÁSRA

Ha úgy döntünk, hogy a kellemetlen helyzeteket megelőzendő ismétlődő oltást adatunk be magunknak, akkor ahhoz érdemes olyan vakcinát választani, amelyik a szamárköhögés és a diftéria elleni emlékeztetőt is tartalmazza. „Felnőttkorra csökken az ezekkel szembeni védettség is, amire az világított rá, hogy a nyugat-európai országokban még oltatlan csecsemők fertőződtek meg szamárköhögéssel. Ennek oka az volt, hogy valamelyik közeli rokon krónikus hörghurutnak gondolt köhögése valójában atípusos szamárköhögéssel. Az érintett szülő vagy nagyszülő azért betegedett meg, mert gyerekkorában még nem kapott oltást, vagy pedig azért, mert annak ereje gyengült az évtizedek során” – magyarázza dr. Mészner Zsófia. Az ilyen helyzetek azért veszélyesek, mert ugyan felnőttkorban a szamárköhögés nem okoz komoly veszélyt, de a pici, még nem teljesen immunizált csecsemőknél igen. Ők öt hónapos korra kaphatják meg azt a három kombinált védőoltást, ami a szamárköhögés ellen is megvédi őket. Ugyanez a helyzet a diftériával, amely ellen szintén védelmet jelent az a kombinált tetanuszoltás, amely tartalmazza a diftéria- és szamárköhögés-emlékeztetőt is. Ezt be lehet adni a háziorvossal is, a lényeg, hogy figyelmeztessük erre 10 évente. ♦



SZÖVEG –
POLYÁK ÁGNES gyógynövény-botanikus

SOROZAT –
ERDŐ-MEZŐ PATIKÁJA

NEM CSAK MACSKÁKNAK

Az orvosi macskagyökér



Kép: Profimedia – Red Dot

Az első emlékem a macskagyökérről egy vértesi túráról származik, Szárról a piros jelzés mentén haladtunk fel Körtvélyespusztára. A ritkás erdőszélen megláttam a lepkéktől hemzsegő macskagyökeret, amely olykor violás, máskor jácintra emlékeztető illatot árasztott. Nemcsak a rovarokat, hanem engem is rabul ejtett. Muszáj volt lepihennem egy kicsit a fűbe. Ahogy a nap magasabbra szállt, tarkalepkék és a boglárkalepkék repdestek körbe, egy-két pattanóbogár felugrott a fűből. Úgy éreztem, megérkeztem az Édenbe.

◆ AHÁNY MACSKA, ANNYI MACSKAGYÖKÉR

Az orvosi macskagyökérnek két alfaját különböztetjük meg, a májusban virágzót, amelyet dombinak is szoktunk nevezni, és a nyár derekán szirmai bontogatót, azaz az igazi orvosi macskagyökeret. Az előbbi inkább szárazabb tölgyesek lakója, elsősorban a középhegységeinkben, a másik a nedvesebb, mocsarasabb élőhelyeket kedveli, és szórványosan az egész országban elterjedt. Van olyan alfaja is, amely a bükkösök ritka és védett lakója: ez a bodzalevelű macskagyökér, amellyel elsősorban a Börzsönyben, a Csóványos környékén találkozhatunk. Egy másik macskagyökérfaj, amely ugyancsak a bükkösök lakója, a hármalevelű macskagyökér, amely a Bükk-fennsík védett növénye. Főként a Dél-Dunántúl lápvidékének ékessége a kétlaki macskagyökér, amelynek szára igen törékeny, és külön egyeden találhatóak meg a fiú- és a lányvirágzatok.

A növény 80-160 cm magas, erőteljes növekedésű, és a földben barna rizómája és vékony gyökerei vannak. Az összetett, kihegyesedő, fogas szélű levelek a száron keresztben átellenesen helyezkednek el, a felsők ülők, alul pedig nyelesen rögzülnek az üreges szárhoz. A virágzata összetett bogernyő, fehér-szürkés rózsaszínű. A termése apró kaszattermés, csészelevele bóbítává módosult.

NEM MINDENKINEK NYUGTATÓ

Gyógynövényként termesztik, ezért a vadon élő populációt nem háborgatják. Az első évben augusztus végén még szabadágyba vetik sűrűn a magokat, aztán tavasszal ültetik szét őket 20-30 centiméteres tőtávolságra. Amikor kicsíráznak a magvak, a levelek még picik, sérülékenyek, ezért nem lehet a növényt már az ültetés évében a végleges helyére kiültetni. A két- és hároméves gyökereket gyűjtik össze és dolgozzák fel. Külföldön már nem monokultúrákban gondolkodnak, hanem növény párosításokban: a macskagyökeret a közönséges cickafarkkal szokták együtt ültetni. Az egyik a gyökerét, a másik a herbáját adja a gazdának.

A drog a gyökér, amelyet október végétől egészen március közepéig gyűjtünk. A hatóanyag-tartalom szempontjából a tavaszi gyűjtések jobbak. A kiásott gyökereket vízzel letisztogatjuk, és a visszaszáradt szárreszket és leveleket eltávolítjuk. Érdekes több részre szétvágni már a szárítás előtt, hogy a gyökerekben lévő nedvesség könnyebben tudjon távozni. Körülbelül 5 kg friss szedésű gyökérből lesz 1 kg száraz drog.

A száradás során kissé bűdös szagot áraszt, ez a fiú macskákat izgatja. Régebben vékonyan kiterítve száraz és huzatos padlásokon szárították. Este a ház lakói nem tudtak aludni, mert éjjel a macskák szerelmi nászra gyülekeztek, és folyton csak nyávogtak. A gyökérből olykor még a nem szívlelt szomszédok küszöbére is jutott, hogy megvicceljék őket.

MIRE JÓ A MACSKAGYÖKÉR?

Nagyszerű túlzott ingerültségre, a nyugtató hatása kedvezően hat az elalvásra. A macskagyökér a citromfűvel kombinálva kiváló szorongásoldó gyógytea. Fokozza a koncentrációs képességet, a szív ideges panaszaira is jótékony hatású. Erősítheti más nyugtatószerek hatását, ezért az adagolást tartsuk be! A népgyógyászatban vastagbélgyulladásra használják. Napi adagja felnőtteknek 1-1,5 g. Napi egy csészével, kéthetes kúrában fogyasztjuk. Megszokás kialakulhat, ezért célszerű váltogatni más hasonló hatású gyógynövényekkel. 12 éves kor alatt alkalmazása ellenjavalt. Még mostanság is az egyik legnépszerűbb gyógynövény a boltokban. A VIII. Magyar Gyógyszerkönyvben hivatalos drog. ◆



SZÖVEG –
BOGNÁR MÁRIA

SOROZAT –
ZÖLD MOZAIK

1



Magyar okoserdő-rendszer

Új „okoserdő-rendszert” dolgozott ki a Soproni Egyetem, amely különbözik a például Nagy-Britanniában és Svájcban működő, hasonló, kihelyezett szenzorok vezeték nélküli hálózatától. Utóbbiak adott időpontokban tudnak adatokat felvenni, továbbítani és feldolgozni. A soproni módszer viszont folyamatosan rögzít, akár egy évig üzemképes akkumulátorokról működik. A szenzorok némelyike műholdas kapcsolatú, de többségük GSM-rendszerű. Az erdőben észlelhető hőmérséklet-változásoktól az állatok mozgásán át mindent észlel, a falopást is, utóbbi esetben azonnal riadóztat. A kidolgozott technológiának most a nagyobb léptékű tesztelésén dolgoznak. A rendszer jelzi a tüzeseteket is, így lehetővé téve azok mielőbbi elhárítását. A kártevők elszaporodását és az esetlegesen terjedő fabetegségeket is kimutatja. Követi a fák növekedését, és folyamatosan szolgáltat fontos meteorológiai adatokat.

Az újítástól olyan lefedettséget remélnek, hogy a leárnyékolt, eldugott völgyrészekről is érkezik majd információ.

ZÖLD mozaik

Rekord karbonemisszió

A múlt év kiterjedt, és több kontinenst is érintő erdőtüzei egyes helyeken rekordszintű karbonkibocsátást okoztak. A tüzek nyomán világszerte 1,76 milliárd tonna szén-dioxid került a légkörbe. Ez ugyan nem rekord, de az EU Copernicus Légkörfigyelő Szolgálatára szerint 2003 óta a legmagasabb értékeket mérték az USA, Kanada, a szibériai Jakutföld, Törökország és Tunézia egyes részein. Kaliforniát például történetének legnagyobb erdőtüze sújtotta, de a Földközi-tenger térségében, Törökországban és Görögországban is emberek ezreit kellett kitelepíteni az elharapózó tűzvészek miatt.

Szakértők ezt is a klímaváltozás számlájára írják, a forróbbá és szárazabbá váló éghajlat ugyanis megnövelte a növényzet gyúlékonyságát. Az erdőtüzekből származó karbonkibocsátás a klímaváltozás előrehaladtával a jövőben sajnos várhatóan növekedni fog.

2



Kép: Profimedia – Red Dot



3



Robotkiszolgálás

A járványok terjedését az emberi érintkezések minimalizálásával kívánják csökkenteni a 2022-es pekingi téli olimpiai játékokon. Ehhez speciális robotokat vetnek be, amelyek például a jégkorongtorna helyszínein, a Vukoszung Arénában ténykednek majd. Az egyik kávét darál és főz, összesen négy perc időráfordítással. Egy másik robot kiszállít, kézbesít: 300 kilogramm árut is képes magával vinni. Célhoz érve üzenetben értesíti a feladót, a vásárló pedig egy ellenőrző kóddal átveheti az árut. Ezután a robot visszamegy a dokkba, ahol fertőtleníti és feltölti magát. Olyan mellékfeladatokat is ellát, mint kézfertőtlenítő biztosítása, illetve a látogatók figyelmeztetése, hogy viseljenek maszkot. Ráadásul közlekedésük során képesek kikerülni az útjukba kerülő tárgyakat, embereket.

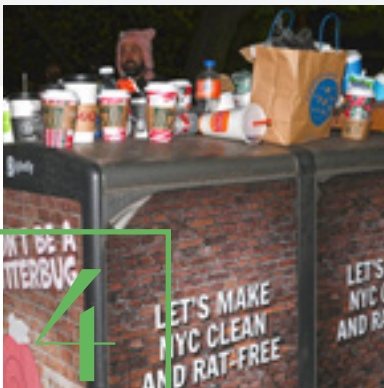
Az USA a szemétbajnok

A világ legnagyobb „szemétermelője” köztudottan az Egyesült Államok, így nem meglepő, hogy a tengert szennyező, és ott az élővilágot veszélyeztető műanyag hulladékok terén is az élen jár. Az USA-ban évente 42 millió tonna műanyag szemét keletkezik, aminek mennyisége az 1960-as évek óta egyre nő. Az USA kétszer annyi szemétermel, mint Kína, pedig ez utóbbi országban négyszer annyian laknak, mint az Egyesült Államokban.

A műanyag újrahasznosítására tettek ugyan lépéseket az USA-ban is, de évi 2,2 millió tonna műanyag így is a környezetbe juthat. Ezek nagy részét az eldobált palackok, szívószálak, csomagolóanyagok teszik ki, de a hulladéktelepekről is sok kerülhet ki, azok nem megfelelő lehatárolása miatt.

A közölt adatoknál a valóságos helyzet még sokkal rosszabb lehet, mivel a szemét súlyát nem mindig lehet pontosan nyomon követni. A műanyag előbb a folyókba, majd onnan az óceánokba kerül.

Most egy nemzeti szakértő csoport azt ajánlja, hogy új nemzeti stratégiát dolgozzanak ki, különös tekintettel az újrafelhasználásra alkalmatlan műanyagfélések gyártásának visszavonására.



4



5

Tisza menti hulladékgócok

Lezárult a Tiszai PET Kupa által két évvel ezelőtt „Tiszta víz, boldog Tisza” elnevezéssel indított program, amely a műanyagszennyezés gócpontjainak feltérképezésére irányult. Ez átnyúlt a határos külföldi területekre is. A magyar folyószakaszokon 2792 szennyezett gócot tártak fel, amiből 300-at sikerült megtisztítani, a határos szerb, román, ukrán és szlovák folyószakaszokon pedig további 1071 szennyezett és 87 megtisztított helyszínt találtak.

A kilenc éve működő PET Kupa résztvevői helyszínen épített pillepalack-hajóikról eddig összesen 180 tonna hulladékot távolítottak el a folyóból és annak ártereiből. A többnapos versenyekből 2021-ben már hármat szerveztek, a Tisza-tavon, a Felső-Tiszán és a Bodrogon. A többszáz önkéntes 32 pillepalackhajóval ténykedett, őket több tucat kenus különítmény egészítette ki. A tavalyi eredmény több mint 20 tonna volt.

A Tisza szennyezettségi állapotának felmérése során a PETCamino keretében először gyalogosan járták be a folyó magyar szakaszait mindkét parton, összesen 2142 kilométert megtéve. Ez a tevékenység végül a Tisza külföldi szakaszaira is kiterjedt, és száz önkéntes 95 napot dolgozott rajta. A határon túli szakaszok feltérképezése tavaly nyáron a Tisza forrásától indult a 2,5 hónapig tartó Tisza expedíció keretében.



Mélyebbre húzódó tengeri lények

A Földközi-tenger felmelegedése következtében a tengerben élő állatok jó része mélyebbre húzódik a felmelegedett felső vízrétegekből. Ennek mértéke akár több tíz méter is lehet. A puhatestűek, rákfélék és halak így például 55 méterrel mélyebbre vándoroltak. Ez akár a közeljövőben még több is lehet, mivel a Földközi-tenger különösen érintett a felmelegedésben, vize az elmúlt 30 évben átlagosan 1 °C fokkal vált melegebbé.

Ugyanakkor a tenger vize nem egyenletes hőmérsékletű: északnyugaton hidegebb, délkeleten ezzel szemben kifejezetten meleg. Ez különösen alkalmassá teszi a folyamatok követésére.

Összesen 236 tengeri állatot vizsgáltak meg, és megállapították, hogy a hidegebb vizekben élő fajok mélyebbre vándorolnak, mint az eleve melegebb vizekben élők.

A jelenség következtében a halászoknak a mélyebb vizek felé kell hajózniuk, ami több üzemanyag elégetését jelenti, azaz az eddiginél nagyobb környezetszennyezést. Ha a tengerfenék már gátolja a mélyebbre ereszkedést, az a fajok egyedszámának a csökkenéséhez vezethet, mint például a tőkehalaknál.

A kedvezőtlen környezeti hatások olyan folyamatot is előidézhetnek a Földközi-tengeren, mint a szardíniák méretcsökkenése: méretük tíz év alatt 15 centiméterről 10 centiméterre zsugorodott, átlagos súlyuk pedig 30 grammról 10 grammra csökkent. Ezenkívül kétévsnél idősebb példányokat nem is találtak – bár ebben a túlzott lehalászás is közrejátszhatott.

Önfenntartó szemétyűjtés

A tengerek felszínén felhalmozódott – és ott úszó szigeteket képező – hulladékot speciális szemétyűjtő hajók szedik össze. Az eddigi gyakorlat szerint e hajók a szemétszigetről minél több hulladékot gyűjtenek be, majd azt feldolgozva a kikötőkbe viszik. Egy új találmány környezetkímélőbb módot kínál ehelyett: alakítsák át a szemetet még a hajón üzemanyaggá, ami a hajó meghajtására alkalmas, így azok útját nem kell minduntalan megszakítani. A kihalászott műanyag ugyanis az ún. hidrotermikus cseppfolyósítás (HTL) révén olajjá alakítható. Ennek során a műanyagot 300-350 °C fokra hevítették fel. A szemétyűjtés során a hajón annyi olaj termelhető, amennyi elegendő annak folyamatos üzemeltetésére. Ennek az olajnak az elégetése is szén-dioxid-kibocsátással jár ugyan, de ez még mindig kevesebb, mint amennyi eddig a hagyományos üzemanyag elégetésével a levegőbe került. A műanyagszemet eltüntetésének célja a környezetszennyezés csökkentése. Annak egy része ugyan mikroműanyagká bomlik, de nagyobb darabjai összeállnak, és úszó szigeteket képeznek. Ezekből legalább öt, különösen nagy területű létezik, a legnagyobb például becslés szerint mintegy 79 ezer tonna műanyagot tartalmaz, 1,6 négyzetkilométeren. A szemétben elsodort bóják, sőt a 2011-es japán cunami óta hajóroncsok is akadnak.

A műanyagszigeteken ugyanakkor új jelenséget fedeztek fel: némelyiken szó szerint megtelepedett az élet, apró rovarok, puhatestűek, rákok, tengeri rózsák formájában. Ezek többsége ún. invazív faj, így a jelenség éppenséggel nem indokolja megkímélésüket.



OPERA

MAGYAR ÁLLAMI OPERAHÁZ
HUNGARIAN STATE OPERA

Sir Kenneth MacMillan
Liszt Ferenc
John Lanchbery

MAYERLING

BALETT HÁROM FELVONÁSBAN

KOREOGRÁFUS **SIR KENNETH MACMILLAN** ZENESZERZŐ **LISZT FERENC**
LISZT FERENC MŰVEIBŐL A ZENÉT ÖSSZEÁLLÍTOTTA ÉS HANGSZERELTE **JOHN LANCHBERY** SZÖVEGKÖNYV **GILLIAN FREEMAN**
LÁTVÁNYTERVEZŐ **NICHOLAS GEORGIADIS** DÍSZLETFELÜGYELŐ **CINZIA LO FAZIO** JELMEZFELÜGYELŐ **NATALIA STEWART**
VILÁGÍTÁSTERVEZŐ **JACOPO PANTANI** SZÍNPADRA ÁLLÍTÓ BALETTMESTER **KARL BURNETT** BETANÍTÓ BALETTMESTER **GRANT COYLE**

KARMESTER **MEDVECZKY ÁDÁM**

BEMUTATÓ: 2022. MÁRCIUS 14., OPERAHÁZ

BALETT

MAGYAR NEMZETI BALETT
HUNGARIAN NATIONAL BALLET

OPERA.HU | FACEBOOK.COM/OPERAHAZ



SZÖVEG –
BOGOS ZSUZSANNA

SOROZAT –
VÉGY EGY RÉGI RECEPTE!

MIVEL ETETTÉK A BABÁKAT?

„Jaj, hát a Tomika már négy hónaposan töltött káposztát evett a Tibiék lagzijában, aztán semmi baja nem volt tőle!” – nagyjából mindannyian hallottunk már hasonló bölcsességet, ha hozzátáplálásról esett szó. Sokszor nehéz a fiatal anyáknak szembeszegülni ezekkel a tipikusan szocializmusbeli berögződésekkel. Mai tudásunk viszont már száz évvel ezelőtt is megvolt, csak később kiszorította az állampárt e téren is barbár, embertelen világnézete.

◆ Kosztolányi Dezső levelei közül kedvenceim azok az 1915-ben írt darabok, amelyekben kisfiáról, Ádámról mesél feleségének. Harmos Ilona tüdőcsúcshurutját a Tátrában kezelték ekkor, így kénytelen volt egy kis időre elszakadni csupán öt hónapos fiától. Vajon hogy oldották meg az etetését? Egyáltalán, mit ettek akkoriban a gyerekek? Régi szakácskönyveinkből ezt is kiolvashatjuk.

HONNAN VOLT TEJ?

„Egészségesek is az anyák, ha magok szoptatnak, mely tejek bévességét [bőségét] könnyebbítik” – írta Pázmány Péter az 1600-as években. A szoptatás népszerűsítése, megbecsültsége jellemző volt a katolikus egyházra (eszünkbe juthatnak a kis Jézus szoptató Máriát ábrázoló festmények), a dajkaság intézménye a felvilágosodás időszakában vált divatossá. Természetesen más volt a helyzet, ha egy anya valami miatt nem tudta táplálni gyermekét, ilyenkor rokonok, szoptatós dajkák siettek a baba segítségére. A védőnői szolgálat szerveződése idején pedig megkezdődött az anyatej gyűjtése, közvetítése. Kosztolányiék mégsem éltek ezzel a lehetőséggel, az öt hónapos Ádám eleinte a főtí Károlyi-uradalomból származó pasztörizált

tejet kapta, amely „kitűnőleg hatott rá”. Ugyan tíz évvel később, 1925-ben jelent meg bánffyhungyadi Hunyadi Erzsébet szakácskönyve, ez még jól tükrözi a hozzátáplálás korabeli szokásait. A szerző budapesti orvosokkal, tanárokkal konzultálva írta meg az alapelveket. Mint írja, a helytelen táplálás későbbi betegségek, emésztési zavarok okozója lehet, ezért fontos, hogy ne sajnáljuk az időt a tájékozódásra. Ő hat hónapos korig a kizárólagos szoptatást ajánlja (a későbbi tévhitet cáfolva már ekkor világhosszá teszi, hogy se víz, se tea nem kell ebben az esetben pótlásként), ugyanakkor nem igény szerint, hanem 3-3,5 óránként. Harmos Ilona is szoptatott, aggódtak is amiatt, hogy a betegség befolyásolhatta az akkor kapott tejet. Szanatóriumba kerülése után jött csak a tehéntej. Hunyady szakácskönyve alapján tudjuk, a tehéntejet ilyenkor vízzel vagy teával hígították, liszttel dúsították. (A Kufefe, a Szitmalin, a Maltosít és a Demaltos nevű ún. gyermeklisztek tejporth, malátakivonatot, tojássárgáját tartalmaztak, cukorral vagy kakaóval ízesítették.) Kosztolányiék a tej mellett teát adtak a babának, előbb zacharinnal (a szakácskönyvben is ez szerepel), majd orvosi utasításra cukorra váltottak.





**A család étrendjét
leghamarabb
négyéves korban
veheti át teljesen
a gyerekek az 1925-ös
ajánlás szerint.**

AZ ELSŐ KANÁL ÉTEL

Zabdarás levestel egészült ki eleinte a kisbaba menüje, majd 1915. október 9-én „kapott először almabefőttet, gondosan átfőzve, kétszer megmelegítve” – írta levelében apukája (az alma foszfortartalma csonterősítő). Október 15-én „a Baby kétszersültet (nagyon szereti) kap forró tejbe beáztatva, sárgarépát stb. Baby nagyon falánk. Csak úgy reszket az ételért. De nagyon jól emészt mindent, a kétszersültet is!” Harmos Ilona alighanem korainak találta ezt, mert Kosztolányi nyugtatásképp többször megírta, hogy a kétszersült sem okoz gondot már a babának. Az anyának azonban igaza lehetett, mert később beöntésre és orvosi látogatásokra is sor került, ezután pedig már csak egy fél kétszersültet kaphatott a kis Ádám. A Hunyady-szakácskönyvben egyébként csak egyéves kortól szerepel a tejbe áztatott zsemle, piskóta vagy kétszersült. Kosztolányiék fia azonban hat hónaposan már kóstolta a kenyeret, és a hónap végétől egyre nagyobb sikerekről tudott beszámolni a kisfiáról mindig gondoskodó szeretettel író apa. „Hízik. Múltkor egy kis málnalevet adtunk neki. Hogy szereti! Ingyenc. Apja fia. [...] Baby most ebédel: krumpli- és almapürét. Az almapürét igen szereti, de a krumpli sehogy se tetszik neki. Visszafűjja a kanálba!” – olvashatjuk 1915

novemberéből. Mindez összhangban áll Hunyady útmutatásaival. Szerinte is először a húsleves levével érdemes próbálkozni. Ehhez lehet majd darát, tápiókat főzni, és ezután következtek a pürék – először a leveszöldségből, spenótból, krumpliból. Aztán jöhetett a narancslé, az alma- és szilvapüré és a pépesített banán. Tíz hónapos kortól tejbegríz. Húst csak a második évben javasolt Hunyady könyve, egész tojást pedig csak a harmadik évben – sárgáját lehetett korábban. Leveseket, főzelékeket, könnyebb felfújtakat, piskótát és néhány húsfélét (csirke, borjú, őz, nyúl például) ajánl a szerző a hároméveseknek, a család étrendjét leghamarabb négyéves korban veheti át teljesen a gyerekek az 1925-ös ajánlás szerint. Rántást egyébként csak a második évtől, előtte pürésített, vajjal és tejjel krémesített főzelékeket olvashatunk a szakácskönyvben, például borsóból, karfiolból, lencséből, babból, sárgarépából, spenótból. Töltött káposztáknak és körmös pacalnak tehát nyoma sincs. A II. világháború után előszeretettel adott cukros víz, tápszer, tejbegríz csak végszükség esetén jöhetett szóba. A kizárólagos anyatej, a friss zöldségek, a válogatott és minőségi húсок viszont már az 1920-as években is fontos táplálékai voltak a kisbabáknak. ♦



SZÖVEG –
VANYOVSZKI MÁRIA

A Salon
BUDAPEST

FARSANGI MASZKOK, ALKALMI ÉS BÁLI RUHÁK

Az ünnepek, a feltöltődés után, a téli, hideg napokon a januárt gyakran érezzük az év leghosszabb hónapjának. Népi hagyományaink és korunk új szokásai az ezt követő februárt már télbúcsúztató és a tavaszhívogató eseményekkel tölti meg. Öltözködési kultúránk bravúrosan követi belső érzéseinket, vágyainkat, történéseinket. A telet búcsúztatni öltözünk látványos jelmezekbe farsangkor, és a tavaszt megidézni színes, elegáns, alkalmi, báli ruhákba.

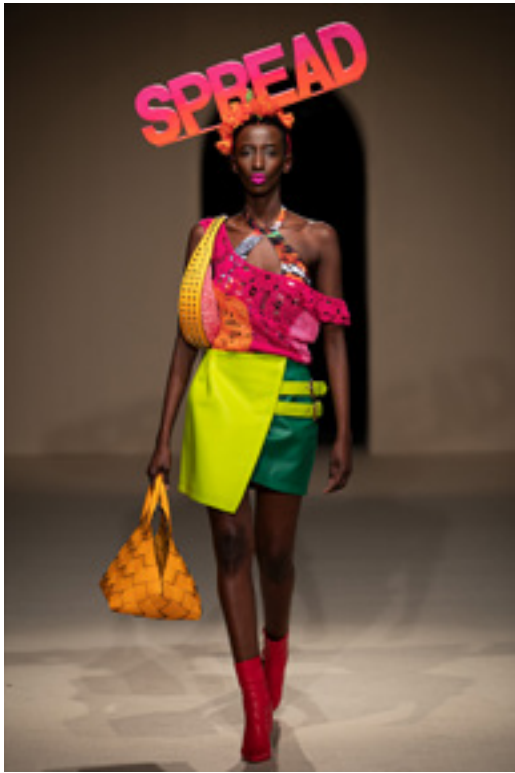
- ◆ A magyar divattervezők tavaly, az októberi divathéten mutatták be a 2022-es tavaszi-nyári szezonra szánt darabjaikat.

Az esemény egyik legjobban várt bemutatója évek óta **Kerényi Virág** show-ja. A fiatal alkotó nemzetközi filmprojekteken edzett szeme a hétköznapi valóságán túllátva teremt varázslatos látványvilágot. A jelmeztervezőként is aktív Virág figyelemfelkeltő és meghökkentő elemeket épít be a kollekcióiba: strasszos csizmák, látványos fazonok, fényes textúrák. A színeikben és anyagaikban változatos öltözékeket úgy használja a tervező, mint egy festő a vásznat vagy egy költő a papírt: üzenetet fogalmaz meg, amit ezúttal konkrét szövegekként is megjelenített. Kerényi Virág a ruhák és lábbelik újragondolása mellett nagy művésze a fejdíszeknek is. Ezúttal a maszk fogalmának is újabb értelmet adva, azt a fejdísz lehetőségeivel kapcsolta össze. Inspiráló, modern alternatívája a farsangi, maszkos öltözékeknek.

Látványában hasonlóan izgalmas, vonalvezetésében lényegesen klasszikusabb ívet képviselnek **Merő Péter** alkotásai. A szezonra tervezett kollekció elsődleges

Kép: HFDA / The Sparkle Content





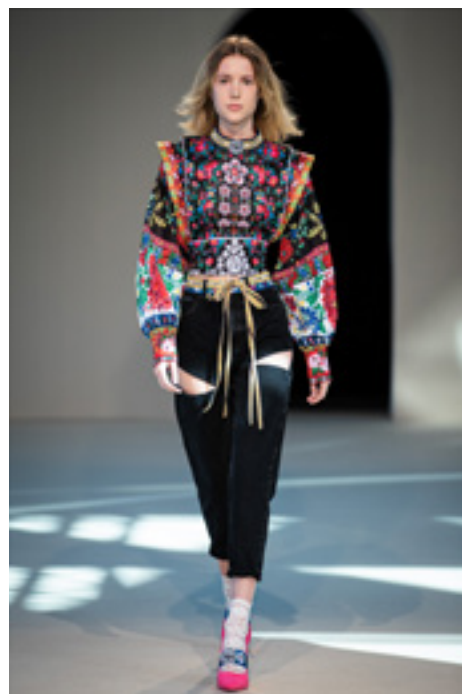
KERÉNYI VIRÁG

MERŐ PÉTER





SUGARBIRD —



ROMANI DESIGN

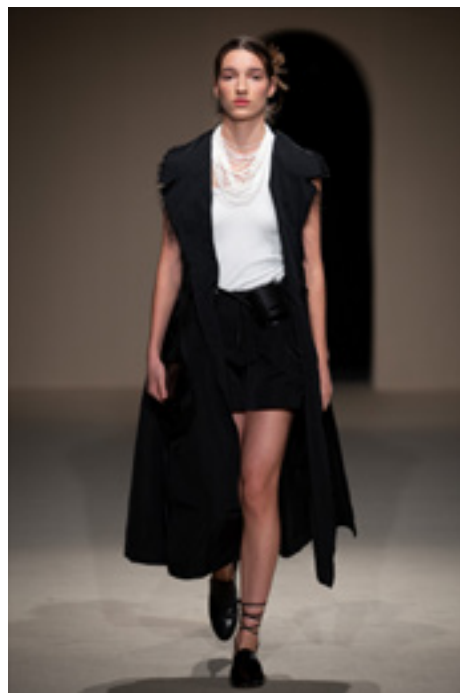
üzenete az ünneplés öröme, amikor az otthoni és hétköznapi visszafogott viseletek után végre újra ragyogásba öltözhetünk. A korábban balettművészként ismert alkotónak lételeme az ünnepi megjelenés. Most is olyan ruhákat álmodott a kifutóra, amelyeket különleges eseményeken tudunk elképzelni: vörös szőnyeges vonuláson, felemelő báli összejövetelen, vagy akár egy premieren, a felújítás után idén újranyitó Magyar Állami Operaházban. A központi arany mellett finom pasztelleket és élénk színeket is választott a tervező. Anyaghasználatában váltakoznak a markáns, hercegnői nagy sziluettek és a lágy esésű, könnyed anyagokból formált alkalmi öltözékek, amelyek között a különböző testalkatú hölgyek megtalálhatják a magukhoz illőt.

A hagyománytisztelet jegyében nem maradhat ki a felSOROLÁSBÓL a **Romani Design** kollekcója. Megszoktuk már,

hogy a roma testvérpár életigenlő, vidám, szinte már táncolós hangulatban vonultatja fel a modelljeit. Ehhez képest ezúttal egy balladai elmélyülést láthattunk, amit felerősített a könnyeket ábrázoló smink és a zarándoklást idéző, mezítlábas vonulás. A tervező Varga nővéreknek meghalt az édesapja, a gyászfolyamat és a Covid-időszak bezártságából eredő befelé figyelés kettőssége is tetten érhető ebben a hangulatban. A ruhák mintázatainak különlegessége, hogy a nehéz időszakban erőt és kapaszkodót adó hitre reflektálnak vele. Az alkotók az Iparművészeti Múzeumtól kapták a felkérést, hogy a múzeum gyűjteményéből választott tárgyakat gondolják újra. Fő inspirációként Mária-képeket, Madonnáikonokat és további női szentek ábrázolását választották. Ezt ötvözték saját kultúrájukkal és a családi archívumból vett emlékekkel.

Kép: HFDA / The Sparkle Content





NUBU

Hagyományos motívumokhoz nyúlt vissza a *Sugarbird* csapata is. A magyar öltözködési kultúra hímzéseit és mintavilágát évek óta állandó kiindulópontjának tekintő hazai márka most is olyan öltözéksort készített a tavaszi–nyári szezonra, amelyben bátran ötvözik a népies motívumok újragondolt megoldásait a kortárs, fiatalos alkalmi és partiszettekkel. Egy ilyen szemképráztató, magyar motívumokat idéző látványvilágban egész más lehet egy farsangi bulira elindulni, mintha egy átlagos, szürke Zara pulóverben. Hangulatba hozza nemcsak a viselőjét, de a környezetet is. A *Sugarbird* így csempézi be a modern korok szerint alakuló igényekbe a népi kézműves kultúra és a hagyományok megőrzését, illetve továbbvitelét.

A letisztult, fekete-fehér-bézs vonalán öltözködőket sem szeretném ajánlás nélkül hagyni. Nekik nyújt választékot a *NUBU* tavaszi–nyári szezonra szánt öltözéksora. *Garam Judit*, a márka tervezője előszeretettel működik együtt a kortárs képzőművészet alkotóival. Ezúttal *Simon Zsolt Józsefkerámia-* és porcelánalkotásainak különleges textúrái adták az ihletet a márka sajátos jegyeinek újraértelmezésére. A klasszikus kis fekete ruha kedvelői egy újfajta megközelítéssel találkozhatnak a fazonnak. A rétegzés hazai mesterének is tekinthető *NUBU* úgy pakolja egymásra a legfinomabb kelméket, olyan variációit vonultatja fel az anyagok kombinálhatóságának, hogy annak minden testalkatú nő ruhatárában van helye. A textúrák és a szabászati bravúrok révén sokszínűvé tett fekete öltözékek között megjelennek a porcelánfehér és a természet ihlette nude árnyalatai is. ♦