

Megjelenik
h a v o n k i n t,
minden hó elsején
egy szám.

Előfizetési ár:

Egész évre . 4 frt
Az előfizetési pénzek
posta - utalvánnyal

Kocsi Sándor
nyomdatulajdonoshoz,
Budapest
muzeumkörút 10. sz.
küldendők.

EGÉSZSÉGTANI

L A P O K.

*Az emberi testnek — egészséges és beteges állapo-
tában — természetszerű gondozására és ápolására
vonalkozó ismereteket terjesztő*

népszerű havi folyóirat.

Főmunkatárs: **id. Hammersberg László.**

A lap
szellemi részére
vonalkozó

közlemények,

a szerkesztő neve alatt

Gödöllőre

küldendők.

A lap célja és szelle-
mével megegyező

HIRDETÉSEK

jutányosan közöl-
tetnek.

Budapest,
1879. Junius 1.

Felelős szerkesztő s kiadó tulajdonos:

Kodolányi Antal.

III. évfolyam.

6. szám.

Tartalom:

- 1) Az élettan köréből. (Az emésztés és vérképzés.)
- 2) A lázak és gyuladások, — az idegláz. — id. Hammersberg Lászlótól.
- 3) A hidegviznek különböző alkalmazása szerint való különböző hatása az em-
beri testre.
- 4) Egy munkás otthona.
- 5) Vegyesek.

A z é l e t t a n k ö r é b ő l.

III.

Az emésztés és vérképzés.

A testnek mily működése következtében áll elő az éhség és szomjuság érzete, s miért kell azt kielégíteni? Mi oknál fogva bír a víznek a testbe folytonos felvétele oly nagy fontos-
sággal? Hol veszi a tápanyagok emésztése kezdetét? Melyik a legelső mivelet, a melyen a
testbe felvett tápanyagoknak át kell esniök? — Milyen szerepet játszik e miveletnél a
nyelv, s mily szerepet játszanak a fogak?

A mint már említettük tápanyag felvételre azért van szüksége a test-
nek, mivel az anyagcsere által a test alkészeteinek egy része, folyvást elhasz-
náltatik, vagy is átváltoztatik oly anyagokká, melyek a szervezet további
céljaira hasznavehetlenné válnak, s azért onnét kiürítettnek, és így más
anyagok által kell, hogy helyettesitessenek. Ha ez rendes időben nem tör-
ténik, az esetben a testben azon érzés áll be, melyet é h s é g n e k neve-
zünk, s a mely bennünket ösztönszerűleg a test tápanyag szükségletének
kielégítésére készíti.

Az éhséget egyideig el lehet tünni, sőt annak kellemetlen érzését erős
akarattal le is győzhetjük, nem különben egyes élvszerek által is le lehet azt
csillapítani, mely esetben azonban az anyagcsere a meglevő testrészek rová-
sára történik. Egyideig azután ezt is kibírja a test minden veszély nélkül,
és pedig majd rövidebb, majd hosszabb időn át a szerint, a mint valaki
jobban vagy kevésbé jól van táplálva, és a mint valaki a nélkülözéseket többé

kevésbé megszokta s a mint valaki több vagy kevesebb munkát kénytelen végezni.

Ennek azonban természetes következménye mindig az, hogy a test, — az anyagcsere által eszközölt testrészek felbontása és ezek termékeinek kiürítése által, — súlyából folyvást veszít. Ez azután az oka annak, hogy nem csak a kik éheznek és roszul táplálkoznak, hanem a betegek is, a kik kevés tápanyagot vesznek fel, és a kiknél még ezenfelül a betegség által a test alkrészeinek felbomlása is fokozva van, elsoványodnak, súlyra megkönyebednek. Mihelyt azonban az éhezés egy bizonyos fokon túl megy, az igen veszélyes következéseket vonhat maga után, nevezetesen először is gyengeséget, aztán ájulást, majd az anyagcsereinek teljes megzavarását és végre halált idézhet elő.

Miként tápanyagokra, épen ugy vizre is szüksége van a szervezetnek, miután ez is fontos szerepet játszik a szervezet háztartásában. Ugyanis a víz először is igen lényeges s mennyiségileg igen tetemes részét képezi a test minden egyes és pedig nemcsak folyó, de szilárd alkrészeinek is. A víz még a test szilárd alkrészeinek is több mint felét teszi, mi figyelmünket csak azért kerüli ki, mert azokkal bensőleg van össze kötve s csak akkor tűnik erősben szemünkbe, ha azok mesterségesen kiszáritattak.

Más oldalról viszont a víz közvetítője egyszersmind az anyagszerénél végbe menő vegyi folyamatoknak is. Ugyanis a legtöbb esetben, csak akkor képesek a különféle anyagok vegyileg egymásra hatni, ha oldott állapotban vannak.

A nevezett két czélból elég volna, ha a test egyszer mindenkorra egy bizonyos mennyiségű vízzel ellenne látva s azt állandóan megtartaná, más, a táplálkozás folyamata magyarázatánál alább kifejtendő okoknál fogva azonban szükséges, hogy a test egyrésztől folyvást vizet veszítsen, más oldalról meg, ezen víz veszteséget kívülről való vízfelvétel által ismét helyre pótolja, vagyis hogy a testben egy bizonyos mennyiségű víz, állandóan folyásban, mozgásban legyen. Ezen állapotnak szükségét a következő rövid magyarázat érthetővé fogja tenni. Hogy a test által felvett tápanyagok céljaiknak megfeleljenek, azoknak a vér és más folyadékok alkrészeivé kell lenni, vagy is ezekbe átmenni. Ezen átvitel — a már, lapunk 1877. évi folyama 3-ik számának 45—46-ik lapján ismertetet — átszivárlás után történik. A mely átszivárlási folyamat, hogy tevékenységét kifejthesse, a vér folyadéknak sűrűbbnek, kevesebb víztartalommal bírónak kell lenni, mint pedig a minővel bírnak a megemésztett tápszerek, amelyeknek a vérbe a gyomor és bélcsatornából kell átlépniök. Ezen a vér és a tápfolyadékok sűrűsége közötti különbség az által lesz csodálatos egyszerű módon s folyvást, szakadatlanul előállítva, hogy a tüdők, a vizellet, s a bőr által a vérből folyvást viz távolítottatik el és ez azáltal folyvást ismét újra töményebbé válik, míg viszont a

felvett és az emésztés által feloldott tápanyagok, az egyidejűleg felvett víz által folyvást felhigitatnak.

Ily átszivárlási folyamatok azonban nem csak a tápszerek felvételénél tevékenyek, hanem mindenütt működésben van az a szervezetben ott, ahol különböző nemű és sűrűségű folyadékok, amelyek állati hártya'k által egymástól el vannak választva, egymásra hatnak, vagyis azok átalában a szervezetben végbemenő anyagcserének szükségszerű feltételeit képezik. Valamint ezen átszivárlási folyamatok azok, melyek a test egyes részeiben, a víznek állandó helyváltoztatását, az egészségre és életre nézve szükségessé teszik.

Azon víz mennyiség, melyet a test magából folyton kiad, és a melyet étel és ital által folyvást helyre kell pótolni, egy felnőtt embernél 24 óra alatt m. e. 5 fontot tesz, a mi azonban a bőr tevékenységének kisebb nagyobb foka, ez viszont a kiválasztott vízellet mennyisége szerint változik. Ha a testből kiválasztott víz megfelelő mennyiségben helyre nem pótolatik, akkor a s z o m j u s á g é r z é s e áll be, a mely aztán bennünket a víz felvétel szükségének eleget tenni készített.

A szomjuságot egyideig az egészségre káros hatás nélkül szintén ellehet tűrni, s azt bizonyos anyagok rágása által, melyek a nyál elválasztására hatnak, a mi által tehát a száj és torok nyakhártyája nedvesen tartatik, le lehet csillapítani, mikor azonban a test nedvességéből folyvást többet és többet veszít és a szomjuság utóbb csak még kellemetlenebb módon jelentkezik. Hogy azonban sokáigtartó szomjazás azután épen úgy megzavarja az anyagcsere folyamatát és az épen úgy megtámadja az egészséget, mint a sokáig tartó éhezés, és épen úgy képes előidézni a halált, mint az éhség, az az elmondottakból önként következik.

Hogy a felvett tápanyagok céljaiknak, a melyekre rendeltetvük megfeleljenek, azoknak meg kell emésztetni, vagyis a test belsejében bizonyos változásokon átesni, és a vér és egyéb nedvek alkrészeivé válni. Ezt végbe vinni az emésztési szervek feladata, melyeknek működését, midőn a következőkben tárgyalás alá vennők, ezzel az emésztési szervek működésének főleg azon részére kívánunk szoritkozni, melyekre az emberi akaratnak befolyása van, és a melyek egészségtani szempontból nagyobb jelentőséggel bírnak.

A tápanyagok és ital felvételére a természettől a száj van rendeltetve. A folyadékszerű eledeleket és az italt, egyszerűen lenyeljük, anélkül, hogy azok a száj üregben valamely változáson menének keresztül. A szilárd tápszerek ellenben a szájban a ragás által felapróztatnak, miközben ahoz nyál és levegő keveredik. A szájba vett vagy leharapott falat először is a nyelv hegyére jön, mire az ajkak bezárodnak s a nyelv hátra húzódik, miközben hegye felemelkedik s lassankint előlről kezdve hátra felé kanál ala-

kevésbé megszokta s a mint valaki több vagy kevesebb munkát kénytelen végezni.

Ennek azonban természetes következménye mindig az, hogy a test, — az anyagcsere által eszközölt testrészek felbontása és ezek termékeinek kiürítése által, — súlyából folyvást veszít. Ez azután az oka annak, hogy nem csak a kik éheznek és roszul táplálkoznak, hanem a betegek is, a kik kevés tápanyagot vesznek fel, és a kiknél még ezenfelül a betegség által a test alkrészeinek felbomlása is fokozva van, elsoványodnak, súlyra megkönyebbednek. Mihelyt azonban az éhezés egy bizonyos fokon túl megy, az igen veszélyes következéseket vonhat maga után, nevezetesen először is gyengeséget, aztán ájulást, majd az anyagcserének teljes megzavarását és végre halált idézhet elő.

Miként tápanyagokra, épen úgy vízre is szüksége van a szervezetnek, miután ez is fontos szerepet játszik a szervezet háztartásában. Ugyanis a víz először is igen lényeges s mennyiségileg igen tetemes részét képezi a test minden egyes és pedig nemcsak folyó, de szilárd alkrészeinek is. A víz még a test szilárd alkrészeinek is több mint felét teszi, mi figyelmünket csak azért kerüli ki, mert azokkal bensőleg van össze kötve s csak akkor tűnik erősből szemünkbe, ha azok mesterségesen kiszáritattak.

Más oldalról viszont a víz közvetítője egyszersmind az anyagszerénél végbe menő vegyi folyamatoknak is. Ugyanis a legtöbb esetben, csak akkor képesek a különféle anyagok vegyileg egymásra hatni, ha oldott állapotban vannak.

A nevezett két célból elég volna, ha a test egyszer mindenkorra egy bizonyos mennyiségű vízzel ellenne látva s azt állandóan megtartaná, más, a táplálkozás folyamata magyarázatánál alább kifejtendő okoknál fogva azonban szükséges, hogy a test egyrésztől folyvást vizet veszítsen, más oldalról meg, ezen víz veszteséget kívülről való vízfelvétel által ismét helyre pótolja, vagyis hogy a testben egy bizonyos mennyiségű víz, állandóan folyásban, mozgásban legyen. Ezen állapotnak szükségét a következő rövid magyarázat érthetővé fogja tenni. Hogy a test által felvett tápanyagok céljaiknak megfeleljenek, azoknak a vér és más folyadékok alkrészeivé kell lenni, vagy is ezekbe átmenni. Ezen átvitel — a már, lapunk 1877. évi folyama 3-ik számának 45—46-ik lapján ismertetet — átszivárlás útján történik. A mely átszivárlási folyamat, hogy tevékenységét kifejthesse, a vér folyadékának sűrűbbnek, kevesebb víztartalommal bírónak kell lenni, mint pedig a minővel bírnak a megemésztett tápszerek, amelyeknek a vérbe a gyomor és bélcsatornából kell átlépniök. Ezen a vér és a tápfolyadékok sűrűsége közötti különbség az által lesz csodálatos egyszerű módon s folyvást, szakadatlanul előállítva, hogy a tüdők, a vizellet, s a bőr által a vérből folyvást víz távoztatik el és ez azáltal folyvást ismét újra töményebbé válik, míg viszont a

felvett és az emésztés által feloldott tápanyagok, az egyidejűleg felvett víz által folyvást felhigitatnak.

Ily átszivárlási folyamatok azonban nem csak a tápszerek felvételénél tevékenyek, hanem mindenütt működésben van az a szervezetben ott, ahol különböző nemű és sűrűségű folyadékok, amelyek állati hártiak által egymástól el vannak választva, egymásra hatnak, vagyis azok általában a szervezetben végbemenő anyagcsérének szükségszerű feltételeit képezik. Valamint ezen átszivárlási folyamatok azok, melyek a test egyes részeiben, a víznek állandó helyválttatását, az egészségre és életre nézve szükségessé teszik.

Azon víz mennyiség, melyet a test magából folyton kiad, és a melyet étel és ital által folyvást helyre kell pótolni, egy felnőtt embernél 24 óra alatt m. e. 5 fontot tesz, a mi azonban a bőr tevékenységének kisebb nagyobb foka, ez viszont a kiválasztott vízellet mennyisége szerint változik. Ha a testből kiválasztott víz megfelelő mennyiségben helyre nem pótolatik, akkor a szomjuság érzése áll be, a mely aztán bennünket a víz felvétel szükségének eleget tenni készített.

A szomjuságot egyideig az egészségre káros hatás nélkül szintén ellehet tünni, s azt bizonyos anyagok rágása által, melyek a nyál elválasztására hatnak, a mi által tehát a száj és torok nyakhártyája nedvesen tartatik, le lehet csillapítani, mikor azonban a test nedvességéből folyvást többet és többet veszít és a szomjuság utóbb csak még kellemetlenebb módon jelentkezik. Hogy azonban sokáigtartó szomjazás azután épen úgy megzavarja az anyagcsere folyamatát és az épen úgy megtámadja az egészséget, mint a sokáig tartó éhezés, és épen úgy képes előidézni a halált, mint az éhség, az az elmondottakból önként következik.

Hogy a felvett tápanyagok céljaiknak, a melyekre rendeltetvük megfeleljenek, azoknak meg kell emésztetni, vagyis a test belsejében bizonyos változásokon átessen, és a vér és egyéb nedvek alkrszeivé válni. Ezt végbe vinni az emésztési szervek feladata, melyeknek működését, midőn a következőkben tárgyalás alá vennők, ezzel az emésztési szervek működésének főleg azon részére kívánunk szoritkozni, melyekre az emberi akaratnak befolyása van, és a melyek egészségtani szempontból nagyobb jelentőséggel bírnak.

A tápanyagok és ital felvételére a természettől a száj van rendeltetve. A folyadékszerű eledeleket és az italt, egyszerűen lenyeljük, anélkül, hogy azok a száj üregben valamely változáson mennének keresztül. A szilárd tápszerek ellenben a szájban a ragás által felapróztatnak, miközben ahoz nyál és levegő keveredik. A szájba vett vagy leharapott falat először is a nyelv hegyére jön, mire az ajkak bezárodnak s a nyelv hátra húzódik, miközben hegye felemelkedik s lassankint előlről kezdve hátra felé kanál ala-

kot vesz fel, mely mozgása által a nyelvnek, a falat a száj üreg közepébe jut s itt a záp vagyis őrlő fogaknak adatik át, a melyek általi rágás illetőleg őrlés közben azt a nyelv azután időnkint majd jobbra, majd balra veti. A rágásnál nem csupán a nyelv szolgál tapintó szervül, vagyis nem csupán ez által jutunk tudomására a falat keménysége vagy szárazságának, a minek tudomásra jutása szerint azután a falat ragása módosul, hanem a szájüreg belseje, az ajkak sőt a fogak is tapintató szervül szolgálnak e részben. A rágás a fogak őrlési mozgása által vitetik végbe, s a falat a rágás közben a pofa izmok és a nyelv által folytonosan forgattatva lesz, majd a jobb, majd a baloldali zápfogak alá vezetve. Ebből tehát azt látjuk, hogy a rágásnál, mely bizonyos mérvig öntudatlan mivelet, a nyelvnek igen tevékeny része van, s hogy annak finom tapintatánál fogva, a rágás fölött, a felügyelői szerepet szánta a természet.

A rágás ideje alatt a falathoz nemcsak nyák, hanem a rágás közben a nyálmirigyek által mindig nagyobb mérvben elválasztott nyál is vegyül. A nyálmirigyek által elválasztott nyálnak mennyiségét, mely a szájban a nyákkal elve gyül, 24 óra alatt $\frac{1}{2}$ —2 fontra lehet tenni. A nyálmirigyeket a nyálnak nagyobb mennyiségbeni elválasztására kiválólag a rágás mivelete ösztönzi ugyan, de nagyobb mennyiségbeni nyál elválasztására ösztönzik azokat a sós és savanyu eledelök is, sőt ezt a képzelődés is előidézheti, például, ha éhes gyomorral, valakit enni látunk, vagy éhes gyomorral valami kedvencz eledelre gondolunk, a mi tehát elég bizonyosság arra, hogy az az idegek befolyása alatt áll. Midőn a falat a rágás közben benyálasztatik, egyszersmind bizonyos mennyiségű levegő is keveredik ahoz, a mi azért fontos, mert ezáltal a falat habszerű tömeggé válik s ennek következtében a gége és garat megvan minden sértések ellen véve, a mi pedig nagyon könnyen megtörténhetnék, mert a garatnak a nyelésnél, hogy az szabályszerűen menjen végbe, egészen körül kell a falatot fogni.

A szájüregben a falat felaprózásánál a főszerepet, a rágást, a fogak végzik, és pedig részint szétmetszés, részint szétmorzsolás, részint meg őrlési mivelet az, a melyet azok rágás közben végbe visznek. A rágás mivelete már a falat felaprózása tekintetében is felette fontos, hogy t. i. az minél tökéletesebben menjen végbe, miért is legelső kellék e részben az, hogy azon eszközök, a melyek segélyével ezt végbe viszük, a fogak, épek, egészségesek legyenek, mert már maga a hiányos felaprózása a szilárd anyagoknak, zavarólaghat a nyelésnél, de még inkább zavarólag hat az, a tápanyagok megemésztésére, ami annál tökéletesebben mehet végbe, minél apróbbra vannak azok rágva. Azért is, a kinek fogzata bármi oknál fogva hiányos, igyekezzem azt műfogak betétele által is pótolni, hogy a rágási miveletet minél tökéletesebben végezhesse, mert a tápszerek hiányos megrágásának vagy hiányos táplálkozás, vagy a gyomor emésztésének a megromlása szokott a következése lenni.

Miért is a fogak gondozása igen nagy figyelmet érdemel. Legelőször is ne harapjunk azokkal oly kemény tárgyakat, a melyek által azokat erőművi sértéseknek tehetjük ki, pl. diót, mogyorót, csontot stb. Továbbá nem szabad azt sem gyors hőváltozásnak, sem nagy meleg vagy hideg behatásának ki tenni, mert ez által azok zománca könnyen megreped s ennek folytán aztán a fog megromlik, megodvasodik. Azért se túl hideg, se túl meleg eledeleket ne éljünk, ami egyuttal még, a jelenleg annyira elterjedt gyomorbetegségeknek is egyik főokát képezi. Kerülni kell még az igen savanyu eledeleket is, melyek a fogak mésztartalmát támadják meg. Ésvégre, hogy azok semmiféle eledellel hosszabb érintkezésbe ne maradjanak, azokat minden étkezés után ki kell langyos vízzel öblögetni, mosni, és pedig nem túlságos kemény fogkefe segítségével, s a netán a fogak közé szorult étel darabokat meg, melyeket a fogkefe onnét ki nem vesz, soha mással ne piszkáljunk ki, mint fafogpiszkálóval. A húsvesznek is egyik főhátránya a fogakra nézve épen az, hogy a hús rostok olyan könnyen megfészkelődnek a fogak között, s vagy erősebb kipiszkálást követelnek, ami nagy ártalmára van a fogaknak, vagy pedig ott maradványok, igen hamar rothadásba mennek, s a rothadó hús a fogakat megtámadja.

A nyálnak az emésztésnél való szerepéről s magáról az emésztés tulajdonképeni folyamatáról a jövő számban szövellünk.

A hidegviznek különböző alkalmazása szerint való különböző hatása az emberi testre.

Mily hatása van a hidegviznek az emberi testre általában? Hogyan hat a testre és hol van helyén a lázesillapító félfürdő, s miként kell azt alkalmazni? Holvan helyén az izgató vagyis a láz előidéző félfürdő s miként kell azt alkalmazni?

Ha az emberi testet, megfelelő ruházat nélkül, hosszabb ideig nagyhideg éri, ennek annál fogva, mert az a test melegét teljesen felemészti, a szervezetre ölé hatása van, ha ellenben a hideg kisebb fokának és csak rövidebb ideig van kitéve a test, az esetben a hideg a testmelegét csupán bizonyos fokra leszállítja, de a mit a szervezet, a vérnek, a lehütött testrészhöz azonnal nagyobb mérvben való odavezetése által ismét kiegyenlíteni törekszik.

A hidegnek első hatása tehát, a hidegbehatásának kitétt testrésze, a vérnek a test felületéről való visszazoritása, míg viszont a szervezetnek v i s z s a h a t á s a, a lehütött testrészhöz, — amint az a hideg további behatása alól elvonatott, — erősebb felmelegítésében nyilvánul. Ha tehát valamely testrészt, a test többi részénél, rövid ideig tartó lehütéseknek gyakrabban kitésszük, ez által azt érzük el, hogy a vér ezen rövid időre gyakrabban lehütött testrészhöz felé sokkal nagyobb erővel s nagyobb mennyiségben fog áramlani, mint pedig a test többi részéhez, és ha amaz időközönkénti lehütését valamely testrészhöz hosszabb ideig gyakoroljuk, az illető testrészhöz a

vérnek ezen gyakori nagyobb mérvű odatolulása által a többi testrésznél állandóan sokkal erősebben fog felmelegíteni és egyszersmind tápláltatni is.

Ebből láthatjuk, hogy a hideg vízben egy teljesen biztos eszközt birunk a vérkeringésnek tetszés szerinti szabályozására, s hogy amely testrészt a hideg behatásának, leggyakrabban s leginkább kitesszük, a szervezetnek ereje, — (a vér és a melegség) — útját legfőképen arra veszi.

Ha mármost azt kérdi valaki, hogy a hideg behatására a szervezetben létrejött visszhatást mi idézi elő a szervezetben? — az élettanban e kérdésre azon feleletet találja: hogy: az, a hideg által az idegekre gyakorolt ingernek a szüleménye.

Ugyanis az állati és emberi szervezetben az idegrendszer valóságos távirda szerű hálózatot képez, a mely, míg egyrésztől a kívülről jövő behatásokat átveszi, s az agyhoz vezet, addig másrésztől viszont ismét a szükséges intézkedések is ismét általa küldetnek szét a szervezetben, — természetesen az idegrendszer által idéztetik tehát elő, amaz a testben a hideg behatása folytán létrejövő visszhatás is, míg az idegeknek összetevékenysége, amennyire azt eddig ismerjük, villanyossági erőn alapul.

Ezeket átalánosságban előre bocsátva, miután a vizgyógyápolás iránti bizalom terjesztésén kívül e lapoknak feladatául tekintjük azt is, hogy t. olvasóink közül lehetőleg mindenki képes legyen, főleg a gyors segílyt igénylő heveny bajokban legalább az első segílyt, aminek alkalmazása vagy elmulasztása oly gyakran élet-halál fölött hátoroz — megadni, a következőkben részletesen ismertetni kívánjuk, hogy: a vizgyógyápolási miveletek miféle neme, mi célból, mi módon alkalmazandó? mint a mely ismeretek kapcsolatban az egyes kezelések mikénti hatásának ismeretével, mintegy kulcsát képezik, az egyes kóreset leírásokban ismertetett gyógyápolásnak, adandó eseteknél, helyes és ezért sikerrel való alkalmazásának.

I. Félfürdők. Félfürdőnek azon vizgyógyápolási miveletet nevezzük, midőn a beteg egy fürdő kádban csupán 12—15. cm. magasságu vízbe belé ültetve, egy vagy két fürdető egyén által abban, egyes testrészeinek folytonos locsolása, dörzsölése közben, lemosatik. A félfürdők a vizgyógyápolásban kétféle módon alkalmaztatnak, a) mint lázcsillapító félfürdők, és b) mint izgató vagyis mint lázelőidéző félfürdők.

1) **A lázcsillapító félfürdők,** minden heveny bajban, midőn tudniillik lázat és gyulladást csillapítani s a vért és forróságot a nemesebb szervekről a végtagokra szükséges elvezetni, igen fontos szerepet játszik.

A láz nem egyéb, mint a vérnek a hajszál-edényekben, különösen a testünket fedő bőr hajszál edényeiben való fokozott elégése, élenyülése.

Előáll az: ha kórányagok jutnak a vérkörbe s azok ott az idegrendszerrel jönnek érintkezésbe s ezt felizgatják, jutottak legyen azok a vérkörbe, akár a levegőből, (ragályanyagok) akár a tápszerekből, akár más bármi úton. A mikor is a felizgatott idegrendszer, vagy közvetlenül az egész vérrendszer felizgatása, vagy csupán a tüdőket mozgásban hozó izmok élénkebb működésre való ingerlése, vagy mindkettő összhatása által, egyrészt a vérkeringés gyorsítását, másrészt a légzés élénkítését és így nagyobb mennyiségű élénynak a felvételét idézi elő, s ezáltal a vérnek a hajszáledényekben való élénkebb élenyítésére hat. Minél több kórányag jutott a vérbe, annál erősebb a láz és ezzel annál magasabb hőfokot ér el a test melege is, mely a rendes $29\frac{1}{2}$ fokon felül $2\frac{1}{2}$ —4 R. fokig is emelkedhetik. A lázat tehát igaz, hogy egy oldalról mint a beteg kórányagokkal terhelt vérének tisztítására rendelt életfolyamatot tekinthetjük, de mivel annak kiterjedését, erejét, miután az mindig a vérben előjövő kórányagok minőségétől s mennyiségétől függ, előre látni nem lehet, annál fogva lefolyásának is teljesen szabad menetet engedni nem szabad, hanem mindig ellenőrizni kell, mert ha a túlságos erős elégsi, túlélénk élenyülési folyamat által létrehozott és természetesen a vérrel is közölt melegség, a vérnek rendes melegségi fokát, mely a gyermekkorban 30. R. később $29\frac{1}{2}$ R. s az öregkorban 26 R. fok szokott lenni, több fokkal felemeli, akkor az idegrendszer egyideig csak el képes azt tűrni, de miután az már különben is a vérben található kórányagok által is izgatott állapotban van, ha a láz igen magas fokra emelkedik, az az idegrendszer ellentállási erejét végre is megtöri és hűdést hoz létre. Ezért tanácsos a láz ily túlkapásának egy félfürdővel ideje korán elejét venni.

A láz csillapítására szolgáló félfürdőknél soha sem keli egész hideg vizet venni, hanem mindig mértékeltet és pedig 15—16 fokot olyanok számára, a kik a hideg vizet már megszokták s 18—20 R. fokot azoknál, a kik a hideg vizet kevésbé türik. Mig két éven alóli gyermekeknek 20 fokon alóli félfürdőt nem igen tanácsos adni, sőt gyenge gyermekeknel egész 22 fokig kell emelni annak hő fokát.

A félfürdőt mindig fürdőkádban kell elkészíteni, a mely célra abban m. e. 12—15. cm. magasságu vizet öntünk, hogy midőn a beteg abban beleül, az legfeljebb 18—20. cm. magasra emelkedjék. E célra mindig fris vizet kell használni s azt meleg viz hozzáadása által mérsékelni a kívánt fokig. Szükségesnek tartom itt megjegyezni, hogy a jelenleg a bádigosok által készített fürdőkádak vizgyógyápolási célokra nem egészen alkalmasak azért, mert fent nem eléggé szélesek és így a beteget fürdelő s dörzsölő két egyén nem férnek jól a beteghez, de meg eme jelenleg használatban lévő fürdőkádaknak az oldala is magas, a mi szintén akadályozza a fürdető egyének szabad mozgását. A mi céljainkra szolgáló fürdőkádnak fölül 140—150 cm. hosszúnak s legszélesebb részén 80 cm. szélesnek 45—50 cm. mélynek, s fenekén

120 cm. hoszúnak s legszélesebb részei 50 cm. szélesebb kell lenni. Az ily félfürdőben a betegnek egész testét két egyénnek kell folyvást locsolni s dörzsölni és különösen annak azon testrészeit, a hová a vért és forróságot a láz által kiválólag megtámadott részokról levezetni akarjuk. Ezek első sorban minden heveny bajnál a végtagok és a láz által különösen erősebben megtámadott szervek alatt fekvő testrészek, tehát a tüdőgyulladásnál az altest és a lábak, s az agyvelő gyulladásnál a törzs és a végtagok.

Ha a láz igen nagymérvű és makacs, akkor mihelyt a beteg meleg kisugárzása által a fürdőviz érezhetőleg megmelegedett, ki kell abból meríteni s hozzá annyi hideg vizet önteni, hogy az előbbi hőfokra szálljon le.

Az ily félfürdőben a beteg addig marad, míg a test lázas forrósága alább szállott, a beteg észrevehetőn elbágyadt és dideregni kezd. Midőn a beteg a félfürdőbe lép vagy belé tétetik, rendszeren hideg borzongás futja végig egész testét, a mi azonban csak mihamar elmulik, s a jelzett didergés csak később áll be. A szabály tehát az, hogy: a beteget csakis e didergés kezdetéig kell a fürdőben tartani, sőt ezt is csak akkor kell bevárni, ha a láz veszélylyel van összekötve, míg kevésbé veszélyes bajoknál elég, ha a fürdést csupán a test lehütéséig s a beteg megnyugtatóáig terjesztjük ki, a mi is, ha bekövetkezett, jele annak, hogy a testtől a félfürdővel a lázas forróságból annyi lett elvéve, hogy a test melegségének még megmaradt hőfoka többé az idegekre káros hatással nem lehet.

A lefürösztés ideje alatt a gyulladt részekre hideg borogatásokat kell alkalmazni, s a hidegebb vízzel való leöntéseknek csupán akkor van helye, midőn egy vagy más czélből erősebb idegrázkodást akarunk létrehozni, p. o. a torokgyíknál, hogy ez által a képződött álhártya kidobását idézzük elő.

Miután pedig a félfürdőt általában minden, de főleg a kütegekkel járó lázas bajoknál, eleintén a kütegeknek a bőrre hozása s később, midőn ezek már előtűntek a fájdalmak és láz csillapítása végett nedves göngyöléseknek kell követni, — a miről alább leendő szó — mihelyt a lázcsilapító félfürdőt felváltó nedves göngyölésekben a beteg, a láz újból való fokozódása következtében, nyugtalan kezd lenni, a lázcsilapító félfürdőt ismételni kell, melyből a beteg azután újra a nedves göngyölésbe jön, mely második göngyölésben azután, ha izzadás áll be, azt mind addig szabadjárára hagyjuk, a míg a beteg újból nyugtalanságot árul el, a mikor azután az — azon izzadt testtel ismét a félfürdőbe kerül. Ha ellenben a beteg a nedves göngyölésben nyugtalaná nem válik, akkor a nedves göngyölésben addig kell azt benn hagyni, míg csak az erős izzadás tart, a melynek alább szálltával azután a beteg egy 16—18 fokú félfürdőben lesz gyorsan lehütve s lemosva. Míg a félfürdő előleges begöngyölés nélkül főleg a test tulságos felhevülésének csilapítására szolgál, addig a göngyölés után alkalmazott félfürdővel, ezen kívül még az izzadás által a testből kiválasztott kórányagok

is eltávolítatnak, és épen azért egy ily göngyölés utáni félfürdő a beteg megnyugtatóására sokkal inkább hat, mert az egyszersmind a kórványok által az idegekre gyakorolt ingert is megszünteti, s ezzel az idegek újból rendes működésük kifejtésére képesítetnek.

S ezzel azt hisszük, hogy a lázesilapító félfürdővel t. olvasóink közül mindenki annyira megismerkedett, hogy ily bajokban annak alkalmazásánál, ez utasításhoz tartva magát, hibát nem követhet el, mert a lázas felhevülést, izgatottságot és az ezt kísérő nyugtalanságot, s a gyuladós testrészen érezhető szuró és égető fájdalmat, félreismerni épen oly kevésbé lehet, mint a félfürdőben beálló lehütést, lecsilapodást és didergést. S ezzel egyszersmind oda kívántunk mutatni, arra is, hogy ugy a félfürdő ismétlésénél, mint az azt követő nedves göngyölés tartamánál is, tulajdonképen mindenkor a beteg ösztönét kell irányadóul tekinteni, a ki is a félfürdőben nyert lehütés és ezzel kapcsolatos bágyadtság után nyugalomra és felmelegedésre ágyik, a mit legtökéletesebben, leggyorsabban a nedves göngyölésben ér el, míg viszont lázas forróságában ennek lehütése után eseng.

2) **Az izgató vagyis láz előidéző félfürdő.** Ezt a h e n y e l á z a k n á l szoktuk alkalmazni, melynek ismertető jeleit idősb. H a m m e r s b e r g L á s z l ó, lapunk t. főmunkatársa „L á z a k é s g y u l a d á s o k“ című cikkében e lapok 1. számának 13-ik lapján írta le. Ez állapot leggyakrabban a hagymáz (Tiphus)-féle bajoknál jön elő, a mikor is a félfürdőhöz, miután ez esetben az elálélt életerő felébresztésére, és így az idegek erős felizgatására van szükség 10—6° R. vizet kell venni, s annak a fürdőkádban 20—25 cm. magasságúnak kell lenni. A beteg fürösztését pedig addig kell folytatni, míg a henyeláz tüneteit, a feleledt életerőnek jelei nem váltják fel. A beteget két fürösztő egyének, az egész fürösztés alatt egész testén folyvást dörzsölni kell, s mihelyt a víz hőfokúnak némi emelkedését észleljük, kikell abból meríteni s hidegebb viz hozzáöntése által újból felfrissíteni, mit is legcélszerűbb úgy eszközölni, hogy a fürdő felfrissítésére használt hidegebb viz, egyuttal a beteg fejének, s hátgerinczének leöntésére szolgáljon. A betegnek a fürdőben való erős dörzsölése s eme időszakonkinti leöntés képezik az izgató félfürdő hatásának leglényegesebb feltételeit. Az ily izgató félfürdőt sem szabad azonban túl hosszúra nyújtani, nehogy a testtől az tulságosan sok meleget vegyen el, s nehogy az azt követő láz erős rohammal, veszélythozólag lépjen fel. A didergés beállta itt is legbiztosb jelül szolgál a fürösztés befejezésére.

(F o l y t a t j u k.)

A l á z a k é s g y u l a d á s o k.

Az idegláz, hagymáz (Typhus).

Hová jutott egy heves jellegű ideglázban szenvedő beteg gyógyszerekkel való orvoslás s a hideg víznek rossz alkalmazása mellett? — S mily módon sikerült azt a természet-szerű gyógymód helyes alkalmazása mellett megmenteni?

Münszter Konrád ur egy tekintélyes Kassai családnak tagja, az 1872-dik év elején ideglázba esett, melyben itteni legkeresetebb 5 orvos által gyógykezeltetett. Róla mindemellett napról napra szomorítóbb hírek hallatszottak, míg végre az orvosok a beteget, január 24-én három heti orvoslás után, egyhangulag menthetlennek nyilvánították.

Ekkor kezdődött nála, — meghívás következtében, — az én szerepem.

Az erős testalkotású 28 éves beteget eszmélet nélkül, görcsös vonaglásokban, száraz hőségben és nagy nyugtalanságban találtam.

Véleményem nyilvánítását a család számos tagja, míg a beteget megvizsgáltam s míg magamnak a baj fejlődéséről tudomást szereztem, feszülten várta.

Ezektől tudám meg, hogy az eszméletlen állapot négy nap óta tart; — hogy az orvosok a beteget a legutóbbi három napon vízzel is gyógykezelték, a mennyiben ötöt hideg nedves lepedőkbe becsavartatták s azt rendelkeztek, hogy ezekben 2—3 óráig göngy nélkül és betakaratlanul fekvé maradjon; — továbbá, hogy ezekben a beteget erővel kellett lefogni s ő ezt alig tudta egy óráig kitartani, a mire a beteg, a három körülte volt férfi sem bírván vele, felugrott és futni akart — s hogy ez így volt azonnal az első napon, és az orvosok ezen kezelés ismétlését mindamellett még a harmadik napon is elrendelték, daczára, hogy a betegnek izgatottsága folyton növekedett.

Ezen mentséget nem találó gyógykezelést azzal indokolták az orvosok, hogy a betegnek az a baja lévén, hogy nagyon erős, őt gyengíteni kell.

Midőn január 24-kén utoljára együtt voltak az orvosok a betegnél, kimondották, hogy rajta már a víz sem segíthet s az, ezen napot túl nem élheti.

Ezeknek hallatára azt nyilvánítottam, hogy nekem ellenkezőleg éppen azon körülmény, hogy a beteg sok erővel bír, adja megmentéséhez a reményt, mire délelőtt 11 órakor, hozzá is fogtam a beteg természet-szerű gyógyápolásához.

Minthogy itt a hagymáznak heves (synochalis) nemével volt dolgom, és így a felette nagy hőségnek lehütése mellett, csillapítólag is kellett hatnom, azonnal egy 20 fokú félfürdőt alkalmaztam, melyet a didergés beálltaig tehát mintegy 6—8 perczig, — az egész testnek, különösen a hátnak és végtagoknak szakadatlan erős dörzsölése, a feltestnek pedig folytonos leöntése mellett, — folytattam.

Ezt rögtön egy hideg nedves egész göngy (pokroczbani pakkolás) követte, s miután ebben a görcs hamar engedett, a test rövid idő múlva felmelegedett és mintegy két óra múlva már izzadni is kezdett: vigasztalhattam tehát a siránkozó nőt, hogy férjét megmentettnék tartom annyira, hogy azt hiszem, miképen ő már a legközelebbi napon velünk fog reggelizni, a mi aztán szóról szóra csakugyan be is következett.

Az első göngyben az izzadást mintegy egy óráig tartottam fel, mire a beteg ismét egy már hidegebb, t. i. 18 fokú félfürdőbe került, a melyben vele épen úgy bántunk el, mint az előbbiben, azon különbséggel, hogy a feltestet már most felváltva majd a kádnak vizével, majd 12 fokú hideg vízzel öntöttem le és az ekképeni fürösztést mintegy 25 perczig, vagyis addig folytattam, míg az eszmélet egészen megtért.

Reggelig csak törzs és láb göngyököt kapott a beteg, melyek egyszer megujtattak s melyekben esti 10 órától fogva reggel feléig, kevés megszakadással a beteg aludt is.

Mivel ekkor a hőség ismét nagyobb fokra hágott, s az érverés gyorsult, egy órai várakozás után ismét egész göngyöt alkalmaztam, de már most csak is a megmelegedésig, mit már $\frac{3}{4}$ óra múlva elértem.

Az erre következett 18 fokú félfürdő annyira felüditette betegünket, hogy egy félórai pihenés után ötöt egy kis pohár hideg nyers tejjel kínálhattuk meg, a mit is néhány harapás zsemlyével jóízűen elköltött, és ezzel előbbeni napon tett jóslatom beteljesedett.

Ezentul már csak erősítőleg kellett hatnunk. Az egész göngyök és félfürdők már csak egyszer adattak naponta, rövid időre, mindenkor reggel az ágy melegével, ezen kívül pedig alkalmaztattak napjában s éjjelen a törzs és láb göngyök. Az ételeket megválogattuk, de nem fukarkodtunk velök, s gondoskodtunk éjjel nappal folytonosan friss levegőről és friss ivóvizről. A felüdülés erre oly örvendetesen fejlődött, hogy a beteg gyógyápolásom 4-ik napján a szobában már feljárhatott, ötödik napon pedig már kivihettem őt sétálni, holt hírére rögtön megbetegedett s ágyba került édes atyjának látogatására. Az utczán velünk találkozó ismerősök, — a betegnek kinézése után ítélve — hinni sem akarták, hogy ő igazán beteg volt légyen.

Évek multak azóta s volt betegem folyton a legjobb jólétnek örvend.

Legközelebb egy henye (torpid) jellegű hagymáz kóresetet fogok leírni.

Kelt Kassán 1879-dik évi Május havában.

Id. Hammersberg László.

Egy munkás otthona.

(Egy New - Yorki orvos jegyzeteiből.)

Egy téli estvén már nyugodni készültem, midőn egyszerre erős csengetés jelzé, hogy: számomra még nincs vége a nap fáradalmának, s a csengetésre elősiető cseléd csak nem sokára egy embert jelentett be, aki velem beszélni ohajt.

Az előszobába kilépve, egy közép koru férfit találék ott, egyszerű bár, de tetőtől talpig igen tiszta öltözetben. Ami csak rajta volt, minden tartóságra látszott számítva lenni, de semmit sem vevék észre olyat, ami előttem állását elárulta volna.

Beszéd modora után ítélve igen tisztességes embernek látszott. Megszólítása egyszerű és rövid volt, de bizonyos nemével birt az az önbizalomnak, a mit egy egyszerű embernél különben csak igen ritkán lehet találni.

Orvos ur! — mondá — arra kérném legyen szives beteg gyermekemhez eljönni, mert ugy látszik, hogy torokgyiktól (Bräune) kell féltünk.

Én rögtön kalapom után nyultam, s emberemet sietésre serkentém, — mert ha félelme alapos, akkor nincs veszteni való idő; miután e bajnál egy óra, az élet és halál fölött határozhat, s a legközelebbi perczen már az utczán valánk és sietve haladtunk az általa jelölt irányban előre.

Utközben elmondá, hogy gyermeke délután még kün játszott, sőt estebédjét is jó étvágygyal költé el, mire aludni ment, de nem sokára rekedten és fojtó köhögéssel ébredt fel. Az eset alig engedett többé kétkednem utitársam félelmének alapos volta fölött, még inkább gyorsítottuk tehát lépteinket s csak rövid időn el is értük lakásának ajtaját.

Mind feljebb és feljebb haladtunk egész a negyedik emeletbe. A legfelsőbb emelet lépcsősora egyszerű kokushéj szönyeggel volt boritva, s fenn egy kis lámpa világita elénk, mig az ajtó előtt egy kitünő, de tartós lábszőnyeg látása lepott meg. Később látni fogja a szives olvasó, hogy miért sorolom mind ez aprólékos dolgot ily részletességgel elő.

Beléptem s benn egy elég csinos, tisztán és izléssel öltözött nő fogadott, a ki nem lehetett más, mint utitársam neje.

Fogadja orvos ur gyors megjelenéseért köszönetemet mondá e nő, a kis Vilmos — annyira meg van támadva, hogy alig képes már légzenni, s valóban a mint a mellékszobában a gyermekágyához léptem, azonnal megüté fületem ama a torokgyikot annyira jellemző zsizsikelő hang, mely a szülék keblét méltán tölti el oly nagy félelemmel.

Valóban torokgyikja van gyermekemnek? kérdé a félelemtől reszkető hangon az apa, a mint gyermeke, egy szép s erős három éves fiucska fölé hajlék.

Minden kétségen kívül, és pedig eléggé erős rohamú, felelém én, kérdve egyszersmind, hogy mióta kezdett a baj nála aggodalmat kelteni?

„Mintegy egy óra óta“ volt az apának rövid, de szilárd önuralomról tanuskodó félelete, mi közben pillantásom az anyára esett, a ki halászápadtan állott az ágy végénél.

No, az esetben, azt hiszem, hogy a baj nem oly veszélyes, biztatám az aggodó szülőket, hanem valamit minden esetre kell tennünk, van-e kéznél víz? —

E kérdésemre az apa szótlanul egy függönyhöz lépett s széthuzva azt, ott egy vízzel félig telt fürdőkádra mutatott. Ez több volt mint a mit remélni mertem, ámde nem volt idő a csodálkozásra, mert szegény gyermek erős lázban volt és folyvást mintegy kétségbe esve küszködött levegő után. Azonnal kiemeltem tehát a gyermeket jó szörderekálylyal ellátott ágyacskájából s ruhácskájától az anya segítségével megfosztva, a fürdőkádba helyezém, s mig atyja által nyaka és mellére zuhányszerűleg 3 kupa vizet önteték én és anyja kezeinkkel folyvást vízzel locsolva, erősen ledörzsöltük egész testét. Mire egy lepedővel lett letörölve s azzal addig dörzsölve, mig teste egészen kipirult, azután egy vízbe mártott s gyengén kifacsart törülközőt göngyölék dereka, s egy másik szintén vizes s hosszan összehajtottat nyaka körül, és így ellátva egy gyapot takaróba pólyázva újra vissza helyezém a kissé még mindig didergő gyermeket ágyacskájába.

A gyermek mindezt nyugodtan tűrte, mintha értette volna, hogy atyja jelenlétében semmi baja sem történhet. Mintegy 15 percz múlva erős izzadásba jött a gyermek, a minek folytán légzése teljesen szabad lett s csak nem sokára reá nyugodtan láttuk aludni szegénykét. Ezzel a veszélyen túl volt a kis beteg. Ily gyors e bajnak lefolyása és ily egyszerű módon lehet megmenteni tőle egy gyermek életet, ha ismerjük a vizgyógyápolás szabályait.

A atya aggodó tekintete erre csak mihamar ismét felderült s az anyaa arcán a boldogságot láttam felderengeni. E közben pillantásom hol az egyiket, hol a másikat érinté, s még nagyobb zavarban voltam a felett, hogy tulajdonképen miféle állásu emberekkel van dolgom. Magasabb születés, vagy előkelő nevelésnek nyomait nem láttam rajtuk, s mind e mellett mégis előkelő embereknek tündek fel előttem.

A szobában, mely véletlenül épen a hálószoza volt, többször körülnéztem magamat. Minden a legnagyobb rendet árulta el. Az ágyak egyszerűek de tiszták voltak. Az ágyakat fedő takaró legfeljebb 10 schilling (5 frt) lehetett. A fehér függönyök olcsó Muselin szövetből voltak, de oly gazdag redőzetben hullottak alá, mintha damastból lettek volna, és mily jól nézet mindez ki! — A fürdőkádat s az azt körül fogó függönyt szintén legfeljebb 10 dollárra (20 frt) lehetett becsülni. A csinos alaku pipere asztal, mely szintén egészen Muselinnel volt elfedve és alkalmasint csak fenyő fából készült, alig ha volt egy fél dolárnál drágább. Az első szobában a falon több

jól szinezett könyomatu képet is láttam, ezeknek darabja is legfeljebb 2—3 schilling lehetett, s a keret hozzájuk egy dollár. A szobák padolata olcsó szőnyeggel volt borítva, s falai világos színre festve. Szóval e lakás minden egyszerűsége mellett is oly izléssel volt berendezve, mintha egy művész keze vezette volna azt.

A gyermek álomba merültével s a felébredése után alkalmazandó fél-füldőt illetőleg a szükséges utasítást megadva, a hálószobából a nappali szobába mentünk át, melyben a fentebb említett képek s szélszerű butorokon kívül még, a kandalló mellett egy kis könyvtárt is láték, — melyre egy pillantást vetve, elég volt arra, hogy benne az angol irodalom legválogatottabb kincseit felismerjem.

A mint magunkra maradtunk, emberem azonnal az íróasztalhoz lépett s annak egy fiókjából pénzt véve elő, azon kérdéssel fordult hozzám, hogy mivel tartozik.

A mint a második emeletet is meghaladtuk, azt hívé, hogy ezzel orvosi díjamról akár előre lemondhatok, s ime e tekintetben is csalódtam, mert daczára hogy — a mint most már tökéletesen hittem — egy munkással van dolgom, nemcsak hogy azonnal fizetni akart, hanem a mint állásának megfelelően, látogatásom legelső díját kimondottam, azt azon megjegyzése. fogadta, hogy: „Engedjen meg orvos ur, de egy dollárt én kevésnek tartok, mivel gyermekem ápolása körül többet fáradozott, mintha csak egy receptet irt volna.“

„Ön munkás nemde?“ — kérdém tőle azon reményben, hogy titkáról ezzel a fátyolt fellebbentem. Mire ő mosolyogva tartotta felém tenyereit, melyek a folytonos munkának félreismerhetlen jeleit tünteték elő. Mire két dollárt nyujtott át s kért, hogy fogadjam azt tőle szívesen, de mivel — mondá — azt is látja, hogy állása iránt érdeklődöm, ha kissé maradni akarok, kíváncsiságomat e tekintetben is szívesen kielégíti.

Ez ember beszédében, modorában s minden tettében oly valami rokonszenv gerjerjesztő természetes fesztelenség mutatkozott, hogy egy perczig sem haboztam, felhívásának egész készséggel, sőt örömmel eleget tenni, — Felvilágosítását állásáról azzal kezdte, hogy egy tapét ajtót nyitott fel, melyen át egy kisebb szobába láthaték, melyben is az első pillanatra azonnal felismertem a cipész műhelyt.

Önnek egy rendkívüli munkásnak kell lenni, mondám én, miközben a bár olcsón, de csaknem fényüzéssel butorozott nappali szobáiban ujból körültekinték.

„Távrolról sem,“ — felelé ő — „napontai keresetem az egy dollárt csak kevés mulja felül, de a házi teendőkön, s a gyermek gondozásán kívül nőm is keres még annyit, hogy heti keresetünk átlaga rendszeren megüti a 8 dollárt.

„Hogyan,“ — felelém én, — „mind e kényelmet heti 8 dollár keresetből voltak önök képesek előállítani?“

„Igen uram, sőt valóban aggódnám, ha azt mind ki kellene adnunk. Mi semmivel kezdtük s e keresetből nem csak úgy élünk, a mint azt orvos ur látja, hanem néhány dollárunk már a takarékpénztárban is van.“

„S nem lenne ön oly jó, miután ez előttem csaknem hihetetlennek látszik elmondani, hogy miként vitte ezt végbe. Mert valóban kíváncsi voltam hallani azt, hogy egy cipész kinek, heti keresete 8 dollárból áll, nejjével s gyermekével hogyan képes ily kényelemben élni, és hozzá még keresetéből félre is tenni.

„Igen szívesen,“ — felelé ő, — mert ez által talán alkalmat szolgáltatok arra, hogy másokat, akik velem hasonló sorsban vannak, reá beszélhet háztartásuk ollyszerü berendezésére, mint az enyém.

Ezzel helyet foglaltunk és mialatt a gondos anya még egyszer utánna nézett gyermekének s aztán közelünkben szintén leülve varrni kezdett, — emberem elbeszélését a következőleg kezdé meg. — De ezt a jövő számra hagyjuk.

V E G Y E S E K.

27. Egy vegetarian ünnepély. Május elsején este, a bécsi (Józsefváros Floriangasse 17.) vegetarian club ünnepélyes diszebéddel lett megnyitva, mely diszebéd a következő fogásokból állott: Rizs karfiollal. — Laboda burgonyával. — Spárga. — Graham torta. — Turós lepény. — Befőzött és friss gyümölcs. — Sajt és retek vajjal. Itallul az asztalra gyümölcslé és víz volt feltéve. Az étlap alakja egy növénylevél volt. Az egyletnek 108 tagja van, és azok rendes és pártoló tagokra oszlanak. Rendes tagok azok, akik a vegetarian elvek szerint élnek, vagyis hust eledelül nem használnak, pártoló tagok pedig azok, akik a vegetarián elvek helyes voltát elismerik ugyan, de a kiknek viszonyai ez étrendtől időszakonkint való eltérésöket követelik. Fogadják ott a birodalmi fővárosban t. elvtársaink őszinte üdvözlötünket!!

28. Az élelmiszerek hamisítása

ellen. A csalások és hamisítások számtalan nemei között egy sincs oly veszedelmes, mint az élelmiszerek hamisítása; a hová ez egyszer bekap, ott mint a lépfene, ellenállhatlan erővel pusztítja maga körül a társadalmat. E bajnak kellő méltatása birta reá az angol törvényhozást azon szigorú intézkedésekre, melyek szerint az élelmiszerek hamisítói g á l y a r a b s á g g a l büntethetők, és költséget nem kimél e minden kerület számára egy közegészségügyi tisztviselő van kinevezve, kinek ha jelentés tétetik valami ily hamisításról és azt kellő erélylyel nem nyomozza, minden egyes esetért szigorú büntetésnek teszi ki magát.

29. A szeszes italok kártékony hatásáról egy egészségügyi lap ezeket mondja:

Az alkohol kártékonyága azon behatás által hozatik létre, melyet ez az idegrendszerre és a vérvegyületre gyakorol; az alkohol előidézi

a vér felbomlását és az idegrendszernek elfajulását; az alkohol megromítja azokat, a kik annak hódolnak és átokként nehezül ezeknek utódaira.

A szesz italokkal visszaélés növekvésével szaporodik az elmebeteg, gonosztevők, öngyilkosok és nyomorékok száma, fogy az egyesek és családok életidejének tartama, Angolországban azt találták, hogy az örültek fele és a gonosztevők háromnegyed része azelőtt iszákos volt. New-Yorkban a bünteteket általában véve, két harmad részben iszákos emberek hajtják végre, és valamennyi csavargó gyermek kilencz tizedrésze iszákosnak sarjadéka. Mentül nagyobb mérvben hódolnak a szülők az ivásnak, annál nyomorultabbak a gyermekek, annál inkább lepetnek meg vagy vannak fenyegetve testi és erkölcsi szenvedések által, annál kevésbé élet-és tenyésztésképesek. Az alkohol megromítja az iszákosnak és ivadékának erkölcsi jellemét, kihágásokra, durvaságokra, erőszakoskodásra ösztönöz, s míg az iszákosnál a szemtelenséget növeli, addig utódait gyávákká teszi.

A csecsemők rángörcei gyakran összefüggésben állanak anyjuk iszákossági szenvedélyével. Ha az ilyen gyermekeknek még idejekorán más, jobb tápot nyujtanak, megszűnnek a görcsök és jó ápolás mellett ismét vizatér a rendes állapot.

Minden betegség nehezebben foly le, és sokkal gyakrabban vég-

ződik halálos kimenetellel az iszákosság befolyása alatt, mint a józan mértékletesen élő embernél. Köztudomásu a cholera idejéből, hogy e betegség az iszákosok, főképen pedig a pálinkaivók közt a legnagyobb mérvben dühöngött. S Angolországban végrehajtott statisztikai felvételek azt mutatták, hogy a valószínű élettartam tesz még

	mértékleteseknél	iszákosoknál
20 éves korban	41 évet	15 évet
30 " "	33 " "	13 " "
40 " "	28 " "	11 " "
50 " "	21 " "	10 " "
60 " "	14 " "	9 " "

Mennyi mindent fejeznek ki e számok! Milyen nagy különbség az egy család belső és külső sorsára nézve, hogy annak feje, táplálója előtt 40 éves korában még 28 éve van e az életnek és tevékenységnek, vagy pedig 11 éve a sorvasztó erkölcstelen tengődésnek!

30. A trichinák és hólyagférgek statistikájához. Németországban 1876-ban 1.728.595 db sertést vizsgáltak meg a célból, valjon nincsenek-e bennök trichinák vagy hólyagférgek. H. Eilenberg „Vierteljahr schrift für gerichtliche Medicin und öffentliche Sanitätswesen“ 28-ik kötetében erre nézve közli, hogy a megvizsgált sertések közül 800 volt trichinával s 4705 db hólyagféreggel fertőzve. Aránylag legtöbb trichinás disznó Posen tartományban fordult elő, s az amerikai szalonna és disznóhus sem ment a trichináktól, mert 220 esetben fordult ezekben is trichina elő. (Term.)

É r t e s í t é s.

A mult két évi folyamból, még néhány teljes példánnyal szolgálhatunk. Füzve 4 frt.

S az idei első számtól kezdve teljes példányokra folyvást elfogadunk előfizetéseket.