

Wychodzi
pierwszego dnia
każdego miesiąca.

Adres redakcyi
i administracyi:

Lwów,
Chorążczyzna 22.
II. piętro.

PRZYJACIEL ZDROWIA

ORGAN LWOWSKIEGO TOWARZYSTWA HYGIENICZNEGO,
POŚWIĘCONY HYGIENIE LUDU I WSI.

Przedpłata
roczna:

1 korona 20 h.
1 marka 20 pf.
60 kop.

Cena
pojedynczego
egzemplarza
10 hal.

DODATEK BEZPŁATNY

**DO „PRZEWODNIKA KÓLEK ROLNICZYCH“, „PRZEGLĄDU HYGIENICZNEGO“
I „ROLNIKA“.**

**WYDAWCY: ZARZĄD GŁÓWNY TOWARZYSTWA KÓLEK ROLNICZYCH
I LWOWSKIE TOWARZYSTWO HYGIENICZNE.**

KOMITET REDAKCYJNY: Dr. S. Bernadzikowski, Dr. M. Dalkiewicz, prof. Dr. M. Grabowski, Dr. B. Kaczorowski, Dr. J. Kasperek, Dr. A. Kuhn, Dr. S. Mikołajski, Dr. J. Opieński, prof. Dr. K. Panek, doc. Dr. W. Szumowski.

Odpowiedzialny redaktor: DR. BRONISŁAW KACZOROWSKI, Lwów, Chorążczyzna 22.

Jak się objawia początek suchot?

Suchoty w pierwszych początkach można wyleczyć. Jest więc bardzo ważnem, aby początek suchot wcześniej rozpoznać a uczynić to może tylko lekarz po bardzo dokładnem zbadaniu chorego. Należy zatem każdego chorego, u którego podejrzewamy rozwijanie się suchot, do lekarza zaprowadzić a nie odkładać porady lekarskiej aż do czasu, kiedy już może być za późno na leczenie. Osobliwie wśród ludności wiejskiej są do leczenia suchot dogodniejsze o wiele warunki, niż u biednej ludności w miastach, jeżeli tylko nie zaniedba się początku choroby.

Zachodzi teraz pytanie, jak się na tem poznać, że ktoś z rodziny jest suchotami zarażony i potrzebuje już troskliwego leczenia, aby tę ciężką chorobę wcześniej opanować.

Jeden z uważnych czytelników zadał nam to pytanie i słusznie twierdzi, że pouczenie o tem ma wielkie znaczenie praktyczne. Odpowiem na to pytanie pokrótce.

Często suchoty u osób, dotychczas zdrowych, oznajmiamy się krwiotłuciem. Człowiek, który wcale nie chorował, był silnym, dobrze wyglądał, nagle po cięższej pracy albo i w czasie spoczynku, nieraz w nocy, odkrztusza nieco krwi albo nawet i większą ilość krwi przy kaszlu oddaje. Krwiotłucie wkrótce ustaje, czasem w dniach następnych się powtarza, zwłaszcza jeśli chory się nie szanuje, ale ostatecznie chory wraca do dawniejszego stanu zdrowia i dopiero po dłuższym czasie występują inne różne objawy a lekarz, teraz dopiero przywołany, oznajmia, że już jest za późno.

Trzeba więc pamiętać, że każdego chorego, u którego wystąpiło krwiotłucie, należy natychmiast przedstawić do zbadania lekarzowi, który dopiero orzeknie, czy krwiotłucie pochodzi z innych przyczyn, czy też zdradza poczynające się suchoty, lub może jest objawem już daleko posuniętego zniszczenia płuc.

W innych wypadkach kaszel suchy, w nocy się zjawiający i dłużej się utrzymujący, będzie pierwszą przestrożą, aby chorego poddać badaniu lekarskiemu, choćby się zdawało, że ten kaszel jest tylko skutkiem zmoknięcia lub przeziębienia i choćby kaszlący uważał się zresztą za zupełnie zdrowego. Lepiej nawet przy niewinnym kaszlu zasięgnąć zdania lekarza, niż przeoczyć początek suchot płucnych.

Szczególnie zaś, gdy kaszel dłużej trwający zjawia się u człowieka, którego najbliżsi krewni na suchoty zmarli, trzeba być bardzo przezornym.

Także kaszel, utrzymujący się długo u dzieci po przebyciu odry lub koklusz, a u starszych osób po zapaleniu płuc, będzie budził podejrzenie, że może łaseczniki gruźlicy w płucach się usadowiły i rozpoczynają dzieło zniszczenia.

U innych znowu osób nie bywa ani krwiotłucia ani kaszlu i nie tym osobom nie dolega, ale od pewnego czasu chudną i w oczach niszczą. Niektórzy mają nawet ochotę do jadła i tak samo, jak inni się żywią, a jednak spadają z ciała. Inni tracą apetyt, albo doznają różnych dolegliwości żołądkowych, bólów, nudności, wymiotów, albo cierpią na uporczywe rozwolnienie i tym przypadłościom błędnie przypisują swe wychudnienie.

Są znowu chorzy, którzy w pierwszych po-

62 2186/1912/4

czątkach suchot nie tracą tak szybko ciała, ale wejrzenie ich się zmienia, stają się bladymi. Ma to miejsce zwłaszcza u dorastających dziewcząt, które czasem na tę blednicę chcą się leczyć, nie wiedząc, że o wiele cięższa choroba je trawi.

Ale zdarza się i tak, że chory dobrze jeszcze wygląda, tylko od czasu do czasu doznaje duszności, zrazu przy większych wysiłkach, potem i w spoczynku.

Czasem znowu zjawiają się jako zapowiedź suchot bole w piersiach, kłucie w boku, lub nawet dłużej trwające zapalenie błony opłucnej, z którego chory do zdrowia pozornie powraca, ale po pewnym czasie, nieraz i po latach gruźlica na nowo innymi objawami się objawia.

Po największej części suchotnicy już w pierwszym okresie choroby skarżą się na ogólne osłabienie, które czasem jest jedynym pierwszym objawem, zwracającym uwagę chorych i ich rodziny.

Niekiedy chory cierpi napady zimna, czyli dreszczyki lub dreszcze, wstrząsające całym ciałem, po których następuje gorączka i poty. Ataki dreszczy i gorączki z potami mogą występować regularnie codziennie lub co drugi, albo co trzeci dzień, a chory mniema, że nabawił się febry. Albo znowu w innych wypadkach chory nie czuje dreszczów ani gorączki, a jedynie trapią go nocami poty, które mu zasnąć nie dają.

Widzicie więc, jak różne mogą być pierwsze zwiastuny i objawy suchot a im więcej takich przypadłości się połączy u tego samego chorego, tem większe zachodzi podejrzenie, że rozwijają się u niego suchoty i tem pilniej porada lekarska jest potrzebną. Lecz i każdy z tych objawów zosobna powinien już budzić troskę o chorego, zwłaszcza jeśli taki objaw widzimy u człowieka, pochodzącego z rodziny suchotniczej, albo u dziecka, które cierpiało lub jeszcze cierpi na zolży czyli szkrofle lub które przeżyło chorobę angielską czyli rachityzm, to jest miękkość kości, powodującą w pierwszych latach życia różne wykrzywienia żeber i nóg.

U takich chorych trzeba mieć się na baczności nawet wtedy, gdy lekarz po starannem badaniu jeszcze żadnych śladów suchot w piersiach nie znalazł i jeśli wspomniane wyżej objawy dalej trwają, należy znowu po pewnym czasie udać się do lekarza. Suchoty bowiem nieraz skradają się chylkiem, skrycie, nie dając z początku wyraźnych znaków w płucach i tylko powtarzane od czasu do czasu, a bardzo staranne badania lekarskie może wcześniej wysledzić tę chorobę.

Dr. Szczepan Mikołajski.

Przyczyny pryszczycy.

Pryszczica, zwana u nas do niedawna zarazą pyska i racic, a w Królestwie polskim, na Ukrainie, Podolu i Wołyniu jaszczurem, jest to choroba znana od wieków. Dawniej dopatrywano się źródeł jej powstania w zmianach po-

wietrza (wiatry, posucha i t. p.), a także w zepsutej paszy.

Dopiero w połowie poprzedniego stulecia uznano ogólnie, że wywołuje ją swoisty zarazek. Zarazka tego dotychczas nie wykryto, gdyż jest tak mały, że można go przesączyć przez najgęstszy glinowy filter, a jeszcze nie posiadamy tak silnych szkieł powiększających, aby można go pod mikroskopem zobaczyć.

Wspomnieć należy, że uczony niemiecki Dr. Siegel stwierdził w ostatnich czasach we krwi zwierząt, które świeżo zachorowały, małe okrągłe twory, które uważa za zarazki pryszczycy, lecz że inni uczeni w sprawie tej nie wypowiedzieli ostatecznego swego zdania i przeprowadzają pod tym względem dalsze doświadczenia.

Zarazek pryszczycy mieści się w największej ilości w płynie (lymfie) pęcherzy, w znacznej ilości w ślinie, w łzach, w wypływie z nosa, w mleku i w innych wydzielinach ustroju (mocz, kał) natomiast jest go mało we krwi i to najczęściej tylko w początkach choroby.

Jadowność zarazka w początkach choroby jest znaczniejsza, a po 10 dniach śliną sztuk chorych już zakażać jest trudno.

Jeśli lymfę z pęcherzy lub ślinę pozostawimy w małej ilości w naczyniu otwartem w temperaturze pokojowej, to ulega ona wyschnięciu i już po 24 godzinach traci swą jadowność. Jeżeli lymfa lub ślina znajduje się w naczyniach zamkniętych, lub tak ją rozpuścimy we wodzie, że nie może uleść wyschnięciu, to jeszcze po 3—4 miesiącach możemy nią zakażać sztuki zdrowe. Wspominam o tem dlatego, aby przekonać każdego, że światło i czyste powietrze niszczy zarazki, a że w stajniach ciemnych, wilgotnych i nie oczyszczonych po przebytej zarazie jad może się utrzymywać bardzo długo i dać powód do ponownego wybuchu choroby.

Lymfa lub ślina, ogrzana do 70°C, traci swą jadowność po 10—25 minutach, ogrzana do 100°C natychmiast. Mleko pochodzące od krów chorych, ogrzane do 70°C, traci zdolność zakażania również po 10—25 minutach.

Słabe środki dezynfekcyjne, jak roztwór 1% kwasu karbolowego, 3% sody, lub mleko wapienne, zabija zarazek w bardzo krótkim czasie.

Jeżeli mleko, pochodzące od chorych sztuk, pozostawimy w naczyniu 3—4 dni, tak, że ulegnie skwaśnieniu, to traci ono wtedy swą jadowność.

W świeżym nawozie krowim i świńskim ginie zarazek w krótkim czasie, jeżeli nawóz zostanie głęboko zakopany i przykryty ziemią a przez to, ulegnie samozagraniu.

Zaraza szerzy się rozmaitemi drogami, najczęściej wtenczas, gdy zwierzęta chore pomieszczone w jednej stajni, na jednym pastwisku, lub na targu zetkną się bezpośrednio ze sztukami zdrowymi i przeniosą na nie nieco śliny, gdyż ślina zawiera najwięcej zarazków.

Dopieroślesze znaczenie ma dla nas szerzenie

się zarazy drogą pośrednią. Stwierdzoną jest rzeczą, że zaraza może się udzielać sztukom zdrowym, także wtedy, jeżeli zetkną się one z przedmiotami zakażonymi śliną i innymi wydzielinami sztuk chorych, a więc przede wszystkim z zakażoną w ten sposób wodą, paszą, podściółką, jeżeli pędzi się je drogami, któremi pierwiej pędzono zwierzęta chore, jeżeli się je pasie na pastwiskach, zanieczyszczonych śliną i odchodami zwierząt dotkniętych chorobą, umieszcza w wagonach nieodrażonych, w których przewożono przedtem zwierzęta zarażone itp.

Z tego wynika, że największe niebezpieczeństwo rozwlekania zarazy przedstawiają bezpośrednio chore sztuki.

Szczególnem niebezpieczeństwem grozi również pojenie sztuk chorych w potokach, gdyż ślina ich bywa unoszoną z wodą płynącą, a sztuki zdrowe nawet w miejscowościach odleglejszych, pijąc taką wodę, ulegają chorobie.

Podrzedniejszą nieco rolę pod względem roznoszenia zarazy odgrywają przedmioty zakażone, t. j. surowe skóry, wełna i mleko nieprzegetowane, pochodzące od sztuk chorych, jeżeli wejdą w zetknięcie ze zwierzętami zdrowymi.

Rozwlekają również zarazę rzeźnicy, handlarze zwierząt, domokrażcy, mniśkarze, którzy z racji swego zawodu stykają się często ze zwierzętami chorem, a bezpośrednio potem wchodzi do stajni ze zdrowymi zwierzętami; to też gospodarz, dbający o zdrowie swych zwierząt domowych, nie powinien nigdy wpuszczać obcych ludzi do stajni, a zwłaszcza wtedy, gdy w okolicy panują choroby zaraźliwe.

Często zalewka zarazę nowoprzyjętą służba stajenna, którą poprzedni chlebobdawca mógł używać do obsługi zwierząt chorych, to też zanim puści się do stajni nowego sługę, czy to dozorcę obory, czy to parobka, czy dojarke, należy stwierdzić, czy nie stykali się oni ze zwierzętami chorem, a jeśli tak, to wpuścić ich do stajni dopiero wtedy, gdy dokładnie oczyszczą swe obuwie, wypiorą, wygotują lub wymoczą w ługu odzienie, a zdezynfekcyonują 3% roztworem kwasu karbolowego twarz i ręce. Również i własną służbę należy pouczyć w czasie panującej zarazy, aby nie wchodziła pod żadnym pozorem do stajni zapowietrzonych, gdyż na odzieniu i obuwiu może roznosić zarazki.

W miejscowości zapowietrzonej szerzy się zaraza także za pośrednictwem wałęsających się świń, psów, kotów, królików i drobiu, które cząstki zakażonych odpadków zwierzęcych, a więc nawozu, paszy, i t. p. mogą przenosić na swych łapkach i ciele do obejść i stajni dotychczas wolnych od zarazy.

Cieleta zarażają się najczęściej przez ssanie lub picie mleka pochodzącego od chorych krów.

Czasami szerzy się zaraza w sposób dla nas niewyjaśniony, pojawiając się nagle w okolicach od pierwotnego ogniska choroby dosyć odległych. Dawniej sądzono, że jad unosi się w powietrzu

i przypuszczano, że może tą drogą rozszerzać zarazę, jednak najnowsze doświadczenia wykazały, że powietrze gra w tym wypadku bardzo podrzędną rolę i że tylko wyjątkowo w czasie przesycenia powietrza znaczną ilością pary wodnej (wilgoci) i w czasie silnych wiatrów może się zaraza roznosić tą drogą i to tylko na niezbyt wielkiej przestrzeni. Zawsze więc w czasie pojawienia się zarazy należy zbadać szczegółowo drogę, którą się ona do nas dostała, aby mieć naukę na przyszłość, a jeśli badanie to skuteczni się dokładnie, prawie z reguły znajdzie się nitkę, przy pomocy której powoli dojdzie się do kłębka, t. j. do miejsca, z którego zaraza wzięła swój początek.

Chorobie ulega najłatwiej bydło rogate, nieco trudniej świnie, owce, kozy, bawoły i dziczyzna, wyjątkowo zaś także konie, psy i koty, wreszcie jak widzieliśmy, dość często ludzie.

Ogólnie wiadomo, że istnieje wiele zakaźnych chorób ludzkich i zwierzęcych (n. p. ospa po przebyciu których człowiek, lub zwierzę nabywa odporności trwającej krótszy, lub dłuższy czas, i że w tym okresie czasu osobniki takie tej samej chorobie nie ulegają. Przychodzi do takich chorób nie należy, albowiem stwierdzono, że odporność po jej przebyciu trwa bardzo krótko, zwierzę ozdrowiałe w przeciągu już kilkunastu następnych dni może ponownie zachorować, a co więcej choroba ma wtedy często przebieg złośliwszy i niepomysłniejszy.

Dalszy ciąg tej pogadanki odłożymy do następnego numeru „Przyjaciela zdrowia“.

O odporności na choroby zaraźliwe i skłonności do nich.

W pierwszym numerze „Przyjaciela zdrowia“ była umieszczona pogadanka, z której dowiedzieli się Czytelnicy, z kąd się biorą choroby zaraźliwe. Dziś chcę powiedzieć o tem, jakto się dziać może że nie wszyscy chorobie ulegają, podczas panowania zarazy. Sprawa ta wymaga wyjaśnienia, bo niejednen z Czytelników zauważył może nieraz, że gdy pojawi się w jakiej miejscowości tyfus albo szkarlatyna, odra itp. nie wszyscy przecie na tę chorobę zapadają. Można nawet zauważyć, że gdy która z tych chorób drugi raz do wsi zawita to nie tylko ci, którzy poprzednio chorowali nie zachorują, ale że niektórzy ludzie i przy tej drugiej epidemii są od choroby wolni. Z tego też wnoszą ludzie nieuczeni, że niema żadnych chorób zaraźliwych a nieraz nawet słyszeć można takie rozumowanie: „E gdzie tam ta choroba jest zaraźliwa, bo bym i ja zachorowała“ — mówi do lekarza matka — „a ja przecie zdrowa, choć koło wszystkich w domu chodzę.“ — Otóż nauka wykazała, że po przebyciu niektórych chorób, jak np. szkarlatyny, tyfusu i wielu innych jest człowiek albo na całe życie albo na pewien prze-

ciąg czasu ochroniony od ponownego zachorowania. Dalej wykazała nauka, że między ludźmi są tacy, którzy są skłonni do wielu chorób, ale są znowu tacy, którzy nie są skłonni. Bywa tak na przykład w chorobie szkarlatynie, gdzie na nią w niektórych rodzinach zachorowania się nie przytrafiają; co więcej, taka skłonność do chorób lub niesклонność odnosi się nawet do całych szczepów ludzkich. Podobnie jest i u zwierząt. Wiemy, że niektóre gatunki zwierząt dostają łatwo pewnych chorób stadnych, jak np. bydło rogate choroby pyskowej (pryszczycy), na którą konie nie zapadają, krowy rasy szwajcarskiej są znacznie skłonniejsze do choroby zwanej perlicą (u człowieka suchoty) aniżeli nasze bydło krajowe. Na węglik nie chorują wcale psy, szczury i ptaki a u krów, owiec i koni jest ta choroba częstą. Otóż to wszystko polega na tak zwanej skłonności do chorób i odporności na choroby.

Właśnie nauka bada w jaki sposób możnaby ludzi i zwierzęta sztucznie uodpornić na choroby zaraźliwe tj. ochronić przed zakażeniem. Że to się już w wielu chorobach udało, mamy przykład na ospie, od której chroni już na całym świecie należyte szczepienie. Od wścieklizny chroni nas również szczepienie osłabionego jadu. Podczas dżumy czyli moru można pielęgnowanych i dozorców chorych przez szczepienie ochronić na pewien czas od tej strasznej choroby.

Że szczepienie osłabionego zarazka chorobowego chroni zwierzęta od zarażenia się zarazkiem jadownym, udowodnił wielki uczony lekarz francuski Pasteur (czytaj Paster) na chorobie zwanej węglikiem albo karbunkiem. Otóż szczepił on zwierzętom osłabiony zarazek węglika i w ten sposób chronił je od zarażenia się. Wziął on 50 baranów i z tych 25 baranom zaszczepił taki osłabiony zarazek — drugim 25 baranom nic nie zaszczepił. Gdy po kilku dniach pokazało się, że wszystkie barany są zdrowe, zaszczepił wszystkim 50 baranom jadowne zarazki węglika. Po kilku dniach już spostrzegł Pasteur, że te wszystkie 25 baranów, którym poprzednio szczepił zarazek osłabiony, były zdrowe — drugich 25 baranów nieszczepionych padło na węglik. Z tego wynika, że te ostatnie barany nie były odporne na węglik i musiały zginąć. To doświadczenie pokazuje więc dowodnie, że można ochronić się przed chorobami zakaźnymi przez szczepienie osłabionych zarazków tych chorób. Wtedy mówimy, że jest odporność sztuczna w przeciwieństwie do odporności naturalnej, która powstaje wtenczas, gdy kto raz już chorobę przeżył.

Do wielu chorób tak zwanych wysypkowych prawie wszyscy są skłonni. Wiemy bowiem, że gdy odra (czyli kur) na wsi się pokaże, to prawie każde dziecko na nią zachoruje. Że tylko dzieci zazwyczaj chorują, to dowodzi tylko tego, że starsi przez przebycie choroby w dzieciństwie na'ylili już odporności. Że tak jest, dowodzi następujące zdarzenie:

Nasi emigranci przybyli przed kilkunastu laty do Ameryki na jakąś wyspę, na której jeszcze nikt z Europy nie był. Między emigrantami były rodziny z tej wsi, gdzie w chwili wyjazdu panowała silna epidemia odry. Już w drodze niektóre dzieci zachorowały a po wyładowaniu przeniosła się w krótkim czasie choroba na wszystkich murzyńskich mieszkańców tej wyspy i to nie tylko na dzieci ale i na dorosłych. U nas w kraju, gdzie odra jest częstym gościem, starsi przebywają chorobę tę będąc dziećmi, więc są już odporni — murzyni na tej wyspie choroby tej przedtem wcale nie znali i byli do niej skłonni.

Nad temi więc wszystkimi sprawami pracują lekarze i uczeni w całym świecie, a to w tym celu, aby ludzkość ochronić przed jedną z największych jej plag tj. chorobami zakaźnymi.

Dr. Jan Opieński.

Rażenie piorunem.

Piorun jest to łączenie się elektryczności powstałej w chmurach z elektrycznością powstałą na ziemi. Łączeniu temu towarzyszy światło, które nazywamy błyskawicą i grzmot, który powoduje powietrze, poruszone nadzwyczaj szybko przebiegającą iskrą elektryczną. Łączenie się takiej elektryczności ma miejsce również między jedną a drugą chmurą. Elektryka, którą człowiek dzisiaj wyrabia we fabrykach i używa do poruszania kolei, tramwaji, do oświetlania ulic i mieszkań, do telegrafów, telefonów a nawet do gotowania potraw jest tą samą siłą, którą wywołują podczas burzy pioruny. Piorunów lekceważyć nie trzeba. Zwykle nieszczęście przychodzi niespodziewanie, a człowiek rażony już grzmotu nie słyszy i błyskawicy nie widzi. Podczas burzy więc, gdy pioruny biją, należy zachować pewne ostrożności. W izbie należy pozamykać drzwi i okna aby przeciągów nie było. Najlepiej oddalić się od okien i usiąść na środku izby, jednak nie pod lampą, która wisi na drucie lub metalowym łańcuszku. Po żelazie bowiem i innych metalach elektryczność (piorun) najłatwiej przebiega. Nie trzeba również siadać w bliskości pieców i kominów, bo po sadzy tak jak po metalach pioruny łatwo przelatują. Jeżeli kogoś burza pochwyci w polu, zapamiętaj sobie człowieku, abyś nigdy nie stawał i nie krył się pod drzewami, murami, pod brogami i kopami siana i zboża. Należy w polu unikać bliskości zwierząt i wody. Zwykle, gdy pioruny zaczynają bić, furmani aby jak najprędzej dopaść jakiejś chałupy lub karczmy, zacinają konie. Czynią jak najgorzej. Takich uciekinierów pioruny niestety bardzo często dosięgają. Najlepiej stanąć na środku drogi zdaleka od d zew i wody i przeczekać, aż burza się uspokoi. Lepiej zmoknąć do nitki, aniżeli życie stracić. Nieużywać parasola z metalową laską. Lepiej odrzucić go, gdyż łatwo może piorun sprowadzić.

Nie trzeba rażącego piorunem zakopywać w ziemi, szkoda czasu. Lepiej pozostawić go na świeżem powietrzu lub wynieść z izby, jeśli tam padło nieszczęście. Należy następnie biedaka szybko rozebrać i polewać głowę, piersi oraz całe ciało zimną wodą. Pod nos trzeba podstawić amoniak, wodę kolońską lub ocet, podeszwy zaś i łydki rozcierać szczotkami lub grubym suknem. Szybko w końcu należy zastosować sztuczne oddychanie, robione w ten sposób, jak my to w poprzednim numerze przy ratowaniu utopionych opisali. Robiąc to wszystko nie należy zapominać, że lekarz może tutaj najwięcej zdziałać i postarać się o jak najprędze przybycie tegoż.

K.

Ukąszenie przez żmiję.

Miejsce, gdzie żmija ukąsiła szybko puchnie i czerwienieje. Następnie miejsce to sinieje i żółknie, a człowiek doznaje zawrotu głowy, nudności i wielkiej trwogi. Prawie zawsze mamy ukąszenia w nogi, rzadziej w ręce. Ukąszonemu należy szybko przewiązać np. nogę powyżej miejsca ukąszenia, aby jad nie dostał się do obiegu krwi. Przewiązać można np. sznurem, krawką itd. wogóle tem, co się ma pod ręką. Jeżeli lekarstwa można mieć szybko, jeżeli apteka jest w miejscu, to trzeba jak najprędzej ranę zalać nastojem jodowym (po łacinie tinctura jodi), lub wypalić kwasem azotowym, siarkowym lub żrącym ługiem potasowym. Gdy tych środków pod ręką nie mamy, należy ranę wypalić rozpalonem żelazem. Do wnętrza dobrze jest choremu podać wódki, wina, rumu i kamfory. Naturalnie że to wszystko lepiej wykonać może lekarz, który się tego uczył, aniżeli zwykły, przygodny człowiek. Należy więc szybko postarać się o przybycie tegoż.

K.

Rozmaitości.

Od Redakcyi. Naszych Szanownych Czytelników prosimy, aby drugich zachęcali do czytania i prenumerowania Przyjaciela zdrowia. Prenumerata roczna wynosi tylko 1 K. 20 h. Zgłoszenia prenumeraty nadsłać należy na ręce redaktora Dra Bronisława Kaczorowskiego we Lwowie Chorażczyzna 22.

Skórzane fartuchy. Wiadomo, że kowale zajęci przy pracy zazwyczaj używają skórzanych fartuchów. Z przypadku, jaki wydarzył się w jednej z fabryk wynika, że przy odkuwaniu i wogóle przy pracy z przedmiotami żelaznymi robotnicy fartuchy takie przymusowo nosić powinni. Oto kowal nie mający skózanego fartucha przy rozprowadzeniu końca śruby w główkę skaleczony został w nogę odłamkiem bardzo małym

ostrego gwintu, który odprysnięty przebił ustranie i przeciął żyłę podskórną na udzie. Znaczny i gwałtowny krwotok zatamowano.

Powietrze leśne. Z spiekoty miast, z żaru słonecznego przenieść się do chłodnego, zacisznego i ocienionego lasu — co za dobrodziejstwo. Nie ma tu osłabiającej nerwy duszności. Las jest więc w gorącej porze roku najlepszym i najzdrowszym miejscem pobytu dla osób wrażliwych, słabowitych i ozdrowieńców. Ale i zażywni, otyli, pełnokrwisci znajdują tu odświeżenie i ochłodę. Wprost zbawiennie działa ciemna zieleni leśna na oczy natężone, słabe i chore. W lesie odgrywa wielką rolę parowanie wielkich mas wody z liści i uniarkowana wilgotność powietrza. Według badań naukowych wyparowuje jeden dąb z 700.000 liśćmi w okresie wegetacji od 18. maja do 25. października 120.000 kłgr. wody t. j. w 24 godzinach ogromną ilość wody do 750 litrów. Wszystkie drzewa, krzaki, mchy, paprocie i t. d. działają tu jak zbiorniki oddające powietrzu wodę wessaną z ziemi i deszczu. Wilgotność ta tworzy dobroczynny kontrast w przeciwstawieniu do powietrza na wolnych przestrzeniach wysuszającego przy oddechaniu błony śluzowe ust i nosa.

Las chroni zarazem od zmiennych prądów powietrza. Różnice temperatury dziennej i nocnej, wahania dniowe, są w lesie mniejsze niż na polu, zmiany pogody nie tak nagłe i znaczne. Właśnie ta jednostajna i więcej uregulowana ciepłota ma wielkie znaczenie dla ludzi słabych i chorych, nawet w innych porach roku, na co się jeszcze mało zwraca uwagi. W jesieni i zimie, gdy panują ostre wiatry, zwłaszcza wschodnie, przechadzki w lesie byłyby bardzo wskazane.

Znaczenie higieniczne lasu podnosi nadzwyczajną czystość powietrza, wolnego od dymu, sadzy, par i innych szkodliwych gazów zatruwających powietrze miast. Liczne gałęzie i liście działają tu jak filtry zatrzymujące pył i bakterye. Przez wiatr wzniesiony pył z gościńców, dróg odbija się od liści drzew i krzaków — a w samym lesie nie może się utworzyć żaden proch, bo wiatry wieją tu słabe, a ziemia pokryta jest wilgotnym, zbitym pokładem liści, mchu i t. d. Jak cenne jest takie powietrze wolne od pyłu i bakteryi, bogate w ozon dla naszego zdrowia, dla ludzi dotkniętych chorobami płuc i gardła. Miliony liści wytwarzają pod wpływem światła słonecznego wielkie ilości tak potrzebnego dla ludzi tlenu używając szkodliwy dla nas bezwodnik węglowy. Tak często w lecnictwie stosuje się tlen — a tymczasem przyroda podaje nam w wielkiej obfitości w lesie ten elixir życia zmieszany z różnymi olejkami eterycznymi; powietrze takie zmusza nas do głębszych oddechów, płuca się rozszerzają, siły życiowe wzmacniają, używajmy więc pobytu w lesie.

Pierwsza pomoc przy zachłyśnięciu. Radzą podnieść ręce dziecka do góry i trzymać je wyprostowane w tej pozycji; skutkiem tego roz-

szerza się klatka piersiowa i przypadłość ustępuje.

Śmiertelność w Europie. Pośród normalnych warunków umiera w Europie na rok 10 do 11 milionów ludzi, mniej więcej 27 na 1000. Największą liczbę zgonów wykazuje Rosya, gdyż 35 na 1000, potem idą Węgry 30, Austria 27, Włochy i Hiszpania 26. Niemcy 25, Francya 22, Szwajcarya 21, Anglia 20, Szwecya i Norwegia tylko 17 na 1000. W Skandynawii śmiertelność pośród niemowląt w pierwszym roku życia jest także najmniejsza, wynosi bowiem 103 na 1000, w Anglii zaś 164. Potem przychodzi Francya 161, Hiszpania i Portugalia 180, Włochy 185, Szwajcarya 190, Niemcy 230, Austria i Węgry około 240, wreszcie Rosya 300 na 1000. Liczba starców 70-letnich największa jest we Francyi w stosunku do ludności wynosi 44 na 1000, potem idzie Norwegia 40, Szwecya 33, Włochy 31, Szwajcarya 30, Anglia 27, Niemcy 26, Hiszpania 24, Austria 23, Węgry 18. Przeciętny wiek ludzi w krajach Europy wykazuje małą różnicę, wynosi mianowicie 30 do 34 lat.

Książki z wypożyczalni a szerzenie się chorób. Ścisłe badania, przeprowadzone w Berlinie, przekonały, że książki w bibliotekach ludowych po dwurocznem wypożyczaniu są przepełnione jadowitymi prątkami gruźliczymi. Pomimo zdania Behringa i innych powag, że za pośrednictwem książki nikt jeszcze nie dostał gruźlicy, zarząd bibliotek ludowych postanowił niszczyć wszystkie książki po dwuletniem ich używaniu, a na książkach ma być wydrukowane ostrzeżenie, by przy przewracaniu stronic nie śliniono palców.

Deszcz a zwierzęta. Lwy, tygrysy i inne zwierzęta z rodziny kocięj boją się deszczu. Spostrzeżono po ogrodach zoologicznych, że w dnie deszczowe zwierzęta te biegają niespokojnie po klatkach, bezustannie rycząc i drząc na ciele. Dopiero nadzwyczajna dawka mleka uspokaja je, bo wtedy usypiają. Wilki zaś lubią dzień pochmurny, pluskotliwy; wtedy wyraz ich nazwaćby można niemal miłym. W dni deszczowe dozorca menażeryj itd. nie obawiają się wcale wilka, bo wówczas zwierzę ten, jakkolwiek zresztą drapieżny bardzo i napastliwy, staje się bardzo pokojowo usposobionym. I węże lubią deszcz. Małpy natomiast deszcz zasmuca; gdy ujrzą deszcz przez szyby menażeryi, zakładają łapy przednie ponad głowę i siedzą potem bez ruchu godzinami — założone łapy, to widocznie ruch instyktowny, odziedziczony po przodkach, co się nim chronili w lesie...

Walka z gruźlicą bydła w Królestwie. Specjalna komisya, powstała przy sekcji chowu bydła centr. Tow. rolniczego, przygotowuje regulamin dla walki z gruźlicą bydła, proponując szereg środków zaradczych. Między innymi ma być obowiązujące badanie kliniczne raz do roku wszystkich sztuk bydła przez wyspecjalizowanych weterynarzy. Sztuki z otwartą gruźlicą po-

winny być niezwłocznie z obory usuwane. Następnie pożądane jest: dezynfekcyja stanowisk po usunięciu sztuk chorych, bielenie obory dwa razy do roku; kilkogodzinny spacer codzienny krów, jak najdłuższe pastwisko latem.

Dla przyspieszenia wyników walki z gruźlicą zaleca się: badanie bydła za pomocą szczegółnej; cielęta do roku powinny być badane za pomocą szczepień rozpoznawczych. Obory, prowadzące walkę pod kontrolą sekcji chowu bydła, o ile się poddadzą rygorowi badań bakteriologicznych wydzielin oraz mleka, będą odznaczane na wystawach i jarmarkach, urządzanych przez sekcję chowu bydła, osobnym znakiem.

Zdrowie 1912.

Śmiertelność dzieci suchotników. Na podstawie ogromnego sztutgardzkiego materiału (18022 dzieci do VI roku, 10181 starszych do XX roku), autor stwierdza, że w razie gruźlicy matki śmiertelność dzieci w I roku jest o 4,2% wyższa niż w ogólnych tablicach śmiertelności, w II—V roku o 7%, w XVI—XX zaś o 167% za wysoka. Dzieci suchotników są więc szczególnie zagrożone w okresie dojrzewania i to z powodu gruźlicy, która u dzieci umierających w tym okresie, daje przeszło 60% z ogólnej liczby śmiertelnych wypadków, wśród ogółu zaś ludności tylko 39,4%. Porównanie śmiertelności dzieci, urodzonych na 10 i na 5 lat przed śmiercią rodziców, nie wskazuje wcale, aby miał tu znaczenie sam fakt pochodzenia od rodziców już chorych, przemawia więc przeciw wrodzonej naturze choroby. Dzieci, urodzone na krótko przed śmiercią rodziców na 3—4 lata, są w każdym razie najbardziej zagrożone; kontakt z otwartą gruźlicą rodziców zdaje się tu być miarodajnym, zgodnie z najbardziej rozpowszechnionymi poglądami.

Zdrowie 1912.

Królestwo Polskie. Gospoda dla włościan w Ciechocinku. W Ciechocinku powstała niedawno, jak wiadomo, gospoda, przeznaczona dla włościan przybywających na kuracyę. W gospodzie pomieścić się może 25 osób, w każdym z trzech sezonów. Opłata za mieszkanie i życie wynosi 50 kop. dziennie; koszty leczenia i kąpieli nie przenoszą 15 do 20 rubli. Dla pomyślnego rozwoju gospody, koniecznem jest posiadanie własnego domu i w tym celu ks. Helbich z Ciechocinka zwrócił się do Rady i przedstawicieli Kółek rolniczych, ażeby przyszyły z pomocą drogą 25-rublowych ofiar, za co Kółka będą korzystały z pewnych udogodnień przy przyjmowaniu, przez nie poleconych.

Zdrowie 1912.

Środki podniesienia mleczności. Przede wszystkim mleczność, jak też zawartość tłuszczu w mleku zależy od indywidualności każdego pojedynczego zwierzęcia i od rasy. Można jednak do pewnego stopnia potęgować mleczność krów. Bydłu mlecznemu musi się bezwarunkowo zapewnić jak największy spokój, czystość i czyste powietrze w stajni i utrzymać jego zdrowie

i energię przy pomocy odpowiedniego żywienia.

Należy unikać przede wszystkim zbyt wielkich dawek soli mlecznym krowom i obecnie, często praktykowana dawka w wysokości 50 gramów na krowę dziennie, jest stanowczo za wysoką, gdyż pobudza pragnienie zwierzęcia, działa rozwalniająco i utrudnia dostateczne wyzyskanie paszy, której znaczny procent odchodzi do nawozu. Sól powiększa ilość suchej substancji w mleku a zmniejsza zawartość tłuszczu i proteiny. Dlatego też należy dokładnie kontrolować dawki soli mlecznemu bydłu, która może wynosić na 500 kg. żywej wagi od 15 do 30 gr. dziennie, zależnie od indywidualności zwierzęcia, a szczególnie wtedy, gdy pasza jest bogatą w potas.

Dodatek 50 gr. fosforanu wapniowego, doradzany przez niektórych hodowców, działa szkodliwie, nie pobudza bowiem wcale pragnienia zwierzęcia ani nie wpływa dodatnio na produkcję mleka, ówsem przeciwnie, dotyczące doświadczenia, przeprowadzone w niemieckich stacjach doświadczalnych pod kierunkiem Dra Lipschitza, dowiodły, że fosforan wapniowy przyczynia się do znacznego zmniejszenia mleczności.

Wobec tego należy unikać wszelkich sztucznych środków podniesienia mleczności, na co wpłynąć może jedynie selekcja i racjonalna hodowla.

Maszyna do dojenia krów. P. Mc. Connel ogłosił swoje doświadczenia, przeprowadzone z maszynami do dojenia krów.

W stajni swojej, liczącej 80 mlecznych krów, poczynił odpowiednie urządzenia kosztem 4.800 mk. czyli na 1 krowę wynosił koszt urządzenia 60 mk. Prócz tego kosztu utrzymania służby wynosiły około 1.000 mk. rocznie. W pierwszych trzech miesiącach funkcjonowała maszyna nienagannie. Później jednak spadła ilość mleka znacznie, a podniosła się znacznie po zaniechaniu dojenia maszyną.

Przed sprowadzeniem maszyny dawały te krowy przeciętnie 2.754 litrów rocznie, dojeone zaś maszyną dostarczały jedynie 1.516 litrów rocznie. Po powrocie do ręcznego dojenia podniosła się znów roczna mleczność ale tylko do cyfry 2.484 l. na krowę. Maszyna więc zmniejszała mleczność o 45% i dopiero po trzech latach osiągnęła ona wysokość dawną po zupełnem zaniechaniu maszynowego dojenia.

Nie należy wprawdzie uogólniać tych wyników, jednak rezultaty te w gospodarstwie Connel'a może ostrzegą hodowców przed wprowadzeniem zagranicznych urządzeń, niedostatecznie jeszcze zbadanych.

Gazeta mleczarska, Maj 1912.

Pończochy i skarpety powinny być traktowane poważnie ze stanowiska higieny, gdyż wpływ mogą wywierać na kształt i zdrowie nogi. Z tego powodu nie powinny ulegać modzie, lecz liczyć się z wymogami higieny. Należy zwracać uwagę na ich kształt, materiał i barwę.

Ze względu na kształt pamiętać powinniśmy o tem, że stopa nie jest spiczasta, lecz posiada oś od pięty do palca wielkiego, cztery zaś palce pozostałe są na zewnątrz osi po jednej jej stronie i podczas chodu rozchodzą się swobodnie wachlarzowato. Osią tą stopa się wspiera, będąc bosą, to też wspierać się powinna, będąc obutą. Ażeby to osiągnąć, powinniśmy mieć nie tylko obuwie, ale i pończochy czy skarpety dostosowane do kształtu stopy, inaczej mówiąc koniec spiczasty skarpety wypadać powinien nie na środek stopy, lecz na koniec wielkiego palca. W rzeczywistości rzecz się ma inaczej, a następstwem tego są fakty, które utrudniają krwioobieg, przyczyniając się do tworzenia obrzmień, nagiotków i wrosniętych paznokci.

Co do materiału należy pamiętać, że pończocha, skoro ma chronić od zimna, powinna zawierać dużo powietrza, co daje się osiągnąć przez użycie materiału miękkiego i mięsistego, jak wełna lub bawełna.

Co do barwy dbać należy, by jak najłatwiej uprzytomniała nam potrzebę częstej zmiany, a więc biała lub wogóle jasna. Wbrew powszechnemu mniemaniu, że pończochy czarne mniej się brudzą, brudzą się one równie jak i białe, tylko brudu na nich nie znać, co nas w błąd wprowadza i każe nosić brudniejsze. Prócz tego barwa biała chroni lepiej od ciepła i zimna, czyni bowiem przedmiot gorszym przewodnikiem ciepła.

Nadchodzi pora spożywania nowych ziemniaków (kartofli). Przestrzegamy przed zbyt niemiernym spożywaniem tychże. Ziemniaki bowiem w okresie kiełkowania zawierają truciznę t. zw. solaninę, która wywołuje przypadłości żołądkowo-kiszkowe. Nie trzeba również nowymi ziemniakami karmić bydła i trzody z tych samych powodów.

Tak jak ziemniaki solaninę, tak szparagi zawierają w sobie truciznę »asparaginę«. Przeżywną tę jarzynę należy również spożywać umiarkowanie.

W. A. Schlossmann miał w Dreźnie odczyt o mleku dla osesków w 1904 r. W odczycie tym doszedł autor do następujących wniosków.

I. Znaczna śmiertelność sztucznie karmionych osesków zależy w pierwszym rzędzie od trudności nabycia czystego, dobrego i świeżego mleka.

II. Mleko dla dzieci musi być pod względem higienicznym bez zarzutu, t. j. winno pochodzić od krów zdrowych, ma być utrzymane czysto i dostarczane konsumentom w stanie świeżym.

III. Mleko dla dzieci nie musi pochodzić od krów, żywionych suchą karmą, żywienie bowiem wyłącznie w stajni, podawanie paszy suchej, czy też wypędzanie na pastwisko, zależy głównie od warunków miejscowych. Mleko krów żywionych karmą suchą ma mniejszą wartość odżywczą dla osesków, aniżeli mleko od krów, puszcanych na pastwisko.

IV. Co do żywienia krów, przeznaczonych do produkcji mleka dla dzieci, należy się trzymać tych samych zasad, jak dla kobiet karmiących; co im służy, jest im dozwolone, — wzbronione jest zaś to, co spowoduje u nich niestrawność.

V. Mleko dla dzieci ma wielkie znaczenie; cena jego jest jednak tak wysoka, że większa część ludności musi z tej ważnej pożywki rezygnować.

VI. Jeżeli państwo i gmina mają zamiar zapobiec nadmiernej śmiertelności ośesków, w takim razie nabywanie mleka, przeznaczonego dla karmienia niemowląt musi zostać odpowiednio zorganizowane.

VII. Organizacja musi polegać na zasadzie dobra ogólnego, nie zaś dobroczynności.

VIII. Wydawaniem mleka dla ośesków winny się zajmować specjalne zakłady, dla których należałoby wydać następujące przepisy zasadnicze:

a) w godzinach oznaczonych winni odpowiednio wykształceni lekarze udzielać bezpłatnej porady w poliklinikach i t. p. publicznych zakładach, oznaczając dla każdego dziecka oddzielnie ilość mleka, oraz domieszek;

b) wydawać dla ośesków mleko gotowe do spożycia we flaszeczkach, zawierających pojedyncze porcje, gotowe już do picia;

c) w ogólności należy pokarm dla starczyć do domów;

d) przyrządzanie mleka mieszanego winno się odbywać w odnośnym zakładzie centralnym.

IX. Koszta utrzymania takich zakładów powinien pokrywać ogół, przyczem zamożniejsi płaciliby więcej, biedniejsi mniej, a ubogim powinna gmina dostarczać mleka lub mieszanek mleka bezpłatnie. W ten sposób koszta takich zakładów opłaciłyby się sowicie, zapobiegłyby bowiem nie tylko nadmiernej śmiertelności dzieci — ale przyczyniłyby się także do wychowania odporniejszej generacji, któraby nie była ciężarem dla ludności.

X. Wszelkie konserwy mleczne należy w zasadzie odrzucić. Mleko dla niemowląt i wszelkie mieszaniny z niego sporządzone winny być zużyte najpóźniej w 30 godzin po udoju.

XI. Jako jedyny środek konserwacji mleka w przeciagu tych 30 godzin należy uważać zimno i ogrzewanie — gotowanie w pojedynczych flaszeczkach (według metody Soxletha). Im mniej zarodków dostanie się do mleka, tem łatwiej daje się ono przechować w wymienionym czasie. Aseptyka jest lepsza od antyseptyki. Rozdawanie mleka surowego winno się mieć zawsze na uwadze.

Środków chemicznych dla konserwacji mleka, któreby były niezawodne i nieszkodliwe — w obecnej chwili nauka jeszcze nie zna. Poruszony przez Behringa projekt, dodawania formaliny do mleka należy jako wprost szkodliwy stanowczo odrzucić.

XIII. Kwestya mleka dla niemowląt należy w pierwszym rzędzie do zakresu działania lekarzy, ci bowiem jedyni mają teoretyczne wiadomości i praktyczne doświadczenie na polu chorób dzieci. Również współdziałanie higienistów jest tu pożądane i wdzięczne.

III. Kongres polskich Towarzystw przeciw pijaństwu odbędzie się we Lwowie, w dniach 5 do 7. lipca r. b. — Program bardzo urozmaicony zachęca do współdziału. Komitet tego zjazdu zwraca się w ostatnim zeszycie „Wyzwolenia“ do szerokich sfer polskich z prośbą o udział. Można się przyczynić do powodzenia kongresu: 1) przez wzięcie osobistego udziału w obradach zjazdu, 2) przez zgłaszanie odczytów, 3) przez nadsyłanie przedmiotów na równoczesną wystawę przeciwalkoholową, 4) przez dostarczanie funduszy na koszt urządzenia kongresu. Adres komitetu wykonawczego: Lwów, ul. Kochanowskiego 4.

O wpływie alkoholu na śmiertelność podaje okropne cyfry Dr. Phister na podstawie spostrzeżeń, czynionych w Brazylii. Na 100 wypadków śmierci, widzi on współdział alkoholu (lata 1892—1906:)

chorych w wieku	30—40 lat	11·5 prc.
„ „ „	40—50 „	18·1 „
„ „ „	50—50 „	14·12 „
		przeciętnie 10·5 prc.

Innemi słowy: „Każdy dziesiąty umierający idzie do grobu dzięki w znacznej mierze alkoholizacji“.

Pytania i odpowiedzi.

Kół. roln. z K. Za przesłane nam dobre słowo — dziękujemy. Na zadane pytania odpowiemy w następnych numerach. Pytania te bowiem tak są ważne, że wymagają opracowania w osobnych artykułach. O artykuły te postara się w najkrótszym czasie Redakcja. Rubryka »Pytania i odpowiedzi« jest za skromną, aby w ramach tejże te kwestye wyczerpująco mogły być omówione. Prosimy więc o cierpliwość.

Treść.

Dr. Szcz. Mikołajski. Jak się objawia początek suchot? Str. 25—26. Dr. M. Dalkiewicz. Przyczyny pryszczycy. Str. 26—27. Dr. Jan Opieński. O odporności na choroby zaraźliwe i skłonności do nich. Str. 27—28. K. Rażenie piorunem. Str. 28—29. K. Ukąszenie przez żmiję. Str. 29. Rozmaitości. Str. 29—32. Pytania i odpowiedzi. Str. 32.