

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.

Przepisy Ministerium spraw wewnętrz. o zwalczaniu gruźlicy.

W swoim czasie Ministerstwo spraw wewnętrznych wydało do wszystkich władz politycznych rozporządzenie z dnia 14. lipca 1902 l. 29.949 o zwalczaniu gruźlicy, które ze względu na wielką ważność podanych w niem zarządzeń i środków zapobiegawczych i ich niezmierniej doniosłości dla dobra jednostek oraz całych rodzin jak i dla pomyślnego rozwoju całej ludności podajemy w głównych zarysach. W reskrypcie tym, na wstępie położony jest nacisk na wielkie niebezpieczeństwo, jakie zagraża ludziom zdrowym od ludzi dotkniętych gruźlicą. Choroba ta, której przyczyną są swoiste zarazki, wymaga ze względu na znaczne rozpostarcie się wielkiej baczości i obrony nieustającej ze strony społeczeństwa i władz. Według badań naukowych gruźlica jest chorobą zaraźliwą, której jednak można zapobiedz i która w pewnym okresie jest uleczalną. Zadaniem więc państwowej administracyi sanitarnej jest stosować te środki, któreby mogły zapobiedz powstawaniu i dalszemu rozszerzaniu się tej choroby. Władza sanitarna przeświadczoną jest jednak, że wydane przez nią obowiązkowe przepisy nie osiągną zamierzonego celu, jeżeli nie będą uzupełnione przez inne odpowiednie zarządzenia i środki postępowania, które władza państwowa może tylko jak najgoręcej zalecić.

Zarząd sanitarny przy zwalczaniu gruźlicy liczyć musi nietylko na poparcie podwładnych mu organów ale także na dobrowolne, pełne zrozumienie współdziałanie różnych władz, korporacyi,

inteligentniejszej ludności a szczególnie na gorliwe poparcie lekarzy zajmujących się praktyką.

Z tego punktu widzenia wychodząc wydało Ministerstwo na podstawie wniosków Najw. Rady Zdrowia w Wiedniu niżej wyszczególnione zarządzenia, wskazujące z jednej strony linie wytyczne, po których ma kroczyć cała akcyja władz politycznych i ich organów sanitarnych skierowana ku zwalczaniu gruźlicy, z drugiej strony zawierające wskazówki i środki postępowania, jakie powołanym do współdziałania czynnikom celem przeprowadzenia i zastosowania się będą zalecone.

Ogólne przepisy o zwalczaniu gruźlicy.

Ponieważ gruźlica jest chorobą wywołaną przez właściwe zarazki, a więc można się przed nią jak przed innymi chorobami ustrzedz, jej zapobiedz a nawet przy zastosowaniu odpowiedniego leczenia i stosownej pieczy w pewnych warunkach tę chorobę wyleczyć. Zakażenie następuje w przeważnej części wypadków przez drogi oddechowe a to przez wdychanie zarazków gruźliczych znajdujących się w rozpylonych cząstkach świeżych lub zaszuszonych wydalin (plwocin), dalej przez brud dostający się z zarodkami gruźlicy do nadwierzonych części skóry, wreszcie przez pożywki (mięso, mleko) pochodzące z zwierząt gruźliczych a spożywane w stanie surowym.

Co do ostatniego sposobu zakażenia, to obronę znajdujemy w ścisłym wykonywaniu oględzin bydła i mięsa, w policyi sanitarnej czuwającej nad pokarmami i napojami a wreszcie w ścisłym przestrzeganiu używania mięsa i mleka zwłaszcza niewiadomego pochodzenia tylko po należytem ugotowaniu. Zapobiedz zaś można rozszerzaniu się



gruźlicy za pomocą płwocin i innych zanieczyszczonych, zawierających zarazki gruźlicze, które gromadząc się w miejscu pobytu suchotników dostają się pod postacią pyłu do powietrza, ogólnymi środkami tylko częściowo a zwłaszcza tam, gdzie jest zapewniony ze strony władz nadzór lokalów zajmowanych przez ludzi gruźliczych. Natomiast przeprowadzenie odpowiednich środków ostrożności w lokalach prywatnych i mieszkaniach rodzinnych, w których suchotnicy są pielęgnowani przez osoby zdrowe i żyją z nimi w bezpośredniej styczności, napotkać musi na wielkie trudności. Ci współmieszkańcy suchotników, zwłaszcza dzieci bawiące się w prochu i brudzie na podłodze izb mieszkalnych albo sypialnych zajmowanych przez suchotników są w najwyższym stopniu narażone na niebezpieczeństwo zarażenia się.

Zapobiedz tem trudniej, im mniejsze mieszkanie i skąpsze środki materialne pewnej rodziny i wreszcie im mniejsze zrozumienie współmieszkańców co do potrzeby ostrożności. W takich warunkach musi lekarz swoją powagą i wpływem na chorego i otoczenie przeprowadzić wskazane środki ostrożności i skłonić takie osoby jak i samego chorego do higienicznego zachowania się.

I. ZAPOBIEGANIE.

A. Obowiązkowe zarządzenia.

a) ogólnej natury.

W każdym przypadku zachorowania na gruźlicę obowiązkiem jest pielęgniących chorego jak i samego chorego niszczenie płwocin i innych gruźliczych wydzielin (np. z wrzodów) i tem samem zapobieganie dalszemu rozpościeraniu się zarazka gruźlicy.

Dla osiągnięcia tego celu należy przestrzegać następujących środków ostrożności:

Skoro tylko lekarz ordynujący ma podejrzenie gruźlicy, powinien zarządzić badanie pod względem rozpoznawczym ważnych wydzielin. Po stwierdzeniu gruźlicy należy się starać o przydzielenie choremu osobnego pokoju do spania, w każdym razie osobnego łóżka, osobnej pościeli i bielizny, odzieży, rekwizytów do mycia i jedzenia.

Płwociny chorego mają być tak w domu jak i poza domem zbierane w osobne spluwaczki (miseczki, flaszeczki itd.), przyczem nie wolno pluć na podłogę lub do chustek. Przy kaszlu powinien chory używać według wskazówek lekarza osobnych masek, które powinien trzymać przed ustami celem zapobieżenia rozpryskiwania się płwocin.

Wszystkie te i inne przedmioty (naczynia) zanieczyszczone zakaźnikami gruźlicy mają być, o ile nie przedstawiają żadnej wartości jak np. opatrunki, które należy natychmiast spalić — poddane desinfekcyi (odrażaniu) przez wygotowanie, albo w parze albo za pomocą chemikaliów. Chustek przedstawiających jednolity kłęb nie należy szybko rozkładać — ażeby z płwocin zaschłych nie dostał się pył do powietrza i tegoż nie zanieczyścił. Zamiatanie ubikacyi, w których przebywają

osoby tuberkuliczne powinno się odbywać jedynie na mokro (za pomocą wilgotnej szmaty).

Trzepania ściepek do prochu przez okna na ulicę należy powszechnie policyjnie zakazać; takie strzepywanie powinno się odbywać w osobnych śmietnikach a śmiecie mają być spalone.

Bielizna, prześcieradła, poszewki i t. d. mają być za pomocą wygotowania w ługu sodowym albo przez włożenie na 24 godzin przed praniem do zimnego 10% roztworu mydła kresolowego odrażane.

W wypadku przeniesienia takiego chorego do szpitala, przy zmianie pomieszkania jakoteż w razie śmierci powinny być wszystkie przez niego używane przedmioty przed ponownym użyciem gruntownie oczyszczone i na słońcu wietrzone, względnie należy je odrażać; a również i mieszkanie przed ponownym zamieszkaniem ma być poddane — zwłaszcza podłoga i ściany gruntownemu oczyszczeniu i według wskazówek lekarskich ściślejszej desinfekcyi.

Do pielęgnowania chorych na gruźlicę powinno się dopuszczać tylko osoby wolne od gruźlicy lub do niej nie mające skłonności. Lekarz ordynujący powinien personalnie dozorować chorego jak i jego otoczenie pouczyć co do sposobu racjonalnego pielęgnowania i samoochrony a w szczególności żeby sobie ręce lub inne części ciała, odzież po jakimkolwiek zanieczyszczeniu wydzielinami gruźliczymi stosownym płynem desinfekcyjnym odrażali — żeby w czasie kaszlu do takich chorych się zbytecznie nie zbliżali, strzegli się przed wdychaniem baniek śluzu rozpylonych zapomocą zasłonięcia ust i nosa i wogóle największej czystości przestrzegali.

Dla osiągnięcia w walce z gruźlicą najlepszych wyników, koniecznem jest, żeby wszystkie osoby, chorzy i zdrowi ściśle i karnie stosowali się do wskazówek lekarskich i każdy powinien mieć to przeświadczenie, że każda na podłogę wypłuta cząstka płwociny jest dla niego niebezpieczną i zatem powinien się poczuwać do obowiązku temu niebezpieczeństwu zapobiedz. Nikt nie powinien pluć na podłogę i dlatego powinno się zwracać uwagę suchotnika, że pierwszymi ofiarami jego nieostrożności będą członkowie jego rodziny i najbliższe otoczenie.

A że plucie na podłogę jest nie tylko wstrętnym narowem ale także ze względu, że jest wiele między ludnością suchotników, niebezpiecznym nałogiem, to powinno się przeciw temu walczyć wszystkimi środkami. Przy pluciu na ulicach i placach publicznych prątki gruźlicze pod wpływem światła słonecznego i wysuszenia giną; gorszem jest jednak działanie w lokalach zamkniętych, przez ludzi zamieszkałych lub bardzo uczęszczanych. To złe przyzwyczajenie można będzie wykorzystać drogą wychowania, pouczenia ludności a zwłaszcza młodzieży we wszystkich szkołach i zakładach wychowawczych. Zresztą władze państwowe, autonomiczne, korporacyjne publiczne i przedsiębiorstwa mogą tam, gdzie rozciąga się ich wpływ, wy-

dać wprost zakaz plucia. Takie zakazy powinny być wydane dla kościołów, teatrów, muzeów, restauracji, lokalów zabawowych i t. d.; dalej dla kancelaryi, sal gimnastycznych, miejsc do zabaw, szpitali, sanatoryjów, zakładów dla obłąkanych, nieuleczalnych, ochroniek, domów dla ubogich, a-sylów dla dzieci, następnie w lokalach fabrycznych, w kasarniach, schroniskach nocnych, aresztach i więzieniach a w końcu w poczekalniach kolejowych, w wagonach osobowych, na parowcach pasażerskich, w tramwajach konnych i elektrycznych, omnibusach i t. d. Nieprzestrzeganie tego zakazu ma być karane.

Równocześnie starać się należy o umieszczenie w wspomnianych ubikacjach i to najlepiej w wysokości 0.9 m. nad podłogą stosownych spluwaczek, napełnionych do połowy wilgotnym materiałem desinfekcyjnym albo płynem odrażającym. Rozumie się, że treść tych naczyń po desinfekcji nie być w sposób nieszkodliwy usuniętą ewentualnie przez zmieszanie z proszkiem torfu lub trocinami spaloną, a naczynia przez wygotowanie albo też za pomocą 3% wodnego roztworu kwasu karbolowego albo 2% lysolu oczyszczone.

Jeżeli lekarz przy przeprowadzeniu tych zarządzeń natrafia na trudności, to obowiązany jest zażądać współdziałania władzy sanitarnej lokalnej albo państwowej. W szczególności obowiązany jest lekarz donieść o istnieniu gruźlicy: a) w razie śmierci tuberkulika (który to obowiązek w tym wypadku ma także oglądacze zwłok), a b) w razie zmiany mieszkania i pobytu suchotnika.

(C. d. n.)

Tyfus plamisty.

W pogadance o tyfusie brzuszny wspomniałem, że oprócz tyfusu brzusznego jest jeszcze drugi bardzo ciężki tyfus to jest plamisty. Chorobę tę nazywają także durem plamistym albo osutkowym, jest to ta sama choroba, którą, zwłaszcza dawniej nazywano tyfusem głodowym. Nazwa dur pochodzi stąd, że przy chorobie tej jest człowiek jakby odurzony z gorączki i silnego przekrwienia mózgu. Gorączka nieraz nie bardzo wysoka przy tym tyfusie powoduje już stan odurzenia. Głodowym nazywano go dlatego, że pojawia się często na wiosnę na przednówku, gdy wielu biednych ludzi na prawdę głodem osłabionych 'atwo na chorobę tę zapadało; dziś tej nazwy tyfus głodowy się nie używa, bo i tyfus brzuszny i inne choroby zakaźne łatwiej nagabują ludzi głodem wycieńczonych i osłabionych, aniżeli sytych i zdrowych.

Zarazek wywołujący tyfus plamisty nie jest jeszcze lekarzom znany — to tylko jest pewne, że jest to choroba bardzo zaraźliwa i łatwo się przenosząca z chorego na zdrowego. Dalej jest pewne, że chorobę przenoszą owady w szczególności w nieporządku i nieczysto utrzymywanych domach, żywiące się ludzką krwią wszy, pluskwy a przede wszystkim pchły. Że tak jest dowody niezbit

mamy w następujących spostrzeżeniach: 1) Chorobę rozwlekają zazwyczaj żebraki i włóczęgi, u których naturalnie mnóstwo jest w ubrań i w szlafkach robactwa. 2) Zakażenie większej ilości osób z otoczenia chorego na tyfus plamisty ma miejsce zwykle albo w przytuliskach i noclegach takich włóczęgów i żebraków albo w domach nieczystych, ciemnych źle albo wcale nieprzewietrzanych i przebudowanych. 3) Zarażenia się większej ilości osób od jednego chorego zazwyczaj nie bywa w szpitalach, gdzie chory jest wykąpany, przebrany w czystą bieliznę, ma czystą pościel i nie ma pcheł.

Tak samo rzadko bardzo zaraża się więcej osób w domach zamożniejszych i przestrzegających zasad czystości mieszkania, sprzętów, odzieży i bielizny.

Często zapadają na tyfus plamisty lekarze a co ciekawsze to to, że z pośród nich przedewszystkiem lekarze powiatowi i okregowi. Jak sobie to wytłumaczyć? Otóż właśnie tem, że oni odwiedzają chorych na tyfus plamisty w najgorszych warunkach mieszkalnych, bo na wsiach i w miasteczkach — lekarze cywilni tj. prywatni w miastach leczą chorych na tyfus bądź w szpitalach bądź w domach lepiej pod względem zdrowotnym utrzymanych. W ostatnich dniach nabawił się tej ciężkiej choroby krajowy inspektor sanitarny Dr. K. w powiecie podhajeckim w ten sposób, że podczas silnych mrozów tam bawiąc, wziął na drogę kożuch na nogi z chaty, gdzie był tyfus plamisty. Że księża, spowiadający chorych nie zarażają się znajduje właśnie wytłumaczenie w tem, że koło chorego, gdy ma przyjść ksiądz z Panem Bogiem, robi się zazwyczaj porządek, daje się czystą pościel i bieliznę, zaściela się stół czystym płótnem itp. Jak niebezpieczną chorobą jest tyfus plamisty dla lekarzy, napisałem przed kilkoma laty artykuł w Przeglądzie higienicznym*), z którego wynika, że w czasie od roku 1892 do 1904 zachorowało na tyfus plamisty 56 lekarzy, wyzdrowiało 30 a umarło 26 a to przeważnie dotyczyło lekarzy rządowych.

Śmiertelność z tyfusu plamistego jest rozmaita od 8 do 15 procent. Początek choroby jest zazwyczaj dość nagły po 2 do 3 dniach ogólnego osłabienia, bólów w krzyżach i jednorazowym najczęściej dreszczu pojawia się odrazu wysoka gorączka, ból głowy i plamki fioletowo-różowe na skórze głównie na piersiach, plecach, brzuchu, ramionach i udach. Chory jest odrazu jakoby odurzony, majaczy, często zrywa się, chce uciekać itp. Czasami przyłącza się uporczywy kaszel suchy i odleżyny na krzyżach dość wcześniej występują. Gorączka trwa 10 do 12 dni poczem następuje najczęściej nagły spadek gorączki i poty czyli tak zwane przesilenie choroby. Z tego opisu widzi czytelnik różnicę między tyfusem brzuszny a plamistym a przekona się o tem lepiej, gdy przeczyta

*) Przyczynek do statystyki chorobliwości i śmiertelności z duru osutkowego. Przegląd higieniczny. R. IV. 1905.

odnośny opis z pogadanki o tyfusie brzuszny z roku zeszłego.

Środki zapobiegające szerzeniu się choroby i służące do jej zwalczania będą właściwie takie same jak przy innych chorobach wysypkowych np. przy szkarlatynie. A więc chory musi być oddzielony od zdrowych najlepiej w osobnych szpitalach, barakach, domach izolacyjnych; dom zakaźny musi być strzeżony przez osobnego wartownika. Ludzie otaczający chorego nie mogą wydalać się z domu i stykać z innymi ludźmi a więc robotnik nie może iść do fabryki, dziecko do szkoły, wogóle mieszkańcy domu zakaźnego nie mogą iść na miejsca zebrań publicznych a więc do kościoła, czytelnik, na targi i jarmarki. Po wyzdrowieniu chorych powinna być przeprowadzona jak najściślejsza dezynfekcja taka sama jak ją opisałem przy szkarlatynie lub ospie. Dla zapobieżenia pojawienia się pierwszych wypadków choroby winny władze miejscowe gminne, zwrócić baczną uwagę na włóczęgów i żebraków co do stanu ich zdrowia i zaraz osobnym posłańcem lub telegraficznie donieść o podejrzanym wypadku. A najważniejszym środkiem ochronnym będzie czystość w mieszkaniu i czyste utrzymanie skóry i odzieży, tepienie robactwa wszelakiego! Rząd w którego ręku leży tłumienie choroby robi przez swoich lekarzy to, co do niego należy, bo płaci odszkodowanie z powodu utraty zarobku i zniszczenia rzeczy przy dezynfekcji, biednym daje utrzymanie nawet przez czas choroby — opłaca lekarzy i lekarstwa — reszta należy do społeczeństwa! Jeśli cała nasza ludność miejska i wiejska zrozumie dobrze zasady nauki o pielęgnowaniu zdrowia, to i liczba przypadków tyfusu plamistego nie tylko się zmniejszy, ale choroba ta będzie należeć do rzadkości, tak jak to jest dziś w zachodnich krajach Europy!

Dr. Jan Opieński.

Robaki.

Robaki napotykamy najczęściej u dzieci, rzadziej u dorosłych. Gdy dziecko mizernieje, ma sine obwódki pod oczami, źrenice rozszerzone, podczas snu zgrzyta ząbkami, trze nos lub dłubie w kroku, cierpi to na biegunkę, to znów na zatrzymanie stolca, uskarża się na czczość, nudności lub bóle w brzuchu koło pępka, osobiście zrana, wielkie jest wtenczas prawdopodobieństwo, że dziecko to ma robaki. Pewność jednak dopiero mamy wtedy, gdy robak ze stolcem odejdzie lub gdy pod drobnowidem stwierdzimy jaja robaków w stolcach, co nie jest wcale trudnym zabiegiem.

W ciele człowieka przydarzają się przeważnie trzy gatunki robaków, to jest: glisty, owsiki (rupie) i tasiemce (solitery).

Glisty gnieźdzące się najczęściej w jelitach cienkich, są zupełnie podobne do glisty ziemnej. Zwykle bywa ich 6—12, niekiedy je-

dnak liczba glist dochodzi 200 — 300. Glisty mogą się rozchodzić po całym przewodzie pokarmowym; gdy jedna z nich dostanie się do żołądka, powstają zwykle wymioty, którymi może być wyrzuconą na zewnątrz. Widziano jednakże gorsze przypadki, gdzie glista z gardła wsunęła się do krtani i stała się przyczyną uduszenia. Drgawki (konwulsje) u dzieci mających glisty nie bywają rzadkie i powstają skutkiem drażnienia nerwów kiszkowych.

Owsiki (rupie), są to małe, białe robaczki, na 6—15 milimetrów długie, jak nitka cienkie, z głową guziczkową, ogonem na końcu przezroczystym. Siedzibą ich jest kiszka stółcowa, którą drażniąc, wywołują dokuczliwe swędzenie.

Tasiemiec (soliter). Jestto czerw blado-żółtawy, na 2—15 metrów długi, składający się z głowy, szyi, oraz z wielkiej liczby członków, z wejścia do grubej tasiemki podobnych. Odmianą tasiemca jest tak zwany bruzdogłowiec, en jednak ma głowę większą od solitera, pojedyncze zaś członki szersze a krótsze.

Obok tych trzech gatunków robaków napotykamy jeszcze czwarty, przez nielekarzy rozeznac się nie dający. Gatunek ten stanowią włośnie (trychiny) tylko pod drobnowidem widzialne. Włośnie dostawszy się do żołądka i kiszki, przebijają ich ściany i wchodzą do mięśni, gdzie sprawiają dotkliwe bóle.

Jedzenie słodczy i mącznych potraw sprzyja bardzo zagnieżdżaniu i rozmnażaniu się glist lub owsików, spożywanie zaś mięsa ze świń węgrowatych, jako to surowej słoniny, nie dobrze ugotowanej lub uwędzonej kiełbasy, szynki daje powód do powstawania tasiemców. Włośnie wchodzą do ustroju człowieka również po spożyciu surowego, niegotowanego lub niedowiedzonego mięsa świń włosniami dotkniętych.

Dzieciom skłonny do glist nie trzeba dawać do jedzenia ziemniaków, cukierków, konserw; najlepiej żywić je rosołem, jajkami na miękko, łatwo strawnym mięsem, jarzynami, owocami. Starszym dzieciom można dawać lekką białą kawę, herbatę a do mięsa trochę musztardy, sos cebulkowy, czosnkowy lub kiszony ogórek.

Aby uchronić się od tasiemca i włośni, najlepiej nie jeść nigdy surowych wyrobów masarskich. Gorąco 80° R. niszczy zupełnie zarodki tasiemców i włośni. Rzeźnicy i kucharki pilnie baczyc winni, aby tego noża, którym kraja wieprzowinę, słoninę, kiełbasy, szynki, nigdy nie trzymali w ustach, tudzież nie krajali nim bez poprzedniego oczyszczenia innych pokarmów, osobiście tych, które już gotowanymi lub pieczonymi nie będą. Również pamiętać winny matki, aby dzieciom nie podawać surowego mięsa do jedzenia, gdyż choćby pochodziło z wołu lub cielęcia, krajane jednak w jatce tynsamem nożem, co wieprzowina, łatwo może zawierać zarodek przyszłego tasiemca lub włośnia. Chcąc się przekonać, czy osoba, skarżąca się na bóle brzu-

cha, biegunkę naprzemian z zaparciem stolca, brak łaknienia naprzemian z szalonym głodem, nudności, ślinotok, ogólne osłabienie nie ma tasiemca, najlepiej dać jej spożyć rano łyżkę osuszonych ziarenek dyni a dzieciom łyżeczkę. Skoro odejdą kawałki stolcem, niech chory bezwzględnie poradzi się lekarza.

Gdy rodzice mają bezwzględną pewność, że dziecko ma glisty, można zadać mu po 2—3 razy na dzień po cukierku na robaki, lub też 5—6 łyżek stołowych odwaru siemienia cyttworowego, biorąc łyżeczkę od kawy na ćwierć litra wody. Dzień i nów księżycy są wbrew twierdzeniu zabobonnych matek najzupełniej obojętną rzeczą, jak również gorączka i biegunka.

Jeżeli jednak środek ten zawodzi lub dziecko dostaje wymiotów, drgawek, albo w stolcu pokazują się kawałeczki tasiemca, lub po użyciu mięsa wieprzowego wystąpią bóle w członkach, pomoc lekarska jest konieczną.

Wiązanie na szyi paciorków z czosnku, podstawianie go pod nos, tak powszechnie przez publiczność używane przeciw glistom, jest zupełnie bezskutecznem i tylko drażni i niepokoi dzieci, gdy węch ich jest czuły. Daleko odpowiedniejszym byłoby jedzenie czosnku z mięsem lub bułką.

Świerzb.

Od jednego z pilnych czytelników „Przewodnika Kółek rolniczych“ i „Przyjaciela zdrowia“ otrzymaliśmy list, w którym donosi, że po wsiach bardzo wiele ludzi choruje na świerzb, mylnie przez niego również parchami zwany i prosi, aby coś bliżej o tej chorobie napisać i podać sposób, w jaki najprędzej tej choroby pozbyć się można. Czynimy zadość życzeniu naszego Szanownego Czytelnika.

Przyczyną świerzbu, choroby zaraźliwej, cechującej się dotkliwem swędzeniem skóry, jest t. zw. *świerzbowiec*. Badany pod drobnowidłem ma podobieństwo do żółwia na 0.44—0.55 długiego, a 0.31—0.37 milimetra szerokiego. Samce są o wiele mniejsze niż samice, które wkopują się do naskórka zapomocą szczęk, gdzie składają jajka w liniach prostych lub zygzakowatych, z czego powstają ważne dla rozpoznania nory, mające na końcu białawą wydatność. W nich mieszczą się świerzbowce. Ulubioną siedzibą świerzbowca są ręce między palcami, stawy łokciowe, podpasza, okolice siedzenia i nogi, osobiwie podeszwy. U dzieci napotkać go można na twarzy, piersiach i brzuchu, a nawet na głowie. Swędzenie skóry powiększa się w ciepłym łóżku, zmniejsza zaś pod wpływem zimna.

Choroba ta, jeżeli grasuje nagminnie podlega leczeniu z urzędu. Trzeba tylko chorobę zgłosić do starostwa, gdzie lekarz powiatowy przekonawszy się istotnie o chorobie, przepisze lekarstwa, które

są różnorodne i wszystkie skuteczne. Należy tylko po zastosowaniu lekarstw przez kilka dni następnych wziąć ciepłą kąpiel, zmywając ciało zwykłym mydłem. Pilnie przestrzegać należy, aby po kąpieli chory ubrał czystą bieliznę i kładł się do łóżka, w którym jest pościel zmieniona, czysta, świeżo wyprana. Bieliznę, pościel, ubrania i wogóle rzeczy, które chory podczas choroby używał należy dobrze wyprać i wygotować, aby pozostałe w bieliźnie i ubraniach żyjątka pozabijać. Jeżeli się tych ostrożności nie zrobi, zaraza będzie trwała ustawicznie i nigdy się ludzie od tejże nie uwolnią.

Najlepszym i niezawodnym środkiem ochronnym przeciw świerzbowi, parchom i różnym innym chorobom zaraźliwym jest dokładna czystość mieszkania, pościeli, bielizny, ubrania i całego ciała. Gdy tej czystości ludzie będą przestrzegali, choroby do nich rzadziej będą zaglądały.

Sposób leczenia świerzbu gdzieś indziej jeszcze przez znachorów zalecany, polegający na wysmarowaniu chorych tłuszcem i wsadzaniu ich do gorącego pieca piekarskiego, dość często śmierć z oparzenia ciała sprowadzający, jako barbarzyński i karygodny, zaniechany być winien.

O parchach napiszemy w jednym z następnych numerów.

Dr. K.

Kąć dla dzieci.

O czystości rąk.

Gdy ten napis przeczytacie, spojrzycie równocześnie, dzieci moje, na końce swoich palców u rąk, a przekonacie się, że z małymi wyjątkami nosi prawie każde z was brud za paznokciami. Cóż to jest ten brud za paznokciami?

Są to nagromadzone różne nieczystości, które, zmieszane razem, tworzą gnoik ciemnego lub brunatnego koloru. Aby gnoiku takiego nie było za paznokciami, aby paznokcie były czyste, powinniście dbać zawsze o to, aby były krótko obcięte, gdyż za paznokciami, krótko obciętymi, brud trudno się gromadzi, a gdy się nagromadzi, łatwo go usunąć. Długie paznokcie mogą nosić tylko takie osoby, które mają dużo czasu wolnego, aby je do porządku doprowadzić różnymi instrumentami. Wy na to nie macie czasu. Przypominam, że paznokcie obcinać najlepiej nożyczkami, a nigdy zębami.

Gdy powrócicie ze szkoły, gdy się grzecznie przywitacie z rodzicami i rodzeństwem, gdy na swoim miejscu położycie książki i wierzchnie ubrania, pierwszą czynność, jaką powinniście wykonać w domu, to dokładne obmycie rąk.

Dlaczego?

Zaraz wam to opowiem.

Gdy idziecie ulicą lub drogą, widzicie na chodnikach plwociny, błoto, kał. Wszystko to wysycha, miesza się z kurzem ulicznym i pozornie staje się niewidocznym. Dziewczynka lub chłopczyk

idzie rano do szkoły, śpieszy, potknie się lub któryś z kolegów popchnie go ze żartów, przewróci się i padnie rękami właśnie w to miejsce, na które niedawno ktoś napluł. Szybko podnosi się, obciera ręce o sukienkę lub mundurek i śpieszy dalej do szkoły. Po drodze obetrze ręce o nieczyste poręcze na schodach.

A w klasie? Jeżeli jest uczniów 50, to wszystkich bućków jest razem 100. Na każdym bućku przynoszą uczniowie nieczystości z ulicy i zostawiają je na podłodze. Co chwila któremuś uczniowi lub uczenicy upadnie na podłogę: to zeszyt, to książka; uczeń podnosi ją, dłonią i palcami oczyszcza z kurzu, zabierając znowu wszystkie nieczystości na swoją rękę. Podczas pauz wychodzą w wielu szkołach uczniowie i uczennice na dziedziniec; tam zwykle zabawiają się grą w piłkę. Piłka, niezłapana, upada na ziemię, często w zlew i rynsztok; powalana, dostaje się znowu do rąk dziecięcych i zanieczyszcza je. Z takimi pięknymi rączkami przychodzi dziecko do domu i wita się grzecznie z mamą. Mama, uszczęśliwiona, że widzi znowu dziecko w domu, prowadzi je do szafy lub kredensu, kładzie kromkę chleba i pyta, czym ją posmarować: masłem czy miodem? Większość oświadcza się zwykle za miodem. Mama smaruje więc chleb miodem i oddaje do rąk dziecka, które, z obawy, by mu kromka z rąk nie wypadła, wsadza swe brudne palce do miodu i zjada śniadanie.

Ponieważ miód pozostał na palcach, dziecko, nie chcąc, by się dar tak słodki zmarnował, zlizuje zwykle językiem miód z palców, zlizując równocześnie wszelkie nieczystości, przyniesione z ulicy i ze szkoły. A gdyby to dziecko umyło przedtem dokładnie rączki, gdyby później te rączki nawet do miodu włożyło i paluszki oblizało, to te rączki i te paluszki byłyby przynajmniej czyste.

W tem miejscu chciałbym pomówić o czystości rąk ze starszemi dziewczátkami, które później mają zostać dobrymi i przykładnymi gospodyniami.

Jedną z wielkich cnót każdej osoby, mającej pod sobą zarząd całego domu, jest to, aby sama była czysta i aby dbała o czystość otoczenia.

Jak przyjemnie przebywać w mieszkaniu nie raz bardzo ubożuchnem, gdzie z każdego kącika przegląda czystość, gdzie w kuchence wszystko skromniutkie, lecz czyste, gdzie sama gospośa wesóło, skromna, czyściutka. W takim domu, u takiej gospodyni, jedzenie rodzinie i domownikom lepiej smakuje, gdyż czysta gospodyni upewnia każdego swoją czystością, że wszystkie, przez nią przyrządzone potrawy, choćby najskromniejsze, są smaczne i czyste.

Inaczej bywa u gospodyni brudnej: najlepiej przyrządzone pokarmy nie chcą przejść przez gardło, gdy się widzi u niej ręce nieczyste, za paznokciami brud, suknię poplamioną i wystrzępioną, gdy ta gospośa chwali się jeszcze do tego, że to ona sama przyrządziła wszystko własnymi rękami.

Widzicie, że każda dziewczynka, nie chcąc później narazić się na zarzut brudnej i wstrętnej gospodyni, powinna już od dzieciństwa przyzwyczaić

się do porządku i czystości; szczególnie ręce powinny być u niej zawsze czyściutkie.

Czysta gospodyni nie tylko sama jest czysta, lecz wszystko, co ją otacza, musi być czyste. Czystość jest największym wrogiem różnych chorób zaraźliwych, więc kobieta czysta stoi na straży zdrowia swoich najbliższych i najdroższych; ponieważ zaś zdrowie jest największym dobrodziejstwem i skarbem człowieka, czysta gospodyni jest skarbem i szczęściem dla rodziny. O tem dziewczątka, przyszłe gospośe, powinny zawsze pamiętać.

Kiedy, właściwie ile razy na dzień powinno się myć ręce? Na to zapytanie tak wam odpowiem: ponieważ ręce powinny być zawsze czyste, więc powinno się je myć tyle razy na dzień, ile razy zachodzi tego potrzeba. Tu nie można powiedzieć n. p.: rano, w południe i wieczór; czasem, gdy się wykonuje jakąś robotę, zanieczyszczającą ręce, wypadnie umyć ręce nawet kilka razy dziennie w różnej porze; w każdym razie mycie rąk, szczególnie w miastach, gdzie są wodociągi, zajmuje tak mało czasu, że je można utrzymać bardzo łatwo w zupełnej czystości.

Pamiętajcie dzieci moje, jeżeli chcecie siebie i drugih ochronić często od bardzo niebezpiecznych chorób, myćcie zawsze podczas dnia za powrotem z ulicy do domu dokładnie wodą i mydłem ręce i płuczcie przynajmniej kilka razy dziennie wodą usta i gardło. Jeść powinno się tylko czystymi, dobrze umytemi rękami.

(Wyjątek z „Elementarza higienicznego“ Dra Bronisława Kaczorowskiego).

Rozmaitości.

Zadymianie miast. Uzdrowotnienie miast stanowi od szeregu lat jedną z poważniejszych trosk higienistów i zarządów miejskich.

Jednym z najszkodliwszych czynników zdrowia, estetyki i wygody jest zadymienie powietrza w miastach; to też stało się ono oddawna przedmiotem ożywionej dyskusji i zainteresowania zarówno szerokich kół w społeczeństwie, jak i higienistów z powołania. Plaga dymu i sadzy jest nie tylko wielką dolegliwością dla wszystkich mieszkańców, lecz i pierwszorzędną sprawą ekonomiczną. Zanieczyszczenie domów, mieszkań, ubrań i bielizny, zakopcenie i zaciemnienie atmosfery w całym mieście, a nadewszystko uszkodzenie narządów oddechowych u osobników wrażliwych, oto fatalne skutki niekompletnego spalania węgla, których zgubny wpływ odbija się przedewszystkiem na mniej i średnio zamożnej masie ludności, skazanej na całoroczne przebywanie w mieście.

Na szczęście jest owa sprawa „sadzy“ równie ważną dla konsumenta, jak dla zwykle w takich razach bezwzględniego producenta, albowiem sadze są czystym węglem, a więc zmarnowaniem i nieużytem paliwem dolegliwość więc stąd płyną-

ca dokucza zarówno wytwórcy jak i nieszczęsnemu spożywczy.

To jest przyczyna, dla której dzisiaj koleje i wielki przemysł nie szczędzą sił i pieniędzy na coraz nowe próby palenisk o bezdymnym spalaniu. Rzecz prosta, że tak jedni jak drudzy, nie byłiby się uciekali do tak kosztownej procedury, gdyby z niej nie osiągaliby korzyści materialnych.

Ale okazało się, że wielki przemysł nie jest jedynym winowajcą zadymiania miast, że natomiast główną sprawczynią tej plagi jest nieskończona liczba drobnych domowych palenisk, co się tłumaczy tem, że żadna fabryka, żadna maszynowa eksploatacja nie pali tak nieracjonalnie, jak się to dzieje dzień w dzień w każdym większym czy mniejszym mieszkaniu prywatnem. Ta sama ilość węgla, którą zużywa wielkie palenisko pod kotłem, rozdzielona na małe paleniska, daje nieskończenie większą ilość dymu i sadzy.

W ostatnich czasach zajęto się gorliwie, szczególnie w Niemczech, temi małemi paleniskami; urządzano pouczające odczyty, pisano wiele w gazetach, polecano pewne paliwa, naznaczano premii za najlepszą konstrukcję pieców i t. p.; wszystko to jednak dotychczas bardzo mało korzyści przyniosło.

Jedynie próby bezdymnego opalania mieszkań prywatnych, godne wzmianki, odbyły się we frankfurckim instytucie higienicznym i doprowadziły do bardzo pomyślnych wyników. Polegały one na wmurowaniu do pieca ogniotrwałych kamieni, przez które przechodzą kanały doprowadzające powietrze i tak ustawionych, że powietrze już ogrzane dochodzi do ognia. Jest to konstrukcja, dająca się zastosować do każdego pieca lub komina kaflowego.

Miejmy więc nadzieję, że sprawa bezdymnego ogrzewania już nie zejdzie z porządku dziennego i że znajdą się sposoby i drogi, które usuną nadmierną ilość sadzy, tak bezwzględnie osiadającej na wszystkich sprzętach, odzieży, a przedewszystkiem na naszych płucach.

Kurz i choroby z niego powstające. W życiu naszym codziennem kurz należy niewątpliwie do najnieprzyjemniejszych towarzyszy. Wywołuje on nadto cały szereg chorób płucnych, do których najprzód zaliczyć trzeba poważną klęskę społeczną: gruźlicę.

Jeżeli zadamy sobie trud zebrania cząsteczek kurzu znajdującego się w powietrzu i zbadamy je bardzo powiększającemi szklami, to z właściwości tych cząsteczek kurzu możemy wnioskować o stopniu jego niebezpieczeństwa dla błony śluzowej dróg oddechowych. Ale nie tylko postać cząsteczek kurzu jest tutaj rozstrzygającą, jest on bowiem jeszcze zakaźny i to większa jego niebezpieczeństwo. Zawiera on zarazki, z których niektóre są w wysokim stopniu niebezpieczne.

Te zarazki znajdują się prawie wszędzie w kurzu i możemy je łatwo wykazać drogą badania. Są one przyklejone do cząsteczek kurzu, jeżdżą jakby na nich.

Te cząsteczki kurzu są niebezpiecznymi dla naszego ustroju przez to, że mają ostre i śpiczaste brzegi drażniące i raniące błonę śluzową dróg oddechowych. Wrzynają się one formalnie w delikatne komórki nabłonka błony śluzowej, wywołując małe obrażenia i ranki.

Wprawdzie ustrój nasz nie jest bezbronny wobec tego szkodliwego działania kurzu, błona śluzowa bowiem naszych dróg oddechowych posiada na nabłonku delikatne rzęski, których ruch usuwa owe cząsteczki kurzu za pomocą kaszlu.

Urządzenie to może do pewnego stopnia przeszkodzić głębszemu przenikaniu kurzu, odmawia ono jednak swych usług, gdy to drażnienie błony śluzowej powtarza się często, lub też staje się stałem. Błona śluzowa odpowiada na to katarem przewlekłym, pozbawiającym ją w końcu owych ochronnych delikatnych rzęsek, staje się suchą i pokryta jest rankami.

Przez nie właśnie torują sobie te zarazki drogę do krwi i naszego ustroju, który zakażają.

Im więcej zarazków zawiera powietrze, w którym unosi się kurz, tem większe niebezpieczeństwo zakażenia.

Chodzi tutaj przedewszystkiem o zarazki gruźlicy, znajdujące się prawie wszędzie w kurzu. Dostają się one tutaj z suchej płwociny osobników gruźliczych, których wszędzie znajduje się niestety tak wiele, siódma część bowiem ludzkości całej umiera na gruźlicę. Ochrona od kurzu jest jednym z najważniejszych środków walki z gruźlicą.

Z rodzajów kurzu najniebezpieczniejsze dla organów oddechowych, są zawierające szkło i cząsteczki mineralne. Prawie wszyscy robotnicy pracujący w tej atmosferze kurzu ulegają prędzej czy później gruźlicy. A do tego dołączają się jeszcze okropne stosunki domowe: szlifierze szkła mieszkają z liczną po największej części rodziną w jednej izbie, płwociną zarażają całe otoczenie. Ten przemysł domowy potrzebuje koniecznie interwencji rządu, by można było zapobiedz rzeczywiście skutecznie szerzeniu się gruźlicy.

Większość tych robotników umiera na gruźlicę w 36-ym i 37-ym roku życia. Zaznaczyć tutaj musimy jeszcze szkodliwość kurzu ołowianego. Śmiertelność robotników, pracujących w parach ołowianych na gruźlicę, jest nadzwyczaj wysoka. Z badań prof. Izraela wynika, że zatrucia ołowiem u suchotników mają po największej części przebieg śmiertelny. Do szkodliwości wypływających z wdychania kurzu dołączają się u robotników inne jeszcze szkodliwe wyniki, jak przepracowanie, niehygieniczne mieszkania i wadliwy sposób odżywiania się, a u pewnej części nadużywanie alkoholu i przedwczesne stosunki płciowe. Musimy więc energicznie zwalczać wszelkie zanieczyszczenia powietrza, a przez to zapobiegniemy skutecznie i szerzeniu się gruźlicy.

I dla tego, gdzie to jest możliwem, należy zapobiegać rozwijaniu się kurzu, lub też źródła

jego powstawania zamknąć w ten sposób, by nie mógł dostawać się do przestrzeni, w których pracują robotnicy. Dążyć należy koniecznie do tego, by tam, gdzie kurz bardzo się rozwija, zastąpić pracę ręczną przez maszynową. Jest to jeden z najważniejszych postulatów.

Jeżeli nie możemy zapobiedz rozwijaniu się kurzu, to powinien być wessany na miejscu powstawania i wyprowadzony. Tutaj więc musimy zanieczyszczenie powietrza w miejscu powstawania usunąć w ten sposób, że prąd powietrza się obraca i unosi z sobą kurz w system wentylacyjny.

Przestrzenie, w których pracują robotnicy, powinny być widne i przestronne i zawierać dostateczną ilość powietrza dla każdego robotnika. Nadto należy dbać o systematyczne przewietrzanie, o ile gruntowne usunięcie zanieczyszczenia powietrza przez miejscową wentylację jest niemożliwe. Respiratory powinny być używane tylko w ostateczności, ponieważ wiadomo jest, że robotnicy ich bardzo niechętnie używają. Nadto, trwałe noszenie respiratorów przeszkadza prawidłowemu oddychaniu.

Inne środki zapobiegawcze przeciwko nabywaniu skłonności do gruźlicy, a które powinny być uregulowane w drodze ustawodawczej, polegają na określeniu maximum pracy, jaką może wykonywać robotnik w ciągu dnia, i zmniejszenie jej trwania dla tych pracujących, którzy są narażeni na specjalne szkodliwości, jak wdechanie kurzu. Szczególnie potrzebują ochrony młodzi robotnicy i kobiety, ponieważ młodzież usposobioną jest do zarażenia się gruźlicą, a przez kobiety ulega chorobie i przyszłe pokolenie. Złe stosunki materialne zmniejszają odporność robotnika i na zarazek gruźlicy. Należy sprzyjać zakładaniu towarzystw filantropijnych, mających na celu poprawienie mieszkań robotniczych, sposobu odżywiania się i t. d. Domy budowane dla robotników powinny być wolne od podatków. W fabrykach powinny znajdować się spluwaczki, a nowo wstępujący robotnicy powinni być badani i suchotnicy do pracy niedopuszczeni.

Skrapianie kurzu olejem skalnym. Wzrastająca liczba samochodów coraz bardziej utrudnia sprawę skrapiania kurzu na drogach, co lekarze uznają za rzecz bardzo ważną. W Ameryce od kilku lat używają oleju skalnego do skrapiania ulic. Sposób ten, aczkolwiek wydaje się nowym, bywał już stosowany w starożytnym Egipcie.

W Turanto robiono takie próby z dobrym skutkiem. Najpierw zaczęto polewać przedmieścia, do czego używano nieoczyszczonego oleju skalnego. Wyniki były tak pomyślne, że zaczęto wprowadzać ten sam system i w miastach. Drogę lub ulicę polewa się parokrotnie, z przerwami, stosownie do rodzaju drogi: jeżeli jest równą, mało uczęszczaną, wystarcza trzy polewania na trzy miesiące. Przeciwnie, jeżeli droga jest bardzo uczęszczana, zła, trzeba polewanie trzykrotnie po-

wtarzać co miesiąc. Im lepsza droga, tem słabszym powinien być rozczyń. Jeżeli droga jest pochyla, wystawiona na słońce, nafta prędzej się ulotni. Drugie skrapianie wykonuje się w 3—4 dni po pierwszym, a trzecie w tygodniu po drugim. Deszcz nie ma wpływu na naftę i ulice w ten sposób polewane schną prędzej.

Na zwykłą drogę potrzeba 1.500 gallonów (gallon=4,54 litra) na trzy skrapiania, na złą 2.000 gallonów nafty na milę angielską. Koszt wynosi 70—75 dolarów na milę. Zapach nafty ulatnia się w ciągu 3—4 godzin.

Przysięga dzieci. Ciekawy ze względu na pedagogikę amerykańską szczegół znajdujemy w jednym z ostatnich numerów „New Jork American“. Pismo to podaje tekst przysięgi, jaką przed niedawnym czasem złożyć musieli wszyscy uczniowie w szkołach Stanów Zjednoczonych. Treść tego aktu, brzmi jak następuje: „Przysięgam, że nie będę swawolnie niszczył drzew, ani kwiatów; przyrzekam uroczyście, że nie będę spluwał na podłogę tramwaju, pokoju szkolnego i wogóle jakiegokolwiek gmachu publicznego; nie będę nigdy wyrzucał papieru lub resztek jedzenia na ulicę, w parku lub w miejscu publicznem; będę zawsze względem każdego człowieka grzeczny; będę opiekował się ptakami; będę szanował cudzą własność w równej mierze, jakbym dbał o swoją; przyrzekam wreszcie być wiernym i prawym obywatelem Ojczyzny. Obok przepisów, wynikających z miłości przyrody, którą szkoła amerykańska zaszczerpie przede wszystkim w sercach dzieciennych, podsuwają praktyczni nauczyciele myśli głębsze, które w dziecku od lat najmłodszych mają wyrabiać poczucie obowiązków obywatelskich.

Spożycie kawy. Kraje, spożywające kawę, można podzielić na trzy kategorie: w jednych wypada po 3 kilo rocznie na głowę, w innych spożycie waha się między 1—3 kilo i wreszcie niżej 1 kilo.

Holandya, Szwecya, Dania, Norwegia, Belgia, Stany Zjednoczone, Szwajcarya i Niemcy spożywają na głowę przeszło 3 kilo. Holandya stoi na czele z 7359 gr., a Niemcy zamykają listę 3023 gr.

Francya z 2943 gr. stoi pomiędzy amerykańskiem pobrzeżem oceanu Spokojnego, Afryką południową brytyjską, Argentyną, Urugwajem i Austryą.

Kraje, gdzie spożycie kawy nie dosięga 1 kilo rocznie na głowę, są następujące: Australia (925 gr.), Hiszpania, Portugalia, Kanada, Włochy, Grecya, Turcya, Egipt, Trypolis, Rumunia, Anglia, Serbia, Bułgaria, Rosya (139 gr.).

Treść.

Przepisy Ministerjum spraw wewn. o zwalczaniu gruźlicy. Str. 25—27. Dr. Jan Opieński. Tyfus plamisty. Str. 27—28. Robaki. Str. 28—29. Dr. K. Świerzb. Str. 29. Kąć dla dzieci. Str. 29—30. Rozmaitości. Str. 30—32.