Брой 2. Варна, 10 Май 1886. Год. II.

«ЗДРАВИЕ» за сега излиза три пъти въ мѣсецъ: на 1-о, 10-о и 20-о число. **Цѣната** му за осемъ мѣсеца, отъ 1 Май до 20 Декемврий 1886 г., е седемъ лева въ България и осемъ лева за въ странство. — **Абонатитѣ** се адресиратъ направо до редакцията, въ гр. Варна, сѫщевременно като предплатятъ съ пощенский записъ (а не въ марки). — **Обявления** се приематъ съ плата по 30 стот. за единъ редъ петитъ.

ЗДРАВИЕ

За всѣка напечатава въ «ЗДРАВИЕ» оригинална статия редакцията плаща по петь стотинки за всѣкий редъ. — За промѣняване адресеътъ на спомоществователя се плаща 40 стотинки, безъ когато адресса не се промѣнява. Заявления за неполучванието на нѣкой брой трѣба да се правятъ *не по-късно* слѣдъ получванието на слѣдующий брой; въ противенъ случай се оставатъ безъ послѣдствие.

ОБЩЕДОСТѢПЕНЪ МЕДИЦИНСКИЙ И ХИГИЕНИЧЕСКИЙ ВѢСТНИКЪ

Per noctem ad lucem! *Отъ мракъ къмъ свѣтлина!*

СЪДЪРЖАНИЕ: *Гимнастика. Отъ Л. Галлей. — Катихизисъ за майкитѣ и дойкитѣ* (край). *Отъ д-ра Фейнина. — Домашни срѣдства за лѣкуванието на флюса. Отъ д-ра К-на. — Първа помощь въ нещастни случаи. Отъ д-ра К. Ф. Трояновский. — Гнила жаба* (прод.) *Отъ д-ра Г. М. Каменева. — Домашна аптека* (прод.). *Прев. Т. Георгиевъ.*

Гимнастиката

отъ точка зрѣние запазване на здравието.

Отъ Леонъ Галлей.

Движението съставлява живота; за да живѣемъ, трѣбва да правимъ движения.

Ако това правило се прилага на всичко, що ни окрѫжава, — на растенията и на животнитѣ, — то съ по-голѣмо право може да се приложи на человѣка, като на най-върховното сѫщество отъ създанията, който е надаренъ отъ природата не само съ физически, но и съ умствени способности, които го отличаватъ отъ другитѣ създания.

Като говоримъ за движението на живота, подразумѣва се, че человѣкъ е длъженъ да съхранява своитѣ способности въ едно здраво и читаво състояние, т. е. да ги укрѣпява и усъвършенствува.

А по кой начинъ можемъ това да достигнемъ? — Чрезъ упражнение, но чрезъ едно гармоническо и разумно упражнение. По сѫщия начинъ ний постигаме пълно развиване на умътъ и на тѣлото.

Споредъ както упражняваме умственнитѣ си способности, тъй трѣбва да упражняваме и физическитѣ, т. е. че единтѣ да се развиватъ успоредно съ другитѣ. Тѣзи двѣ нѣща, съединени гармонически, ни водятъ къмъ усъвършенствуванието на человѣческий родъ.

Съ лѣнивостьта на ума и съ бездѣйствието на тѣлото ни, не трѣбва да мислимъ, че ще постигнемъ съвършеното наслаждаване. Тихия животъ е възнаграждение единствено на дѣятелностьта.

Ако тѣлото не се упражнява съ движения, то ослабва; якостьта на мускулитѣ се намалява и сухитѣ жили изгубватъ своята еластичность (жилавость) — тъй щото липсванието на движенията въ живота влияе вредно на здравието.

Движението благоприятствува на кръвообрѫщението, а слѣдователно улеснява и стомаха при испълнението на неговата служба. А доброто смилание на храната спомага за нормалното живѣяние, тъй сѫщо, както и лесното дишание е едно отъ най-необходимитѣ дѣйствия за поддържанието на живота — отъ пърото затупване на сърдцето до послѣдьото.

Гимнастиката е много полезна за *онія* лица, които работятъ на едно мѣсто дълго време и които трѣбва да се занимаватъ умственно. Такива лица иматъ голѣма нужда отъ тѣлесни упражнения и отъ промѣнливи движения.

Колкото за занаятчиитѣ, за земледѣлцитѣ и пр., тѣ мислятъ въобще, че гимнастиката за тѣхъ е безполезна; но тѣ сѫ лъжатъ твърдѣ много. Наистина, *онія*, които искарватъ хлѣба си съ трудътъ на собственитѣ си рѫцѣ, правятъ постоянно движения; но всѣкий знае, че такива движения не ставатъ по единъ всеобщъ начинъ, понеже обикновенно само една часть отъ тѣлото

имъ бива усъвършенствувана и то въ вреда (щета) на другитѣ части.

Даже за онѣзи хора, на които върховнѣтъ съставлява единственото имъ тѣлесно движение, е доказано, че се намиратъ въ тѣхъ четири групи мускули, които иматъ силно влияние върху цѣлия животъ, но развиването на които е пренебрѣгнѣто; тѣ сѫ: мускулитѣ на рамената, на корема на гѣрдитѣ и на гърба.

Отъ десетъ вѣка насамъ сѫществува въ извѣстни мѣста на Швейцария една игра, една народна гимнастика, която, по единъ естественъ и разуменъ начинъ, благоприятствува на гармоническото и всеобщото усъвършенствуване на тѣлото. Думата ни е за бореното, за този благороденъ дуелъ (двубой), за който пѣтницитѣ се чудятъ толкова често по моравитѣ на Ементаль и Оберландъ [1]). Съединени съ тичането, хвърлянето и издиганието на камъни и пр. тѣзи превъзходни упражнения способствуватъ за развиване на едно яко и силно население. Тѣзи естественни игри, които, обаче, изискватъ извѣстна сила и пъргавость, не сѫ по-малко разумни за една твърдѣ голѣма часть отъ градското население. Гимнастиката, т. е. такива тѣлесни упражнения, които се преподаватъ и се практикуватъ въ училищата, получва отъ день на день се по-голѣмо и по-голѣмо значение.

А защо става това тъй? Защото добрѣ разбраната гимнастика докарва полза за всѣкиго, голѣмъ или малъкъ, както за слабитѣ тѣлосложения, тъй и за силнитѣ натури и даже за болнитѣ организми.

Отъ началото на нашия вѣкъ, голѣмо число просвѣтени хора сѫ работили съ ентузиазмъ за распространението на тѣлеснитѣ упражнения. Тѣхнитѣ голѣми старания и тѣхнитѣ плодовити трудове сѫ създали нѣщо пълно и съвършено, вмѣсто непълното и недостаточното, което се срѣща още тукъ-тамъ въ преподаването на гимнастиката. Ето защо гимнастиката се распространява на всѣкѫдѣ и все повече и повече се оцѣнява и уважава.

А въ какво се състои една разумна гимнастика? Въ едно безбройно количество упражнения на различнитѣ части на тѣлото. Вече дѣтето полека-лека навиква да упражнява разумно своитѣ членове, безъ никаква машина или инструменти. По късно, младия възпитанникъ срѣщне, наистина, затруднения, но неговитѣ членове, навикнѣли на свободни и пъргави упражнения, надминуватъ постепенно тѣзи затруднения, и отъ день на день се увеличаватъ силата, юначеството, присѫтствието на духа, гиздавостьта и лекостьта на тѣлото му. Вмѣсто да се упражнява съ различни желѣзни и дървени нѣща, по добрѣ е да има человѣкъ на срѣща си нѣкой другъ борецъ (пехливанинъ) съ когото да се бори, за да може да тури въ движение всичкитѣ части на тѣлото си и тъй да ги развива.

Практикувана споредъ това начало и развивана по единъ разуменъ начинъ, гимнастиката се представлява като срѣдство за подобрѣние на человѣческий родъ, както чрезъ излѣкуване на различнитѣ болѣсти, тъй и чрезъ съхранението на здравието и силата до една стара възрасть.

Но безъ да се глѣда на ползата, която очевидно докарва гимнастиката, работата на физическото възпитание напредва твърдѣ бавно, и кой знае колко години ще се минѫтъ още, додѣто се постигне девизата: «въ здраво тѣло, здравъ умъ.» Много време трѣбва да се измине, додѣто това правило на истинскитѣ учители по гимнастиката, се приеме и се испълни въ живота отъ всичкитѣ слоеве на обществото [1]).

[1]) И въ всѣко кюше на България може да се види пехливанлжка. Редакц.

Катихизисъ за майкитѣ и дойкитѣ.

(Край).

Отъ д-ра Фейнинг.

Замѣнявание майчиното млѣко съ млѣко отъ животни.

Въ такива случаи, когато майката нѣма кърма, а пъкъ кърмачка не може да се наеме,

[1]) Изъ «Revue nationale», 1886, № 16.

става нужда, волею — неволею, да се прибѣгне къмъ млѣко отъ животни — кравишко или козье.

За козьето млѣко трѣбва да забѣлѣжимъ, че по причина на неудобното му варение и лошата му миризма, то има твърдѣ лошо влияние върху развитието на дѣтето, което се храни отъ него. При това то твърдѣ често му причинява блювание и диаррея.

26) При употрѣбяване кравишко млѣко — трѣбва да се предпочита това, което се добива отъ крави, що пасѫтъ по кѫра, а не отъ тѣзи, които се държатъ въ кошари, защото отъ тия послѣднитѣ млѣкото бива по-вече кисело.

Тъй сѫщо трѣбва да се предпочита млѣко, размѣсено отъ нѣколко крави, особенно, ако се взема то отъ млѣкарски заведения. Като взememъ въ внимание възможното поболяване на кравата и, вслѣдствие на това, качественното измѣнение на млѣкото, трѣбва да признаемъ, че колкото по-вече се дава отъ това млѣко на дѣтето, толкова и по-вече лошо влияе то върху неговото здравие.

27) Като се употрѣбява кравишко млѣко за хранение на дѣтето, трѣбва: 1) да се свари; 2) да се разрѣди съ малко вода; 3) да му се тури захарь (обикновенна);[1]) 4) да му се тури малко соль и 5) не само да му се не прибавя каймакъ, но и колкото го има, да се обере.

Сгѫстено млѣко (швейцарско).

28) Храненето съ гѫсто млѣко твърдѣ нарѣдко се понася отъ дѣцата безнаказанно. Въ по-вечето случай то развива у тѣхъ катарръ въ стомаха и въ червата За да би принесло полза, такова млѣко трѣбва да се размѣсва съ ечмяна чорба или пъкъ силно да се разрѣди съ вода.

Дѣцата не само, че охотно пиятъ гѫстото млѣко, но и пълнѣятъ отъ него; но при това тѣ късно проходватъ, дупчицитѣ (фонтанелли) на главата по-леко се закриватъ и въ сѫщото време се забѣлѣзватъ и други признаци отъ английската болѣсть. Освѣнъ това, при всѣко поболѣвание указва се, че такива дѣца твърдѣ малко можатъ да противодѣйствуватъ на болѣститѣ.

Замѣнявание млѣкото съ животна храна.

29) Ако млѣкото се показва малко хранително за дѣтето, полезно е, даже още въ първитѣ периоди на живота му, или да се прибавя на млѣкото чорба отъ мѣсо, яйца, или пъкъ съвсѣмъ да се замѣни съ тѣхъ.

30) Най хубава отвара отъ мѣсо става по слѣдующия начинъ: 40 драмма дебело мѣсо нарѣзва се на дребни късчета, смѣсва се съ 70 драмма студена вода, капватъ 6 — 8 капки разрѣдена солна кислота и тази смѣсь въ продължение на единъ часъ нечесто се разбърква; послѣ това варятъ тази смѣсь 10 минути и я прецѣждатъ. Получената по този начинъ отвара има приятенъ вкусъ и е хранителна.

Смѣсь отъ яйце.

31) Бѣлтъкътъ на едно яйце смѣсватъ съ ечмяна отвара и прибавятъ малко соль и малко захарь. При всичката си простота, тази смѣсь представлява въ висока степень спасително срѣдство за дѣцата въ тѣжки случаи на диаррея (дрисъкъ) презъ лѣтното горѣщо време, когато не можѫтъ леко да понасятъ млѣкото, което по тази причина непремѣнно трѣбва да бѫде прекратено и съвсѣмъ да се недава на дѣтето. При значително отслабване на дѣтето, може на тази смѣсь да й се тури и едно извѣстно количество ракия.

Тази смѣсь трѣбва да се дава слѣдъ всѣки 5, 10 или 15 минути по една чайна лъжичка.

32) За дѣца на 7 до 8 мѣсеца може да се вземе 70 драмма топла, сварена вода — да се смѣси съ разбито сурово яйце, и да се прибави млѣко и малко солчица.

Замѣнявание млѣкото на жената съ растителна храна.

33) Когато не може да се намѣри ни млѣко, ни мѣсо, ни яйца, то идва нужда да се храни дѣтето съ растителна храна.

Брашненитѣ вещества, които състоятъ повечето отъ крахмалъ (скорбяла), като напр. картофела, оризътъ, аррорутътъ, трѣбва съвсѣмъ да се отлѫчатъ отъ храната на дѣтето, защото крахмалътъ е храна мѫчносмилателна за него. Само кога се изминѫтъ нѣколко мѣсеца слѣдъ рожденето, тогава чакъ може да се турятъ въ храната такива растения, които съдържатъ умѣренно количество скорбяла.

34) Между брашненитѣ вещества най-голѣмо предпочтение заслужватъ: ечмикътъ и овесътъ, като хранителни и полезни. Но трѣбва да се знае, че овесяното брашно по нѣкой пѫть причинява диаррея (дрисъкъ), а тъй като дѣцата най много и най често страдатъ отъ тази болѣсть, и нѣма друго освѣнъ нея, което да ги заплашва толкова съ голѣма опасность, то, вслѣдствие на това, трѣбва да се хранятъ съ овесяно брашно тия дѣца, които страдатъ отъ запичване, а ечмикътъ — като най добро срѣдство противъ диарреята — се дава на дѣца, които страдатъ отъ нея.

Като се употрѣбяватъ тия срѣдства, може да се прибѣгва къмъ едното или къмъ другото, глѣдайки кое преобладава — запичването ли, или диарреята.

35) Майкитѣ трѣбва да се ръководятъ отъ това безусловно правило, че диарреята и млѣкото не трѣбва да бѫдатъ съвмѣстни (едновременни) една съ друго;

[1]) Ний винаги предпочитаме млѣчната захарь. Ред.

за това, когато се употрѣбява ечмикъ въ случай на диаррея, трѣбва непремѣнно: или да се намали количеството на млѣкото въ храната, или, временно, съвсѣмъ да се прекъсне употрѣбението му. Въ такъвъ случай млѣкото може да се замѣсти съ суровъ яйченъ бѣлтъкъ (съ прибавка малко ракия или безъ нея).

36) Ечмикътъ, назначенъ за храна на дѣтето, трѣбва да се взема неочистенъ отъ кожицата си и, колкото се може, брѣжливо смлѣнъ (най добрѣ съ кафеяна мелница). Когато се назначава за твърдѣ малки дѣца, то може да се варятъ зърната му цѣли, но да се продължава варението (въ течение на нѣколко часа) до тогава, догдѣ зърната цѣвнѫтъ (распукнатъ) и раскриятъ вътрѣшното си вещество. А още подобрѣ да се раздробятъ зърната на едро.

Болгурътъ отъ ечмикъ, очистенъ отъ кожицата му, не трѣбва да се употрѣбява за малки дѣца, защото отъ него сѫ махнати най хранителнитѣ, най полезнитѣ вънкашни части на зърното. Такъвзи болгуръ може да се употрѣбява за дѣца по-възрастни.

За приготвяние отвара отъ ечмикъ, взема се една чайна лъжичка ечмяно брашно, смѣсено съ 8 лъжици вода и малко соль; това да се вари 15 минути. Послѣ тая жидкость се прецѣжда, смѣсва се наполовинъ съ варено млѣко и му се тури малко захарь (обикновенна).

Тази храна трѣбва да се дава на дѣтето топла и презъ искусственна цица (биберонъ).

Способъ, какъ да се дава храна на дѣца-кърмачета.

37). Искусственното хранение на малкитѣ дѣца (кърмачетата), трѣбва да става посрѣдствомъ искусственната цица, а храната да бѫде добрѣ размѣсена и разрѣдена. (Много се лъжатъ майкитѣ дѣто мислятъ, че гѫстата храна е похранителна).

38) Трѣбва да се обрьща строго внимание на искусственната цица; тя трѣбва да се държи въ най-голѣма чистота, защото частицитѣ отъ млѣкото (както и отъ другитѣ прибавки), които оставатъ въ цицата или по нейното зрънце, лесно се подхвърлятъ на бружение; особенно много често се случва това, когато крайтъ на цицата е направенъ отъ каучукъ.

Не ще съмнѣние, че отъ каквото и да бѫде направена цицата, ползата или вредата ѝ ще зависи отъ нейното съдържание. За хора, които не пазятъ никаква чистота, и най добрата ще бѫде лоша.

Запичанието у дѣцата, което зависи отъ храната.

39) Запичанието у дѣцата обикновенно става: или отъ недостатъчното хранение, или отъ несъотвѣтствующата храна, като: отъ многото крахмалъ въ нея, отъ сурови вещества, а най много отъ недостатъка на захарьта въ храната.

40) Недостатъчното хранение, естественно, води къмъ недостатъчно количество на испражнявания, заедно съ които се забѣлѣжва и отслабване на всичкото тѣло на дѣтето.

Лѣкуване на запичанията посрѣдствомъ промѣнявание на храната.

41) Запичание, което става отъ многото крахмалъ въ храната, лесно се изцѣрява, ако се премахне съвсѣмъ този крахмалъ отъ нея. Запичанието, което става отъ многото сурови вещества, се отстранява, ако се дава на дѣтето варено млѣко, размѣсено съ повечко ечмяна или овесяна каша, така направена, както по-горѣ показахме. Най-послѣ, запичание, което става отъ недостатъчното количество захарь въ храната на дѣтето, лесно може да бѫде излѣкувано, ако се тури по-голѣмо количество захарь въ храната, безъ да се обрьща внимание отъ какво състои послѣднята — дали само отъ кравишко млѣко, или отъ смѣсь и съ други хранителни вещества.

Ако дѣтето се кърми отъ гѫрдитѣ на майка си, то захарьта трѣбва да се растопи въ топла вода и, преди да се даде на дѣтето да сучи, да му се даде една или двѣ чайни лъжички отъ захаренъ растворъ.

Домашни срѣдства за лѣкуването на флюса.

Отъ д-ра К-нъ.

Какво значи «флюсъ» — извѣстно е на всички. Съ това име наричатъ малко цирѣйче или пъпка по вѣнцитѣ, която става всѣкога отъ набиране гной подъ тѣхъ и въ тѣхъ (вѣнцитѣ), който се е набралъ отъ нѣкой гнилъ зѫбъ. Тази болѣсть се явява тъй сѫщо и отъ настивка. Онѣзи хора, които иматъ гнили зѫби, а заедно съ това меки и трошливи вѣнци, твърдѣ много и лесно се разболяватъ отъ флюсъ, тъй щото, напримѣръ, най-малката настивка е достатъчна за да се появи силенъ флюсъ съ много голѣма болка.

Признацитѣ за флюса сѫ твърдѣ явни. Въ началото — обикновенно въ едно и сѫщо време съ болѣжкитѣ въ гнилия зѫбъ (или наскоро слѣдъ отболяванието) — на онова мѣсто на вѣнеца, което принадлежи на болния зѫбъ, се появява малка, но яка и съ болки издутость. Въ по-нататъшното си развитие тази издутость се увеличава, распространява се по съсѣднитѣ части на вѣнеца, преминува сѫщо и отъ вѫтрѣ на страната, и не само че се усѣща, но може даже да се забѣлѣжи и отъ вънъ. Съ съотвѣтствующето лѣкуване (а често и безъ лѣкуване) тази издутость слѣдъ два-три дена става мека и скоро се превръща въ съвсѣмъ готова и уздряла пъпка, която скоро се пробива; малко количество гной истича, издутостьта спада и

малкото отверстие, презъ което е истекълъ гноя, самò се затваря, особенно, ако си държимъ устата чисти. Но не всѣкога болѣстьта минува тъй лесно и скоро. Има случаи, гдѣто възпалението се захваща въ най-дълбокитѣ части на вѣнцитѣ и послѣ се распространява на повърхностьта имъ. Въ подобни случаи нарывитѣ (издутоститѣ) биватъ твърдѣ голѣми, узрѣватъ и се пукватъ много по-трудно и болкитѣ отъ тѣхъ биватъ по-силни. Твърдѣ много се издува тогава и страната, въ която, найсетнѣ се яви възпаление. Въ много отъ подобнитѣ случаи, нарива не се отваря на вѫтрѣ, въ куфината на устата или по вѣнцитѣ, а отъ вънъ — на страната. При това, много често се случва, че отверстието, образувано отъ пукването на нарива, не се затваря скоро, а трае дълго време, като остава слѣдъ себе си тъй нарѣченната фистула (ходъ, дупка), отъ която послѣ се отдѣля «материя» на капки. Сѫща такава фистула по нѣкога остава и въ този случай, когато нарива се пукне въ вѫтрѣ, т. е. на повърхностьта на вѣнеца.

За лѣкуване на флюса можемъ да употрѣбяваме слѣдующитѣ прости срѣдства, — както домашни, тъй и аптекарски [1]).

1) Топло умекчително плакнянне на устата. Такова плакняне се приготовлява отъ отвара на леняното сѣме, алтейния коренъ (слѣсъ) и бъзито — заедно съ млѣко, или и безъ него. За смаляване на болкитѣ въ нарива, къмъ горния растворъ прибавятъ и макови глави. Устата си трѣбва да плакнемъ по-често, додѣто не премине болката или додѣто не се пукне нарива. Когато нарива се пукне и гноя истече — трѣбва още, единъ день поне, да си плакнемъ устата съ топълъ растворъ отъ лай-лайкучка, за да не би отверстието да се затвори и да попрѣчи на съвършеното истичане на материята или гноя.

2) Едновременно съ плакняннето, за отстраненне на болкитѣ или за по-скорото пукване на нарива, можемъ да употрѣбяваме още и други срѣдства, именно: да натриваме издутото мѣсто на страната нѣколко пѫти на день съ топло камфорно масло, съ топло попадийкино масло, съ камфорна мась, или, най-сетнѣ, съ попадийкина мась, а още по-добрѣ — два пѫти на день да натримe страната съ едно парче сива живачна мась, — на голѣмина колкото единъ лѣщникъ всѣкий пѫть. Слѣдъ натриванието на страната, трѣбва да я наложимъ съ чиста нова вата (памукъ) или съ парче фланела.

3) Ако издутостьта е много яка и ни причинява силна болка, тогава тѣзи срѣдства сѫ обикновенно недъстатъчни, а за да можемъ да свършимъ работата, трѣбва да прибѣгнемъ къмъ друга помощь, именно къмъ топли компреси [1]).

Въобще трѣбва да помнимъ, че въ тѣзи случаи, когато работата става дълга и нарива е голѣмъ, — трѣбва, колкото е възможно порано, да се обърнемъ къмъ лѣкаря. Въ подобни случаи не трѣбва да чакаме да се пукне нарива самъ: това може да повлече слѣдъ себѣси такива неприятни послѣдствия, каквито спомѣнахме по-горѣ (фистулата), а по нѣкога — и къмъ по нетърпими и опасни [2]).

Първа помощь въ нещастни случаи.

Отъ д-ра К. Ф. Трояновский

Обѣсениятъ се снема отъ бѣсилката внимателно, да не би да се испустне да падне долу. Послѣ го турятъ възнакъ съ малко издигнѫта преднята часть на тѣлото, преглѣдватъ шийнитѣ гръбначни прѣшлени, подязичната кость и гръкляня. На такова преглѣдване се подлагатъ и тия, които сѫ одушени съ рѫцѣ или съ друго нѣкое орѫдие. Поправянието на шийнитѣ и гръбначни прѣшлени, язичната кость или гръкляня — става посрѣдствомъ натискание отъ страни съ палежницитѣ на двѣтѣ рѫцѣ. Признаци отъ препълване или спиране на кръвьта въ главата се срѣщатъ у мнимомьртвитѣ отъ обѣсване или удушаване само тогава, когато душилото или рѫцѣтѣ на злодѣеца сѫ случили нѣкой отъ голѣмитѣ вени на шията и сѫ ги съвършенно престиснѣли. Въ такива случаи (които обаче биватъ твърдѣ рѣдко), когато се забѣлѣжи синебагрянъ цвѣтъ на лицето и устнитѣ, кръвясване на очитѣ и други такива признаци, може да се пустне кръвь при сгаванието на лакатьтъ или пакъ на шията. Мнимата смьрть при обѣсване или удушаване става по-вечето отъ стискане най много на гръкляня, или отъ това, че у обѣсений човѣкъ, като е висѣлъ на бѣсилката си, шийнитѣ прѣшлени и тѣхнитѣ свръзки, или гръбначния мозъкъ въ тѣхъ сѫ се повредили нѣкакъ. За такива мнимомьртви, одушени или обѣсени, въ които не се намиратъ никакви признаци за пълнокръвие въ главата, пускание кръвь е не само безполезно, но даже и вредно.

Послѣ надлежното преглѣдване шията на мнимомьртвия — обѣсенъ или одушенъ — и послѣ рѣшаване на въпроса, дали да му се пустне кръвь или не, залавятъ се изеднъжъ за произ-

[1]) Въ началото на флюса ний препоржчваме да се туря по страната, на която се чувствуватъ болки, мѣхуръ, напълненъ съ парчета ледъ (*а когато нѣма ледъ, то студени вѫрши*), който да лѣжи непрекъснато 24 часа. Въ повечето случаи студа *спира* възпалението и работата не дохажда до нагнояване. Редакцията.

[1]) Глѣд. «*Здравие*», 1885, стр. 22.

[2]) Изъ журнала «Докторъ.»

вежданіе искусственно дишение по способътъ на Маршаль-Галля или на Силвестра.[1]) Искусственното дишение трѣбва да се продължава нѣколко часа съ малки прекъсвания за растриване (съ единъ вълненъ парцаль) рѫцѣтѣ и краката, долнята часть на гѫрдитѣ и подъ лъжичката. Когато мнимата смьрть премине въ премиране и сьрдцебиението, пулсътъ и дишението се появятъ вече, макаръ въ твьрдѣ малка степень, — тогава захващатъ да употрѣбяватъ отъ време на време и д р а з н е н и е н о з д р и т ѣ съ перце, сламка или съ трѣвица, п о п р ъ с к в а н и е лицето и г ѫ р д и т ѣ съ студена вода, нишедъренъ спиртъ или други с р ѣ д с т в а з а к и х а н и е. Щомъ се появятъ признаци отъ чувствуване и съзнание, дава се на премрѣлиятъ нѣколко глътки студена вода или малко ракия, вино или Хофманови капки. Ако главата му въ това време е горѣща и той страда отъ главоболъ, то може да му се налага главата съ студени мокри кърпи (даже съ ледъ) и да му се направи промивка (тулумба) отъ вода съ малко соль или сапунъ.

При затисване отъ пръстъ (земя) или отъ нѣкоя постройка, както и при много неожидани случки по желѣзнитѣ пѫтища и др. т., мнимомьртвия се туря тоже възнѣкъ, съблича се полека и, ако е нужно, разрѣзватъ се тѣснитѣ му дрѣхи и обуща и се прегледва добрѣ, дали не му сѫ повредени главата, снагата или членоветѣ. Послѣ това му се пречистватъ носътъ и устата отъ пръстъ, писъкъ, слизь или отъ кръвь, и като рѣшатъ дали да му пустнѫтъ кръвь или не, направо се пристѫпва къмъ употрѣбяване тия оживителни срѣдства, които ний показахме при даването помощь на удушенитѣ или обѣсенитѣ. Повредените части на тѣлото преди всичко трѣбва да се турятъ, колкото се може, по-удобно и да се привьржатъ така, щото да не прѣчатъ при правилното произвеждане на искусственното дишение. Ако при твьрдѣ тѣжки и сложни повр[illegible]ждания, каквото напримѣръ гърба, гѫрдитѣ, рѫцѣтѣ, не е възможно да се прави искусственното дишение, то дишението се възбужда съ раздразняване нервитѣ или гръдната преграда посрѣдствомъ електрическия токъ.

Гнила жаба (дифтеритъ).

Отъ д-ра Г. М. Каменевъ

(Продължение).

Като се запознахме съ гърлото, сега да видимъ какво нѣщо е гнила жаба. Нѣкои учени казватъ, че причината за появяването на гнилата жаба сѫ твьрдѣ малки гѫбички (ученитѣ ги наричатъ бактерии), които не се виждатъ съ просто око, а само подъ микроскопъ. (Микроскопъ се нарича особенъ инструментъ въ който има нѣколко уголѣмителни стькла. Ако ли глѣдаме нѣкой предметъ подъ микроскопа, то той, т. е. предмета, ще ни се покаже нѣколко стотинь пѫти уголѣменъ). Тѣзи бактерии сѫ ги намѣрвали въ кръвьта и на болнитѣ мѣста при разни болѣсти въобще, а при гнила жаба почти всѣкога.

За тѣзи гѫбички е извѣстно, че тѣ понасятъ твьрдѣ леко силна топлина и студъ и най лесно се развъждатъ на въспалената лигава ципа, по всичкитѣ ранички на кожата и на язвитѣ. (Често се е наблюдавало, че гнилата жаба се е развивала на онія мѣста, гдѣто сѫ били поставени пиявици, на най малкитѣ порѣзвания, одрасквания и проч.). Тѣ лесно се развъждатъ и на лигавата ципа, която покрива очитѣ, задния проходъ и половитѣ органи. Най лесно се развъждатъ бактериитѣ тамъ, гдѣто е нечйсто, гнило и кално. Тѣ, като намѣрятъ добра почва за своето растение, тъй скоро се размножаватъ, тъй скоро се развъждатъ, щото въ течение на нѣколко дни тѣхното число може да достигне на нѣколко миллиона и по-вече даже. Тѣ, като попаднатъ на болната лигава ципа, силно я въспаляватъ: испьрво се явяватъ пятна, послѣ се образуватъ ципички, които още по-вече раздражаватъ лигавата ципа. Това е началото на болѣстьта — гнила жаба. По нѣкога гѫбичкитѣ попадатъ въ кръвьта и я заразяватъ, отъ което се явява главоболие, огънь и всички припадъци, свойственни на тази болѣсть.

Често гнилата жаба се захваща съ такива явления, които не докарватъ даже на мисль, че ще се появи този толкова страшенъ врагъ; по нѣкога тя незабѣлѣжено се привлича къмъ дѣцата, па даже и къмъ възрастнитѣ. У малкитѣ годиначе-та-дѣца болѣстьта понѣкога се захваща съ трепѣрания, у по-възрастнитѣ съ леки студени трьпки, които се смѣняватъ съ огънь, съ незначителна болѣсть на шийата, особенно при обрьщанието й, съ осѣщание сухость въ устата и слаби болѣжки при гълтанието. Не трѣбва да се мисли, че болнитѣ отъ самото начало осѣщатъ болка въ устата. Много често пищо подобно не бива. За това, когато има епидемия на гнила жаба, при най малкото оплакване на дѣтето, че не е здраво или добрѣ расположено, трѣбва да му прегледаме устата, за да се увѣримъ, че то не се е разболѣло отъ тази опасна болѣсть. Прегледването на устата е необходимо най по-вече за това, че когато отъ самото начало се е обърнало внимание на болното дѣте и му се е дало нуждното лѣкарство, тогава по-лесно се лѣкува гнилата жаба и порѣдко уморява. Гдѣто върлува тази болѣсть, всѣка майка трѣбва всѣкий день да прегледва устата на своитѣ дѣца. Често малкитѣ дѣца не могѫтъ да кажѫтъ, че тѣ сѫ болни, а по плача

[1]) Глѣд. «Здравие», 1885, първий пробнай брой.

нищо не може да се разоире. Ето защо често се пропуща началото на болѣстьта и викатъ доктора когато болѣстьта силно се е развила. Всѣкидневното прегледване устата на малкитѣ дѣца е добро още и за това, че тѣ се научватъ не само да си показватъ гърлото, но когато сж болни тѣ безъ да се противятъ, позволяватъ да имъ се мажи гърлото и проч. Всѣкий знае, до колко е мѫчно въ такива случаи да има человѣкъ работа съ малки дѣца; между това прегледването на устата се прави до толкова безвредно и лесно, щото както дѣцата, тъй сѫщо и тѣхнитѣ родители скоро навикватъ на това. По-надолу ще кажемъ какъ да се научимъ да прегледваме устата, сега ще опишемъ самата болѣсть.

Ако ли ний всѣкий день внимателно прегледваме устата на дѣцата, то въ случай че тѣ се разболѣятъ, ний испърво ще видимъ лигавата ципа значително червена и като да се малко понадула, по-вечето на едната или на двѣтѣ сливици (бадеми), които сж вече понадути и издадени. Ако ли гнилата жаба е захванѣта въ това време, то можемъ да се надѣваме, че болния скоро ще оздравѣ, понеже кръвьта му не е още заразена и той (болния) е още силенъ. Ако ли пакъ това щастливо време е испуснѣто, то болѣстьта може скоро да стане по-лошава: често чрезъ нѣколко часа на лигавата ципа се показватъ малки, на величина колкото просено зърно, или даже колкото грахъ, бѣлизникаво-сиви и бѣлизникаво-желти пятна (дамги), расположени едно до друго; това сж тъй нарѣченитѣ налети (налагания). Ако ли се е разболѣло нѣкое силно дѣте, добрѣ хранено и тозъ часъ сж се потрудили за неговото лѣкуване, то такава форма (както я нарицатъ ученитѣ катарралнa) дава надѣжда за оздравяване. Отъ надлежнитѣ лѣкарства червенината и надутостьта на лигавата ципа се умаляватъ, пятната пожелтяватъ или приематъ тьмно-черенъ цвѣтъ, распущатъ се и се издигатъ надъ лигавата ципа и на 3-й, 4-й, рѣдко на 5-й день падатъ и не оставятъ никакви слѣди. Тъй се случва само при правилното и настоятелното лѣкуване. Ако ли пъкъ такъвъ болѣнъ, по невнимание или по незнаяние, се остави на произвола на сѫдбата, то болѣстьта може да приеме твърдѣ печаленъ край. Родителитѣ непремѣнно трѣбва да иматъ предъ видъ още едно обстоятелство: често дѣцата, които сж били болни отъ 2—3 дни, захващатъ да се осѣщатъ твърдѣ добрѣ: огъня исчезва, болкитѣ при гълтанието и жаждата преминаватъ, у тѣхъ се явява желание да ѣдатъ — и родителитѣ се успокояватъ. Нѣма друго по-лошаво излъгване, отъ колкото това подобрение! (Слѣдва)

Домашна аптека.

Прев. Т. Георгиевъ.

(Продължение.)

8) Освѣнъ тѣглилкитѣ, въ домашната аптека твърдѣ е полезно да се има и слѣдующитѣ аптечни съдйни: 1) двѣ-три фарфорови или фаянсови хаванчета отъ различна величина; 2) двѣ-три стъклени или рогови лопатки и лъжички отъ разна величина за намазване на пластири, михлеми и за раздѣление на праховетѣ и проч.; 3) нѣколко стъклени кутийки за прецеждане и наливание на лѣкарствата; 4) достатъчно количество аптечна пропускна (филтровална) книга; 5) спиртова лампа; 6) особенъ ножъ и особни ножици за разрѣзване на лѣчебнитѣ средства (трѣви, корени, пластири и проч.)

Състава на домашната аптека.

1) Александрийский листъ (сенемеки). Очистително. 15 грамма (5 драма) разтрошена трѣва се облива съ 150 грамма (50 др.) врѣла вода, оставя се на 15 - 20 минути, прецеждатъ я и истиналата жидкость се испива на единъ или два пѫти, чрезъ часъ. Тази порция е за възрастнитѣ; на дѣцата по-добрѣ е да не се дава (причинява имъ болѣжки въ корема).

2) Алтейний коренъ (коренъ отъ бѣлъ слѣсъ). Омекчително. 15 гр. (5 др.) дребно нарѣзанъ коренъ обливатъ съ 150 гр. (50 др.) врѣла вода, оставятъ го 15—20 м., прецеждатъ го и го пиятъ топълъ, като чай (съ захаръ или съ млѣко, кой както желае), при суха кашлица. Такъвъ отваръ сѫщо се употрѣбява топличакъ за жебурение при гърлоболие (произлѣзло отъ настинка), при присипване и пр. Смѣсва се сѫщо и съ други омекчителни и болѣстноуспокоителни трѣви и се употрѣбява като припарки (лапа) при циреи и нарви.

3) Английска соль (ингилизъ тозу). Очистително. Има неприятно горчиво-соленъ вкусъ. 20 гр. се растопява въ половинъ чаша вода, прибавя се още двѣ лъжички ментена вода (кеклйкъ сую) и се испива за единъ пѫть. Тази порция е за възрастнитѣ, на дѣцата не се дава.

4) Английский пластиръ (бѣлъ, черенъ, розовъ — по желание). Употрѣбява се за покриване на малкитѣ одрасквания, ранички, язви, пришки и пр., съ цѣль да ги запази отъ окалване, отриване и пр. Намазаната страна на отрѣзаната ивица (пластиръ) се намокря съ вода и се залѣпя върху раничката. Ако се намокрятъ и двѣтѣ страни, пластиря се залѣпя по-добрѣ.

5) Анасоневи капки прости (настой отъ анасонь). Средство омекчително и за исхвърляние на храчкитѣ. Употрѣбява се при суха кашлица, когато храчкитѣ мѫчно се изхрачватъ и сж гѫсти. На възрастнитѣ се дава

4—5 пѫти въ день по 10—15 капки съ вода; на дѣцата — сѫщо толкова пѫти, но по 6—8—10 капки, споредъ възрастьта имъ. Въ тѣзи случаи анасонѣвитѣ капки могѫтъ да се даватъ и заедно съ отваръ отъ алтейний коренъ (гл. № 2): въ 150 гр. (50 др.) отваръ се влѣва 3 грамма (1 др.) анасоневи капки и, като се подслади малко съ захаръ, пие се чрезъ 1—2 часа по 1 чорбяна лъжица; а дѣцата пиятъ чрезъ 1—2 часа по 1 чайна лъжичка или по десертна, споредъ възрастьта имъ.

6. Анасоневи капки ишадърени. Омекчително, за исхвърляние на храчкитѣ и възбудително. Употрѣбява се въ тѣзи случаи, както и проститѣ анасоневи капки (гл. № 5), — когато болния страда отъ значително упадване на силитѣ, отъ много изгубване на кръвь или отъ голѣма топлина. На възрастнитѣ дават нѣколко пѫти въ день по 8—12 капки, а на дѣцата по 2—4—6 капки, споредъ възрастьта имъ. Тѣй сѫщо може, както и проститѣ анасоневи капки, да се смѣсва съ отваръ отъ алтейний коренъ (30 капки на 150 гр. (50 др.) отваръ).

7) Ароматний оцетъ. Дезинфекцирующе и испотително. Употрѣбява се: 1) за омиване на рѫцѣтѣ, подиръ като сме имали работа съ заразителенъ боленъ; 2) за попръскване или опушване на стаята, гдѣто лежатъ болни отъ прилѣпчива болѣсть; 3) за растриване на тѣлото за испотяване — напримѣръ, подиръ настинка. Трѣба да се растриваме непремѣнно въ лѣглото подъ юргания и оцета трѣба да бѫде стопленъ.

8) Бертоллетова соль (kalium chloricum). Дезинфекцирующе. Растворъ отъ една чайна лъжичка соль въ една чаша вода се употрѣбява: а) за жабурение, когато миришатъ устата, при нечисти зѫби и при нечисти вѣнци; б) за намазване на язика, на вѣнцитѣ, на странитѣ (вѫтрѣ) на кърмачета — дѣца, когато страдаятъ отъ млѣчница; в) за жабурение гърлото при жаба, произлѣзла отъ настинка (болки при гълтание) и при гнила жаба; г) за смърканне въ носа, когато има стара хрѣма (хрупотница) и се отдѣля миризлива лига. Бертоллетовата соль е срѣдство доста утровително при вѫтрѣшното употрѣбление; за това за жабуренне трѣба да се дава на хора, които знаятъ какъ да се жабурятъ, безъ да приглътнѫтъ часть отъ жидкостьта.

9) Бинтове платнени или марлеви. Твърдѣ необходимъ въ домашната аптека е превързния материялъ. Може да потрѣба за незабавното превързване въ случай на ударване, навѣхване, на счупване нѣкоя часть отъ тѣлото или на прѣсна рана, съ цѣль да се запази отъ раздраженне, отъ триенне и отъ заразяване.

10) Боткинови капки. Успокоително и противохолерно. Употрѣбяватъ се съ успѣхъ противъ присвиванията и болѣжкитѣ въ корема, придружени съ сюргюнлюкъ. На възрастнитѣ порциятa е отъ 12—20 капки, нѣколко пѫти въ день. Боткиновитѣ капки особенно сѫ полезни при горнитѣ страдания въ време на епидемия на азиятската холера.

11) Бъзовъ цвѣтъ (flores sambuci). Испотително. Вътрѣшно се употрѣбява въ видъ на чай, да произведе испарявание и испотяване, напримѣръ, при настинка. 15 гр. (5 др.) дребно разтрошенъ цвѣтъ обливатъ съ двѣ чаши врѣла вода и го оставятъ около 15—20 минути, прецѣждатъ го и го пиятъ съ захаръ. Трѣба да се пие на лѣглото и отварата трѣба да бѫде доста горѣща (гл. Миндеровъ спиртъ).

12) Бура (borax). Дезинфекцирующа и стипчева. Въ домашната медицина вътрѣшно не се употрѣбява. Вънкашно се употрѣбява въ слѣдующитѣ случаи: 1) за преплакване (жабурение) устата и гърлото, когато миришатъ устата и сѫ гнили зѫбитѣ, при въспаление и надуване на вѣнцитѣ и при гърлоболъ отъ настинка; за това се приготвя, растворъ отъ една чаяна лъжичка бура на една чаша вода; 2) за растриване и обмиване на кожата, когато тя е суха отъ вънъ мѣрката и е близо да се напука; сѫщо при жълтитѣ пятна (дамги) на кожата (чернодробни дамги); за тази цѣль зема се малко по-силенъ растворъ — 1½ чаяна лъжичка бура на една чаша вода; 3) за обмиване на главата, когато има пърхотъ; тука раствора е сѫщия, както и при омиване на кожата; и, най-сетнѣ, 4) за намазване язика, вѣнцитѣ и вътрѣшностьта на устата на кърмачетата, когато страдаятъ отъ млѣчница: въ този случай се взема растворъ — една часть бура на 8 части вода или медъ. Намазватъ съ костенна или съ памучна четница.

13) Бѣлена (попадийка, буника). Болѣстно-успокоително. Въ домашната медицина вътрѣшно не се дава. Употрѣбява се вънкашно повече за припарки (лапа), съ цѣль да се умалятъ болѣжкитѣ при голѣмитѣ циреи и нариви, когато набиратъ гной. Земаме дребно нарѣзана трѣва, колкото искаме и я поливаме съ врѣла вода, варимъ я до гдѣто трѣвата разбухне, омекне и стане на гѫста каша, която смѣсваме съ нѣкое масло, завиваме я въ платно и я тургаме топличка върху цирея или нарива, като я мѣняваме всѣки 15—20 минути. За припарки попадийката често се употрѣбява размѣсена и съ други болѣстно-успокоителни срѣдства, както напримѣръ съ макови главички, коренъ отъ бѣлъ слѣсъ, ленено сѣме, лай-лай-кучка, шалфей и проч. Попадийката е срѣдство отровно.

Редакторъ-Издатель д-ръ Б. А. Оксъ. Печатница Л. Нитче. Варна.