

«ЗДРАВІЕ» излиза три пѣти въ мѣсець: на 1-о, 10-о и 20-о число. Цѣната му е за година десетъ лева въ България и деѣнайсетъ лева за въ странство. — Абонатитѣ се адресиратъ направо до редакцията, въ гр. Варна, същевременно като предплататъ съ пощенскій записъ или бонъ (а не въ марки). — Обявления се приематъ съ плата по 30 стот. за единъ рѣдъ петичъ.

ЗДРАВІЕ

За всѣка напечатана въ «ЗДРАВІЕ» оригинална статия редакцията плаща по петъ стотинки за всѣкий рѣдъ. — За прожѣляване адреситѣ на сиомонестователя се плаща 40 стотинки, безъ които адреса не се прожѣлява. Заявления за неполучаването на нѣкой брой трѣба да се правятъ не по-късно слѣдъ получаването на слѣдующий брой; въ противенъ случай се оставатъ безъ послѣдствие.

ОБЩЕДОСТЪПЕНЪ МЕДИЦИНСКИЙ И ХИГИЕНИЧЕСКИЙ ВѢСТНИКЪ

Per noctem ad lucem!

Отъ мракъ къмъ свѣтина!

На всичкитѣ ни почитаеми
сътрудници, приятели и абонати:

Честита Ви нова година!

Д-ръ Б. Оксъ.

СЪДЪРЖАНИЕ: *Нѣколко думи върху дълголѣтието. Отъ д-ра Б. А. Оксъ. — По смъртността на дѣцата. Отъ д-ра П. Драгомировъ. — За леченката. Прев. В. Д. Стойковъ. — Домашна аптечка. Отъ професора Ф. Нуссбаумъ. — Обявления. — Отъ редакцията.*

Нѣколко думи върху дълголѣтието.

Отъ д-ра Б. А. Окса.

Човѣчеството никогажъ не е можало да се помирѣ съ мисълта за братковременния животъ на човѣка и винаги е търсило средство за дълголѣтието му. Митологическитѣ разкази изобразаватъ първия човѣкъ 900 лаѣтя високъ и му преписватъ животъ отъ 1000 години. *Матусалемъ*, спорѣдъ народната фантазия, живѣлъ 900 години. Тѣзи предания ставатъ горѣ-долу разбрани, ако се приематъ най новитѣ издирвания, спорѣдъ които до Авраама годинната се е състояла само отъ три мѣсеца, подирѣ отъ 8 и, само слѣдъ Иосифа, отъ 12 мѣсеца. Това предположение толкова повече се явява за достовѣрно, че и сега още има народи, които броятъ годинната само съ три мѣсеца нашенски. Инакъ би било неразбрано, какъ таба патриарситѣ се сж женили на 60, 70, даже на 100-годишната си възраст, което

е за вѣрване, ако приемаме, че тази възраст съотвѣтствува на 15 до 25 години по нашето смѣтанне.

При всичко това неоторимо е, че въ библейското време средния човѣчески животъ е билъ много по-дълъгъ, отъ колкото въ нашитѣ дни. *Мойсей*, който е живѣлъ 120 години, се оплаквалъ, че «нашии (на съвременницитѣ му) животъ трае 70, а най много — 80 години». Въ нашето време средния човѣчески животъ е падналъ много по-долу — въ разни европейски господарства — отъ 28¹/₂ до 39 години¹⁾. Раскрийте библейската история и на всѣка нейна страница ще намѣрите примѣри отъ дълъгъ животъ; въ нашето време се отбѣлѣзва като особенно нѣщо, почти свѣрхестественно, когато човѣкъ преживѣе повече отъ 100 години. Тѣй за послѣднитѣ 3 години ний отворихме въ паметната си книжка мѣсто за събиране примѣри на дълголѣтието и много рѣдко намираме табвици въ съвременния ни животъ.

Между това здравия човѣчески организмъ може да работи твърдѣ дълго, тѣй дълго, както и въ библейското време. За доказателство ще приведемъ слѣдующитѣ отбѣслени, събрани отъ насъ за послѣднитѣ три години. — Умрѣли сж: на възраст отъ 100 години 34 човѣка (9 мѣже и 26 жени); отъ 101 годишна възраст — 20 (5 мѣже и 15 жени), отъ 102 г. — 11 (3 мѣже и 8 жени), 103—6 (1 м. и 5 ж.), 104—8 (2 м. и 6 ж.), 105—6 (3 м. и 3 ж.)

¹⁾ Ж. Буденъ: Мед. Геогр. и стат. Рус. им. СИБ., 1864 г., стр. 66 и 71.

106—3 (ж.), 107—3 (ж.), 108—1 (ч.), 110—1 жена на име *Margaret Barry*, въ Англия, която до края на живота си е била баба (акушерка); отъ 111 години, въ Россия (въ Казань), калугеръ *отецъ Разулиникъ*; 130 години — въ Россия (въ Бессарабия), *Степанъ Кривчукъ*, който презъ 1883 г. още е билъ живъ; 137 години — въ Испания, Сантъ-Диего, на име *Ventura Miraflores*, живъ и здравъ още презъ 1884 година; 145 години — *Джонъ Лонгъ*, въ Чикаго, Америка, се показвалъ презъ 1885 г. за пари; и найсетнѣ, съвременний патриархъ *Родионъ Анисимовъ*, въ Россия, Казанската околия, който презъ 1884 година достигналъ 150-годишната си възраст.

Тѣзи нищожни отъследи отъ примѣритѣ на дългия животъ и въ нашето време показватъ, че човѣческия организмъ заключава въ себѣ си всичкитѣ условия за твърдѣ продължително съществуване. Дѣйствително, спорѣдъ мнѣнието на ученитѣ, човѣческия животъ може да трае и 200 години. Прочутия физиологъ *Haller* още въ миналото столѣтие събралъ примѣри на дълъгъ животъ, между които личатъ и хората, които сж живѣли и 169 години. *Т. Паре* живѣлъ 152 години и при аутопсията (раскриванieto) му се е показало, че вътрѣшнитѣ му органи сж биле въ пълния си рѣдъ, тъй щото той можалъ да живѣе още, но само че излишното пълнокръвие е било причината на смъртта му. Извѣстни сж примѣри и за по-дълбока старостъ: негрятинка *Prigo* умрѣла на 175 годишната си възраст; Петръ Чортанъ, който за нѣколко деня до смъртта си ходилъ да проси, умрѣлъ въ Вѣлградъ на 185 годишната си възраст.¹⁾

За постиганнето на дълголѣтнето сж се търсили нѣкои чудесни средства — златна вода, австралийска солъ, магнетизмъ, еликсиръ за дълъгъ животъ и др. и. Върху това се основава разказътъ за нѣкой си *Gualdus*, който, съ помощта на чудесния еликсиръ, ужъ живѣлъ 300 години, или, както обичатъ да вѣрватъ нѣкои, даже живѣе и до сега и т. и. Наивнитѣ хора вѣрвали, че, съ

помощта на нѣкои чудесни средства, може кюмюрътъ да се преобърне въ злато, а човѣкътъ да се направи безсмъртенъ. XIX-й вѣкъ, на истина, е научилъ, че кюмюрътъ се преобрѣща въ злато, но съвършено въ друга смисълъ. Въ сжщия вѣкъ се издигна наука, която учи човѣка какъ да си запази здравието до най-възможния за него предѣлъ. Тая наука за здравозапазването (хигиена) е издирала и издирва всичкитѣ вредни за човѣка условия и му казва: еликсиръ за дългия животъ се заключава въ отбѣгването на вреднитѣ и въ запазването полезнитѣ условия на човѣческия животъ. Гласътъ на тая наука е още слабъ, но тя сѣе и ще пожене съ време плодетѣ си. Съ голѣми мъчности — съ невѣжество, порокъ и обществени болки — трѣбва да се бори тази наука; тя иска жъртви, материялни и нравствени, тя иска воля и точно изпълнение... А хората иматъ слабостта да се грижатъ само за днешния день и не искатъ да жертвуватъ тамъ, гдѣто не виждатъ скорошна облага.

Повечето хора мислятъ, че лѣкаритѣ сж въ състояние да излѣкуватъ всичкитѣ болѣсти и ако не правятъ това, то е защото сж лоши. Напраздно статистиката учи, че, при тѣзи и тѣзи условия на живота, едни-колко хора *трѣбва* да умратъ въ годината, па и всѣкий день; напраздно лѣкаритѣ посочватъ на тѣзи вредни условия, съ отмахването на които може да се уголѣми човѣческия животъ; напраздно лѣкаритѣ се признаватъ въ невъзможността да излѣкуватъ много болѣсти; напраздно тѣ учатъ, че по-важно е да се предпази човѣкъ отъ побояване, отъ болкото да се лѣкува болния... Напраздно всичко това: тапото невѣжество търси еликсиръ за дълъгъ животъ за да може да слѣдва човѣкъ безнаказанно на угоднитѣ си, макаръ и вредни условия.

Но тагъвъ еликсиръ не съществува: съществува само наука, която учи какъ да живѣе човѣкъ и какъ да се устроява здравословно обществото. Комуто е драгъ собствения животъ и животътъ на ближнитѣ му, той ще слѣдва правилата на тази наука.

Условията за постиганнето на дълголѣтнето сж толкова многобройни, щото нѣма

¹⁾ „Morgenstund hat Gold im Mund!“ von H. H. Zürrich, 1887, стр. 31.

възможност да се разгледатъ въ една кратка статия. Този човѣкъ познава добръ тѣзи условия, който добръ е запознатъ съ трѣбованията на хигиената. Тѣй като «Здравие» има тази цѣль и работи вече 2 години въ това направление, то читателитѣ ни сж горѣ-долу запознати съ здравословнитѣ трѣбования и ще се запознаятъ съ тѣхъ още повече. Тука ще спомѣнемъ слѣдующитѣ най главни условия за дълголѣтнето: 1) *да имашъ щастие да произхождашъ отъ здрави родители*; 2) *да получишъ здравословното физическо и умствено възпитание* и 3) *да водишъ рѣдовенъ животъ*.

Първитѣ двѣ условия не зависятъ отъ насъ; но отъ насъ зависи соблюденіето на тѣзи условия за благо на нашитѣ дѣца, сирѣчь: да се женимъ само тогава, ако сме напълно здрави, да имаме здрава жена и да възпитаваме здравословно нашитѣ чада. Третото условие е напълно въ нашата власть и съблюдаването му е твърдѣ често въ състояние да изравни негодноститѣ на първитѣ двѣ условия.

Всѣкий отъ насъ разбира *рѣдовния животъ* така, както му се аресва. Трѣбва да се съгласимъ, че, наистина, цѣль свѣтъ не може да живѣе по едни и сжщи правила, по едни и сжщи форми. Животътъ тогава ще прилича на казарма или болница. Уклоняванията отъ рѣдовния животъ, съобразно съ наклонноститѣ на отдѣлния човѣкъ (индивидуалностъ), сж даже по-богажъ полезни. Но има основни правила, на които, съ желѣзна воля, трѣбва да се слѣдва презъ цѣлия животъ и върху едно изъ тѣхъ ний ще се въспрѣмъ тука малко.

Отколѣ е забѣлѣжено, че всичкитѣ хора, които сж достигнали до дълбока старостъ, никогажъ не сж спѣли късно, но винаги сж ставали рано сутрѣнната. *I. Wesley*, основателъ на една методистическа секта, който самъ живѣлъ 88 години, приключилъ ранното ставане къмъ религиознитѣ обязанности на послѣдователитѣ си. Неговото правило бѣше: *early to bed and early to rise, makes the man healthy, wealthy and wise* (ранното лѣгане и ранното ставане прави човѣка здравъ, мѣдръ и богатъ). Това правило се потвърждава и отъ

народната мѣдростъ на всѣкадѣ. Тѣй напр. бѣлгарина казва: «рано ниле рано нѣе»; русина казва: «утрѣнната е по-разумна отъ вечерята»; турчина: «лошото е по-хубаво сутрѣнната, отъ колкото доброто вечерята»; нѣмеца: «утрѣнний часъ има злато въ уста» («*Morgenstund hat Gold im Mund*»); французина: «утренний човѣкъ — веселъ, здравъ и грижливъ» (*homme matineux — gai, sain et soigneux*); англичанина: «единъ часъ сутрѣнната струва толкова, колко два часа вечерята» («*an hour in the morning is worth two in the evening*») и т. н.

Извѣстни сж доста примѣри отъ живота на прочутитѣ исторически хора, които сж водили рѣдовенъ животъ, сж ставали рано отъ сънь и сж лѣгали рано да спитъ и съ това, при най тревожния, най възбудителния животъ, сж достигнали до най дълбока старостъ. Наистина, ранното ставане има най голѣмо влияние върху здравето. Не само че човѣкъ има повече време за работата си; не само, че работата върви по-бързо и се върши по-лесно; — но ранното ставане дѣйствиува възбудително на нервната ни система, прави ни по-енергиченъ и веселъ, възбужда апетита (пищакъ) и, слѣдъ работния день, ни доставява укрѣпителенъ сънь. Една французска приказка твърдѣ здравословно казва: «*lever à six, diner à dix, souper à six, coucher à dix fait vivre dix fois dix*» (да ставашъ въ шестъ, да обѣдвашъ въ десетъ, да вечеряшъ въ шестъ и да лѣгашъ въ десетъ — ще живѣешъ десетъ пжти по десетъ).

Поглѣднете на селенитѣ и на тѣхната здравостъ: тѣ живѣятъ и ѣдятъ сто пжти по-лошо отъ насъ, гражданитѣ, а работятъ много повече. Защо тѣ сж винаги по-здрави, отъ колкото гражданитѣ? Защо болѣститѣ по-малко върлуватъ по селата, отъ колкото по градоветѣ? Защо смъртността е по-малка по селата? Защото селенния води рѣдовенъ животъ, — единъ день, както другия; защото не сѣди по лешевитѣ канцеларии и дюгени, не прекарва всичкото си свободно време по кафепетата, напълнени съ отровителенъ въздухъ; защото селенния рано става и рано лѣга и т. н.

Бѣлгарина, по физическата си организация, притѣжава всичкитѣ качества, които

още миналото столѣтне сж показани отъ прочутия *Хуфеландъ* като признаци за дългия животъ: «той има среденъ бой; боята на лицето не е твърдъ червена; неговитѣ косми не сж съвършено черни; кожата му е тлъста, нъ равна; той нѣма голѣма глава, но има бржгли раменѣ; шията му не е дълга; стѣпалата му сж широки, сжщо и грѣдитѣ; той има високъ гласъ и може дълго да си задържа дишението. (Спорѣдъ свидѣтелството на императора Маврикий, южнитѣ славяни, ненадѣйно нападнати отъ неприятелитѣ си, се хвърлятъ въ вода, и, като взематъ съ себе си дълги прѣчки отъ каминшъ (трѣстѣ), чрезъ които дишатъ, дълго време оставатъ на джното.¹⁾ Той се отличава съ хармония въ всичкитѣ си части. Неговитѣ чувства сж добри, но не сж истински, пулсътъ му е медленъ и равенъ. Негова стомахъ е превъсходенъ, апетитътъ добъръ, смилането е лесно. Той много се смѣе и бѣе полека. Неговитѣ страсти не сж никогажъ разпалени; той обича работа и намира щастие въ семейний животъ».²⁾

Това описание прилича на организацията на българския селеникъ, но ний поне се отказваме да го приложимъ и къмъ българската интелигенция. Спорѣдъ нашитѣ наблюдения, българския интелигентъ е отъ слабо тѣлосложение; лицето му е блѣдно; страститѣ му разпалени и лесно пламтятъ; работата си извършва бързо и нервически; той нѣма усѣдналостъ, лесно се докачва и се раздражава; той обръща малко внимание на здравнето си и на цѣлѣта на живота си; той живѣе съ настоящата минута, отъ която иска да извлече колкото е възможно повече удоволствие. Ний нѣмаме още статистика за болѣзненността и смъртността въ градоветѣ, но се получава впечатлѣние, щото тѣ да сж твърдѣ голѣми.

Не си даваме тукъ цѣлъ да издирваме причинитѣ на тѣзи явления; но отворено носочваме на тѣхъ съ надежда за повръщанне на интелигенцията къмъ нормалния рѣдовенъ животъ, който ще даде на всѣмъ желаното дълголѣтие.

По смъртността на дѣцата.

Отъ д-ра Н. Драгомировъ.

При всичко, че у насъ едва ли може още да се говори за смъртността на дѣцата, по нѣмание на точни и достатъчно статистически данни, азъ все пакъ ще си позволя да се косна само до този важенъ въпросъ — не съ цѣлъ да го освѣтя и туря вече на здрава основа, защото това е още невъзможно, а само да подбужда мнитѣ колеги да публикуватъ каквито статистически данни иматъ на разположение по народната ни санитарна статистика, та дано се събере повече материалъ и стане възможно да говоримъ по този въпросъ съ положителни фактове на ръцѣ. Въпросътъ за дѣтската смъртностъ има твърдѣ голѣмо значение въ изучаването нашето общественно-санитарно състояние. Само точното знание количеството на новороденитѣ и на тѣхната смъртностъ до известенъ периодъ на живота имъ, плюсъ смъртността на останалото население, може да ни даде положителни данни по въпросътъ, — дали нашето народонаселение расте, стои на едно мѣсто или се намалява. Ний се коснахме до този въпросъ въ в. «Здравие», бр. 21, но не дойдохме до никакво заключение, все пакъ по нѣмание достатъчно статистически данни. Наистина, освѣнъ «Доклада» на г. Илнева, за който упомѣнахме въ казаный брой на в. «Здравие», и нѣкой мои изслѣдвания въ Т. Пазарджикъ, азъ открихъ още нѣкои мѣстни статистически данни за гр. Балчикъ отъ д-ра Игнатиева и за Варненската околия и за Разградския окръгъ отъ д-ра Б. Оксѣ. Преди да говоримъ за тѣзи данни, нека забѣлимъ, че както съобщенитѣ въ казаный брой на в. «Здравие», тъй и ей-сега упомѣнатитѣ статистически данни далечъ не разрешаватъ въпроса ни за величината на дѣтската смъртностъ, нй за ежегодната обща смъртностъ на народонаселението у насъ; слѣдователно, по въпроса за увеличението или намалението на нашето народонаселение не може да бжде още и дума. Извѣстнитѣ вече намъ статистически данни иматъ чисто мѣстенъ характеръ и изъ тѣхъ не могатъ да се направятъ никакви обобщения.

Въ тази статия ние ще поговоримъ само за дѣтската смъртностъ, до колкото това е възможно за сега, и нека видимъ, каква е важността въ това отношение на извѣстнитѣ до сега статистически данни. Изъ събранитѣ отъ д-ра Игнатиева статистическия материалъ за гр. Балчикъ се вижда, че дѣтската смъртностъ тамъ е голѣма и че тя е въ обще по-голѣма, отъ колкото въ Европа.¹⁾ Ка-

¹⁾ Д-ръ Пречекъ. История болгаръ. Рус. пр. Одесса, 1878, стр. 125.

²⁾ Hufeland's *Macrobiotik* стр. 277.

¹⁾ В. „Здравие“, брой 6, год. 1885, ст. 46.

къвъ % дѣтската смъртностъ съставлява отъ общата не е обаче опредѣлено, нито пакъ е опредѣленъ % на дѣтската смъртностъ въ първата и послѣдующитѣ години. Д-ръ Игнатиевъ обаче е забѣлжилъ единъ сериозенъ фактъ, а именно, че населението въ гр. Балчикъ се е намалило въ три години на 10%! Интересенъ е фактътъ, забѣлженъ отъ д-ра Игнатиева, че въ гр. Балчикъ се раждатъ повече момичета, нежели момчета. По-надолу ще видимъ, че това явление не се срѣща навсякъда по нашението.

Особено ясни и точни биостатистически данни намираме ний у д-ра Окса за Варненската околия презъ 1884 год.¹⁾ Въ 66 села отъ тази околия, съ население 24736 души, сж се родили въ една година 1218 дѣца, когато, въ сжщото време, общата смъртностъ въ казанитѣ (66) села била 439 души, или около 1,8%, т. е. населението въ тази села се увеличило съ 779 души или съ около 3,2% въ една година. Такова увеличение е повече отъ утѣшително. Частната смъртностъ на дѣцата до 5 годишната имъ възраст била 22%, което е также твърдѣ утѣшително. Такива почти утѣшителни данни ни съобщава д-ръ Окси и за Разградски окръгъ²⁾: Смъртността (общата) презъ 1882 г. въ гр. Разградъ, казва авторътъ, била незначителна; отъ 11,034 души население въ града умрѣли само 177 чел. или 1,6%, а се родили два пѣти повече, т. е. 3,2%. Въ Разградски окръгъ, при 5% нарождение, има 3,2% обща смъртностъ, т. е. имало само 1,8% годишно увеличение на населението въ окръгътъ³⁾. Значи годишното увеличение на населението въ окръгътъ е на 0,2% по-голямо отъ годишното увеличение на жителитѣ въ града (1,6%), и то при незначителна обща смъртностъ въ него презъ казаната (1882) година. Расплодителната сила за Варненската околия и Разградски окръгъ е еднаква (5%), но общата смъртностъ (въротно е: дѣтската) е значително по-малка въ първата (1,8%), нежели въ вторий (3,2%). Гр. Разградъ, наистина, има по-малка обща смъртностъ отъ околнитѣ си, но и по-малка расплодителна сила отъ послѣднитѣ, и за това, както видѣхме, населението въ послѣднитѣ, т. е. въ окръга, расте по-бързо, отъ колкото въ града. По наше мнѣние колебанията въ общата смъртностъ на населенията въ Варненската околия, въ гр. Разградъ и въ неговий окръгъ зависи отъ колебанията на дѣтската смъртностъ въ казанитѣ мѣстности, т. е. общата смъртностъ е най-голяма тамъ, гдѣто най-много (относително) мрѣтъ дѣцата. Частната дѣтска смъртностъ обаче не е опредѣлена

за Разградски окръгъ⁴⁾. Въ Разградъ тоже се раждатъ повече момичета, отъ колкото момчета, както е въ Балчикъ; въ окръга обаче числото на момчетата е значително повече отъ онова на момичетата.

Ний видѣхме («Здравие», брой 21), че даннитѣ на г. Илиева за Старо-Загорски окръгъ сж приблизително съгласни съ ония на д-ра Окса; тъй, процентътъ на ражданията е двойно по-голямъ отъ общий процентъ на смъртността и че народонаселението расте отъ година на година, а именно на 100 душ. умиратъ въ годината максимумъ 2, а се раждатъ 4; това е общо въ цѣлий департаментъ. Мажкото народонаселение въ цѣлия окръгъ надминува женското; сжщото се забѣлжава, казва г. Илиевъ, и въ отдѣлнитѣ околии, съ изключение само на Казанлъжската и Чирпанската, гдѣто женското народонаселение твърдѣ незначително надминава мажкото. Числото на раждаемитѣ отъ мажкий полъ всякога обаче е по-голямо отъ числото на раждаемитѣ отъ женскитѣ. Съ това се обяснява, продължава г. Илиевъ, невъвеждането у насъ на зестритѣ (приката). Изъ представенитѣ таблици на г. Илиева се вижда, че за мажкий полъ смъртността е по-голяма, отъ колкото за женскитѣ, а именно на 100 умрѣли жени се падатъ 108 умрѣли мажже, но „излишекътъ въ ражданието на мажскитѣ полъ не може да се уравновѣси съ излишекътъ въ смъртността на сжщитѣ полъ“. Като взема само българското народонаселение въ окръга си, което въ 1880 год. било 130913, а въ 1884 станало 142923 души, г. Илиевъ намира, че то въ 4 години дало 12010 души чисто увеличение или около 2,3% въ годината. Това увеличение е общо за цѣлий окръгъ.

Както виждатъ читателитѣ, статистическитѣ данни на г. Илиева сж доволно сходни съ ония на г. д-ра Окса: годишното увеличение на населението въ С.-Загорски окръгъ е по-голямо отъ онова въ Разградски окръгъ, но е по-малко отъ годишното увеличение въ Варненската околия.

Жалко е само, че и г. Илиевъ не е опредѣлилъ смъртността на новороденитѣ въ първата и послѣдующитѣ имъ години. Не е толкова важно да знаемъ само общата смъртностъ въ една страна за да сждимъ за санитарното състояние на нейнитѣ жители; необходимо е още да знаемъ, какъвъ е размѣрътъ на дѣтската смъртностъ отдѣлно, какъвъ процентъ съставляватъ отъ общата смъртностъ въ страната и колко отъ 100 новородени доживѣватъ до края на

¹⁾ В. „Здравие“ 1885 год. брой 5, стр. 38.

²⁾ „Годишенъ отчетъ за санитарното състояние на Разградски окръгъ“ 1882 год. стр. 5.

³⁾ Ibidem, стр. 11.

⁴⁾ Къмъ упомянатия отчетъ, представенъ въ своето време въ медицинското управление, имахме притурени статистически таблици за раждание и смъртностъ по възрастта, тъй щото лесно може да се отдѣли дѣтската смъртностъ отъ общата. За жалость, ний нямаме сега на ръка тези таблици. Ред.

първата, втората и петата си година. По дѣтската смъртност по-вѣрно може да се сѣдиза санитарнитѣ условия, въ които живѣе данното население. Лошитѣ санитарни условия най-лесно се отзоваватъ на слабѣй и крехкѣй дѣтскѣй организмъ и скоро го убиватъ. Въ нѣконъ вѣспитателни домове въ Европа, гдѣто условията за живота на дѣцата сѣ много лоши, дѣтската смъртностъ достига до 80 и повече на 100, още въ първата имъ година! Слѣдователно, статистическитѣ данни частно по дѣтската смъртностъ иматъ голѣмо значение не само за опредѣленіе санитарнитѣ условия на една страна, но и защото още само по тѣхъ може да се прави най-точно заключение за увеличението или умалението на народонаселението въ нея. (Слѣдств.)

За лещенката.¹⁾

Прев. В. Д. Стойковъ.

Лещенката е една отъ най-слабитѣ заразители болѣсти. Нейното заразително вещество се узнава по неговото дѣйствие върху човѣка и по свойството му да предизвиква у послѣдния само лещенката и никога друго нѣкое каквото и да е болѣдуване. Крѣвта и слюнката на болния отъ лещенка, като съдържатъ въ себѣ си тая зараза (лещенката), служатъ за главни източници на нейното распространение. Върху това послѣдното иматъ безспорно влияние годишнитѣ времена. Така напр., ако тази болѣсть се появи между населението презъ есеннитѣ и зимнитѣ мѣсеци, или пъкъ презъ нѣкое хладовито и влажно лѣто, и ако на време не се взематъ мѣрки, било отъ правителството или отъ самото население, противъ распространението ѝ, то нейното развитие може да достигне до степенъ на епидемия. Тукъ, безсѣмийно, играе не малка роль това обстоятелство, гдѣто презъ едно такова време — хладно и влажно — хората се затварятъ въ жилищата си, съ което се затруднява тѣхното провѣтриване и се дава благоприятно условие за развитието на заразата. — Умѣренното и разумно провѣтриване на жилищата има важно и твърдѣ голѣмо значение въ предвариването на епидемическитѣ бѣдствия, тъй като чистия прѣсень въздухъ не дава възможностъ за сгѣстяване на заразата въ затвореното мѣсто.

Дрѣхитѣ, както и другитѣ предмети на обшежитието, сѣщо могатъ да бѣдѣтъ заразители; за това съ подобни нѣща трѣбва да се обхождаме крайно предпазливо. Преди предаванетоъ имъ отъ домътъ, въ който е имало болни, за въ други домъ, гдѣто подобно нѣщо

не е имало, тѣ — дрѣхитѣ — трѣбва да се провѣтрятъ добръ или пъкъ да се оператъ въ луга. А предъ видъ на тѣхната незначителна цѣнность, сравнително съ злото, което могатъ да докаратъ, най-умѣстно и най-добръ е да се изгарятъ въ огъня. Изгориваніето имъ е необходимо особено тогава, когато лещенката върлува като епидемия.

Отъ лещенката страдатъ повече малолѣтнитѣ дѣца, отъ колкото възрастнитѣ и старитѣ хора. Твърдѣ рѣдко, въ видъ на крайно исклучение, хората могатъ да заболяватъ презъ живота си два пѣти отъ тази болѣсть. Отъ минутата на заразяването до видимото проявяване на болѣстѣта се изминава обикновено доста дълго време — отъ 8 до 14 дѣня; презъ всичкото това време у заразенъ човѣкъ не се забѣлѣзва нищо друго, освѣнъ изгубване на апетита, безсиліе въ членопетѣ и др. т. Дѣцата презъ това време — на скритото влияние на заразителното вещество — губятъ веселието си, не обръщатъ никакво внимание на обичливитѣ си играчки, малко, почти никакъ не ѣдѣтъ, и много спѣтъ. Всичкитѣ тѣзи признаци, ако и да показватъ, че дѣтето е заболѣло, тѣ обаче не даватъ възможностъ да опредѣлимъ характера на болѣстѣта, съ други думи казано, не ни даватъ възможностъ да назовемъ болѣстѣта на име. (Слѣдств.)

Домашна аптечка.

Отъ проф. Ф. Пуссбаумъ.

I.

Нѣконъ отъ другаритѣ ми, като бѣха отишле презъ лѣтото въ нѣкое мѣстностъ, гдѣто мячно се намира добръ докторъ, обрѣнахъ се къмъ мене съ молба да ги снабдя съ лѣкарства; азъ имъ пратихъ отъ себе си единъ термометръ, едно шише отъ 100 грамма съ силно разтворена карболова киселина и единъ метръ гуттаперчова (каучукова) книга.

По послѣ ги събѣтвахъ да си доставятъ чрезъ домашния си лѣкаръ нѣколко праха амоніа по 5 сантиграмма една и нѣколко праха морфейнъ по 3 сантиграмма всѣкий.

Туй то всичко. И азъ не чухъ, щото нѣкой отъ тѣхъ да е останалъ отъ тѣзи лѣкарства недоволенъ, а напротивъ, много ми изразихъ своята благодарностъ на право.

Термометръ съставлява безусловна необходимостъ, ако искаме да избѣгнемъ всѣко гризение на събѣстѣта; ако се появява силна трѣска, твърдѣ силно изнемошаване, то турятъ въ подмишката термометра, оставятъ го да постои до 12—14 минути и глѣдатъ, колко на високо се е подигналъ живака.

¹⁾ Изъ книгата на д-ра Н. Петровъ: „Бѣдѣи врача“. СПБ.

Медицинските термометри сѫ раздѣлени на сто градуса. 37,5° е нормалната температура. Ако термометра се издигне до 39,0° или до 40,0, то това показва на силна трѣска, и на другата сутрѣш, термометра ще ни покаже трѣбва ли да викаме доктора или не. Ако на другия день температурата е все още висока, 38,5—39,0 или още повече, то работата е толкова сериозна, щото доктора е необходимъ, като изключимъ само този случай, когато тази висока температура може да бѣде обяснена съ нѣкоя вънкашна причина, напр. отъ набиране гной подъ нарива, или отъ озрѣването на нарива. Работата се състои въ това, че образуването на гной дава твърдѣ висока температура, което въ повечето случаи се свършва благополучно.

Има такива раздразнителни хора, особено дѣца, у които отъ най-нищожнитѣ причини се появяватъ студени тръпки съ висока температура. Това докарватъ даже малко разстройство въ стомаха и настиване на кожата; но затова пѣкъ на другия день тѣ се поправятъ до толкова, щото става на всички очевидно, че тука нѣма никаква сериозна болѣсть. Всѣко пзнемощиаванне, всѣка трѣскава болѣсть дава у тѣхъ единъ и сѣщия рѣдъ признаци: главоболне, растреперване, разбитостъ въ коститѣ, отсъствие на апетита (ищаха), кабусъ, намалено отдѣляние на пикочѣта, висока температура на тѣлото и бързъ пулсъ.

Бързия пулсъ лесно може да ни измами, защото у раздразнителнитѣ, нервни хора пулса твърдѣ лесно се ускорява на времени, безъ всѣка болѣсть и безъ всѣка трѣска. Това се продължава малко време, слѣдъ което пулса пакъ става обикновенъ.

За това измѣрването на температурата дава доста твърда подпорка за опредѣленіе болѣзненитѣ състояния. По термометра ний познаваме тѣй сѣщо подобритията при вънкашнитѣ и вътрѣшнитѣ болѣсти.

Спорѣдъ моето мнѣние, той е най-вѣрний свѣтъникъ за едно семейство. При ниското стояние на термометра не може да се случатъ нищо лошо и нѣма причини за опасностъ. Разбира се, трѣбва да правимъ изключеніе за твърдѣ нискитѣ температури отъ 34,0°—35,0° у умирающитѣ и замръзналитѣ; но за тѣхъ не ще да говориме тука.

II.

Да предположимъ, че у нѣкое дѣтенце или възрастенъ мжъ се е появило силно ослабване, за което не може да се издиратъ никаква причина. Надвечеръ главоболнето се усилило, апетита изчезналъ; силното разслабване въ коститѣ и растреперване принуждаватъ болния да си лѣгне на постелата. Термометра, туренъ подъ милицата му, показва 38,6.

— Какво да правимъ въ този случай?

— Ако стомаха не е разстроенъ, ако въ тѣлото не усѣщаме на никакѣ страдание, напр. бодѣжъ въ гърдитѣ или болки въ гърлото, то най-вѣрното е, че тука има настинка — разстройство въ отправленията на кожата. Но намъ не ни трѣбва да се вдълбочаваме толкова и да търсиме причината на болѣстѣта: ние можемъ да направимъ на болния несъмнѣнно облекчение, ако изпълнимъ нѣкои най-елементарни предписания. Първото правило при всичкитѣ болѣсти се заключава въ това, да си държимъ главата въ хладина, краката на топло и стомахо-червния каналъ — свободенъ.

У дѣцата, ако ги силно трѣсе, трѣбва внимателно да разгледаме кожата, защото кожнитѣ сипейни болѣсти (скарлатина, лещенка), начеватъ обикновено съ висока температура. Ако не се укаже никаква такава болѣсть, то първия вечеръ трѣбва да се задоволимъ съ тѣзи правила:

Турятъ болния на постеля, раскладяватъ му главата, нагрѣватъ му краката и ако отъ много време не е ходилъ на по-вънъ, то голѣмо облекчение ще му направи клистиръ (тулумба) съ топла вода. Раскладяването на главата най-добъръ става посредствомъ двѣ кърпички, отъ които едната държатъ постоянно въ ледъ или въ студена вода, а другата, като исцѣдятъ добръ, налагатъ я на главата му и я снематъ, щомъ се постои малко. Ако температурата на тѣлото е голѣма, много полза ще има, ако туримъ една киели съ ледъ на главата, а друга, тоже съ ледъ, на сърдцето; съ това ще отнемемъ повече топлина и по-скоро ще спадне температурата.

Ако болния нѣма апетитъ, то не трѣбва насилва да му вкарваме храна, защото отсѣтствието на храната само по себе си съставлява прекрасно цѣловито средство, и въ всѣкий претоваренъ стомахъ излишека по-скоро се изсмуква, ако оставимъ болния безъ храна. Но за това всѣкий болний, у който има силенъ огънь, се нуждае отъ изобилно питие; съ тази цѣлъ даватъ подсладена лимонена вода или малко ядлиновъ сокъ съ вода. Ако болния го пообиватъ тръпки, тогава му даватъ нѣколко чапки отвара отъ цвѣта на царскискиптръ (*florae verbasci*) или много рѣдѣкъ черъ чай.

Отъ пазянето на това сѣщо правило (главата на студено, краката на топло, стомаха свободенъ) се излѣкуватъ стотини болѣсти, и ний можемъ да бѣдемъ увѣрени, че ако болния ние много и се въздържа отъ храна, то той ще облекчи значително болѣстѣта си.

Истудяването на главата се е изучило по-добъръ въ скоро време. Оказало се е, че освѣтъ приятното осѣщанне при раскладяването на горѣщото чело, студа оказва твърдѣ

силно влияние на отправления на всичките жлъзисти органи, особено на бжбрецитъ. Тука работата е, че жлъзиститъ органи се намиратъ подъ централното влияние на нервнитъ и това влияние може да бжде регулирано посредствомъ истудиваннето на главата.

Даже когато нѣма никаква болѣсть, а просто съществува възбудено състояние, което лишава човѣка отъ сънъ, може да се достигне значително успокоение, ако туримъ на тила и на задната повърхнина на врата исцѣдена отъ студена вода кърпичка и да я покриемъ отъ горѣ съ суха кърпа. Някои считатъ това прямо за успокоително средство.

Стоплянето на краката доставя на болния неизразимо приятно усѣщанне, ако краката отдавна сж били студени като ледъ, както това всѣкога бива при трѣскавитъ растрепервания. Стоплената кърпичка, или шише съ топла вода, се явява като истинско благодѣяние, и най възбудителния болѣнъ положително се успокоява, ако го туримъ на постелата, да му истудимъ главата и да му направимъ краката топли. Горизонталното положение въ постелата е тъй силно голѣмо лѣчебно средство.

Всѣко възбуждение утихва ако болния е въ спокойно положение. За това даже разгнѣвенитъ хора ги съвѣтватъ да си полѣгнатъ на патъ и да се успокоятъ. Твърдѣ е възможно, щото това, наистина, да помага, но страстнитъ, распаленитъ натура, едва ли ще могатъ до толкова да се владѣятъ сами, щото да послушатъ подобенъ съвѣтъ. Болнитъ — друга работа; тѣ сами тозъ часъ се съчатъ какъ горизонталното положение ги облекчава. Трѣбва да се удивляваме, като пресмѣтнимъ колко вътрѣшни болѣсти преминуватъ отъ спокойното лѣжане въ постелата и отъ диетата.

На докторитъ твърдѣ много имъ забѣлѣзватъ, че за малки работи тѣ сж готови да искомандуватъ на болния да лѣгне на постелата си; но ако разгѣдаме добрѣ работата, то ще видимъ че тѣ сж съвършено въ правото си, защото много нещастия могатъ да бждатъ скоро и вѣрно предотвърнати съ лѣжането въ постеля. Препълването на вътрѣшнитъ органи съ кръвъ, отъ каквото и да стане то, отъ преливи въ мозъка, въ бѣлия дробъ, въ стомаха, които правятъ кожата суха и студена, и пораждатъ чувство на слабостъ и изнемошаването, бързо преминуватъ въ постелата. Всичката повърхностъ на тѣлото се стопли, става мека и влажна, кръвта се оттегля отъ препълненитъ вътрѣшни органи къмъ кожата, и това освобождение на центра е въ висша степенъ благодѣтелно за насъ и само то ни дава здравие.

Отъ само себе си се разбира, че отъ болния трѣбва да снемемъ всичкитъ стѣгнати и

завързани части отъ облѣклото. Въ безпрепятственното кръвообращение се заключава главното значение на постелата за здравнето. Въ това именно е и главната причина, дѣто на другия день се осѣщаме тъй разбити и ослабнали, ако ни се случи да прекараме ношъта не въ постеля, а на нѣкое канапе. Да спимъ безъ да се съблѣчемъ, значи — почти никакъ да не спимъ.

Слѣдъ всичко горѣказано, ний трѣбва да се съгласимъ, че докторитъ сж съвършено прави, когато тѣ причисляватъ постелата къмъ най-важнитъ и най-необходимитъ лѣчебни средства. Ако освѣнъ това пазимъ още и диетата, то, чрезъ нѣколко дена, болѣстьта въ повечето случаи преминува съвършено.

На другата сутринъ ний вече съ радостъ забѣлѣзваме, че нашия скѣпъ болѣнъ е пакъ веселъ и бодръ или поне до толкова се е поправилъ, щото дава надежда чрезъ единъ-два дена отъ ново да стане на крака.

ОБЯВЛЕНИЕ.

ПОКАНА

за

Научно-литературния вѣстникъ „НАПРѢДЪКЪ“

Година първа.

Цѣльта на в. „Напрѣдкъ“ е да разпространява между народа общеполезни знания по всичкитъ отрасли на общественния животъ и да го запознава съ литературнитъ произведения на по-общезнаѣтнитъ съвременни автори.

Вѣстникъ „Напрѣдкъ“ ще излиза два пѣти въ мѣсеца на двѣ печатни коли (8 листа). Цѣната му е: за година 12 лева; за 1/2 год. — 7 лева; за 3 мѣсеца — 4 лева. За въ странство прибавятъ се и пощенскитъ разходи.

Редакторъ-Издателъ Д. Иовевъ.

Останѣлитъ въ редакцията екземпляри
на вѣстникъ

„ЗДРАВІЕ“

се продаватъ: 1885 г. (подвързани) п 1886 г. (съ книжката „Върху сифилисътъ“) по седемъ лева за годината, съ испращането.

ОТЪ РЕДАКЦИЯТА.

По причина на празниците и натрупването на много работа въ печатницата, 1-я брой не можа да излѣзе на 1 Януарий, а само днесъ. Липсующия брой ще го набавимъ въ най-скоро време.