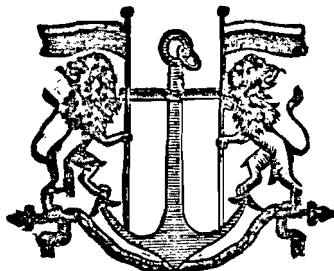


ВАРНЕНСКИЙ ОБЩИНСКИЙ ВѢСТНИКЪ

ИЗЛИЗА ТРИ ПЪТИ ВЪ МѢСЕЦА,
обикновенно на 1, 10 и 20 числа.

Цѣната на вѣстника за година е
1 лева.

Отдѣленъ брой 10 ст.



Писма, статии, пари и всичко що е за вѣстника се праща до Градско-Общинското Управление въ Варна.

За обявления се плаща за редъ:

На първа страница 50 стот.
„ втора и трета страници . . . 30 „
„ четвърта страница 20 „

ТЕЛЕГРАММИ

Поповъ, за Кметъ—Варна

Моята сърдечна благодарност Вамъ и на гражданитѣ за изказанитѣ благопожелания за рождениия день на Прѣстолнаслѣдника.

Князътъ

София—Двореца

Т. Т. Ц. Ц. В. В.

Въ лицето на Августейшитѣ родители, нашитѣ въздѣленни Господари, съ чувства на най сърдечна и искрення любовъ приветствувамъ отъ страна на населението на гр Варна съ днешний знаменателенъ—тържественъ девъ многообичний ни Прѣстолнаслѣдникъ Н. Ц. В. Княза Бориса, на Когото молихъ да подарятъ всѣко добро и дълги дни за утвърждаването на народната ни Династия, въ крѣпкостта на която е славата и величието на България.

Да живѣе Българский царствующъ домъ,
Да живѣе България!

за Кметъ: Поповъ

Изводъ отъ рѣшенията на Варненский Град. Общинский Съветъ.

18-й Декемврий 1896 година.

502. I. Удобриватъ се произведенитѣ на 9, 10, 11, 12, 13 и 14 т. м. търгове за отдаването подъ наемъ градскитѣ касапски дюкяни и разни бараки, находящи се въ 5-тихъ части на града.

II. Търгътъ за къщата No. 1099 въ III-й участъкъ не се удобрива по причина ниската цѣна, предложена въ него.

III. Дюкянитѣ въ IV-й уч. „Татаръ-капия“, за които не сж се явили конкуренти, както при първитѣ, така и въ послѣднитѣ търгове, да се отдадѣтъ чрѣзъ търгръ, ако се явятъ желающи да ги наематъ. Ако и въ тоя търгръ не се явятъ надавачи, възлага се на Общинското Управление грижата да ги отдаде по доброволно съгласие.

IV. Прошението на иѣкои отъ касапитѣ, за да не се удобриватъ търговетѣ на касапскитѣ дюгени, упоменати въ I-та статия, да се остави безъ послѣдствие.

503. I. Приема се по принципъ измѣнението и допълнението „Правилника за хлѣбаритѣ“ въ града, приетъ отъ съвѣта прѣзъ 1891 г. съ рѣшение № 555. II. За приглѣждане и вписанне въ него нуждитѣ измѣнения и допълнения назначава се комиссия отъ г. г. съвѣтницитѣ: Дръ А. Ксантовъ, Савва Марковъ и Градский лѣкаръ Дръ Янопуло.

504. Удобрива се произведений на 16 и 17-й того търгръ за доставката отъ мѣстени шаякъ: 35 панталони, 35 мундира, 35 качулки и 35 кожани калпаци и се възлагатъ първитѣ (панталонитѣ, качулкитѣ и мундиритѣ) върху Стоянъ С. Стояновъ за 1225 лева, а калпацитѣ за 129 и 15 ст. върху Ангелъ П. Келешевъ.

505. Удобрива се произведений на 5 и 6 Ноемврий в. г. търгръ за отдаването на предприемачъ за прѣзъ 1897 год. освѣтленето на градскитѣ улици и възлага се това прѣдприятие върху Варненца Н. Таптаклъ по 21 левъ годишно паление на всѣки фенеръ.

506. Да се опростятъ лихвитѣ на дължимата отъ П. К. Шишковъ на Общината сума 3500 л. заедно съ съдебнитѣ и други разноси, които той включително съ означената сума е осъденъ да заплати, но съ условие, ако той (Шишковъ) я внесе напълно до 1-й Януарий 1897 година.

507. Да се одържи отъ суммата, която има да получава отъ общината предприемача по освѣтленето града М. Д. Коларовъ за неиспълнение на чл. 5 отъ сключеный за тая цѣль между него и Кметството контрактъ, съгласно задълженнето му, изложено въ чл. VIII отъ сжщий контрактъ — по 4 лева на фенеръ за всички западени на 11-й Декемврий в. г. градски фенери на брой 942, или всичко да му се одържѣтъ 3768 лева.

508. Удобрива се оцѣнката 18 л., дадена за всѣкой □ метръ на мѣстото, принадлежаще на Семхула А. Презенти, находяще се въ III уч. на града и състояще се отъ 279.80 □ метра, отходяще подъ улицата „Охридска“ и разрѣшава се исплащанне стойността му 5036 лева.

509. За раздаването само на пуждающитѣ се бѣжанци—Арменци отъ мѣстний по настаняването имъ комитетъ суммитѣ, отпущани отъ *Софийското Английско Агентство* назначава се комиссия, състояща се отъ П. Кмета Г. Ив. Ноевъ и г. г. съвѣтницитѣ: Савва Марковъ и Мадатия Суязовъ.

510. I. Удобрива се съставеный отъ Лѣсничея при Варненската Окръжж. Постоянна Коммисия Г. Ив. Поповъ *стопански планъ на общинската гора* заедно съ придружающитѣ го карти и описание на сжщата гора П. Тоя планъ заедно съ приложенията му да се испрати въ мѣстната Горска Инспекция за препращанне въ Министерството на Земледѣнието и Търговията на утвърждение.

511. Да се отпустнатъ отъ Общинската касса на Лѣсничея при Варненската Окръжна Постоянна Коммисия Г. Ив. Поповъ 500 л.—*възнаграждение* за работата по снетий отъ него стопанский планъ на Общинската гора.

512. Прошението на Ат. Петровъ— да му се заплати стойността на наема на къщата му въ V-й уч. на града, служаща за училище и за слѣдующитѣ 2 години предплатено сега, а не въ края на всѣка отъ

тия години, както е предвидено въ контракта,—да се внесе въ Училищното Настоятелство за разглеждане.

513. Удобрива се сключеный между Общинското управление и Руссенский жителъ Ив. Котелниковъ контрактъ за доставяние на 1000 къса (парчета) камъни отъ Шайтанджийската кариера, нуждни за полигоннитѣ точки на кадастралната снѣмка на града и разрѣшава се исплащанieto имъ по 3 л. и 30 ст. погонный метръ; но слѣдъ окончателното имъ прѣдаване отъ предприемача, по което всички равности, освѣнтъ градскитѣ даждия: „октроа“ и „бачъ“, сж за негова смѣтка.

514. Удобриватъ се купенитѣ отъ Моисъ Натанъ по доброволно съглашение 36 револвера „С. Килманъ“, нуждни за въоружението на Общинскитѣ пощни стражари и разрѣшава се исплащание стойността имъ 648 л.

515. Да се заплати на адвоката К. Ранковъ суммата 115 лева, по изпълнителенъ листъ № 4962 отъ н. г. на Варненский Окръженъ сждъ — сждебни разности по дѣлата на Общината № № 203 и 204 отъ 1896 г., по описа на III Варненский Миротий Сждия, заведени противъ Бекиръ Яха и поржчителитѣ му Г. Ноевъ и Д. К. Боевъ за наемъ на общин. касапски дюгени.

ВАРНЕНСКО ГРАДСКО ОБЩИНСКО УПРАВЛЕНИЕ

ОБЯВЛЕНИЯ

№ 747

Варна, 17 Януарий 1897 година.

Вслѣдствие предписанието на Господина Варненский Окръженъ Управителъ подъ № 428, Варненското Градско Общинско Управление обявява, че съ Высочайший указъ отъ 8-й того подъ № 1, е растурено „Търговското международно дружество“ въ г. Варна.

№ 167

Варна, 8 Януарий 1899 година.

Варненското Град. Общинско управление, вслѣдствие писмото на Г-на Варненский Град. Началникъ отъ 3-ъ того подъ № 29, обявява за знание на населението въ гр. Варна, че по едрия рогатъ добитъкъ въ с. с. Урумъ-къой, Каба-сакалъ, Атанасъ-къой, Бургазска околия, с. с. Българъ-бей-къой, Шахларъ Коркуджа, Туръ-бей-къой, Комарево, Каджъкой, Карнобатска околия, с. с. Кара-сарлий, Малко ченге, Кованъ-махале, Айтоска околия, се появила болѣстятъ „Шапъ“, а по овцетѣ въ с. Драка е констатирана болѣстятъ „Шарка“.

Вслѣдствие писмата на Г-на Варненский Град. Началникъ отъ 28-й Декемврий м. г. подъ № № 14072, 14073 и 14084 обявява се на населението отъ гр. Варна за знание слѣдното:

1) Върлующата по едрия добитъкъ въ с. с. Аккаданларъ, Анасчикъ, Сюгчикъ, Кара Амурларъ и Караларъ, Сицистренска околия болѣстятъ „Шапъ“ се прѣкратила.

2) По едрия рогатъ добитъкъ въ с. с. Снименъ и Костенъ, Карнобатска околия, била констатирана сжщата болѣсть.

3) Появилата се по овцетѣ въ с. с. Купуджи-махале, Гьокче-Дюлюкъ, Кокарджа, болѣсть „Шар“

ка“ се прекратила, а по коньетѣ въ с. с. Владимирово, Добричка околия е констатирана.

4) Появившата се болѣсть „Шапъ“ по едрия рогатъ добитъкъ въ с. с. Арнаутъ и Ерджий, Арнаутларска община, Юшиклеръ и Шекире, Разградска околия, се е съвършено прекратила. Прекратила се е тоже болѣстятъ въгенъ (Anthrax), която е върлувала по овцетѣ въ с. Арнаутъ, Разградска околия, с. Ясенково, Абдулска община и Хърсово, Кеманларска околия, Разградско Окръжие.

5) Въ с. Кадж-къой, Айтоска околия по едрия рогатъ добитъкъ е констатирана болѣстятъ „Шапъ“, а въ с. Бемина, Бургазска околия — болѣстятъ „Шарка“ по овцетѣ.

6) По едрия рогатъ добитъкъ въ с. с. Кара-Тепе, Медлешъ, Текедже, Белевренъ и Каяли, Бургазска околия е констатирана болѣстятъ „Шапъ“, а по овцетѣ въ гр. Варна и с. Армутлий, Добричка околия, върлува болѣстятъ „Шарка“.

7) Въ с. с. Ютюкмеръ и Хасанъ-терзи, Разградска околия, е констатирана по коньетѣ болѣстятъ „Шапъ“, а по овцетѣ въ с. Клисарикъ, Куртъ-Бунарска околия, болѣстятъ „Шарка“.

За Кметъ: **К. В. Поповъ**

Секретаръ: **П. В. Петрановъ**

ВАРНЕНСКИЙ СЖДЕБЕНЪ ПРИСТАВЪ

Обявление

№ 4101

Обявявамъ, че слѣдъ двѣ недѣли отъ трикратното публикуване настоящето въ единъ отъ мѣстнитѣ вѣстници ще продавамъ въ продължение на 31 день публично въ канцеларията на Варнен. Сждебно Приставство дмуозначения имотъ, принадлежащъ на Варненеца Георги Стойковъ, за издължение дългътъ му къмъ Варненската Земледѣлческа Касса по изпълнителния листъ № 2663 отъ 1896 г., издаденъ отъ I Варненский Миротий Сждия за 225 лева, лихви и др. Той е: Едно лозе отъ 3 декара и 3 ара, въ Варненскитѣ лозя мѣстность „Совукъ-Суларъ“, съсѣди: Христо Атанасовъ, Татаръ Вели, Катина Тодорова и пжтъ, оцѣнено за 425 лева, отъ която ще почне наддаването. — Заинтересованитѣ могатъ въ присѣственнитѣ дни и часове да се явяватъ и наддаватъ.

Варна, 31 Декемврий 1896 година

1—3

Сждебенъ Приставъ: **Г. Захариевъ.**

Неофициаленъ Отдѣлъ.

Нѣколко думи по поводъ на пиянството у насъ.

Когато цивилизацията така гигантски крачи по пжтя на прогреса, когато човѣкъ все повече и повече се усъвършенствува, то и злинтѣ, които разяждатъ чловѣческия организъмъ, чловѣческото общество, все повече и повече се увеличаватъ. Най-голѣмото зло за сега, което съсипва човѣка, което съсипва семейството, даже цѣли нации, е пиянството. Наредъ съ цивилизацията върви ржка за ржка алкохолътъ, който

всичко унищожавана на пжтя си: умаломощява способността, убива духа на човѣка, а заедно съ това и тѣлото. Науката, тази вѣрна сплътница на човѣчеството, заедно съ благодѣтелнитѣ открития, които улесняватъ живота на човѣка, прави и тѣзи, които го убиватъ. Наредъ съ електричеството и парата, науката открива и усъвършенствува и способитѣ какъ да се получава спиртъ отъ всевъзможни плодове, даже и отъ просто дърво. А това дава възможность, щото тази отровна течность да бжде достъпна и на най-последния бѣднякъ. Науката открива и способитѣ какъ отъ тази отвратителна течность — спирта, да се приготвяватъ ароматичнитѣ и приятни на вкусъ коняци, ликйори, шампанско и пр. и пр., които да услаждатъ истъчненитѣ вкусове на днешната развалена младежь. Кой би помислилъ прѣди 50—100 години, че раскешнитѣ хлѣбни растения, които украсяватъ лѣтно врѣме полетата и баиритѣ и които зимно врѣме пълнитѣ хамбаритѣ на трудолюбивия земеделецъ и служатъ за храна на самото него и добитъка му, сега въ едно кратко врѣме се прѣвърщатъ въ фабриката на една огненна течность, която мори сжщия този земеделецъ, който съ потѣтъ на челото си е добивалъ отъ земята тѣзи хлѣбни зърна?

Злото, което принася спиртътъ на човѣчеството, е голѣмо.

Спиртътъ обезобразява човѣка. Достатъчно е да хвърлимъ само единъ погледъ върху пияния човѣкъ, за да се убѣдимъ, че въ него нѣма вече нищо човѣческо.

Този, който се интересува отъ живота на нашия народъ, на нашия селянинъ, ще се убѣди въ горчивата истина, че той бързо попада морално и материално. И не е далечъ бѣдщето, когато никой не ще бжде бѣ състояние да го спаси.

Борбата противъ народното невѣжество и противъ всичкитѣ пороци, за сега, трѣбва да се води само съ собственитѣ сили на нашата съзнателна интеллигенция. Тя трѣбва още за дълго врѣме да продължава своята сизифова работа между народа, както и въ турско врѣме. Не е ударилъ още часътъ на нейния отдиохъ. Да се работи, до като не е минало още врѣмето!

Сънятъ и неговата хигиена.

Много отъ читателитѣ като прочетжтъ зглавието на настоящата статия, ще кажжтъ въ себе си, че какъвъ ли интересъ прѣдставлява сънятъ и неговата хигиена, та е дотрѣбвало да се пишжтъ цѣли статии по него.

Сънятъ, читатели, дѣйствително прѣдставлява голѣмъ и жизненъ интересъ за човѣка, а особено за тогоя, който работи умствено. При днешната вратоломна бързина, съ която се развива човѣчеството, при днешната усилена борба за сществуване, която владѣе между цивилизованитѣ народи, мозъкътъ — нервната система — зема най-първото мѣсто въ борбата. Мозъкътъ е онзи органъ въ човѣшкия организмъ, който най-много работи. Отъ неговата исправна работа зависи и работата на всички други органи. Ако е растроена нервната система, то е растроенъ и цѣлиятъ организмъ. За да бжде здравъ мозъкътъ, той трѣбва да има прѣди всичко извѣстно врѣме за почивка, а почивката на мозъка, — това е сънятъ.

Мнозина оприличаватъ нашия организмъ на парна машина, въ която храната замѣнява въглищата; обаче тукъ храната играе малко по-друга роля, отколкото въглищата въ машината. Въглищата въ машината произвеждатъ само топлина, топлината — парата, а тази последната непосредственно кара машината; а въ нашия организмъ става нѣщо съвсѣмъ друго.

Тука съставнитѣ части на тази машина сами се разлагатъ (яджтъ се, ако можемъ така да се изразимъ) и това разложение на елементи, отъ които е съставенъ организмътъ, дава силата, топлината и въобще живота на тази чудна машина. Храната тукъ служи само за да попълня израсходванитѣ елементи, за да замѣстя загубеното. Всѣко наше движение, всѣко биение на сърдцето, всѣка наша мисль се съпровожда съ разложението на извѣстно количество материя отъ организма. И до гдѣто организмътъ е въ състояние да попълня тази загуба, до тогава той и живѣе. Обикновено израсходванитѣ елементи въ нашитѣ органи се попълнятъ веднага послѣ работата, въ врѣмето на почивката. Така напр., ако земемъ съ ржка единъ камъкъ и го хвърлимъ, то силата, която проявяваме въ този случай, е резултатъ отъ свиванието на извѣстни мускули на ржката, което пъкъ е послѣдвало отъ разложението на извѣстно количество материя отъ самитѣ мускули. Тази сега загуба отъ мускулитѣ се подпълня веднага, слѣдъ като доджтъ тѣ (мускулитѣ) въ спокойствие. И тѣй, всѣко движение въ органитъ на нашия организмъ се обуславя съ разрушеннето на собственитѣ имъ елементи и тѣ се допълнятъ, когато органътъ се намѣрва въ спокойно състояние. Ето защо е необходимо, щото всѣка работа на кой и да е органъ отъ нашето тѣло да се смѣнява съ почивка. Това е необходимо условие за живота.

Животниятъ организмъ е така устроенъ, щото всѣкой неговъ органъ, послѣ извѣстна работа, да има и почивка, толкова необходима, както видѣхме, за неговото сществуване. Даже органи като сърдцето и бѣлитѣ дробове, които повидимому бесспорно работжтъ, иматъ доста врѣме за почивка. Така напр., сърдцето послѣ всѣко свивание и распуцание (тупание) има отдиохъ, който се равнява на $\frac{1}{4}$ отъ врѣмето, което е нужно за да се извърши едно негово биение. А това значи, че сърдцето въ 24 часа почива 9 часа. Бѣлитѣ дробове послѣ вдѣхвание и издѣхвание на въздуха иматъ почивка, която се равнява на $\frac{1}{3}$ отъ врѣмето, което е нужно за да стане пълень актъ на дишаннето, а това значи, че бѣлитѣ дробове въ 24 часа почиватъ 7 часа.

Но така ли е съ мозъка, — съ нашата нервна система? Тукъ работата стои малко иначе.

Мозъкътъ е единствениятъ органъ, които не знае пълень отдиохъ. Въ бодърствующе състояние той бесспирно работи. Въ живота нѣма ни едно мигвание, гдѣто мозъкътъ да не работи. Всичко, каквото видимъ, каквото чувствуваме, каквото мислимъ, — всичко това е работа на мозъка. Но не стига това. Мозъкътъ управлява и всичката работа на нашитѣ органи. Нѣма ни единъ органъ на нашия организмъ, който да не е подъ непосредственното влияние на мозъка; нѣма ни една работа, която да се извършва въ нашето тѣло, безъ знанието и участието на нервната система. При такава грамадна работа, естествено, че не е възможно безъ почивка. А тази почивка за мозъкътъ е сънятъ.

Ние казахме по-горѣ, че всѣки органъ има извѣстно врѣме за почивка, но тукъ ще забѣлѣжимъ, че тази почивка (въ врѣме на усилена работа) не е достатъчна да попълни всичката загуба. Всички органи въстановяватъ своитѣ расходи само въ врѣме на съня. Въ съня, слѣдователно, почива не само мозъкътъ, но и цѣлиятъ организмъ. Ето защо сънятъ е единствената почивка, която само може да даде потрѣбното на организма, за да въстанови силитѣ му. Ето защо сънятъ е единъ отъ важнитѣ фактори на живота, безъ който сществуването е немислимо.

Послѣ тѣзи прѣдварителни бѣлѣжки, ние идемъ да запознаемъ читателитѣ си съ сщщността на съня, съ съпровождающитѣ го явления и съ неговата хигиена.

Какво нѣщо е сънятъ?

Сънътъ е това състояние на нашия животъ, въ което организмътъ продължава своята жизненна дѣятелностъ, но безъ нашето съзнание или, съ други думи, въ врѣмето на съня функциониратъ всички наши органи, отъ които зависи нашето съществуване, а се прѣкратава само съзнателната умствена дѣятелностъ. Ние казваме съзнателната, защото и въ врѣмето на съня има умствена дѣятелностъ, но тя не дохожда до нашето съзнание. На тази умствена дѣятелностъ се дължатъ нашитѣ сънища, за които, впрочемъ, ние ще говоримъ на пространно по нататъкъ.

И тъй сънътъ е това състояние на нашия организмъ, въ което той живѣе, но безъ да съзнава това.

Главната причина на съня, разбира се, ще изтърсимъ въ това обстоятелство, че мозъкътъ въ безспирната си работа се изтощава и има нужда отъ природическо спокойствие, което да му даде възможностъ да подтълня загубенитѣ материали. А непосредствената причина на съня е намаляване количеството на кръвта въ главния мозъкъ. Отъ това слѣдва, че всичко, което намалява притока на кръвта въ мозъка, произвежда сънъ. Въ това ние лесно можемъ да се убѣдимъ. Така напр., топлината, когато дѣйствува на цѣлото наше тѣло, располага къмъ сънъ. Всѣкой е забѣляжилъ, че лѣтно врѣме въ голѣмитѣ горѣщени, или пѣкъ зимно врѣме въ много топла стая, на човѣка му се доспива. Или пѣкъ, ако се грѣемъ зимно врѣме край огъня, то човѣкъ заспива както сѣди на стола. Причината на това е, че отъ топлината кръвта прилива въ повърхността на тѣлото — кожата се зачервява а, слѣдователно, тя се намалява въ мозъка и човѣкъ заспива.

Същото се забѣлязва и при студа. Когато е малко студено, на човѣка не му се спи, но щомъ е повечко студено, той захваща да клюма. Това се обяснява съ обстоятелството, че студътъ у здравитѣ хора произвежда сжщо приливъ (както и отъ горѣщото) на повърхността на тѣлото: лицето, рѣцѣтъ и краката почервеняватъ. А щомъ има приливъ на кръвта къмъ външнитѣ органи, то въ вътрѣшнитѣ има отливъ, въ мозъка, слѣдователно, количеството на кръвта се намалява и човѣка го клони къмъ сънъ. Тука, обаче, трѣбва да забѣлимъ, че много силниятъ студъ произвежда не вече естественъ сънъ, а единъ видъ уполяване, подъ което той заспива и често пѣти (ако не се спаси) за да не се пробуди никогa. Това се дължи на съвсѣмъ противоположни явления. А именно: отъ много силния студъ кръвоноснитѣ сждове на повърхността на тѣлото се свиватъ и всичката имъ кръвъ прилива въ вътрѣшнитѣ органи, а слѣдователно и въ мозъка. Таково състояние на мозъка произвежда вече не сънъ, а спячка (coma). Подобно заспивание е много опасно въ полярнитѣ страни. Читателитѣ може да сж чували, че въ русско-турската война за нашето освобождение много русски солдати прѣзъ зимата заспаха на Балкана отъ непробуденъ сънъ.

Пѣтешественницитѣ по полярнитѣ страни сж много добрѣ запознати съ сънливостта, която имъ навѣва силниятъ студъ и тѣ справедливо се опасаватъ и се борятъ съ всичкитѣ си сили противъ нея. Капитанъ Кукъ разказва, че въ планинската екскурзия, която е ималъ въ Огненната земя, щѣлъ да загине, заедно съ другаритѣ си, отъ студъ. Той казва, че д-ръ Solander, който е участвувалъ въ тази екскурзия, училъ другаритѣ си, че тѣ трѣбва да правятъ силни движения, щомъ забѣляжатъ, че имъ се доспива, защото, казва той, „който сѣдне да си почине, ще заспи, а който заспи, нѣма вече да се пробуди“. Но лувството на сънливостъ най-първо него овладало и той молилъ другаритѣ си да му позволятъ да посѣдне да си почине, обаче тѣ едва съ голѣмъ трудъ го довели до огъня и го спасили.

Това чувство на сънливостъ, което навѣва студътъ, е трудно прѣодолимо, защото то е приятно, както разказватъ мнозина. Ню-Йоркския професоръ Хаммондъ ето що разказва по това: „Азъ не веднѣжъ съмъ испитвалъ това чувство на сънливостъ, което иде подъ влиянието на студа и единъ пѣтъ безъ малко щѣхъ да загинж. Това се случи при моето въскрѣшаване на планината между Чеболерей и Коверо въ нова Мексика, когато температурата се повизи въ течение на 2 часа отъ 52°—29° F. Това произведе на менъ такова силно дѣйствие, че ако ми прѣдлѣжеше още да продължавамъ пѣтя си, то навѣрно щѣхъ да загинж. Но, за щастие, гостилницата бѣше близо и азъ на врѣме пристигнахъ, обаче още въ продължение на нѣколко минути азъ не бѣхъ въ сила да говорж. Испитанитѣ отъ менъ усѣщания бѣха отъ приятно свойство. Мене ме обзе непрѣодолимо стрѣмление да си починж и единъ видъ нѣга ме натисна, на която ми се искаше всецѣло да се отдамъ, а чувството на безпечностъ ме заставляваше да се отнасямъ равнодушно къмъ възможнитѣ послѣдствия. Азъ навѣрно би слѣзалъ отъ коня, за да се прѣдамъ на обзетото ме стрѣмление къмъ спокойствие, ако имахъ сила да направж това“.

И въ нашитѣ страни ставатъ голѣми студове, та подобно нѣщо може да се случи съ всѣкого. Ето защо е необходимо да се знае (отъ всички) сжщността на съня, който послѣдва отъ студа и неговитѣ сждбоносни послѣдствия.

Нека видимъ още какви могатъ да бѣдѣтъ причинитѣ на нормалния сънъ.

Процесътъ на храносмиланието като отвлича кръвта отъ главния мозъкъ, сжщо прѣдрасполага къмъ сънъ. Ето защо послѣ обѣдъ човѣка го овладява дрѣмка. Това, вѣрваме, всѣкой го е испиталъ.

Голѣма загуба отъ кръвъ (крѣвотечение), мажкрѣвие (анемия), сжщо располагатъ къмъ сънъ. Въобщце слабитѣ, анемичнитѣ хора много спятъ, на аслаж и иматъ нужда отъ сънъ. Ние видѣхме, че нормалниятъ сънъ е необходимъ на човѣка, както и храната. Слѣдователно, достатъчно врѣме за сънъ и при това спокоенъ сънъ сж първитѣ условия за доброто здравие. Който игнорира природата, той всѣкога бива наказанъ отъ нея.

Но при сегашнитѣ условия на живота, при сегашнитѣ напргания на нервната система, мнозина грѣшатъ противъ тѣзи основни правила на живота и повечето пѣти сжщо заплащатъ за това.

Тука ние ще разглѣдате всички явления, които сж свързани съ съня, отъ които едни му благоприятствуватъ, а други прѣчатъ, а заедно съ това ще разгледаме и срѣдствата, които да отстраняватъ тѣзи прѣчки. Но това за слѣдующия пѣтъ.

(Слѣдва).

(Изъ „Медицинска Беседа“)

ОБЯВЛЕНИЕ

Продавамъ собственото си мѣсто отъ 560 квадрата, находяще се въ V участкѣ, означено по планътъ № 39, буква И., между сѣди: А. Овчаровъ, Димитръ Радиновъ и Капитанъ Златевъ, съ най износна цѣна.

Варна, 17 Январий 1897 год.

3—1

Д. Апостоловъ.