



РЕДАКТОРЪ
Д-ръ КИРИЛЪ ИОРДАНОВЪ

ПРИРОДЕНЪ ЛЪКАРЪ

Съдържание:

	стр
1. Природолѣчението въ картини	1
2. Къмъ ученюлюб. читатели	1
3. Алопатия или природолѣчение	3
4. Скрити сили	4
5. Животъ или смъртъ	6
6. Запекътъ и неговото лѣкуване	7
7. Масажътъ като лѣчебно срдство	8
8. Български лѣкари за природното лѣкуване	9
9. За чудитѣ вещества по Луи Куне	10
10. Природното лѣкуване въ Германия — една научна екскурзия	11
11. Храна и хранене	12
12. Лѣчебни билки при маясълъ	13
13. Инжекциитѣ като опасна напасть	13
14. Въпроси и отговори — за перхута, витаминитѣ и оперирането на сливицѣтѣ	14
15. Дреболин и др.	15



ПРИРОДЕНЪ ЛЪКАРЬ

Научно-популярно списание за природно лъкуване
и природосъобразенъ животъ (биологична медицина)

РЕДАКТОРЪ **Д-ръ Кирилъ Йордановъ**
градски лъкарь

Бул. „Мария Луиза“ № 34
Варна, телефонъ № 28-46

Год. абон. 50 лв. | Чек. смѣтка 23-91 | За стран. 70 лв. |

Природолѣчението въ картини



Групово правене на сѣдящо-обтривната баня въ Деловъ-болницата
болница за природно лъкуване.

Къмъ ученолюбивитѣ читатели

Знанието е злато. Това е толкова по-вѣрно, колкото здравитѣ познания. Защото, безъ здраве нѣма щастие. Безъ здраве всички богатства сж безполезни. Защото, най-сетне, здравето е най-голѣмото богатство.

Бждете преди всичко здрави, па тогава мислете за богатства, за удоволствия, за преуспѣване въ живота. А много страдащи казватъ. „Голъ да съмъ, но здравъ да съмъ“. Да, но-само страдащитѣ, неизлѣчимо и тежко болнитѣ казватъ

Не натрапваме никому списанието. Ако не го желаете, върнете тази книжка чиста.

това. И ризата си сж готови да продадатъ за да възвърнатъ изгубеното си здраве, но, въ повечето случаи, много късно.

А не е ли хиляди пжти по-добре, тази заслужена цена за стойността на здравето, да направятъ всички о време—докато сж още здрави? И какво е нужно за тази разумна постъпка? Нищо повече—само разумъ, разбиране и воля. И тъкмо къмъ тѣхъ апелираме ние. Бждете разумни, оформете си здрави разбирания за задълженията ни къмъ здравето и закалете волята си, като я направите твърда за трудноститѣ въ живота. Следъ това отпочнете най-първо и преди всичко съ сериозни грижи за здравето си. Чакъ тогава можете да посветите време и трудъ на всичко друго. Но запомнете—нищо друго, преди всичко здравето. Това е неуборима истина. Запитайте страдащитѣ около си—ще се увѣрите!

Къмъ тѣзи, които сж годни да разбератъ тази велика истина и неотложна повеля на живота, отправяме горнитѣ редове и имъ изпращае настоящия първи брой отъ 13-та година на нашето списание „Природенъ лѣкаръ“. Ние Ви канимъ да се абонирате за списанието и го проследите една година само. Ще се увѣрите какви златни познания ще Ви носи то ежемесечно. А изпробвате ли го, разумниятъ трезвеникъ въ живота никога вече неще се раздѣли съ него. То ще стане неговъ настоленъ наржчникъ въ живота. Въ него ще дири изворъ на знания въ дни на здраве и болестъ.

Драги читателю,

Ако ти си старъ нашъ абонатъ, единъ е твоя дългъ—да го получаващъ и тази година и го препоръчвашъ другиму.

Ако ти си съвсемъ новъ, комуто сега за първи пжтъ се отдава случай да срещне списанието—прегледайте го внимателно; обмислете добре и решете. Ние Ви съветваме—абонирайте се!

Ако Вие, по независящи отъ Васъ причини, не можете да го получавате, четете го тамъ кждето го намѣрите.

Списанието струва годишно 50 лв. като дава премии за 40 лв.—книги по природно лѣкуване по изборъ отъ дадения на последната корица списъкъ.

Адресъ: Д-ръ Кирилъ Йордановъ, бул. Мария Луиза № 34 гр. Варна. Телеф. 28-46. Чек. смѣтка 23-91.

Не натрапваме никому списанието! Ако не Ви интересуватъ здравни познания отъ гледището на науката за природно лѣкуване, върнете тази книжка чиста!

Ако желаете да го получавате, пратете абон. 50 лв. по чек. см. 23-91 или съ пощ. записъ, или чисти гербови марки.

Срокътъ за отчитане съ право на подаръкъ е 1.1.1941 г.

Неотчетенитѣ до тази дата губятъ правото си на подаръкъ.

Истинскиятъ приятелъ на природното лѣкуване ще ни даде поне единъ новъ платенъ абонатъ.

Алопатия или природолѣчение

Наученъ диалогъ между Д-ръ Браухле, природенъ лѣкаръ и проф Гроте—алопатъ.

Беседа втора¹⁾

Астения — конституция и наследство — израждане на зародишнитѣ сили чрезъ неправилен хранене — конституционно лѣкуване и преобразуване на окръжаващитѣ ни условия — Високо кръвно налѣгане — Захарна болестъ — Хранене, което предотвратява заболяванията.

Д-ръ Браухле: Любезний Гроте, Вашата наука признава ли диагнозата „Нервна и съединително-тъканна слабостъ“? По понятието „нервна слабостъ“ ние сме единни. Съединително-тъканната слабостъ се манифестира съ блѣда, слабо окръвена, недостатъчно еластична кожа и неодстатъчно тъканно налѣгане. Но още и съ общо спадане на вътрешнитѣ органи (главно коремни и тазови). Обяснението на всичко намираме въ това, че както еластичнитѣ влакна, така и тѣзи на съединителната тъканъ и закрепителни връзки на вътрешнитѣ органи, сж загубили значителна частъ отъ своята спретнатостъ и издържливостъ. Когато наблюдаваме организма като биологично цѣло, което ние природнитѣ лѣкари винаги правимъ, бие на очи, че нервната слабостъ и слабостъта на съединителната тъканъ сж нераздѣлни прояви въ единъ и сжщъ организъмъ. Т. е. който има слаби нерви, има и слаба съединителна такъвъ и обратно.

Гроте: Азъ се радвамъ, че така поставенъ ми отъ Васъ реаленъ въпросъ въ неговата цѣлостъ, ни доведе до тамъ, където азъ и Вие се именно различавахме. Описаното отъ Васъ понятие за „нервна и съединително-тъканна слабостъ“, има безъ съмнение реална стойностъ. Тъкмо тукъ училищната медицина направи голѣмъ обратъ въ схващанията си. Въ последнитѣ 30 години училищната медицина напусна досегашното си органно-патологично схващане и премина къмъ конституционната патология. Твърде отдавна, Stiller издаде една ценна книга, въ която разглежда въпроса за т. н. астенична конституционна болестъ²⁾, за което именно Вие говорихте сега. Въ Франция, сжщото това болестно състояние, биде описано отъ Glenard, който подчерта явленията ѝ като присъщи на спада-

¹⁾ Беседа първа вижъ год. XII на списанието.

²⁾ Б. Р. Астенията, като конституционна болестъ е ново схващане въ медицината, наложило ѝ се отъ срѣдитѣ на природолѣчението.

Адреси на ученолюбиви познати, дайте ни, за да имъ пратимъ пробни броеве.

нето на вътрешнитѣ органи. Но най-голъми заслуги при изучаването на астенията като конституционно страдание, има немскиятъ клиницистъ Friedrich Martius, който внесе значителна свѣтлина въ патологическата сжшность на астенията. Изглежда, че не се касае до слабостъ само на една или друга тъканъ, а до вродено предразположение, датиращо отъ момента на зараждането въ самитѣ полови клетки. Сетне, въ време на живота, това вродено предразположение се доразвива и проявява. Следъ като възприе това ново схващане, училищната медицина направи първата, сериозна и окончателна стѣпка къмъ изоставяне дотогавашното си схващане, че болеститѣ идватъ отъ вънка, като премина къмъ разбирането, че първопричината на болеститѣ лежи въ самия организъмъ. Постиганията на бактериологията бѣха, които застрашиха да се изроди медицинската наука въ една крайность (за екзогенното, вънкашно произхождение), но, която катастрофа навреме се предотврати, благодарение на навременото новоориентиране на медицината къмъ схващане значението на онаследената конституционна особеностъ въ личността за заболяванията въобще (Genotypische Bedingtheit).

Ако се сѣди по трудоветѣ на Bircher-Benner, D-т Lahmann и тѣхнитѣ последователи, ние виждаме, че тѣ надценяватъ значението на т. т. правилно хранене като вънкашна причина за заболяванията, а подценяватъ значението на вътрешнитѣ причини, като наследственостъ, конституцията като генотипъ и т. н. Тѣмъ за това различие въ схващанията между насъ намекнахъ по-горе. И тѣмъ затова мисля нѣкоя подробностъ по този въпросъ е на мѣсто сега.

(следва)

Скрити сили

отъ проф. д-ръ Ас. Златаровъ

Свѣтътъ се открива човѣку чрезъ деятелността на шестѣ усѣти: опипъ, зрение, слухъ, вкусъ, обоняние и мускулно чувство. Това сж пѣтищата за опознаване всемира и на скрититѣ сили въ него. Още съ раждането на човѣка, въ неговото съзнание нахлува цѣлъ миръ отъ усѣщания — слухови, зрителни и пр., които веднага, съ първата деятелность на това съзнание, почватъ да се нижатъ въ редове, да се класиратъ и групиратъ. Безъ това подреждане не би имало картина за свѣта, а хаосъ. Биологическата нужда отъ ориентация въ свѣта, кара отъ разпилянитѣ елементи, които този свѣтъ ни праща като усѣтна преживѣлица, да си сглобимъ една отчетлива картина, да ги подведемъ подъ единство и закономерность. Единство въ картината за свѣта и

Настоятели за списанието дъримъ за всѣки по-голъмъ населенъ центъръ и районъ. Който желае да се обади въ редакцията,

единство въ съзнанието—това е стремежа, къмъ който е насочена дейтелността на човѣка и, когато това единство се постигне, той се издига до разбиране на свѣта и себе си, при което неговата биологична нужда отъ ориентация, отъ справяне съ явленията, които го заграждатъ, е постигната.

Ние сме слѣпи и глухи

Обаче, за всѣки единъ отъ нашитѣ органи за наблюдение има единъ предѣлъ, който тѣ не могатъ да прескочатъ. Има едно задъ и предъ въ кръга на тѣхнитѣ усѣщания, където тѣ сж неспособни да възприематъ и даватъ указание за извършващитѣ се явления. Съ други думи има граница въ физическитѣ причини, обслужващи нашитѣ физиологически усѣщания. Нашитѣ усѣщания не образуватъ непрекъснатъ редъ, който да отговаря на дразненията, които въ действителностъ сж една непрекъсната верига. Нашитѣ усѣщания представляватъ паралелни серии. Напримѣръ, по-малко отъ 16 и повече отъ 40,000 трептения въ секундата ухото ни престава да схваща като звукъ. Колко загубени симфонии и трели ни заграждатъ, за които ние сме мъртви! Етерни вълни съ дължина по-малко отъ 0.000423 м. м. и по-големи отъ 0.000620 м. м., или изразено въ трептения за секунда: по-малко отъ 480 трилиона и повече отъ 704 трилиона етерни трептения, окото ни престава да схваща като красна. Ние сме слѣпи за ултрачервената и ултраморовата свѣтлина, за рентгеновитѣ и катодни лъчи. Колко изгубени цвѣтни тонове и тѣхнитѣ съчетания за човѣка! Физиолозите сж правили опити за границитѣ на обонянието и сж намѣрили, че 1/460,000,000 грама отъ маркаптанъ все още будятъ носовитѣ усѣщания. Но нима това е една значителна граница? Защо да не можемъ да усѣщаме милионъ пжти по-малки количества? Нѣкои животни, като кучета наприимѣръ, и особено много нѣкои насѣкоми, като пчелитѣ, мухитѣ, мравкитѣ, и др., въ това отношение сж безкрайно по-надеждни отъ човѣка. По следитѣ, които е оставила по пжтя си, мравката може да се върне обратно въ своя мравунекъ. Не само това:—тя разпознава още коя посока води къмъ мравунека и коя не. Има като че ли нѣкакъвъ поляризационенъ усѣтъ, който я ориентира въ пространството, какъвто ние нѣмаме. Има низши животни, които виждатъ невидимата за насъ ултраморова свѣтлина. (следва)

Животъ и смъртъ

отъ проф. Ст. Консуловъ — София

Една вѣчна тема, една неразгадана още гатанка за човѣчеството. Всѣки день виждаме смъртъта на други, виждаме смъртъта да витае навсѣкжде въ природата, разсждаваме върху нея, но отговоръ на въпроса за сжщността на живота и смъртъта не можемъ да намѣримъ. Когато пъкъ опасността отъ смъртъта стане по-близка за насъ, тогава въпросътъ става мжчителенъ: какво значи това азъ да умра?

Науката, въ усилията си да разкрие тази гатанка, се е люшкала отъ една крайностъ въ друга. Първото дадено отъ човѣчеството разрешение на въпроса е било много просто. Моето азъ, това не е друго нѣщо, освенъ моята „душа“, която влиза въ тѣлото, а следъ смъртъта излиза отъ него, за да продължи своето самостоятелно сжществуване. Една хубава представа, която възприета напълно, безкритично, може да даде успокоение на човѣка. Предъ мжчителната загадка за живота и смъртъта, до това спасително сръдство сж прибѣгвали всички народи отъ всички времена. Ние не можемъ да посочимъ народъ или даже племе, които да нѣматъ своитѣ вѣрвания за живота и смъртъта.

Но нещастieto е тамъ, че човѣшкиятъ умъ не престава да търси, да се отнася критически къмъ всичко. Добралъ се веднажъ до законитѣ на физиката и химията, човѣкъ подлага на критическа преценка горнитѣ схващания и стига до разочарование: щомъ се приложи законътъ за запазване на енергията, спрѣмо човѣка, напримѣръ, за душа въ горния смисълъ мжчно може да се говори.

Но съ това ние сме готови вече да попаднемъ въ другата крайностъ: че въ живота нѣма нищо повече отъ физико-химични процеси въ живата материя и че смъртъта е само тѣхното преустановяване. Но ето че идва критиката на голѣмия физиологъ Дюбоа Раймондъ, който направи следната съкрушителна критика на такова едно схващане: Азъ мисля за нѣщо, за едно цѣлте, напримѣръ. Ако бихте могли въ този моментъ да надникнете въ моя мозъкъ, какво ще установите? Вие ще намѣрите молекули, атоми, ще установите играта на силитѣ въ тѣхъ, но мисълта за самото цѣлте нѣма да установите. А тя е именно жизненитѣ явления — другото сж химически процеси. Между жизненитѣ явления и материалнитѣ процеси сжществува цѣла пропасть. Животътъ е нѣщо неуловимо само съ изследванията на физиката и химията. Като не знаемъ, какво е животътъ, ние не можемъ да кажемъ нищо и за противоположното на живота — смъртъта.

(следва)

Вземъ дѣлъ въ изграждане величавото дѣло на биологичната медицина!

Запекътъ и неговото лѣкуване

отъ Зорка Керезова — Ямболъ

Днесъ запекътъ е станалъ нераздѣлно зло въ живота на културния човѣкъ. 90% отъ хората, особено женитѣ, страдатъ отъ него. Мнозина не му обръщатъ внимание, считатъ го за леко заболяване и, ако почва много да го измъчва, взиматъ очистителни, очистватъ временно червата си и продължаватъ да живѣятъ години така. Обаче, на запек не трѣбва да се гледа така повърхностно. Той е единъ страшенъ немилостенъ бичъ, който постепенно трови и убива организма.

Той е причина на десетки душевни и физически заболявания. Много болести, чийто произходъ ни се вижда неизвестенъ, се дължатъ главно на запек.

Запека бива лекъ, обикновенъ и остъръ, упоритъ-болезненъ.

Лекъ запекъ имаме когато човѣкъ изпразва веднажъ на день червата си. Може би на мнозина това ще се види странно, и възражаватъ че тѣ наистина отиватъ веднажъ на деня по нужда, но съвсемъ не чувстватъ нѣкакви тяжести, неразположение каквито иматъ обикновено запеченитѣ. Все пакъ това е запекъ, макаръ и въ най-лека форма, който може да доведе своитѣ далечни пагубни послѣдствия за организма. Човѣкъ трѣбва да отива по нужда 2-3 пѣти на день, колкото пѣти се храни, както отиватъ животнитѣ, дивацитѣ, здравото селско население. За нещастие, днесъ много малко хора се радватъ на тия съвършенни функции на дебелото черво.

Другиятъ, остриятъ, хронически запекъ имаме, когато човѣкъ не може да отива по нужда не само веднажъ на деня, но седмици, дори и години, ако не вземе очистителни, разхлабителни или направи клизма.

Това е класическата форма на запека. Тогава човѣкъ чувствува тѣпо главоболие, придружено понѣкога съ температура, горчивъ, смрадливъ дѣхъ въ устата, обложенъ езикъ, лепкава слюнка. Цвѣтътъ на кожата повѣхналъ, очитѣ посинѣли. И при най-малкото хранене, чувства една неприкжната тегота, напрегнатостъ въ стомаха, което го прави ленивъ и неподвиженъ. Сънътъ му е кошмаренъ и неспокоенъ. Пробужда се винаги съ тежко неприятно настроение. Цѣлиятъ день е обзетъ отъ лъжливого желание да иде по нужда и когато е въ клозета, изпитва болки едва ли не равни на раждане (както много жени сж се оплаквали), безъ да може да облегчи червата си. Често повръща, има замаяване на свѣтъ, нередовенъ пулсъ, сърцебиене, задуха и пр.

Ако сте ни дали въ миналитѣ години абонати, проверете дали сж се отчели.

Винаги е обзетъ отъ една меланхолия, ипохондрия, нерѣдко придружавана съ мисълта за самоубийство.

Да видимъ защо тия болезнени явления сж нераздѣлни сжлжтници при болния отъ запекъ? Нека най-напредъ си зададемъ въпроса, какво става съ изпращенията които се задържатъ съ дни, седмици, дори месеци въ дебелото черво?

Тука те, подъ влиянието на милиардни болестотворни бактерии, които сж редовни обитатели на дебелото черво, почватъ бързо да гниятъ, да се разлагатъ и образуватъ отровни газове, които преминаватъ въ кръвта и заедно съ общия кръвенъ потокъ, се разнасятъ по всички части на нашето тѣло, достигатъ до най-отдалеченитѣ му органи и клетки. Тия отрови бавно, но сигурно тровятъ организма и причиняватъ много, много заболявания.

Така се образува процеса на самоотравяне — автоинтоксикация, въ който именно се крие трагедията на запекъ.

На това именно самоотравяне се дължи главоболието, горчивия дъхъ въ устата, малокръвието, неспокойния сънъ, безволието, меланхолията, ослабване на паметта, разни нервни и храносмилателни смущения и пр.

Запекътъ причинява преждевременно артериосклероза, високо кръвно налѣгане, чернодробни и бжбречни заболявания, изриване на кожата съ пъпки, циреи, екземи, копривни трески и пр. Продължителниятъ запекъ дава възпаление, спадане и разширение на дебелото черво, болезнена и нередовна менструация, заболяване на венцитѣ и жжитѣ, диспепсия, дълготраенъ ревматизъмъ, болки въ ставитѣ, хеморойди и пр. и пр.

Много е важно да се знае, че бѣлодробната и костна туберкулоза иракътъ, виреятъ най-успѣшно върху отравения отъ запекъ организмъ. Дивитѣ народи, които не страдатъ отъ запекъ не познаватъ туберкулозата, рака и гореспомнатитѣ заболявания.

Ето колко страшни, колко гибелни сж последствията отъ запекъ. Както казва г-нъ Д-ръ Ефремовъ, въ неговата 35 год. хирургическа практика, най-много пациенти му е давалъ запекътъ.

(следва)

Масажътъ като лѣчебно срѣдство

отъ Д-ръ П. Кръстевъ — София

Масажътъ се състои отъ ржчни движения, които се извършватъ върху частъ отъ тѣлото или върху цѣлото тѣло за облекчение отъ болки или за излѣкуване. Въ този смисълъ, той е целесъобразна пасивна гимнастика, която засѣга прѣко мишици и други тъкани. Той се прави съ цель да се

Следете внимателно списанието, събирайте го и подвържете, защото ще Ви потрѣба.

предизвика благотворно измѣнение въ храненето и отъ тамъ да се повлияе върху физиологическитѣ процеси, за да се получи желанія лѣчебенъ резултатъ.

Масажътъ е практикуванъ отъ незапомнени времена. Инстинктивно хората сж търкали болната частъ отъ тѣлото си. А тѣ сж успѣвали не веднажъ да се излѣкуватъ. Отъ тамъ опитътъ имъ далъ най-убедителното доказателство за силата и сигурността на това лѣчение. Тогава не е имало никакви правила за масиране. Търкането се е правило на слуги по указанията на инстинкта. Първобитниятъ човѣкъ, воденъ отъ магическата си вѣра, е успѣвалъ често да предизвика чудеса. И днесъ, въпрочемъ, сжщата първобитна сила, която дрѣме у всѣки цивилизованъ човѣкъ, помага да се извършватъ много отъ съвременнитѣ чудеса. Кому не сж известни тия „лѣчители-разтривачи“, които и до день днешенъ иматъ още успѣхъ даже и всрѣдъ нашата така наречена интелигенция? Толкозъ е вѣрно, че още у всѣки културенъ българинъ дреме първобитната сила на миналото съ неговитѣ повѣрия въ чудото и чудесното. Отъ тукъ и прочутостта на толкозъ врачки и разтривачи, чието изкуство успѣва единствено, благодарение на вѣрата, която нуждаещия се влага въ него. А тя е още неизчерпана тази вѣра.

Езическиятъ характеръ на нашитѣ здравни разбирания е оцѣлялъ, въпрѣки християнството, въпрѣки науката. Това тежко наследство се таи дълбоко у насъ и до день днешенъ и се проявява по силата на инстинкта всѣки пжтъ, когато чувстваме, че се застрашаватъ здравето ни, живота ни. Тогава, подобно на туземцитѣ на черна Африка, търсимъ нѣкой съвремененъ магьосникъ. И понеже го търсимъ, намираме го. Ето го преобразенъ въ симпатичното лице на единъ нашевецъ, на дѣдо Крачунъ или на баба Пена. Съ нѣколко търкания и при удобенъ случай съ нѣкое магическо движение, подпомогнато успѣшно отъ магическа дума, и въ потайна доба, болката, болестта ще се разпрѣснатъ като пара. И така чудото ще стане съ сжщата лекота при разболѣлия се ратай Пижо, при учителя Драганъ, па дори и при депутата Иванъ, толкозъ е вѣрно, че хората сж равни помежду си и то повече, отколкото не би го допуснала личната имъ гордостъ.
(следва)

Български лѣкари за природолѣчението

Както е известно на редовнитѣ ни читатели, въ последно време интересътъ срѣдъ лѣкаритѣ у насъ къмъ природолѣчението е живо проявенъ. По това споръ нѣма. Като се

Отричане природолѣчението означава недостатъчно медицински познания (Д-ръ Алфредъ Браухле).

има предвидъ държането имъ преди 10—12 години, когато епидемии у насъ отпочнахме борба за природно лѣкуване, историческа необходимостъ се явява да отбелязваме всѣко лѣкарско мнение въ полза на нашето дѣло.

Единъ другъ български лѣкаръ, който не се срамува да произнася думата „природолѣчение“ е г. Д-ръ В. Н. Бакърджиевъ. Въ в. „Народно здраве“ бр. 25—26 отъ 1940 год. като разглежда въпроса на лѣковититѣ води, той казва:

„Използуването на лѣчебнитѣ сили и сръдства на природата, създаде самостоятелън клонъ въ лѣчебната наука — природолѣчение. Четиритѣ основни двигатели (стълбове) на живота: слънцето, водата, въздуха и храната, сж и четири основни насоки въ тази наука“

Тѣзи нѣколко реда сж цѣло събитие въ нашата българска медицина. Тѣ сж бисери въ нейната история. Това е най-добриятъ отговоръ, най-сполучливата плесница за чолковщината у насъ. Нека си взематъ бележка: „природолѣчението е специаленъ клонъ въ лѣчебната наука“ а не бабишко лѣкуване.

Нѣкои ще се запитатъ може би, отъ кога е това мнение за природ. лѣкуване на г. Д-ръ Б. На тѣхъ следната кратка история:

Д-ръ Б. беше въ Германия не отдавна, кждето е изучавалъ болнеология (изуч. мин. води). Въ ежедневенъ допиръ съ германскитѣ лѣкари, които сж напълно преспити отъ природолѣчебнитѣ идеи, той неминуемо е билъ принуденъ да отговори нѣкакъ тѣмъ—има ли у насъ природни лѣкари? Поставенъ въ тази ситуация, той пише писмо на г. Д-ръ Н. Станчевъ—нашъ съидейникъ. По поводъ на това писмо, последниятъ ми пише приблизително следното: Драги колега, изпрати твоего списание на г. Д-ръ Бакърджиевъ въ Германия. Той иска да се похвали на германскитѣ лѣкари, че и у насъ се работи за природното лѣкуване“.

Ясно е отъ горното, че да бждешъ на страната на природ. лѣкуване може да ни служи даже и за похвалване. А до преди 10 години бѣше унизително да се произнася даже само името му.

Исказанитѣ отъ г. Д-ръ Б. мисли, сж още по-ценни, понеже сж намѣрили мѣсто въ вестника издаванъ отъ глав. дирекция на народ. здраве. Тѣмъ това ги прави отъ епизално за историята на българската медицина, значение.

За чуждитѣ вещества по Луи Куне

Както се знае отъ нашитѣ читатели, главна причина за всички болести е облагането на организма съ чужди вещества, отрови, отпадъци отъ веществената обмѣна, сажда отъ

Месото е неподходяща и често опасна (отравяния) храна за презъ лѣтото.

вжтрешното горене или както щемъ да го наречемъ. Особено вредно е киселинното отравяне — по Haig, главно пикочната киселина.

Противниците на природолѣчението съ особена охота се надсмиватъ на това наше вѣрване въ облагането на тѣлото съ чужди вещества (изразено по Луи Кунему), макаръ че и по тѣхнитѣ учители, сжщото се твърди съ други изрази.

Днесъ, следъ десетки години борба отъ страна на природолѣчението, признаването на самоотравянето като първопричина за всички (или поне повечето) болести, е свършенъ фактъ.

Ето че и въ „Народно здраве“ бр. 3-4 отъ 1940 год., доста обширно се спира на въпроса за киселинното самоотравяне на организма и мѣрките за обезвреждаване на киселинитѣ. Потвърждава се, че ученитѣ отъ цѣль свѣтъ сж доказали постоянното самоотравяне съ киселини, че тѣзи постоянно се образуватъ въ организма отъ хранитѣ, които съдържатъ много бѣлтъци и най-сетне, че тѣ причиняватъ много болести, и правятъ организма податливъ къмъ всѣкакви заболявания. Потвърждава се, че отстраняването на киселинитѣ става чрезъ измѣняне храненето — къмъ главно плодозеленчукова храна. Картофитѣ тукъ сж особено полезни, защото съдържатъ много витамини, алкалични соли а само 2% бѣлтъци.

Изобилното ядене на картофи предпазва и лѣкува артериасклерозата, преждевременното остаряване, пѣсачитѣ, камънитѣ въ бжбрецитѣ и злѣчката, както и подаграта. А колко още болести се подаватъ на лѣкуването чрезъ храна богата съ алкалични соли? Вѣрваме, че това писано въ „Народно здраве“ ще убеди още невѣрващитѣ въ учението—облагането на тѣлото е първопричина на всички болести.

Впечатления отъ една научна екскурзия

(Продължение отъ год. XII)

Презъ Германия

Карлсбадъ. До недавна подъ чехско, сега този свѣтовно известенъ курортъ е въ ржцетѣ на германцитѣ. Доколко германската държава държи на добрата уредба на Карлсбадъ, личи отъ усиленитѣ благоустройствени работи, които държавата върши тамъ. Нѣщо повече, задължително се пребоядисватъ всички частни здания, като държавата заплаща 60% отъ разносикитѣ на частнитѣ стопани.

Шестнадесетъ горещи извори продоволствуватъ лѣчебната станция съ лѣковита минерална вода. Градчето има

Животътъ е серия отъ дишания—научете се правилно да дишате.

25,000 жители, а ежедневно се посещава отъ 16,000 страдащи. Прочутъ е съ своята карлсбадска солъ, която действува разслабително. Годишно се произвежда 90,000 кгр. солъ и се разпраща по цѣлия свѣтъ. Лѣковитата и прочута карлсбадска вода се разпраща годишно въ 2,000.000 шишета по цѣлия свѣтъ. Тази вода се славя като действащи подмладително, което се обяснява съ това, че действува общо промивателно на всички клетки на тѣлото и пречи на запичането. Съ други думи, подмладяваще и оздравяваще е само затова, защото пречиства тѣлото вътрешно, освобождава го отъ чуждитѣ вещества и го предпазва отъ хроническото самоотравяне, което е първопричина на всички болести след. и на застаряването. Това ни показва колко опасенъ е хроническия запекъ и вътрешното облагане (по Луи Куне).

Нѣщо оригинално сж малкитѣ брички съ по единъ конъ, ушитѣ на които сж похлупени съ ушни ржавици отъ платъ. Това за Германия е наистина една рѣдкостъ и само като нѣщо оригинално се пази и до днесъ.

Общо, Карлсбадъ се е очерталъ като търговски центъръ отъ кждето цѣлия свѣтъ се продоволствува съ карлсбадска солъ и карлсбадска вода. Отиващитѣ тамъ се лѣкуватъ предимно съ пиене на водата. Иначе благоустройството не е нѣщо особено — даже е скроманъ курортъ.

Храна и хранене

Лападъ и киселецъ

Лападъ. Една евтана, даже безплатна, ала животоорна и здравепазна, жителна храна сж лападътъ и киселецътъ, близки по съставъ, като последниятъ съдържа повече оксалова киселина и затова е кисловатъ и стипчавъ. Съставътъ е: 2.2%, бѣлтѣчини, 3.45 въглеводи, 0.48 тлъстии, 0.65 клетчатка, 0.80 мин. соли и останалото вода.

Както се вижда, съставътъ е като тоя на спанака, само че въ намалени количества.

Лападътъ, съ оризъ, дава силна храна, като се готви като спанака и копривата. Той отива, обаче, и за сарми, обично народно ядене. Може да се употребява и като сурова салата, което е по-изгодно. Киселецътъ е нашенски лимонъ, особно въ сурово състояние, като добре утолява и жаждата.

Поради нормалното днешно хранене, изобилващо съ месо, яйца, преварени и мъртви ядива, вънъ отъ многото други разтрон, тѣлото се насища съ вредни осаджци, благоприятствувани и отъ застойния животъ, които правятъ кръвъ-

Пазете се отъ преуморяване — това важи еднакво за физическия и умственъ работникъ.

та кисела, болна, почва за отравяния и болести. Зеленитѣ тревни храни съ своитѣ мин. соли я откисляватъ, правятъ я основна, алкалична, и се явяватъ така лѣчебни. Тѣ укрепватъ и жби и кости съ своята варъ, тѣ освежаватъ и мозъка съ фосфора си, като багратъ и кръвта съ желѣзото си.

Така, най-евтинитѣ за пари храни, сж най-скъпоценни за тѣлото.

Лѣкуване съ билки

Противъ маясьлъ

1. Бѣло поджбиче, птиче жито, трескотъ, репени корени, решетка — корени, овчарска торбица и глухарче.

2. Русопосъ (горчивка), червенъ кантарионъ, желтъ равнецъ и морово поджбиче.

Дветѣ рецепти сж независими една отъ друга. Употрѣбватъ се или едната или другата, като се има предвидъ, че втората е горчива. Отъ билкитѣ се взема по равно.

Гл. Д. Н. Здраве за инжекциитѣ

Отдѣление за хигиена, администрация и статистика.

№ 10760 отъ 11.VI.1940 г. — До всички здравни служби.

К о л и е: До управлението на Българския лѣкарски съюзъ.

Забелязва се наклонность у твърде много служебни лѣкари, а и у частно-практикуващи, — да прибѣгватъ широко до инжекциитѣ като лѣкарствена форма, като ги употребяватъ едва ли не при всѣки прегледъ и на всѣки приходящъ болонъ. Нѣкои се стараятъ да обясняватъ това съ необходимостта да задоволявали особнитѣ изисквания на болнитѣ. Други се силятъ да доказватъ, че го правели за получаване по-бързо лѣчебно действие. Трети говорятъ нѣщо за психично въздействие и за проява на по-голъмо внимание къмъ болния. Но фактитѣ сж, че „инжекциитѣ“ се практикуватъ вече въ необикновенъ размѣръ, особено по селата се създава вече убеждение, че лѣкуването на всѣка болестъ трѣбва да става съ инжекции, и много болни се явяватъ при лѣкаря съ изричното „искане да имъ се направи инжекция“.

Не ще и дума — има случаи, когато предписването на лѣкарствата въ форма на инжекции се налага, но осждително е да се отива до крайность и да се дава поводъ за всѣкакви подозрения.

Вземайки поводъ отъ казаното до тукъ, главната дирекция на народното здраве поканва г. г. лѣкаритѣ да ограничатъ лѣкуването чрезъ инжекции само за злучаитѣ, где-

то тѣ сж научно показані. Подчертава се, че това е необходимо и за да се пресѣче мѣлвата относно целитѣ на безразборното прилагане на инжекцитѣ. Всѣки лѣкаръ е длъженъ да пази достоинството на лѣкарското съсловие и престижа на медицинската наука.

На основание чл. 324 отъ закона за народното здраве, Главната дирекция на народното здраве ще следи дейността на лѣкаритѣ въ това отношение и не ще се поколебае да вземе съответнитѣ мѣрки, щомъ това се наложи.

Б. Р. Който знае що се върши надъ селското ни население съ инжекцитѣ, само той ще разбере колко навремена е тази мѣрка. А и градското не е останало незасеснато.

Въпроси и отговори

В. Противъ пърхута въ главата.

О. Временно изчистване на пархута отъ главата става като я измивате сегисъ тогисъ (1-3 пѣти седмично) съ купень отъ аптеката Spirit Sapon Kalin.

В. Кои храни съдържатъ витаминъ С?

О. Витаминъ С се съдържа въ: шипковия мармеладъ, портокаловия сокъ, шипковия чай, марулата, магданоса, спанакъ, червентитѣ чушки, доматиѣ, морковитѣ, рѣпичкитѣ, копривата, шипкитѣ, ягодитѣ, малинитѣ, лимонитѣ гроздето и др. Само добре и естествено озрѣлитѣ, както и въ суровъ видъ употребявани, тѣ ни доставятъ витаминитѣ въ пълноцененъ видъ.

В. Какъвъ витаминъ се съдържа въ бирената мая и отварата отъ трици.

О. Витаминъ В.

В. Да оперираме ли сливицитѣ у децата?

О. На този въпросъ сме отговорили и другъ пѣтъ, като сме сочили и авторитѣ на мненията. А биологичната медицина е противъ оперирането на сливицитѣ, защото тѣ изпълняватъ, известни функции, особено при децата. Днесъ вземаме пакъ отрицателно становище, като се допълняме съ това, че варненскиятъ лѣкаръ Д-ръ Дечевъ е сжщо така забранилъ оперирането на детето П. Коцевъ ученикъ отъ II отдѣление, страдащо отъ често възпаляващи се и много увеличени сливици.

Сжществува ли лѣчебна криза?

По схващания на биологичната медицина, едно хроническо страдание, което не дава живи, енергични признаци, за да оздравѣе, трѣбва да бжде приведено въ остро заболяване съ енергични болестни прояви.

Даде ли я единъ новъ платенъ абонатъ? Отчете ли се?

Когато едно хроническо заболяване бжде подложено на природно лѣкуване, следъ време преминава въ остро заболяване съ много и силни болестни признаци. Незнаещитѣ болни мислятъ това за влошаване, уплашватъ се, даже напускатъ и лѣкуването.

Горнитѣ две прояви при лѣкуването по биологичнитѣ правила трѣбва всѣки да познава, за да не се плаши отъ това „влошаване“ и да не прекъсва лѣкуването. Защото това не е влошаване, а предизвикана отъ лѣкуването лѣчебна криза, когато отбранителнитѣ сили на организма сж се засилили, лѣчебнитѣ реакции проявени, следователно надеждата за оздравяване е по-голъма.

Нашитѣ противници не признаватъ лѣчебнитѣ кризи и ги усмиватъ. Въ подкрепа на тази истина привеждаме единъ примѣръ съ лѣкуването на ревматизма съ пчелна отрова¹⁾.

— Когато при единъ ревматизъмъ инжектираме пчелна отрова въ отдалечено на заболѣлата става мѣсто, последната започва силно да боли. Уталожения преди това процесъ се възпламенява наново и прави силна реакция. Следъ време реакцията се уталожва, болкитѣ намаляватъ и болната става се чувствува по-добре отколкото е била преди инжектирането.

Горното потвърждава схващането на биологичната медицина, че за да оздравѣе едно заболяване, трѣбва да прекъсва „влошаване“. Болкитѣ, възпаленията и пр. да се усилятъ и болниятъ да се почувствува „по-зле“. Това се нарича „лѣчебна криза“ — нѣщо, което чуждитѣ на биологичното лѣкуване не признаватъ и усмиватъ.

Дреболии

„За 30 години никого отъ психоневротичитѣ не можахъ да излѣкувамъ съ лѣкарства“.

Професоръ Блойлеръ въ 1914 год. на конгреса на психиатритѣ въ гр. Бернъ.

Това на вниманието на онѣзи нервно-душевно болникоито и днесъ продължаватъ да дирятъ своето оздравяване, въ лѣкарствата. И запомнете — горното се поднася на българското общество отъ върлия противникъ на природ. лѣкуване, г. д-ръ Чолаковъ.

„Училищната медицина и природолѣчението сж два кло-
на на едно и сжщо дърво; две деца на една и сжща майка;
двама сина на единъ и сжщъ народъ. Всѣки немецъ трѣбва

¹⁾ Д-ръ Драгиевъ — Пчелната отрова като лѣкарство въ сп. „Пчела“ 1938 год. № 6.

Студенитѣ, крака, запекътъ, преляждането и препиването сж много вредни.

да бжде гордъ, че никжде въ свѣта, покрай високо развите наука, природното лѣкуване е така добре развито и усъвършенствувано.

Не е ли тогава дългъ на всѣки германски лѣкаръ, безъ предубеждение, съ всички сили, да заработи за уеднаквяването, разбирателството и сдружаването на дветѣ лѣчебни системи? Не е ли това най-голѣмия и свещенъ дългъ, който изискватъ днескашнитѣ тежки и бурни времена?”

Изъ „Naturheilkunde in Lebensbilder“ — Д-ръ Браухле.

*

„Ако тѣлото не е вътрешно очистено, то колкото повече го хранишъ, толкова повече му вредишъ“.

Хипократъ

*

За чудото на сърдцето: 300 грама тежкъ органъ, прави около 75 удари въ минута, 100,000 пжти дневно, а около два и половина милиарда презъ цѣлий животъ. Неспирно—отъ майчината утроба до гроба, то работи, въпрѣки неблагоприятиетото на човѣка, който го трови ежедневно съ алкохолъ, тютюнъ, преяждане, ядове, злоба и безброй пороци на живота.

Наши приятели

Уважаеми Г-нъ Йордановъ,

Днесъ 9.X.1939 год. Ви изпратихъ по чекова смѣтка 50 лв.—таксата за списанието Ви. Изказвамъ моята най-голѣма благодарностъ за хубавото му списване. Много хора, които по-рано ми се подсмиваха, че не ямъ месо и съмъ съмишленица Ваша, сега имъ е наложено и тѣ да пазятъ сжщата диета. Много привети.

К. п. Т.—Плѣвень

Ув. Колега,

Тукъ приложено изпращамъ 50 лв. моя абонаментъ за XII год. . . . Относно моята екзема мога да Ви кажа, че съ суровояденето и вегетарианското ядене намирамъ най-добрия лѣкъ. Понѣкога излизатъ малки водни пжпчици, обаче нѣматъ почти никакви сърбежи ако не ги пипамъ отсамосебеси изчезватъ Чувствамъ се отлично. Чудя се на себе си какъ можахъ да се откажа отъ месото — най-любимото ми ядене, а сега неща да го видя!

Поздравявамъ Ви: Д-ръ И.—София

Не потискай болестнитѣ признаци съ лѣкарство. Тѣ сж срдствата за борба съ болестята.