

«ЗДРАВНЕ» за сега излиза три пати въ мѣсець: 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. — Абонатъ се адресира на право до редакцията, въ гр. Варна, същевременно като предплатятъ съ почтенскій записъ (а не въ марки). — Обявления се приематъ съ плата по 30 стот. за единъ редъ петитъ.

ЗДРАВНЕ

За всѣка напечатана въ «ЗДРАВНЕ» оригинална статия редакцията плаща по петъ стотинки за всѣкий редъ. — За промѣняване адресътъ на спомоществатели се плаща 40 стотинки, безъ които адреса не се промѣнява. 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 свѣтълина!

СЪДЪРЖАНИЕ: Балъ въ лудницата. — Гийма ежаби (съ 2 рис.). Отъ д-ра Г. М. Каленевъ. — Катитизисъ за мийкитъ и дойкитъ. Отъ д-ра Фейнингъ. — Домашна аптека. — Отъ редакцията.

Балъ въ лудницата.

Д-ръ Рубановичъ описва въ «Медицинско Обозрѣние» единъ балъ, даденъ въ лудницата «Salpêtrière» (въ Парижъ): «грамадниятъ салонъ, който въ обыкновенно време е служилъ за шивачница на болнитѣ, е билъ роскошно украсенъ съ цвѣтъ, съ блѣскави лампи, съ кадифе отъ розовъ цвѣтъ и т. н. Въ 8 часа вечеръта захванали да дохождатъ болнитѣ жени. Мъчно е било за човѣка, който не е знаелъ, че тѣзи хубаво облѣчени, грациозни жени сж болни, да открие въ тѣхъ нѣщо болѣстно, защото тѣ сж се водили съ голѣмъ тактъ и благоприличие. Оркестръ заигра и всичкитѣ болни се заловихъ да играятъ.

Подобни балове добръ би било да се даватъ по-често въ лудницитѣ; тѣ трѣбва да влизатъ въ числото на мѣрцитѣ, които се взематъ за душевно-болнитѣ, въ време на оздравяването имъ. Душевно-болния твърдо често осѣща себѣ си отдѣленъ отъ обыкновенната си срѣда; той често осѣща себѣ си въ положение на човѣка, който е свършилъ ужъ нѣкое си престѣпление и който е принуденъ пакъ да живѣе въ обществото, което го е осѣдило. Неискорененитѣ още предразсѣждци на тълпата твърдѣ много спомагатъ на подобни състояния у душевно-болнитѣ, които се намиратъ на оздравяване. Всѣкаквъ видъ развлечения, които се внасятъ въ болницитѣ и които, по характера

си, приличатъ на свѣтскитѣ, оказватъ на болнитѣ благотворно влияние.

Поразително е за наблюдателя отношенията на болнитѣ къмъ посѣтителитѣ, къмъ публиката. . . . Болнитѣ осѣщатъ този трапъ, който ги отдѣля отъ здравитѣ. Болнитѣ не се осмѣляватъ да поканятъ нѣкоя госпожа отъ публиката за танцуване; болнитѣ жени не смѣятъ да се доближаватъ до мъжъетѣ, тъй като това имъ се запрети́ва. Въ смѣния вечеръ, въ другото отдѣление на Salpêtrière, е билъ даденъ балъ за дѣца-идиоти, които много сж се радвали отъ това.

Нито дѣцата, нито възрастнитѣ душевно-болни нѣмалъ въ време на бала никакви припадѣци; само на трима възрастни, болни отъ епилепсия (сара), имъ станѣло малко лошаво, вижда се, отъ горѣщията и задухата въ салона. Тѣ сж били немедленно заведени въ свонитѣ отдѣления. Балътъ траялъ до срѣднощъ.»

Ний приведохме горѣнето съобщение съ цѣлъ да покажемъ, какъ въ цивилизованитѣ страни се грижатъ за душевно-болнитѣ. У насъ, разбира се, преди да даваме балове въ лудницитѣ, трѣбва да ги имаме въ достатъчно число, трѣбва да уредимъ тѣзи, които вече имаме. У насъ, казва д-ръ Брандъ, «значително количество душевно-болни се намиратъ още или вързани съ синаджии при монастиритѣ и черквитѣ, или се расхождатъ на свобода, ръководими отъ своята болѣзненна фантазия»¹⁾. У насъ още твърдѣ слабо е развито съжалѣние къмъ душевно-болнитѣ и хората глѣдатъ на лудостта не

¹⁾ Глѣд. «Здравие», 1885 г., стр. 127.

какъ на болѣсть, но какъ на престѣпление. Справедливо казва Маудсли, че чувството, което се възбужда у хората, като виждатъ лудия, прилича на това — какъ се отнасятъ животинитѣ и дивацитѣ къмъ тѣзи отъ обществото си, които сѣ болни: тѣ оставятъ болнитѣ си по пътя или ги изгонватъ. На-истина, най-отвратително е това зрѣлище, гдѣто здрави животни отъ едно стадо преслѣдватъ и гонятъ болния и безпомощния си другаръ. Сжщо така е възмутително, когато глѣдаме, какъ хората се забавляватъ и се смѣятъ съ лудия. Ако да имаше повече участие и състрадание отъ страна на обществото, — нещастнитѣ ни братия — лудитѣ не би ходили боси и голи, не би страдали отъ паразити-насеѣкоми, не би ги мжчили самозванни лѣкуватели, които нѣматъ понятие за душевнитѣ болѣсти.

Вмѣсто да рисуваме печалната картина на положението на лудитѣ, ний ще опишемъ на кратко една отъ безчисленнитѣ образцови лудници, съ които, въ послѣднѣо време, така избилва Европа. Разликата ще бие ослѣпнително въ очи. Думата ни е за лудницата на проф. Лейдесдорфа въ Обер-деблингъ (въ Виена).

Това заведение е расположено на най-високото мѣсто въ едно отъ предградията (Vorstadt) на Виена, което е далечъ отъ града на единъ километръ и, по причина на високото си мѣстоположение, е свободно отъ градския шумъ, прахъ, димъ и зловредни испарения, съ които сѣ отровени всичкитѣ къщи на неизмѣримата столица «an der blauen Donau». Заведението си има една голѣма градина, отъ която има два пътя: едина води въ Виена, а другия — въ близката гора. Главната частъ на зданието, което е построено на най-високото мѣсто отъ виллата, се ползува съ очарователенъ отворенъ видъ. Добритѣ условия на мѣстността не само че даватъ възможность за разнообразни расходи, но на болния и умерения умъ се дава и пълна свобода да се наслаждава отъ една страна съ обширния и очарователния видъ отъ Wienerwald до сѣвжнитѣ върхове на Алпийскитѣ гори (Nockalpen), а къмъ югъ и истокъ, презъ морето на виенскитѣ къщи, до зеленитѣ долини на

Мархия и възвишенноститѣ на Карпатскитѣ планини.

Душевно-болнитѣ се държатъ най-превосходно. За преглѣжданieto на болнитѣ въ лудницата се намиратъ близо до 50 надзирателки и до 20 служители и служителки, безъ да се считатъ «ливрейнитѣ лакеи», които слугуватъ само при трапезата. Въ това заведение служащитѣ, заедно съ медицинския персоналъ, сж на брой почти толкова, колкото и душевно-болнитѣ.

Продоволствието на болнитѣ е роскошно. Сутрѣнътъ — чай или кафе съ принадлежноститѣ си; въ 1 часъ денемъ — закуска (Frühstück); въ 4 часа — обѣдъ отъ четире ястия; въ 7½ часа — вечеря. Всичко това се приготвя чисто, вкусно и внимателно. Освѣнъ това, за болнитѣ се приготвятъ и особенни ястия, въ разни времена, споредъ душевното имъ състояние и споредъ усмотрѣнието на лѣкаря. Отъ питиетата се допуска само вино и бира, разбира се, въ умѣренно количество и подъ надзора на лѣкаря, който строго се упражнява въ всичкитѣ подробности на живота въ това заведение.

За умственни занимания на болнитѣ въ лудницата има библиотека и се получаватъ разнообразни вѣстници. Въ стантѣ, назначени за развлечение на болнитѣ, се намиратъ биллярди, шахмати, домино и всѣкакъвъ видъ други игри. Въ стаята за ѣденie стои роялъ, а въ биллярдната стая — пияно. Администрацията на лудницата е удивителна съ своята поразителна изобрѣтателность при намиране работа за всѣкий болѣнъ, съобразно съ неговото физическо и умствено състояние. Болнитѣ се занимаватъ съ изрѣзване отъ дърва на разни издѣлѣя (Laubsägearbeit), съ рисуване, чъртане, музика, съ градинарство, цвѣтоводство и даже съ сѣчение на дърва. Женитѣ се занимаватъ съ разни ржководѣлѣя, даватъ и взематъ уроци на иностранныитѣ язици и т. н.

Администрацията особенно се грижи за доставяне на болнитѣ разни видове развлечения въ вънкашния за лудницата свѣтъ. По мнѣнието на проф. Лейдесдорфа, най-силния и най-вѣрния лѣкъ за лудитѣ е — когато тѣ сж заедно съ здравитѣ хора. Въ

самата лудница твърдѣ често се устрояватъ вечеринки и събрания, на които се канятъ гости отъ градътъ. На тѣзи вечеринки танцуватъ, свирятъ, играятъ на разни игри и се четятъ разни литературни произведения, всичко това подъ невидимия надзоръ на лѣкаря, който завѣдва лудницата. Въ последната често се пригласяватъ разни артисти, забѣлжителни концертисти и даже фокусници (магисници). Въ всичкитъ тѣзи вечеринки, събрания, концерти и представления царува пълно благоприличие, заедно съ непринудително веселие и прекрасно настрояние, което се забѣлжва по лицата на болнитъ. Даже ипохондрицитъ и меланхолицитъ зематъ участие въ общата веселба, ако не активно, то поне съ вниманието си. Въ топлото време се правятъ голѣми расходи и болнитъ прекарватъ времето си повечето на въздуха и въ постоянно движение. Въ зимне време се правятъ голѣми пѣтувания съ шейна (Schlittenpartien). Лѣкаритъ на лудницата ходятъ заедно съ болнитъ въ театритъ и концертитъ въ Виена¹⁾.

Какъ идеално се представлява горѣописаното въ сравнение съ това, което виждаме у насъ относително преглѣжданieto на лудитъ! А единственната причина за лошавото държане на лудитъ у насъ се заключава въ нищо друго, освѣнъ въ нѣмание на средствата за по хубавото имъ спомогане. Д-ръ Браделъ е указалъ на единъ великолѣпенъ санитаренъ фондъ — на монастиритъ, които сѣ съвсѣмъ безъ калугери, но които иматъ значително движимо и недвижимо имущество²⁾. Сжществува още и другъ способъ за съзиждане на нужния фондъ — стига само да се распространи въ обществото съжалѣние къмъ сѣдбата на нещастнитъ луди, стига публицистиката да отдѣли частъ отъ нейнитъ огнени думи за святото дѣло — спомогане на душевно-непадналитъ братия. Този способъ — събирание на пожертвования, малки и голѣми, съ всичкитъ сръдства, които обикновенно се употрѣбаватъ за благотворителни цѣли.

Гнила жаба (дифтеритъ).

Отъ д-ра Г. М. Каменевъ

Предъ 10 — 12 години, освѣнъ докторитъ, надали е имало нѣкой, който да е слушалъ за гнилата жаба, а сега нѣма челоуѣкъ, на когото да не е извѣстно това име. Отъ когато тя се е появила, населението въ градищата и селата ѣ плаща тѣжъкъ данѣкъ. Мигаръ ти е до толкова опасна и силна, щото противъ нея сѣ безсилни каквито и да сѣ сръдства? За щастие това не е тѣй! Въ много случаи тя само за това е опасна, защото болнитъ сѣ били оставени на собственната си участь или отъ самото си начало глупаво сѣ ги лѣкували бабитъ и берберитъ.

Напротивъ, често съ успѣхъ се достига да се предвартъ здравитъ отъ разболѣвание и да се излѣкуватъ болнитъ. За жалостъ у насъ докторитъ сѣ твърдѣ малко и тѣ повечето живѣятъ въ градищата, когато отъ гнила жаба болѣдува повече селското население и болнитъ въ селата почти винаги сѣ лишени отъ правилна медицинска помощъ. Но «свѣта не е безъ добри хора!» Въ всѣко село ще се намѣри челоуѣкъ, който живота си полага само да може да помогне на болния, но не знае какъ да се захване за работа. Свѣщенника, селския учителъ, учителка и др. често сѣ готови сами да се жертвуватъ за да помогнатъ на ближния си. Единственната прѣчка е само това, че тѣ не знаятъ какъ да помагатъ на болнитъ.

За да се разбере по-хубаво, какво нѣщо е гнила жаба, какъ да се упазимъ отъ нея и какъ да цѣримъ болнитъ отъ нея, когато нѣма докторъ, трѣбва да се обясни каква е тя болѣсть и защо е толкова опасна?

Гнилата жаба е болѣсть въ гърлото, при която въ устата се появяватъ особни налетѣ (дагги) и тѣ тамъ се развѣждатъ до толкова много, щото често задушаватъ болния. У насъ тя се счита за нова болѣсть, но това не е истина, защото тя още предъ Р. Хр. е върлувала помежду разни народи. Този болѣсть е прилѣпчива и епидемическа: отъ нея се разболѣватъ въ едно и сѣщо време много хора и тя се предава отъ болния на здравия. Като се предава отъ едного на другия, гнилата жаба преминува отъ къща въ къща, отъ село въ село, отъ околии въ околии и на всѣкадѣ причинява голѣма печаль.

Ний казахме, че тя е болѣсть въ гърлото; но какво нѣщо е гърло?

Ако си отворимъ колкото е възможно по-широко устата, както е показано въ рис. №1, то ний ще видимъ зѣби, языкъ, твърдо и меко небе, языке и по 2 предни и задни дѣгички, помежду които се намиратъ бадемитъ (сливницитъ); тѣзи бадеми у здрави хора не сѣ по-нависоко отъ дѣгичкитъ.

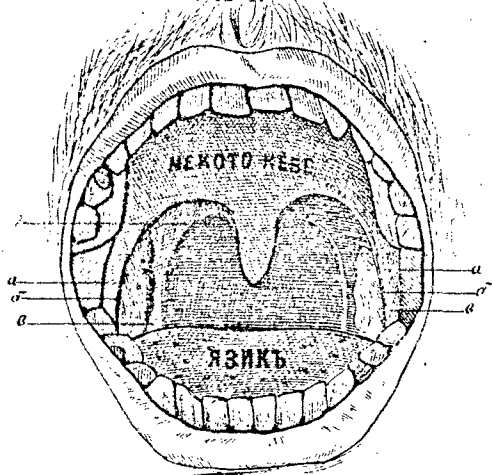
¹⁾ Горѣказаното всехмъ отъ описанието на доктора И. Голденбергъ.

²⁾ «Здравие», 1885 г., стр. 134.

При виканieto и дъханieto мекото небе и изнечето се подигатъ на горѣ и помежду тѣхъ и языка се образува широка трѣба, която се нарича входъ въ глътката; при това се вижда и задната стѣнка на глътката. Всичкитѣ тѣзи части, понеже сѫ богати съ кръвъ, която тече по особни малки жилки, сѫ боядисани въ розовъ цвѣтъ; жилкитѣ сѫ до толкова малки, щото у здравитѣ хора не се виждатъ. Цѣлитѣ уста и почти всичкитѣ ѣ части сѫ покрити съ тънка, блѣстяща, почти прозрачна ципа, нарѣчена лигава ципа, която е тѣй сѫщо богата съ горѣказаннитѣ жилци.

Тя е нарѣчена лигава затова, защото на нейната повърхност се образува лига, слюмка, която ний плюеме; такава сѫщо ципа покрива носа,

Рис. № I.



Обяснение: а) предната джгичка; б) сливицата; в) задната джгичка и е) язичето или мжеца.

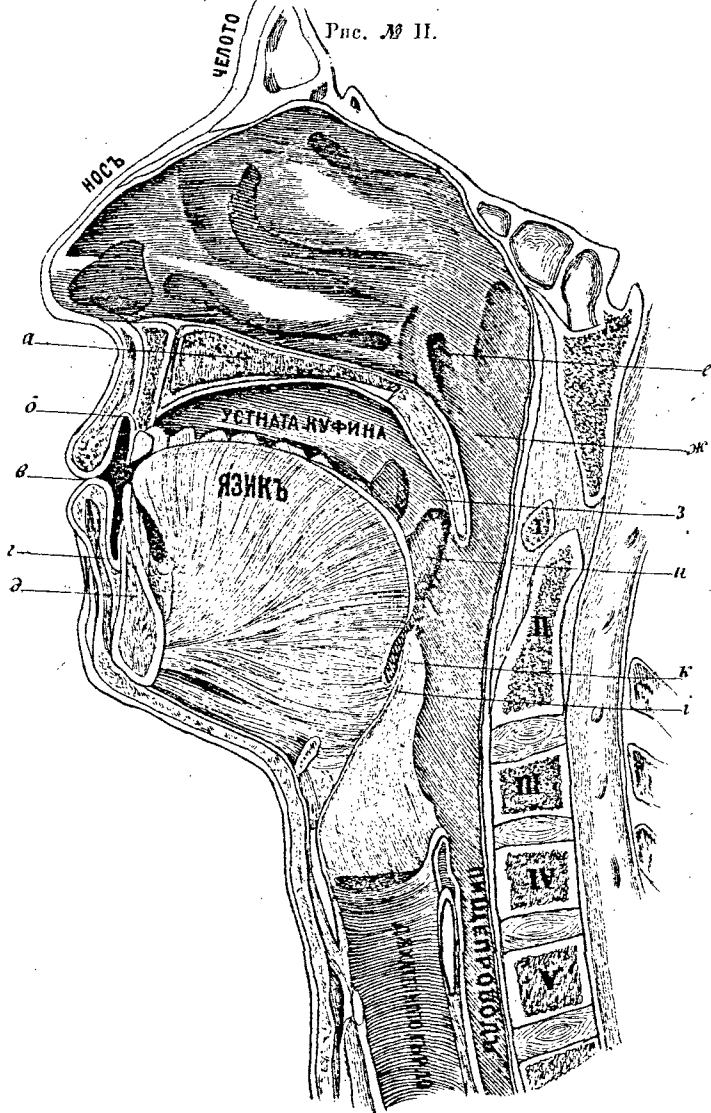
червата, дъхателното гърло и много други части на нашето тѣло. Въ здраво състояние, тя е съ розовъ цвѣтъ и блѣскава. При възпаление, — червенината става по-голяма и незабѣлзванитѣ до сега малки жилцици се наливатъ съ кръвъ до толкова, щото изведнажъ се виждатъ въ видѣ на червени пвици.

За да се разбере по-ясно какво нѣщо е глътка, на която задната частъ се вижда, когато устата сѫ отворени, необходимо е да разгледаме внимателно втората рисунка.

Тя изобразява главата, като да е разрѣзана. Тука се виждатъ устата съ твърдото и мекото небе, съ зѣбитѣ и язичето. Надъ устата виждаме носа съ ноздритѣ, разрѣзанъ презъ срѣдата; надъ мекото небе се гледа малкото от-

верстие на трѣбичкитѣ, които отиватъ къмъ ушитѣ (е). Ако ли тѣ се разболѣятъ, то болния го мъчи постоянно гърменне въ ушитѣ, той захваща да не дочува и чувствува дълбока болѣстъ въ ушитѣ си. Глътката се съединява съ пищевода, чрезъ който отива храната въ стомаха. Отпредъ глътката се съединява съ

Рис. № II.



Обяснение: а — твърдото небе; б, в, г — устнит откритието на устата; д — долната челюсть; е — откритието на трѣбичката, която води къмъ ухото; ж — входа изъ носовата куфина въ глътката; з — предната джгичка; и — сливицата; л — входа въ гръклания; к — захлупчицата; I, II, III, IV, V — шийнитѣ прѣшлени.

гръклания и помежду нмъ се намира подвижна пластинка, която се нарича захлупка на гръклания (к). Тя е важна за това че оправя храната въ пищевода, а не въ гръклания. Гръклания се съединява съ дъхателното гърло, ко-

ето има форма на тръба, която преминава въ блътитъ дробове, съ които дъхаме. Ако ли нѣщо запуши гръкланя, макаръ и на 1 — 2 минути и въздуха не може свободно да влиза и излиза, то ний скоро можемъ да се задушимъ. Ако ли малки частици отъ храна, лига или отъ друго какво и да е нѣщо паднатъ въ гръкланя, то този частъ се явява силна кашлица, която не се прекратява, до гдѣто не ги изхранимъ. Горнята частъ на гръкланя състои отъ твърдъ якъ хрущѣлъ, който може да се напипа и отъ вънъ, особено у мѣждетъ, защото у тѣхъ се издава по-вече напредъ. Това е тъй нарѣчената Адамова абѣлка. Отвѣтръ гръкланя е покритъ съ лигава ципа и служи не само за дъхание, но и за говоренне; и ето защо когато той се повреди, гласа става сипкавъ и понѣкога съвсѣмъ се изгубва.

На рисунката тѣзи части сѫ представени много ясно.

(Слѣдва)

Катихизисъ за майнитъ и дойнитъ.

Отъ д-ра Фейтингъ.

Кърмене на дѣтето отъ гърдитъ на майката.

1) Новороденото дѣте много губи отъ тѣжната си. Отъ часъ на часъ тая загуба все повече и по-вече се уголѣмява, а заедно съ това дѣтето отслабва; въ сѣщото време отслабватъ и мускулитъ, които дѣйствуватъ при суканнето (бозаяннето). Като се вземе въ внимание и това, че на новороденото дѣте му трѣбва и време за да се научи да сучи, — то трѣбва да се приложи къмъ нѣжката, щомъ майката, слѣдъ нужното нагледъване, е приготвена да кърми. Съвсѣмъ неразумно е това, дѣто нѣкои си майки иматъ обичай да кърмятъ дѣцата си, чакъ като се поизминатъ нѣколко часове. Напротивъ, колкото млѣкото въ гърдитъ на майката е по-вече, колкото по-наскоро ее дава то на новороденото дѣте, толкова по-благоотворно това дѣйствува на неговото развитие.

2) Майката не трѣба да забравя, че нищо друго не може да подѣйствува върху дѣтето тъй вредно, както прѣкаленото кърмене (подаване).

3) Кърменieto на дѣтето трѣбва да става редовно въ распределени времена, а именно: дѣца на възраст отъ единъ до два мѣсеца, трѣбва да се кърмятъ слѣдъ всѣки два часа, а подиръ — слѣдъ 3 — 4 часа, а дѣца отъ шестъ мѣсеца нагоръ — не по-вече отъ 5 пѣти въ 24 часа.

Дѣца слаби, малки или недоносчета, трѣбва да се кърмятъ по на често и при това не само да се не пазнъ сънътъ имъ, но, напротивъ, да

ги разбудятъ нарочно и по нѣкой начинъ да ги расплакатъ.

4) Между часоветъ, опредѣлени за кърмене, трѣбва да се дава (особенно лѣтно време) на дѣтето да пие вода или ечмяна отвара, а въ много горѣщитъ дни твърдъ е полезно да се прибавя при питието имъ и нѣколко капки ранина, на които количеството не трѣбва да надминава една чашна лъжичка на 24 часа.

5) Ако млѣкото у майката е недостатъчно за да храни дѣтето, то трѣбва да му се дава наредъ: единъ пѣтъ кърма, други пѣтъ друга нѣкаква храна.

Дѣца, петъ или шестъмѣсечни, трѣбва да получаватъ ечмяна отвара (чорба), смѣсена наполовинъ съ възварено млѣко; при това да се прибави още малко солъ и малко захаръ.

Дѣца по-големички получаватъ, съответствено съ възрастта си, и по-големо количество млѣко.

На дѣца 10 — 12 мѣсечни трѣбва да имъ се дава да смучатъ по една коричка хлѣбецъ или едно класче недопечено мѣсо.

Не трѣбва да се даватъ на дѣцата сладки нѣща, тъй сѣщо не трѣбва да имъ се дава нищо друго, което не е показано въ този правилникъ, за изключение на това, което докторътъ имъ предпише.

Кога трѣбва да се отбие дѣтето?

6) Времето, когато трѣбва да се отбие (отлъчи) дѣтето, е приблизително между 8-й и 9-й мѣсецъ отъ ражданието, когато у дѣтето сѫ се показали вече 2, 4 или, най-много, 6 рѣзци (зѣба). По-често отбиватъ дѣцата между 9-й и 12-й мѣсецъ.

Нѣкои предполагатъ, че изгледътъ на добръ отхраненото дѣте е най-добъръ признакъ за доброто му здравие; а между това, много пѣти дѣца, пълни на глѣдъ, тѣжки, угоени, показватъ точни признаци на английската болѣсть. Тази болѣсть зависи много пѣти единствено отъ много продължителното кърмене, и забѣлъзано е, че колкото по-вече се продължава това кърмене, болѣстьта отъ недѣля на недѣля все повече се усилва.

Най-добъръ признакъ, че дѣтето трѣбва да се отбие и да му се промѣни храната, може да служи това обстоятелство, когато въ надѣжното време му сѫ поникнали зѣби.

Въ нѣкои случаи отбиваннето служи като единствено условие и най-добъръ лѣкъ за отстраняване английската болѣсть, на която признацитъ сѫ: кѣсното поникване на зѣбитъ, кѣсното развитие на коститъ и мускулитъ, запичанията, приливи на кръвта къмъ главата, испотяването на главата и тилътъ.

Такива дѣца, като захванатъ да се подаятъ отъ друга жена, или като се отбиятъ пѣкъ съвсѣмъ, захващатъ видимо все по-вече и по-вече

да се поправят; при това тѣ губятъ въ тѣ-
жината си, но това не трѣбва да безпокои май-
китѣ, а напротивъ — да ги радва.

7) Ако майката нѣма добръ развити гърди
(цици) или страда отъ пукнатитѣ нѣнки, ако млѣ-
кото ѝ е не добро и може лошо да повлияе на
дѣтето, ако послѣ ражданието тя страда отъ
разни болѣсти, отъ гърдоболъ, сивелисъ, хро-
нически сипаници, нервни болѣсти, и при зна-
чителна степенъ малокръвие, тя (майката) не
трѣбва сама да си поддая дѣтето, а по-добръ
ще стори да му наеме кърмачка (дойка).

8) Сѣщо тѣй не трѣбва сами да поддаятъ
дѣцата си жени гнѣвливи, жени, които се излагатъ
на силни душевни възбуждения, защото, подъ вли-
янieto на тях послѣднитѣ млѣкото се подхвърля
на такива измѣнения, които не само сѣ спо-
собни да произведатъ у дѣтето колика, диаррея
(сюргунъ), конвулсии (трѣперки), но и да му
докаратъ безъ време смъртъ.

9) Появяването на млѣчинната, която твърдѣ
често се срѣща въ дѣцата слѣдъ нѣколко дена
или недѣли отъ ражданието, може, въ нѣкои
случаи, да предизвика отбиванне на дѣтето, а
понѣкогажъ и смъртъта му.

Млѣчинната става отъ това, когато нѣкои
частици отъ млѣкото оставатъ по зърното на
цицата или въ устата на дѣтето, та се под-
хвърлятъ на врие (брожение).

Млѣчинната се появява още и вслѣдствие на
зараза, на която се излага дѣтето въ време
на ражданието, защото много пѣти се появява
болѣстъ въ влагалището на труднитѣ жени, ко-
ято болѣстъ става отъ сѣщо такива гѣбци,
каквито се развиватъ и при брожение на млѣ-
кото.

Като се взематъ въ внимание тия причини,
трѣбва внимателно да се измиятъ со студена
вода устата на дѣтето още щомъ се роди, а
тѣй сѣщо, слѣдъ всѣко кърмене, да се изми-
ватъ както устата на дѣтето, тѣй и зърната
на цицитѣ; устата на дѣтето да се промиватъ
още и послѣ всѣко блювание.

Ако се появи млѣчинната у дѣтето, то, за да
се прекрати, стига само да му се промиватъ
устата съ сода по-честичко и внимателно. При
това не трѣбва да се ограничаватъ само съ
едно какво да е понамокряние на устата, а
трѣбва да се триятъ дорѣ се отдѣлятъ всички
непотрѣбни частици, които сѣ се набрали по
повърхността на устата; много пѣти триенieto
трѣбва да се продължава до тогава, дорѣ се
покаже даже и кръвъ. Благодарение на таква
промивания на устата, не само се очистватъ въ-
титѣ непотрѣбни частици, но се запрѣчва и на-
трупването на нови.

10) При зачеване новъ плодъ, майката трѣбва
да прекрати кърменieto на дѣтето, защото въ
твърдѣ рѣдки случаи се срѣща жена, която да
има толкова сила и кръвъ, щото да може да

крѣпи себѣ си, да кърми дѣте и въ сѣщото
време да отдѣля и за развитие на заченатия
плодъ.

11) Мѣсечнитѣ пречиствания у майката твър-
дѣ рѣдко преминаватъ безъ повреда на дѣтето;
тѣ твърдѣ често предизвикватъ у него колика,
блювание и диаррея; за това въ такива случаи
трѣбва да се ръководятъ майкитѣ споредъ здра-
вieto на своето дѣте.

Изборъ на кърмачката.

12) При избиране на кърмачката (дойката),
трѣбва да се изслѣдва, дали тя е жена здрава,
дали има добро млѣко и, при това, въ изобилие.
Трѣбва да се обръща внимание на зрѣнцата
на цицитѣ ѝ, дали тѣ сѣ добръ развити и тол-
кова издадени, щото дѣтето лесно да може да
ги залавя съ устата си, защото, ако зрѣнцето
е малко, то слабо дѣтенце не е въ състояние
да го залуви, а ако ли е пѣкъ вдадено, то не
може да го залуви и най силното дѣте.

Нѣнката трѣбва да се показва на пипанне
яка и пѣргава, а не мека и отпустѣлата; кожата
ѝ трѣбва да бѣде тънка и напѣчена съ жил-
цици, които ясно се виждатъ презъ нея.

При лекичко растриванне по кожата и при
слабо налягане на цицата, млѣкото трѣбва,
като струи, да потече изъ нея.

13) За слабо дѣте важно е, въ практическо
отношение, да се наема за кърмачка жена, която
е раждала нѣколко пѣти, защото, едно — че млѣ-
кото у такава жена лесно истича, и друго, че
тя, като по-опитна, ще знае и по-добръ да глѣда
дѣтето.

14) Колкото се касае до възрастъта на кър-
мачката, то заслужватъ преимущество тѣзи жени,
които иматъ отъ 20 до 30 години. Възрастъта
на нейното дѣте трѣбва да е приблизително та-
кава, каквато е на дѣтето, което тя ще поддая.
Трѣбва да се знае, щото у кърмачката, която
е скоро родила, може да я заболятъ гърдитѣ
(цицитѣ), или ще се спре отдѣлянето на млѣ-
кото, или пѣкъ то съвсѣмъ нѣма да се появи.

15) За видното доказателство отъ доброто
качество на млѣкото у жената, която се избира
за кърмачка, може да служи изглѣдътъ на ней-
ното дѣтенце. Но ако то е умрѣло, необходимо
е да се подложи на внимателно разглѣждане
здравieto на дойката, тогкозъ по-вече, ако не
може да се познае истинската причина за по-
боляването на дѣтето ѝ.

Какъ трѣбва да живѣятъ майката или кърмачката.

16) При каквито условия и да се намѣрва
жената, която поддая, тя не трѣбва да употре-
блява соли (слабителни), които силно дѣйстви-
ватъ, а тѣй сѣщо не трѣбва да употреблява въ
неумѣренно количество и обикновенната солъ.
Тя не трѣбва да употреблява лютитѣ веще-

ства, както и всѣко нѣщо, което може да развали пищеварението.

17) За жена, която кърми, добро е да употребява по-вече течности (чорба и пр.), защото тѣ помагатъ за по-лесното отдѣленне на млѣкото.

За тази цѣль полезни сѣ: млѣко, ечмяна чорба, овесянка, едно — поради водата, която съдържатъ и друго — поради тѣхната хранителностъ. Полезни сѣ тѣй сѣщо — чай и въ умѣренно количество — пиво.

18) Картофлитъ и тѣмъ подобнитъ храни не трѣбва да бѣдатъ главната храна за жена, която кърми.

19) Употрѣбяване тлѣстини е позволено, но въ умѣренно количество.

20) По-добъръ е, кърмачката да получава тази храна, на която е вече привикнала, и при която тя се усѣща по-добъръ въ здравнето си.

21) Необходимо е тѣй сѣщо, щото и животътъ на кърмачката да не се отличава твърдъ отъ този, на който е навикнала. Много строгиятъ надзоръ върху кърмачката, взета отъ село или отъ кухнята, — предприетъ отъ прѣкаленъ страхъ, да не би тя да хапне или да пие нѣщо, което ѝ е запретиено, а най-главно да не би се погалила съ мѣжа си или съ любовника си, — не може да не влиае лошо на нейното здравие и на нейното млѣко, а заедно съ това да повреди и на дѣтето, което тя поддава.

22) Това или онова нравствено настроение на кърмачката жена има сѣществено влияние както върху количеството, тѣй и върху качеството на млѣкото. Тѣй, подъ влиянието на приятни душевни движения появява се изобилно отдѣляние на млѣкото; угнетеното състояние го намалява, а подъ влиянието на ненадѣйни потрясения, то съвсѣмъ се прекратява.

23) Ако има случай, който изисква необходимъ строгъ надзоръ надъ кърмачката, то е единствено този, когато тя не пази распределения редъ за кърменieto: трѣбва да я слѣдятъ, щото да кърми дѣтето въ опредѣленитъ часове, да не го поддава по-вече отъ опредѣленото число пѣти, да му не токо тѣпче цицата въ устата всѣкога, кога токо заплаче (както това правятъ много майки).

Честото кърмене причинява съгъстяване на млѣкото у гърдитъ на кѣмилницата и съ това поврежда пищеварението на дѣтето.

Трѣбва съ такова сѣщо внимание да се слѣди кърмачката или бавачката, да не чоплятъ половитъ органи на дѣтето, нито да му даватъ клечка или парцалче да гложди, което тѣ твърдъ често правятъ, за да замирятъ дѣтето да не плаче.

24) Стариятъ обичай — да държатъ гладна жената послѣ ражданието, като не обръщатъ внимание до каква степенъ се е повредило здравнето ѝ и до колко е тя отслабнала, е лишенъ

съвършенно отъ смисълъ и здравъ разумъ. Трудната жена, както преди ражданието, тѣй и послѣ ражданието, трѣбва да се храни добъръ, щото да може млѣкото по-рано да се отдѣли и, направо послѣ ражданието, майката да захване да си кърми дѣтето.

По-вечето отъ женитъ иматъ млѣко въ гърдитъ си и то се появява обикновено слѣдъ ражданието, понѣкогажъ подиръ едно, двѣ, даже и подиръ петъ денонощия. Твърдъ често се случва, че едно умѣренно количество млѣко се появява още преди ражданието, но и по-често още биватъ такива случаи, въ които дѣтето изѣднѣжъ послѣ ражданието намира вече своята кърма въ гърдитъ на майка си; и тѣзи изключителни случаи трѣбва да станатъ правило и обикновено явление.

Домашна аптека ¹⁾.

Прев. Т. Георгиева.

Указване лѣчебнитъ срдѣства и другитъ принадлежности, които сѣ необходими за домашното лѣкуване, — съ наставленията и способитъ за тѣхното употребление и въ какви случаи.

Съвършенно е справедливо мнѣнието, че домашната аптека е едно зло, но необходимо зло, което твърдъ често принася голѣма полза. Ти е зло именно за това, че когато е въ рѣцѣтъ на хора, които не сѣ получили научно медицинско образование, лѣчебнитъ срдѣства много лесно принасятъ голѣма вреда, особено въ тѣзи случаи, когато въ наставленията за тѣхното употребление не е нѣщо донесено или пъкъ е нѣщо повече казано. А пъкъ необходимо е това зло за това, че въ отдалеченитъ отъ доктори и аптеки мѣста, домашни запасъ на лѣчебнитъ срдѣства и на другитъ принадлежности твърдъ често принася голѣма полза, особено при болѣститъ, които не търпятъ отлагане, каквито сѣ, напримѣръ, нещастнитъ случаи: отравение, ударение отъ мангалъ, премияние (бялдисване), кръвотечение, изгоряване, замръзване и др. так. Това съображение е справедливо и относително общодостъпната медицина.

Домашната аптека, като зло, за да бѣде по-малко вредна, трѣбва отровителнитъ и въобще силнодѣйствующитъ лѣчебни срдѣства съвсѣмъ да се изхвърлятъ. Но причината, по която това зло е необходимо, ни принуждава да държимъ въ домашната си аптека поне тѣзи силнодѣйствующи срдѣства, които въ нещастни случаи, щомъ като дойде доктора да може то зъ часъ да дѣйствува съ тѣхъ, безъ да губи време да чака да ги доставятъ отъ други мѣста или отъ

¹⁾ Изъ журнала на д-ра Скурховича "Докторъ".

нѣкои отдалечена аптека. Разбира се, че употребяването на такива силнодѣйствующи сръдства безъ съвѣтитѣ на доктора е много голѣма смѣлостъ.

Указването на лѣчебнитѣ и други сръдства, които сѣ необходими за домашната аптека, не съставлява «лѣчебникъ», и за това наставлението въ такава указване могатъ да бѣдѣтъ само кратки и най-необходимитѣ.

За по-голѣмо удобство и за да се избѣгватъ всичкитѣ бъркотии, недоразумѣния и грѣшки, които често се случватъ при употребяването на лѣчебнитѣ сръдства безъ съвѣтитѣ на доктора, домашната аптека трѣба да бѣде проста, несложна и да съдържа само тѣзи лѣкарства, които дѣйствително сѣ потребни. Изъ цѣлъ редъ сръдства, които иматъ почти еднакво дѣйствие, за домашната аптека се избиратъ само нѣколко, като се предпочитатъ повече онѣзи, на които употреблението е по-просто и несложно. По тази причина за домашната аптека се пзбиратъ повечето такива лѣкарства, които могатъ да се употребяватъ противъ 2—3 и повече болѣсти.

Лѣчебнитѣ сръдства, които отъ продължително или неправилно пазение се развалятъ, дѣйствуватъ не само лошо, но и по нѣкога вредително; а пѣкъ сръдството да се познае да ли е развалено или не, може само опитенъ човѣкъ (аптекарь, докторъ и пр.) За ради това, като се избиратъ необходимитѣ сръдства за домашната аптека, трѣба да се предпочитатъ онѣзи изъ тѣхъ, които траятъ по дълго и на които пазението имъ е просто и лесно. Съ това читатели ще си обясни защо, напримѣръ, числото на маслата въ нашата «домашна аптека» е незначително, а мнхлеми съвсѣмъ нѣма (показано е само какъ се приготвятъ нѣкои мнхлеми, необходими въ домашната медицина).

Въ домашната аптека трѣба да се намиратъ не само лѣкарства, но и други нѣкои предмети, и приспособления, които сѣ необходими за правилното подаване медицинска помощъ и за правилния уходъ за болнитѣ.

Нѣкои общи правила за съдържанието на домашната аптека.

1) Домашната аптека трѣба да се държи чисто, въ сухо и прохладно мѣсто. Масленитѣ и мазнитѣ средства трѣба да се държатъ въ студено мѣсто.

2) Трѣвитѣ (листьетѣ), цвѣтъята, коренитѣ и други подобни части отъ растенията трѣба да се държатъ въ добри заключени дървени сандѣчета или пѣкъ въ кутини отъ дебела мукана. Праховетѣ и солитѣ, които привличатъ влагата, се държатъ въ добри запушени стъклени банки. Жидкитѣ лѣчебни сръдства въ обикновенни добри запушени стъкла (аптечни).

Гърлото и затицалката на стъклото или банката, въ които се пази нѣкое силно миризливо сръдство (ароматическо), се обвързватъ съ мѣхуръ или съ кожа. Пластиритѣ се държатъ обвити съ маслена книга. Бинтоветѣ (ивици, бандажи), памукъ и други подобни принадлежности се държатъ въ обикновенни пакети или възели.

3) Върху всѣки пакетъ или възелъ, банка, стъкло, кутиня и други съдове, въ които има лѣкарствено сръдство, трѣба да бѣде написано съ ясни и едри букви названието на лѣкарството, което се намира въ тѣхъ.

4) За да можемъ по-скоро да намѣримъ сръдството, което ни трѣба, домашната аптека трѣба да бѣде наредена така, щото всичкитѣ еднородни сръдства да бѣдѣтъ въ единъ редъ; напримѣръ, всичкитѣ спиртове да бѣдѣтъ въ единъ редъ, всичкитѣ масла въ другия редъ, всичкитѣ корени въ третия редъ и т. н.

5) Лѣчебнитѣ сръдства, които съставляватъ домашната аптека, за да бѣдѣтъ доброкачествени, трѣба да се подновяватъ не по-малко отъ веднажъ въ годината; запаса на жидкитѣ и маслениститѣ лѣкарства трѣба да се подновява по често, напримѣръ, два-три пѣти въ годината.

6) За да може по точно да се измѣри количеството на лѣкарството, което ни трѣба, въ домашната аптека трѣба да има и аптечни тѣглички. Единицитѣ на аптечните тѣглички сѣ слѣдующитѣ: 1) килограмъ (единъ килограмъ има 333 драма); 2) въ единъ килограмъ има 1000 грамма¹⁾; 3) единъ грамъ има 100 сентиграмма; 4) единъ сентиграммъ има 10 милиграмма. За да се измѣри количеството на водата или на друга нѣкоя жидкостъ, която не е не по-лека и не по-тѣжка отъ водата, по удобно е да се употребява вмѣсто тѣгличка — «мензурка». Тя е една стъклена или фарфорова съдина, на която на стѣнитѣ има отбѣлѣзано числото на грамове.

7) При приготвението и при употребяването на лѣкарствата трѣба да се стараемъ да си служимъ повече съ стъклени или фарфорови съдини, а металническитѣ, колкото е възможно, да избѣгваме.

(Слѣдва).

ОТЪ РЕДАКЦИЯТА.

Съгласно съществуващия вѣстникарскій обичай, испращаме настоящия брой и на всичкитѣ минало-годишни абонати, като същевременно ги молимъ, ако не желаятъ да получаватъ презъ текущата година «Здравие», да го върнатъ; ако-ли пакъ желаятъ, то да проводятъ предплатата, безъ която вѣстникътъ не се праща на никого.

¹⁾ 3 грамма правятъ единъ драмъ нѣшенски.