



РЕДАКТОРЪ

Д-ръ КИРИЛЪ ЙОРДАНОВЪ

ПРИРОДЕНЪ ЛЪКАРЪ

Бронхиална астма

- | | стр. |
|--|--------|
| 1. Причини, признаци, същност и предсказание на болестта | 98-100 |
| 2. Биологично лѣкуване на астмата | |
| а) въ време на кризата | 102 |
| б) въ междукризисното време | 105 |
| в) последочно гледане на болния | 114 |
| 3. Какъ да си изработимъ лѣчебенъ планъ | 115 |
| 4. Професоръ Шрюмпелъ за лѣкуването ѝ | 116 |
| 5. Примѣри на оздравяване изъ практиката | 118 |
| 6. Лѣкарствата и болестта | 125 |



ПРИРОДЕНЪ ЛЪКАРЪ

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

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

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

Prioden Lekar — Zeitschr. für Naturheilkunde und Naturg
Lebensweise. Schriftleiter D-r Kyril Jordanoff, Varna - Bulgarien

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

Бронхиална астма—задухъ

Встѣпителни думи

Съставянето на тази книжка направихъ по настоячиво-
то искане на много страдащи изъ всички краища на стра-
ната, отъ кждето отъ години съмъ обсипванъ съ писма.

Бронхиалната астма е упорито страдание, което, може да
се каже, не се поддава на оздравяване съ химическитѣ симп-
томатични срѣдства на алопатичната училищна медицина.

Неустановени сѣ още и разновиднитѣ ѣ причини. Хвърле-
нитѣ на пазаря лѣкарства, предназначени за борба съ това стра-
дание, сѣ безчетъ. По моята скромна преценка, до днесъ ни-
то едно не се е оказало ефикасно и сигурно — иначе стра-
дащитѣ и лѣкарствата не биха били толкова много.

Както ги всички други болести и страдания, така и
тукъ, биологичната медицина не дири оздравяването въ ни-
какви симптоматични срѣдства, па били тѣ най-нови, най-
скъпи специалитети. Единствено срѣдствата, които поддър-
жатъ живота, сѣ въ състояние да преустроятъ органи-
зма, да стимулиратъ всестрано жизненитѣ му сили и функции
и така да го доведатъ до самооздравяване. А такива срѣд-
ства сѣ: въздухъ, слънце, вода, работа, почивка
и диета. Това сѣ тѣ die Lebensreize (жизненитѣ дразнения),
кждето лежи залога за зараждане и поддържане на живота
както и за неговото оздравяване. Всичко друго е самоизмама.

Вече тринадесета година, въ десетки хиляди книжки,
въ стотици публични сказки, азъ се стремихъ да докажа то-
ва на просвѣтеното българско общество. И доволенъ съмъ.
Колосалния вложенъ трудъ даде добри резултати. Дадохъ
младинитѣ си на това дѣло, но увѣковечихъ го.

Предавамъ настоящата книжка на страдащитѣ отъ аст-
ма съ увѣреностъта, че ще ми се удаде да имъ докажа си-
лата на природното лѣкуване и при това упорито страдание.

Варна, Априль 1940 г.

Д-ръ Кирилъ Йордановъ

Причини на бронхиалната астма

Съ малки изключения, астмата се явява при хора съ слаба нервна система, съ различно проявена нервност, и липса на нужнитѣ соли (калций, магнезии т. н.) въ тъканитѣ, като и дветѣ могат да сж наследени. По Krohn, наследствеността е налична при 24.5% отъ заболялитѣ, а при 65% имаме разни заболявания на дихателната система. Следъ това идатъ редица вторични причини, по важнитѣ отъ които сж: силни душевни и нервни преживявания, простуди, нередовности въ храносмилателния каналъ (газове, запекъ), смущения въ функциитѣ на черния дробъ, видове глисти въ червата, маточни страдания у жената (измѣствания и др.) и нѣкои особености на климата за нѣкои индивиди. Пращеца отъ нѣкои треви и цвѣтя, къмъ които индивида е особено чувствителенъ, често е причина за астмата. Нощно време явяващи се пристѣпи се дължатъ често на тревата съ която сж пълни дюшеци и възглавници. Страдания на носа (Koblanck) много често сж източникъ на пристѣпитѣ. W. Bigne вини особено много наранявания и следващитѣ го страдания на носа, като подчертава, че нервния тормозъ, който е свързанъ съ лѣкуването (операции, изгаряния и пр.) играе голѣма роля. Слабо сърдце, слабъ кръвообратъ и кариозни зѣби сж сжщо честа причина.

Не рѣдко астмата се явява като „уравновесяващо“ компенсиращо страдание при нѣкои конституционни недѣзи (подагра и др.). Така наприимѣръ, страдащиятъ отъ подагра не получава подагричните атаки, защото облегчителната криза се явява въ форма на астма. Или, астмата се явява при нѣкои болни страдащи отъ подагра тъкмо затова, защото организмътъ не е въ състояние да си самопомогне чрезъ провеждане на подагрична криза (D-r Volf). И обратно: Има случаи, когато потисната съ упорити лѣкарства астма да бѣде последвана отъ мигрена, упорити кожни изриви, стомашни крампи и т. н. Missrigler съобщава, че две годишно дете страдало отъ екзема. Съ подходящи „ефикасно“ действащи мехлеми екземата била скоро и напълно потушена. Обаче отъ момента на това „оздравяване“, детето почва да страда отъ бронхиална астма, поради която родителитѣ го довеждатъ при него, но вече на 15 годишна възраст. Подложенъ на лѣчение въ духа на природолѣчението, ученикътъ оздравява напълно. Проследено две години следъ това, не е получило повторение на страданието. Това показва, че първопричината за тѣзи хронически страдания е вътрешно облагане, отъ което организмътъ се стрѣми да се освободи чрезъ избухване на нѣкои отъ горнитѣ страдания. (Trousseau, Sedillon и др.) Вътрешно секреторни аномалии не рѣдко сж причина.

Понѣкога заболявания на гърлото и сливицитѣ предизвикватъ астма. Прекарани тежка форма брусница, магарешка кашлица, както и често прекарванъ бронхитъ, могатъ да бждатъ причина на сетне избухнала астма. Нечистиятъ въздухъ е винаги вреденъ. Сжщо тютюневия димъ.

Понѣкога спане и въобще живѣне въ недостатъчно свѣтла и хигиенна стая е причина за астмата. Въ такива случаи, поставяне болния въ свѣтла, слънчева и просторна стая може да е достатъчно лѣкарство. Занемарена кожа, чийто функции сж въ недостатъчностъ, може да доведе до астма заболяване. Това ни показва, че астмата е и болестъ на вътрешно облагане а и, че подходящи приложения върху кожата сж необходимостъ при лѣкуването, а и за предпазване. Особено задържането на пикочна киселина въ организма предизвиква химическа „развала“ (дисхемия) на кръвта и предразполага къмъ болестта. Прекалено употребяване на солъ улеснява дисхемията на кръвта и тѣлеснитѣ сокове. Солта дразни лигавицитѣ на бронхитѣ, предизвиква бавно, незабелязано отравяне (засѣга колоидността на клеткитѣ). И тъкмо затова астмата, а и много други страдания, не могатъ да бждатъ излѣкувани, ако не се изхвърли или ограничи солта въ тѣхната храна.

Нѣкои подробности въ връзка съ появяване на астмата сжщо ще споменемъ. Мжжетѣ страдатъ по-често отъ женитѣ. Засегната е най-вече възрастта отъ 15—30 год. отъ което време води началото страданието и при другитѣ възрасти. Месецитѣ X, XI и III сж най-неблагоприятни за болестта (W. Krohne). Рѣдко, но все пакъ, понѣкога астмата е съчетана съ бѣлодробна туберкулоза (G. Schröder).

За да се види колко много и разнообразни сж причинитѣ за бронхиалната астма, достатъчно е да споменемъ, че само Guttman изброява 19 вида симптоматична астма. А E. Heun приема още по-голямъ брой.

Тъкмо за това споредъ E. Heun, Bovet и др., за лѣкуването и изгледитѣ за оздравяване не е достатъчна клиническата диагноза „бронхиална астма“, а е нужно да се установи лична, функционална и причинна диагноза, съ всичкитѣ подробности на особеноститѣ и характеристики на отдѣлния индивидъ, неговитѣ слабости, характера на пристѣпнитѣ и т. н. Това е именно диагнозата на биологичната медицина. И чакъ следъ такава „Bedeutungsdiagnose“ (тълкувателна, единъ видъ) може да се пристѣпни къмъ рационално биологично и цѣлостно природолѣчение.

Признаци у страдащитѣ

Характерностъ на страданието е внезапно или постепенно настѣпващата задуха. Явява се най-често нощемъ и е придружена отъ страхъ. Дишането става повърхностно. Болниятъ не може да лежи. Той сѣда или става, защото дища по

лесно и има повече въздухъ. Той чувства като че ли гръдния му кошъ се подува. Нещо го пристяга. Често се изпотява. Лицето става цианотично (посинява) поради недоимтъкъ на кислородъ въ кръвта. Къмъ края на кризата изважда особена лигава хрчка. Кризата трае часове до дни. Повтаря се често или се явява на месеци, даже година.

Страхътъ отъ поява на криза е често толкова голѣмъ, че той остава като постояненъ тормозъ на болнитѣ и така става истинска причина за честото появяване на кризата.

Сжщностъ на астмата.

Сжщността на болестта не е окончателно и неуспоримо разрешена. По разни автори се касае до спастично, крамповидно свиване на пръстеневиднитѣ мускули на бѣлодробнитѣ бронхи и мехурчета (алвеолитѣ). Или до подпухвания и подувания на лигавицата на сжщитѣ бѣлодробни части. Катаралното възпаление на сжщата лигавица и излжчване на особено характеризиранъ бронхиаленъ секретъ въ който сж доказани т. н. Куршмакови спирали, астмакристали и единъ родъ еозинофилни клетки. Ако астмата трае дълго, често препълвани съ въздухъ при спазмитѣ, бѣлодробнитѣ мехурчета се разширяватъ, изгубватъ своята еластичность. Тогава имаме вече разширение на бѣлитѣ дробове (Emphysem), което оставя едно постоянно затруднено дишане. Има и кръвозастои въ бѣлитѣ дробове включително въ бронхиалната лигавица, мускулчета, еластични влакна и пр.

Изгледи за оздравяването

Всѣки боленъ желае най-първо да знае какви сж изгледитѣ за оздравяване на тази болестъ. Какви надежди може да храни при почване на природолѣчението. Дали изгледитѣ при лѣкарственото лѣчение не сж по-добри отколкото тѣзи при безлѣкарственото естествено лѣчение. Тъкмо затова отговаряме, че изгледитѣ сж най-добри. Като изключимъ известенъ процентъ, кждето, по разни причини, резултатитѣ сж незадоволителни, повечето отъ страдащитѣ могатъ да разчитатъ на задоволителни резултати. При това нека помнятъ, че нѣма страдание за което да сж предложени на пазаря толкова много лѣкарства, както за астмата и то тъкмо затова, защото нѣма лѣкарства, които толкова да не задоволяватъ и не оправдаватъ предназначението си, колкото лѣкарствата предназначени за лѣкуване астмата. Така, че нека никой боленъ не оставя истинскитѣ радикални лѣчебни срѣдства на биологичната медицина. Колкото се отнася до облекчаване на мжжитѣ, то въ такива случаи прибѣгването временно къмъ това или онова упойтелно лѣкарство, може да се наложи и не бива безусловно да се отхвърля. Но съ пълното съзнание, че това става само за облекчаване, но не и за лѣкуване.

И въ случаитѣ, когато, поради сериозни причини, пълното оздравяване е невъзможно, гледайки се въ духа на природолѣчението, тѣзи болни могатъ да направятъ страданието поносимо и да достигнатъ висока старостъ.

Лѣкуване на бронхиалната астма

Първата ни работа при започване на лѣкуването е да премахнемъ остановенитѣ като причини аномалии. При нервни растройства да укрепимъ нервната система; при сърдечни болести да излѣкуваме тѣхъ и т. н. Особено случаитѣ съ нередовности въ храносмилателнитѣ органи да се подложатъ на грижливо оздравяване. Тукъ правилното диетолѣчение е отъ решаващо значение. При газове се пие чай отъ копъръ и анасонъ по равни части, който чай е добро противогазово срѣдство за всички случаи.

По Missrigler най-първо трѣбва да откриемъ т. н. (Reizfaktor) дразнящъ факторъ, който може да лежи въ самия организъмъ (облагане и др.) или вънъ отъ организма (климатъ, прахъ, пращецъ и др.). Следъ това трѣбва да работимъ да премахнемъ предразположението или готовността на организма да реагира на дразненieto съ астма кризи. Тази готовностъ може да е цѣлостна отъ конституционенъ характеръ или да е изразена само въ слабостъ на отдѣлни мѣста и части отъ тѣлото (лигавица на бронхитѣ, нерви и мускули на сжитѣ и т. н.) и най-сетне да поправимъ психическата лабилностъ на болния. Това ще рече да го повлияемъ психически, да премахнемъ болната му душевна настройка, да го психолѣкуваме. Защото само при психически разтроено състояние, резултатъ отъ взаимодействието на дразненieto и предразположението, се получава развоентъ тласкъ. Нека обяснимъ това съ единъ добъръ примѣръ, който вземаме пакъ отъ Missrigler: Единъ майчинъ синъ страдалъ отъ сифилисъ, което родителитѣ не знаели. Значи състоянието е било една потаеностъ въ духа на самия боленъ, и не открита на родителитѣ, а може би и никому другъ. Това е била една лична душевна мжка на болния, като се е намиралъ душевно въ едно напрегнато т. д. к. състояние. Освенъ това е ималъ и дразнящия факторъ (въ или извънъ организма, това е безразлично) а и предразположението, което благоприятствува ефекта отъ дразненето. Обаче въпрѣки наличността на тѣзи два фактора за една астма, той е билъ „напълно здравъ“. Т. е. проявена астма-криза не е ималъ. Но... по една случайностъ станало у дома му навикъ, вечеръ да беседватъ на разни теми въ връзка съ здравето и разнитѣ болести. Особено сифилиса и неговитѣ поражения е била любима тема на родителитѣ му. Отъ този моментъ, всѣкога когато вечеръ родителитѣ му почнатъ разговори за сифилиса, момъкътъ получавалъ астматиченъ задухъ. Изреждали лѣкари, опитвали лѣкарства не нищо не помагало

Най-сете Missrigler по една случайностъ открива тази душевна потиснатостъ на момъка и взема съответнитѣ мѣрки. Потискащата го душевно тайна бива сподѣлена вече. Той е отбремененъ отъ нея. Съ това астмата изчезва.

За планомѣрностъ, обичайно е лѣчебнитѣ прийоми да дѣлимъ на три. 1) Мѣрkitъ въ време на кризата 2) презъ междукризисното време и най-сетне т. н. последочно гледане на болния, когато той вече нѣма кризи — т. д. н. е „здравъ“. Мѣрkitъ въ последния етапъ на лѣкуването сж много важни, защото съ тѣхъ дооздравяваме болния, изкореняваме болестъта и го предпазваме отъ повторение на болестъта. А тѣкмо този етапъ на лѣчението болнитѣ най-малко провеждатъ, мислейки, че изчезването на кризата е пълно оздравяване.

Лѣкуване въ време на кризата

„Симптоматичното лѣкуване на кризитѣ съ разни упителни и др. изнасилващо потушителни лѣкарства е осакатително лѣчение, което никога не довежда до оздравяване“.

D-r Riedlin

Нѣкои болни чувстватъ, че ще получатъ криза. За предотвратяването и въ такива случаи се препоръчва една $\frac{1}{2}$ повишаваща баня, въ време на която, следъ добро сгорещаване, да се направи нѣколкократни студени поливания на тила. Това свива кръвоноснитѣ съдове въ носната лигавица. последната се отдува, ноздритѣ се освобождаватъ и дишането презъ носа става свободно. Ако нѣмаме възможностъ да направимъ горещата баня, тогава правимъ само студено поливане на тила. Много често това има успѣхъ и задуха се предотвратява.

Може да се опитва и чрезъ предизвикване на повръщане да предотвратимъ кризата, а и въ време на самата нея (H. Wüscher).

Не успѣемъ ли да предотвратимъ атаката, тогава пристъпваме къмъ мѣрkitъ за облекчаване и съкратяване на задуха.

Най-първо опоставяме болния на легло, поканваме го да вземе положение на т. н. Entspannung (пълно отпускане на тѣлото за отпочиване). Той диша бавно, спокойно като се опитва бавно, спокойно да чете съ натѣргено продължено произнасяне на гласната. Или гласно продължително да произнася „а...“ Това прави издишването пълно и освобождава мѣсто за следващото вдишване. Съ укоражителни думи го ободряваме.

Както при всички заболявания, така и тукъ при астмата, прилагаме оталекающа къмъ червата приложения. При астма страдащитѣ въобще, но особено въ време на кризата, това оталичане къмъ и презъ червата е много важно. Много често, запичане, застояване и газове въ

корема предизвикваатъ у астмата пълна криза. И обратното — не рѣдко редовно изпразнения храносмилателенъ каналъ, пази болнитѣ отъ кризитѣ или даже облегчава кризата, ако се взематъ мѣрка за бързото и основно изпразване на червата. Затова у природния лѣкаръ е станало автоматиченъ навикъ, при почване лѣкуването на криза да дава рициново масло като очистително.

Следъ очистителното, нашата втора грижа е да поставимъ болния на строгъ постъ (гладуване).¹⁾ На болния даваме да пие само течности (вода, чайове и др.) особено сокове отъ сурови плодове и зеленчуци.

Сутринъ и вечеръ по 100 грама сокъ отъ плодове, обѣдъ 100 гр. сокъ отъ зеленчуци. Другото време вода по желание. Но може да се пие особено приятно чай отъ джоджунъ или отъ шипки. Гладуването трае докато премине или поне значително отслабне кризата. Всѣки случай, най-малко 6—10 дни гладуване е нужно.

Ежедневно се прави по една очистителна клизма. Съ лѣкуването чрезъ гладъ медицинската наука се е занимавала още въ дневността и до днесъ. Днесъ никой разуменъ и сериозенъ човѣкъ не може да твърди, че гладолѣчението е несериозна работа, или че е само една хипотеза. Въпроса за вътрешното замърсяване като болестна причина и вътрешното пречистване като предварително условие за оздравяване, получи научно освѣтление. Само медицинско невежество може да отрича това. А нѣмаме по сигурно сръдство за вътрешно пречистване и обезотравяне на организма отъ гладуването съ сокове. Но въ време на постенето, всички органи въ тѣлото си отпочиватъ, кръводвижението се освежава. Благотворно се повлияватъ чрезъ поста тѣлеснитѣ и душевни сили. Въобще става пълно и всестранно преобразуване, прераждане, подмладяване.

„Азъ се чудя защо единъ така простъ, ефтинъ енергиченъ методъ като постолѣчението, се толкова малко прилага. При това азъ твърдя, че нѣма по сигуренъ методъ за лѣкуването на астмата отъ методичното целесъобразно приложение на поста“ (D-r Riedlin).

При студени крака да се взематъ мѣрки съ подходящи приложения.

Следъ очистителното и гладуването, по важностъ, идватъ частнитѣ приложения. Тукъ на първо мѣсто стоятъ физикалнитѣ повишаващи бани. Такива сж повишаващата баня на ржцетѣ по Schweninger — Hauffe, на краката и сѣдящата повишаваща баня.

Всѣка отъ тѣзи бани може да бѣде последвана отъ присницовъ компресъ (мокри чорапи, кръстосанъ коремъ, и присницовъ на подлакътната частъ на ржцетѣ) по за 2-3 ч.

¹⁾ Подробноти вижъ нашата специална книжка „лѣкуване чрезъ гладъ“. 15 лева.

Добро сръдство за копиране на астматичната криза по Bilz е: повишаваща баня на ржцетъ и краката едновременно, като презъ това време се налага върху гърдите гореща (евентуално съ придобивка на оцетъ).

Въ водата за повишаващитъ бани на ржцетъ и краката може да се постави хардалъ. Ако това комбинирано приложение не помогне да се опитатъ мѣнящитъ бани на ржцетъ и краката.

Тѣзи бани действуватъ като топлина противъ спазмитъ. Тъ сж астмолизиновитъ инжекции на природното лѣкуване. Но тѣ отвлечатъ кравътакъмъ периферията облекчаватъ бѣлитъ дробове кждето и поощряватъ краводвижението. Частичнитъ повишаващи б. сж лесно приложими при домашна обстановка и импровизирано. При нужда може да се замѣнятъ (но по-малко резултатно) съ горещи увивания на ржцетъ до лактитъ. Горещи увивания, парни компреси и горещи налагания сж все нѣща, които могатъ да замѣнятъ отчасти повишаващитъ бани. Горещитъ приложения на гърдния кошъ често облекчаватъ. Такива сж паренъ компресъ, горещи лапи, електрическо мосче, набиване съ пара (паренъ душъ) парна баня до кръста, и набиване съ горещъ въздушъ (душъ отъ горещъ въздухъ) съ помощта на специаленъ апаратъ Фоп. Горещитъ приложения върху гърдния кошъ предизвикватъ отвлечение кръвозастоя въ вътрешността, окървявяватъ, и сгриватъ мускулитъ на гърдния кошъ и рефлектарно (по нервеньпжтъ) премахватъ спазмитъ (кранпитъ) въ бѣлитъ дробове. Това облекчава и често премахва зодуха. Въ водата за горещитъ налагания може да се постави и $\frac{1}{4}$ оцетъ.

Всички студени приложения не сж на мѣсто при астмата.

Масажътъ въобще, а особено астма-масажътъ на гърдния кошъ е приложение за междукризисно лѣчение. Но въ нѣкои случаи приложень въ време на кризата облекчавъ. Особено случантъ съ разширени дробове и неподвиженъ гърденъ кошъ реагиратъ добре. Болнитъ съ гилозиране¹⁾ на подкожната тлъстина роагиратъ много добре на масажа въ време на кризата даже по-добре отколкото на банитъ. Както е известно на въведенитъ вече въ природолѣчението, масажътъ действува оталекающе върху мускулатурата и кожата. Тѣ биватъ локализираны масажи на единични пунктове по протежение на разни нерви по гърдния кошъ и общи масажи по цѣлия гърденъ кошъ. Нужна е лична подготовка и упражнения за да бжде човѣкъ опитенъ въ издирване на болезненитъ нервни точки и тѣхното поединично правилно масажирание и въобще за правилно извършване на астма-масажа. Даже дипломираниятъ масажистъ

¹⁾ Гилозиране е нещо като въдрвесавање (вътвърдяване) на мазнитъ подъ кожата, които сж болезнени и често сж единствена причинна много неясни стадарния.

е негоденъ да извършва лѣчебнитѣ масажи на астма болнитѣ, защото той никога и отъ никого не е школуванъ за такива. Само упражненията лично лѣкаръ трѣбва да върши астма масажитѣ, ако трѣбва да бждатъ тѣ резултатни.

Schulz препорѣчва въ време на кризата т. н. шокова терапия. Чрезъ предизвикване на душевенъ шокъ въ момента на кризата, състоянието се облегчавало. По единъ или другъ начинъ трѣбва да предизвикаме въ болния силно нервно-душевно сътресение. Да го силно зарадваме или силно разсърдимъ или нѣкой другъ родъ внезапенъ преломъ въ нервнодушевното състояние, което въ този моментъ е приковано т. д. к. къмъ кризата.

Пакъ въ време на кризиса, но и въ междукризисното време може да се опита специалния хватъ за притискане на шийната артерия и нейното внезапно отпускане. Съ това се предизвиква първо силенъ кръвозастой и следъ това силно сътресително подвижване на кръводвижението въ гръдния кошъ и мозъка.

Даване на лѣкарства, а особено въ форма на инжекции, природолѣчението отхвърля по начало—както не лѣкуващи, а често и вредни. Но понекога ние ще бждемъ изправени предъ измѣчващи се болни на които физикалнитѣ мѣрки не донасятъ бързо облекчение, или тѣ въобще, по технически причини, не могатъ да се приложатъ. Въ такива случаи и природниятъ лѣкаръ не ще се колебае да постави 1-2 астмолизинови инжекции на довѣрили му се боленъ. Обаче, това ние вършимъ съ пълното съзнание, че действуваме симптоматично облекчително, а не лѣчебно. Тази професионална тайна ние откриваме и на самия боленъ. Истинското оздравяване продължаваме да отпечелваме пакъ единствено съ естественитѣ лѣчебни сръдства на биологичната медрцина, чийто прилагане не прекъсваме. Обикновено, само при нѣкои по-упорити случаи, 1-2 инжекции отъ по 1 с.с.т. астмолизинъ е бивала дозата прилагана въ Враухлевата клиника.

Много естествено е, че приложенията въ време на кризата сж отъ голѣма полза и за предотвратяване на пристѣпа, стига да се приложатъ още при първитѣ признаци на неговото появяване.

Лѣкуване въ междукризисното време

„Естественитѣ лѣчебни сръдства иматъ това преимущество, че действието имъ не се ограничава само върху даденъ болестенъ симптомъ, какъвто е случая съ химическитѣ лѣкарства, а се простира далечъ върху цѣлата психофизична машина като предизвиква общъ физиологиченъ ефектъ“.

(Е. Непл)

Въ време на кризитѣ нашата задача е да съкратимъ, облекчимъ и премахнемъ мъчителната криза. Истинското лѣ-

куване започва и се провежда едва когато болниятъ е безъ криза и е добре. Това междукризисно време трѣбва да се използва добре. На това истинско лѣкуване ще посветимъ и ние тукъ повече мѣсто. Него трѣбва всѣки боленъ добре да разбере и усвои. Тукъ работитѣ сж почти изключително неговъ дългъ. Тукъ той има възможность да прояви своитѣ способности за истинско самолѣкуване. И тъкмо отъ тукъ проявенитѣ кадърности на болния зависи крайниятъ резултатъ. Лѣкарътъ само контролира и ръководи.

И тази втора фаза на лѣкуването започваме съ очисти телно, гладуване съ сокове, ежедневни клистири, строго и смѣнено суровоядене до преминаване къмъ пълно вегетарианско хранене.

Пририролѣчението държи много на горепосоченитѣ форми на диетолѣчение. Блѣскавитѣ резултати, които нашиятъ методъ често дава, ние отдаваме до голѣма степенъ на енергичното диетолѣчение. Лѣчебнитѣ режими на хранене сж ефикасно сръдство за борба и съ самия алергизъмъ, на почвата на който е често астмата. Болни, лѣкувани съ нашитѣ хранителни режими, често ставатъ нечувствителни къмъ онѣзи вещества, къмъ които тѣ, преди режима, сж показвали алергизъмъ (свърхчувствителность). Случаитѣ, кждето диетичния режимъ не дава задоволителни резултати, сж винаги нервно-психично обременени и усложнени състояния.

Хранителнитѣ режими, особено гладуването и суровояденето, сж толкова по на мѣсто, защото тѣ действуватъ обезводнително върху болния организъмъ. А обезводняването на подпухнали, преосолени и оводнени болни е важно условие за оздравяването. При това не бива да забравяме силно обезотровителното действие на глада и суровата храна. Тѣ ни помагатъ заедно съ редовнитѣ изпотяпания да освободимъ организма отъ всички натрупани въ него отрови вкарани отъ вънъ като лѣкарства, храни или напитки и образувани вътрѣ въ организма при недостатъчно вътрешно горене и недостатъчна отдѣлителна система.

„Практиката отдавна ни е показала, че следъ проведено гладолѣчение, астматичнитѣ пристѣпи разрѣдватъ, отслабватъ и накрай изчезватъ“ казва Grafe (Графе). Но за да получимъ такива резултати, нужно е продължително гладуване — споредъ Neun (Хойнъ), 2—4 седмици.

Следъ като подредихме така хранителния режимъ, ние пристѣпваме къмъ духовно овладяване на болния или къмъ т. н. психолѣчение. Не само нервни и функционални смущения се поддаватъ на лѣкуване чрезъ внушение. Всички органически болести се влияятъ много добре по пътя на психичното повлияване на болния. Че кой не знае какъ отличенъ апетитъ за предстоящъ обѣдъ веднага изчезва следъ съответно душевно повлияване; какъ цѣта на лицето се бързо промѣня подъ влиянието на душевни въздействия; какъ

чакация редъ за изпититѣ студентъ уринира всѣки 5 минути какъ сърдцето забива ту по-често, ту по-рѣдко, пакъ подъ влиянието на душевно въздействие? Колко по-лесно ще се въздействува върху астма-болния, при когото страда тѣлото, нервитѣ и духа едновременно. Който видимо се измѣня както при признаци на безнадеждностъ, така и при такива на сигурно обнадеждаване. И нѣма съмнение, че ако успѣемъ да държимъ болния постоянно въ обнадеждено състояние, оздравяването ще върви много по-бързо и ще е много по-сигурно.

Но какъ да повлияемъ психично нашия боленъ? Нѣкои мислятъ, че за това се иска винаги специаленъ психиатъръ, който съ специални похвати и магии да „внуши“ или „хипнотизира“ болния. Друго извънъ това сръдство имъ се струва, че нѣма. А то съвсемъ не е така. Не винаги сж ни нужни сложни психолѣчебни приоми. Много често, даже въ повечето случаи, постигаме целта съ най-невинни, всѣкому достъпни приоми на успокояване, ободравяне, укоражаване и обнадеждиване. Най-често това могатъ да извършатъ близкитѣ на болния, сетне самия боленъ и на най-подиръ лѣкуващиятъ го лѣкаръ. Всичкитѣ помалко и ето целта неусетно постигната.

До колко внушението е важно, проличава отъ факта, че споредъ много автори, дадени лѣкарства действуватъ много по-добре, ако се дадатъ на болния съ решително обещание и утѣрение, че сж сигурни и ще му подеиствуватъ непременно. Изкуството да вземемъ болния психично въ своитѣ рѣце, е комплектувано отъ множество похвати и магии, чийто прилагане е известно подъ името психотерапия или психолѣчение. Всѣко време, съ всички сръдства болниятъ трѣбва да бжде повлияванъ психично благоприятно. Той трѣбва да бжде успокоенъ и укоражень. При срещи съ него, при лѣчебнитѣ процедури, при прегледитѣ отъ страна на лѣкаря, съ подходящи думи, нему трѣбва да се вдъхва вѣра въ оздравяването, да му се сочатъ изгледитѣ за подобрене и се отнеме отъ ума му, въобразената безнадеждностъ на състоянието му (вербална сугестия),

Опити за психично овладяване и внушение надъ болния трѣбва да се правятъ въ специални сеанси за групово внушаване. Седмично 2—3 пѣти въ опредѣленъ день и часъ, предъ събранитѣ болни, лѣкарътъ държи подходящи беседи по болеститѣ, причинитѣ имъ, самозащитнитѣ сили на природата и изгледитѣ за оздравяване по методитѣ на природолѣчението. Следъ това болнитѣ се поканватъ да заематъ положение на т. н. пълно отпочиване, отпускане (Entspannung). Въ леглото на гръбъ, сѣднало, полулегнало или др. положение (споредъ мѣстото кждето се върши сеанса) болнитѣ затварятъ очитѣ си, отпускатъ напълно тѣлото си, сжщо ума, мислитѣ и нервитѣ си до максимал-

нитѣ възможни граници. Мислено той следи всѣки органъ, всѣка частъ на тѣлото да е напълно съвсемъ отпуснатъ безъ нито следа отъ тургоръ (стегнатостъ) и така пребивава известно време. Още отъ първия сеансъ болниятъ чувствава че му е по-леко, че е отпочиналъ. Сжшитѣ тѣзи упражнения на *Entspannung* може да прави всѣки боленъ по единично за себе си, у дома си. Ежедневно, нѣколко пжти на день, нека редовно се правятъ. На единични билни може да се действува и лично отъ лѣкуващия лѣкаръ. Масово, по единично, отъ самитѣ болни или лично отъ лѣкаря, систематически провѣдени, тѣзи упражнения на волята, психиката и самообладаването, иматъ често решаващо значение за оздравяването.

Нѣкои автори сж прилагали успѣшно фарадизация на цѣлото тѣло, именно заради неговото психично действие.

Болниятъ да дружи съ весели другари да прекарва въ весело настроена компания и прекарва въ смѣхъ. Смѣненето е вече пълно непринудно издишване, което именно липсва на астма-болнитѣ.

Физикални лѣчебни приложения

Нашитѣ лѣкарства сж естественитѣ срѣдства на природата: въздухъ, слънце, вода, диета, работа и почивка. Това сж жизненитѣ дразнения дадени ни отъ природата. Тѣ единствено сж стимулирали живота при неговото зараждане, тѣ единствено го стимулиратъ въ неговото поддържане и самозащита, и тѣ единствени, следователно, сж въ състояние да го подпомагатъ въ самооздравителнитѣ работи въ време на боледуване. Съ тѣхъ трѣбва да става лѣкуването не само на бронхиалната астма, а и на всички други остри и хронически болести. Тѣхното занемаряване и замѣстване съ химически срѣдства е само въ ущърбъ на здравето.

Въздухътъ трѣбва да се използва най-рационално. Суровиятъ, мъгливъ и много влаженъ въздухъ не е подходящъ за астма-болния. Иначе, всѣки чистъ въздухъ, било то кждето и да е, е подходящъ. Но самата смѣна на въздуха е често пжти отъ голѣма полза. Затова живѣещитѣ въ полето да отидатъ известно време на балканъ, и обратното. Когато ще трѣбва да отива болниятъ на балканъ да се има предвидъ, че височини между 500—700 м. сж най-подходящи. При това грижливо да подбираме мѣстото да е възможно срѣдъ природата, повече гора, зеленина и просторъ.

Смѣната на климата и мѣстожителството за известно време не е нужно само заради самия климатъ. Съ тази смѣна болниятъ бива повлиянъ и психично. Той отива въ ново за него мѣсто, съ нова обстановка и срѣда. Отдалечава се отъ елементитѣ (прахъ, цвѣтя и др.) къмъ които организма му показва алергизмъ. Смѣната извършва такъвъ голѣмъ пре-

ломъ въ душата и тѣлото на болния, че той още първитѣ дни отъ смѣната се чувсвува добре, даже „напълно здравъ“. Следъ смѣната на въздуха, трѣбва да се скъса окончателно съ дома. Никакви грижи по него, никакво мислене затова или онова тамъ. Болниятъ да се отдаде на пълненъ покой, на новото мѣсто, нова срѣда и впечатления.

Както другитѣ лѣкарства въ алопатията, така и въздуха въ биологичната медицина се употребява вънкашно и вътрешно. Вънкашно употребяване се състои въ това да правимъ въздушни бани. Съвсемъ голъ или леко облеченъ, споредъ времето, болниятъ да се кжпе въ свежия въздухъ. Леки движения, гимнастика и енергично изтриване голого тѣло съ сухи ржце, придружаватъ въздушната баня. Вътрешната употреба се състои въ лежене вънъ срѣдъ природата и дишането на чистъ въздухъ. Дишането да става презъ носа, а не презъ устата. За оздравяването това е толкова важно, че се комплектуватъ специални режими на дишане, обособени въ цѣлостенъ лѣчебенъ приомъ подъ названието астма-дишания.

Наистина не всички, но има много случаи на заболяване, кждето овладяване и прилагане астма-дишанията водятъ невѣроятно бързо до подобрене. Зависи доколко недоимъци въ дихателния механизъмъ сж въ основата на страданието. Особено женитѣ и по-младитѣ реагиратъ добре на лѣкуването чрезъ дишания.

Но „дихателнитѣ упражнения ще дадатъ добъръ резултатъ само, ако болниятъ ги приложи системно често и продължително, докато съзнателно извършваното правилно дишане стане упражненъ рефлексъ за несъзнателно, свободно дишане“ (Hofbauer). Тѣ трѣбва да бждатъ добре изучени, изкустно овладѣни подъ непосредствено ржководство на опитенъ природенъ лѣкаръ. Тѣ не трѣбва да преуморяватъ болния, да не бждатъ преизнасилвани. Можемъ да си послужимъ и съ специалнитѣ стъкленици за дишане. (Atmungsflasche).

При това нека не се забравя, че лѣчебното дишане не е едно голо механическо упражняване на дихателния механизъмъ¹⁾. Проведенитѣ съ лѣчебна целъ дихателни гимнастики упражняватъ дълбоко, всестрано и интимно благотворно действие върху всички органи, системи и тѣхнитѣ функции. Обмѣна на веществата, подновяване на кръвта, вътрешни секреции и всички жизнени процеси въ организма се благодарно повлиаватъ и стимулиратъ къмъ общи оздравителни работи.

Да се направи разбираемо чрезъ описание лѣчебното дишане при бронхиална астма е мжчно. Нека всѣки страдащъ го школова, изучи и усвои съ помощта на лѣкаръ, и тога-

¹⁾ Вижъ подроб. въ „силата на дишането“ въ сп. Прир. лѣкаръ.

ва да пристъпи къмъ самостоятелно лѣкуване съ този простъ приомъ на природолѣчението. Особено астма-дишанията искатъ школовка.

Знае се, че астма болнитѣ иматъ много слабо диафрагмено дишане. Тѣхната диафрагма е неподвижна. Затова при дишанията да се обърне особено внимание върху това да се упражнява коремното диафрагменно дишане.

Къмъ лѣкуване чрезъ въздухъ спадатъ и т. н. *Allergengefreie kammer*. Това сж спец. камери за нѣколко болни. Въздуха въ тѣзи камери е филтриранъ и не съдържа прахъ.

Слънцето¹⁾ е другъ лѣчебенъ факторъ въ биологичната медицина. Това слънце, което до преди нѣколко десетки години печеше голитѣ чукари, отъ което префинения културенъ човѣкъ се криеше; на което само единици „екзалтирани“ индивиди излагаха голитѣ си тѣла, при което, за да не развалятъ порядъка на благоприличие срѣдъ „културното“ общество, трѣбваше да издигатъ 7. метрови непроницаеми стени около мѣстото на слънчевото огрѣване, днесъ е, и за неукия, първоразрѣденъ лѣчебенъ факторъ.

За съжаление и днесъ още мнозина отбѣгватъ неговитѣ благотворни лжчи по най-различни, незначителни и смѣшни поводи, но масовото използвана на слънцето днесъ е общо въведена порѣдка въ здравеопазването.

Лѣкуването на бронхиалната астма чрезъ слънчеви бани, обаче, е непопулярно. Напротивъ, всички мои астма болни, не сж се пекли на слънце, защото това имъ е било забранявано отъ лѣлара. Години страдащъ, изгълталъ голѣмо количество лѣкарствени отрови, той не е изпробувалъ животворното слънце. А колко болни биха намѣрили излѣчение тъкмо отъ слънчевитѣ бани.

Болниятъ отъ астма трѣбва редовно да прави слънчеви бани. Само единични случаи може да изискатъ неговото ограничаване или изключване. Нѣщо повече, продължителното излагане на слънцето още при първитѣ слънчеви бани до изгаряне и силно зачервяване на кожата, се препорѣчва отъ много автори. Болниятъ, при когото получихме преди години бързо подобрене, и който описахме на друго мѣсто въ тази книжка, е поучителенъ. Тъкмо слънчевото изгаряне направи това чудо. При нередовности въ носната кухина, да се огрѣва на слънце вътрешността на носа, като лжчитѣ проникватъ дълбоко навътре.

Водата е третия лѣчебенъ факторъ въ природолѣчението. За нейното въвеждане въ лѣчебното изкуство е работено презъ вековетѣ. Бавно, съ голѣмо закъснение, но днесъ и училищната медицина я използва доста често, макаръ още делечъ не въ размѣритѣ, които заслужава заради своята лѣчебна сила при всички страдания. Нѣкои отъ лѣ-

¹⁾ Подробноти вижъ кн. „Варна лѣкува“. Цина 10 лв.

чебнитѣ водоприложения сж наистини твърде сложни и за тѣхното прилагане се изисква известни удобства и сръчностъ, но повечено сж леки, лесно разбираеми и приложими при всѣка домашна обстановка. За подробности молимъ читателитѣ да прочетатъ специалната ни книжка „Лѣкуване съ вода“. Тукъ само ще изброимъ подходящитѣ.

Казанитѣ за облекчаване на кризата частични повишаващи бани, се прилагатъ и сега. Сжщо така менящитѣ бани на краката и специалната $\frac{1}{2}$ повишаваща баня съ следващо студено поливане (астмабаня). Много подходящи сж менящитѣ измивания, обжулванията съ мокри ржце, поливанията и др.

Любимо прилижение е присницовия съгревающъ компресъ. Но за да бжде действието му ефикасно, не е достатъчно само да се постави какъ да е. Нужно е правилно поставенъ и съответно дозиранъ. Най-погрѣшно е направенъ съгревающъ компресъ съ мушама. За съжаление и днесъ още повечето лѣкари го правятъ съ тази мушама, а това трѣбва веднѣжъ за винаги да се корегира. Влажниятъ, добре изцеденъ, сухиятъ върху му и мекиятъ вълненъ парцалъ най-отгоре, това сж принадлежноститѣ за неговото направяне. Не е достатъчно да го поставимъ 1—2 пжти презъ деня по за 2 часа, а 4—5 пжти на денъ по за 2—3 часа, като остане цѣлата нощъ. Следъ смѣната му мѣстото се изгрива съ влаженъ отъ темпарирана вода парцалъ или се прави мѣнящо измиване на сжщото.

Така правилно поставениятъ присницовъ (съгревающъ) компресъ разгваа своето пълно лѣчебно действие: той отвлѣча кръвта въ съответния отрѣзкъ на кожата; По нервень пжтъ освежава кръводвижението въ вътрешността на гръдния кошъ и така премахва кръвозастойтъ, които сж съпжтници, а и причини на болестята. Но той разрохва хракитѣ и улеснява тѣхното изхвърляне. Най-сетне, чрезъ предизвиканата и продължително поддържаната влажна топлина, той отстранява бронхиалнитѣ и др. спазми. А само ще споменемъ неговото успокоително действие. Нѣкои болни не го понасятъ добре въ гръдния кошъ. Въ такива случаи го правимъ на корема, прасцитѣ, ржцетѣ, краката (като влажни чорапи по Кнайпъ) и т. н. Това смѣняване, (ту тукъ, ту тамъ), на присницовия компресъ се прави не само при непонасяне върху гръдния кошъ, но и въ всички други случаи. Влажнитѣ увивания сж особено подходящи следъ видоветѣ топли приложения и изпотявания — особено цѣлитѣ и $\frac{3}{4}$ влажни увивания.

Изброенитѣ тукъ приложения ставатъ върху кожата. затова тукъ е мѣстото да наблегнемъ върху голѣмата нужда отъ усърдни грижи за кожата презъ цѣлото вре-

ме на лѣкуването. Слънчеви бани, обжулвания, менящи измивания, въздушни бани, душеве и редица други приложения върху кожата задоволяватъ тази нужда. Особено подчертаване заслужаватъ тукъ четковия масажъ и четковата баня. Двѣ чуднодействащи приложения, които не оставатъ безъ резултатъ нито при единъ боленъ, нито при една болестъ. Първиятъ се състои въ живо, пѣргаво и енергично изчеткване на тѣлото до поруменяване на кожата съ следващо студено измиваване и изсушаване. Втората е пѣргаво изчеткване на тѣлото съ две четки въ самата вода (при половинъ или цѣла баня). Всички приложения на кожата, но особено тѣзи две, отвличатъ кръвта въ кожата, оттеглятъ я отъ вътрешността на тѣлото, тукъ особено отъ болнитѣ бѣли дробове, които облекчаватъ и освобождаватъ отъ кръвозастоя. Сжщитѣ стимулиратъ всестранитѣ кожни функции, като усилятъ вътрешно секретарното ѝ производство, а по нервень пѣтъ, упражняватъ своето далечно благотворно действие върху всички вътрешни органи. Жлезитѣ съ вътрешна секреция, които при астмата често страдатъ, освежаватъ своята дейность.

Winternitz нарече видоветѣ приложения върху кожата още 1917 г. „хормонна и серумна терапия на природния лѣкаръ“, защото чрезъ тѣхъ сме въ състояние да усилимъ производството на хормони, серуми и всички защитни продукти въ организма по единъ чисто биологичень пѣтъ, за разлика отъ вкарванитѣ отвънъ чрезъ инъекции. Независимо отъ това, че приложенията върху кожата укрепватъ и закъляватъ нервната система, чийто слабостъ е винаги въ основата на астмата. Въобще кожната реакция до нейното силно зачервяване е толкова важно, че го предизвикваме съ силно действащи приложения—даже и т. н. Бауншайдизъмъ.

Други подходящи приложения сж частичнитѣ горещи измивания и налагания на крайницитѣ и грѣдния кошъ. Парень компресъ или парень душъ на грѣдния кошъ да се правятъ при кризата 2—3 пѣти дневно, а извънъ тѣхъ презъ 1—2 дни. Парна баня главата съ инхалиране, включаватъ тѣлото до кръстътъ (значи и градния кошъ) е много полезна. Всичкитѣ действуватъ и протовоспаститчно.

Много полезни сж хардалени изтривания на гърба до силно зачервяване. Особено тамъ, кждето имаме кръвозастой въ бѣлитѣ дробове. А тамъ кждето имаме аномалии въ носа, прилагаме масажъ на носа. Това е процедура, която може да се усвои отъ самия боленъ. Особено вътрешния масажъ на носа трѣбва добре да се усвои и извърши. Той става съ помощта на клечка върху която навиваме памукъ, върху му марля и намазваме съ мазнина какъва да е. Чрезъ дълбоко вкарване намазания тампонъ по основа-

та на носната кухина и съответни движения за грижливо масажиране на носната лигавица. ние закаляваме свръхчувствителната вътрешностъ на носа и така премахваме една отъ причинитѣ за кризитѣ. Съ ржка и съответно омачкване съ прѣситѣ, подпомагаме вътрешния масажъ и го допълваме съ вънкашенъ масажъ на носа. Не почвайте масажъ преди да сте подготвенъ отъ лѣкаръ. Въ сжщата посока върху аномалиитѣ въ носа действуватъ обикновенитѣ и мѣнящи промивания на носа, както и парното инхалиране. Честото измиване на главата съ студена вода и всмъркване на сжщата, е отлично закалително, срѣдство за носната лигавица. Носнитѣ масажи правимъ три пѣти седмично.

Друго специално приложение, непознато и непрacticувано у насъ, е рьодеруване на сливицитѣ¹⁾ Това е метода на Д-ръ Рьодеръ за безоперативно лѣчение на сливицитѣ. Съ специални вентузоподобни апаратури, сливицитѣ се масажиратъ и изсмукватъ. Това става три пѣти седмично. Обикновено единъ день масажираме носа, а на другия день рьодеруваме сливицитѣ. За съжаление рьодеруването не може да става отъ болния, а само отъ лѣкаръ. За сега това се извършва само отъ насъ. Други лѣкари да си служатъ съ рьодеровия методъ у насъ, не сж ми известни. Това пѣкъ затруднява неговото прилагане.

Точно функциитѣ на сливицитѣ все още не сж ни познати. Поради това и обяснението на добритѣ резултати които дава рьодеруването е трудно. Тѣ сж обаче фактъ. Всѣки случай се касае до улесняване обезотравянето чрезъ сливицитѣ, премахване лимфозастойтѣ въ сливицитѣ, а отъ тукъ благоговорно повлияване сжщитѣ въ бѣлитѣ дробове и найсетне имаме далечно нервно, а и по непознати пѣтища, действие на това лѣкуване. Така или инѣкъ, ефекта при много болести е очебиенъ и рьодеруването трѣбва да намѣри широко приложение²⁾.

За причини на бронхиалната астма ние посочихме и вътрешното отравяне. Тѣкмо затова обезотровителнитѣ работи при лѣкуването сж много важни. Съ различни срѣдства се стремимъ да усилимъ работата на обезотровителнитѣ органи на тѣлото. Тѣзи органи сж кожата, черния дробъ, бжбрецитѣ, бѣлитѣ дробове и червата. За грижитѣ на кожата казахме вече. Сжщо и за редовността на червата и храненето въ връзка съ това. Казаното за дишанията се отнася до обезотравянето чрезъ бѣлитѣ дробове. За черния дробъ се грижимъ като му правимъ ежедневно масажи, често паренъ компресъ и паренъ душъ, както и присницови компреси. Обезотравянето чрезъ бжбрецитѣ усилюваме като правимъ куневитѣ коремоотривни бани, повишаващитѣ сѣдящи и мѣнящитѣ сѣдящи бани. Освенъ това даваме диу-

¹⁾ M. John — Zbl. in med 1932/18a.

²⁾ Вижъ D-r Röder — „Die mandeln....“

ретични чайове отъ лѣковити билки. Такива сж борови или бобови шушулки, царевични коси (пирчеми) трескотъ и др. Отъ аптеката всѣки може да си вземе специална билкова комбинация известна подъ името *species diureticae*. Но за да дадатъ искания резултатъ, чайоветъ трѣбва да се употребяватъ седмици подредъ.

Най-сетне нека кажемъ по нещо и за работата, почивката и храната. Работа и почивка при лѣкуването значи болниятъ да не прекарва въ физическо бездействие, нито пъкъ да прекалява до физическо преуморяване. Съобразно тѣлесното състояние на болния и неговитѣ сили, нареждаме му съответната доза работа и почивка. Работата я даваме въ форма на подходящъ физически трудъ, особено такъвъ на полето сръдъ природата на чистъ въздухъ. Особено полезенъ е физически трудъ на открито до изпотяване, евентуално при слънчевъ пекъ. Или пъкъ болниятъ провежда подходящъ курсъ гимнастикуване, като предварителенъ подборъ и нагаждане отъ лѣкаря е желателенъ. Може да си послужи съ нѣкое гимнастическо табло като ръководство, каквито имаме издадени нѣколко. Важно е при гимнастикитѣ да се грижимъ за правилно и изобилно дишане. Съ други думи, редомъ съ тѣлеснитѣ упражнения да се прилагатъ дишателни гимнастики. За почивката ще се допълнимъ съ това, че тя трѣбва да бѣде физическа, нервна и душевна. Леженето на открито, възможно сръдъ природата при тишина, е най-доброто ѝ приложение.

За храненето говорихме достатъчно. Гладуване, суровоядене, вегетарианствуване съ изобилно сурова храна къмъ него, сж хранителнитѣ режими на астма болния. Въ подходящи случаи, следъ оздравяването, би могло да се допусне смѣсеното хранене, но растителната храна да е 7 пѣти повече отъ животинската.

Последочно гледане на болния.

Следъ лѣкуването въ време и извънъ кризитѣ, идва специалния режимъ, който болниятъ трѣбва да следва, ако иска да оздравѣе напълно. Безъ това пристѣпитѣ ще се явятъ повторно.

Последното лѣчение се провежда съ сжитѣ сръдства, съ които проведохме междукризисното лѣчение. Само, че сега болниятъ се чувствава „здравъ“, приложенията биватъ по рѣдки, върши се ежедневната работа и всичко прилагано помалко не като лѣкуване, а като здравъ природосъобразенъ животъ. Нека припомнимъ по-важнитѣ насоки накратко.

Относно храненето, пълно вегетарианствуване съ периодично вмѣтане смѣчено суровоядене, е най-препоръчително. Въ краенъ случай — много рѣдко месо. Ограничава се употребяването на соль.

Отъ физикалнитѣ приложения прилагаме казанитѣ по-горе. Докато до сега предпочитахме частичнитѣ бани, можемъ вече да прибѣгваме по-често къмъ цѣлитѣ бани (половинъ, четкови, астма бани). Особено последната трѣбва да се не напуска, защото тя играе решаваща роля, както при самото лѣкуване, така и за предпазване отъ повръщане на болестята. Както въ Браухлевата клиника става, болниятъ може да прави ежедневно преди обѣдъ, ту четкова, ту астма баня. Отъ време на време изпотителни приложения.

Грижи за кожата е другъ дългъ на страдащитѣ. Въздуха, водата, слънцето и четката трѣбва редовно да освежаватъ кожнитѣ функции. Въздушната баня е толкова лесно приложимо, при това толкова освежително приложение, че би трѣбвало да е любимо, ежедневно приложение на всѣки астма-боленъ. Слънчеви бани, обжурвания, менящи измивания, четкови масажии много други леки приложения, сж ни на разположение за тази цель. Слънчевитѣ бани увеличаватъ защитоспособността на тѣлото, увеличаватъ алкаличността и хемоглобина на кръвта. Но тѣ трѣбва да се правятъ постепенно усилаващо, и не прекалено изтощително и възбуждащо.

Гимнастическитѣ упражнения, особено шведскитѣ гимнастики съ съпротивление, както и дихателнитѣ гимнастики въобще и по-специално астма-дишанията, да се правятъ три пѣти седмично следъ обѣдъ. Съ закрепване на болния тѣ биватъ и значително енергични. Действуватъ добре за оздравяване и предпазване. Особено полезни сж енергични движения и физически трудъ срѣдъ природата — даже до изпотяване.

Разбира се, гореизброенитѣ лѣчебни приложения на биологичната медицина трѣбва да бждатъ систематизирани въ седмиченъ лѣчебенъ планъ. Неговото изработване може да стане само отъ опитенъ въ природолѣчението лѣкаръ. А когато болниятъ е станалъ значително срѣченъ да борави съ природното лѣкуване на практика, той ще е въ състояние и самъ да свърже нѣколко подходящи нагаждания въ едно планче. На друго мѣста даваме примѣръ за планчета.

Основни насоки за изработване лѣчебния режимъ по D-r Brauchle.

(Резюмирано повторение)

Преци всичко червата на болниятъ се изправятъ основно съ едно очитително — най-добре рициново масло. Следъ това болниятъ се подлага на строгъ постъ съ ежедневни клизми и сокове отъ сурови плодове и зеленчуци. Минава се къмъ суровояденето, сетне къмъ неговата смечена форма, после къмъ вегетарианския ре-

жимъ на хранене. Всички видове приложения на водата, масажи, лѣчебни гимнастики и специални дихателни упражнения (особенно т. н. астма-дишания). При холѣчението, въ неговитѣ разни форми на прилагане, е важна съставна часть на нашето лѣкуване.

Ето единъ лѣчебенъ планъ

а) При почване на лѣкуването: Глздуване съ сокове и ежедневни клизми.

Преди обѣдъ: ежедневно повишаваща баня на ржцетѣ.

Следъ обѣдъ 3 пжти презъ седмицата (значи презъ день) астма-масажъ съ астма-дишания.

Вечеръ ежедневно по една повишаваща баня на краката.

в) Следъ изчезване на задуха, цианозата и сърдечната слабостъ. Строго суровоядене.

Преди обѣдъ: три пжти седмично (презъ день) повишаваща баня на ржцетѣ и 3 пжти седмично астма-баня.

Следъ обѣдъ 3 пжти седмично астма-масажъ съ астма-дишания и 3 пжти кварцово загрѣване (слънчеви бани).

с) Последочно лѣкуване. Смегчено суровоядене.

Преди обѣдъ: 3 пжти седмично астма баня и 3 пжти четкова баня.

Следъ обѣдъ: 3 пжти седмично шведски гимнастики съ дихателни упражнения

д) Режимъ за следъ оздравяването (природообразенъ животъ). Пълно вегетарианско хранене.

Сутринъ: последователно едно следъ друго при отворенъ прозорецъ въздушна баня, дихателни-упражнения, гимнастики, четковъ масажъ, обжулване съ мокри ржце и самомасажъ на тѣлото.

Вечеръ: Ежедневно по една повишаваща баня на краката.

Освенъ това въ течение на деня произволно въздушни и слънчеви бани, гимнастика и дишания. На болния се даватъ познания за значението на вегетарианското хранене, грижи за кожата, въздуха, слънцето и въобще запознаване съ силата на природосъобразния животъ, който трѣбва да следва въ бъдеще.

Професоръ Grümpell за лѣкуването на астмата.

За твърде сигурно, да путоши мжчителната криза, той препорѣчва Adrenalin (Supragenin). $\frac{1}{2}$ до 1 с.с.т. отъ $\frac{1}{1000}$ разтворъ се инжектира съ бързъ добъръ резултатъ. Но, за съжаление, следъ като употребимъ нѣколко пжти успѣшно,

и той престава да действа. Твърде добре действувалъ Atropin $\frac{1}{2}$ —1 mg. подкожно инжигтиранъ. При тежки случаи ефикасно действа Morphin, 0.01—0.02 подкожно. Обаче, има опасностъ отъ привикване (морфинизъмъ). По-малко сигурни сж Tinct. Lobeliae 15—20 капки, 2—3 пѣти дневно. Много се употрѣбаватъ нѣкои срѣдства за напушване и инхалационни, съ добъръ резултатъ. Такива сж димана Salpeterpapier и изсушени Stramoniumblätter. Повечето препорѣчени цигари и прахове за астма съдържатъ горнитѣ две срѣдства.

Горнитѣ срѣдства професорътъ предлага като симптоматични, облегчаващи кризистѣ. За неговото време (около 1922 год.) той изказва мнение, че горещитѣ бани на рѣцетѣ и краката не давали резултатъ. Става, вѣроятно, дума за това, че „не дава резултатъ“ въ смисълъ, че съ една такава баня кризата не се пресича моментно, тъй както съ една инжекция морфиумъ или супраренинъ. Да, това може да е вѣрно, но г. професорътъ сигурно не е наблюдавалъ резултатитѣ отъ по-грижливо и по-продължителното имъ прилагане. А тъкмо тѣзи резултати днесъ имаме вече отъ новитѣ болници за природно лѣкуване.

По нататъкъ професоръ Strümpell изброява срѣдствата съ които ще преминемъ къмъ лѣкуването на самата болестъ (до сега беше на нейния признакъ — задухъ). И казва: „Като най-сигурно срѣдство, за целта сж Iodkalium и Iodnatrium. Даватъ се въ разтворъ 3—5 грама въ 200 грама вода, по 3—4 супени лъжици дневно. Но по-сетне той възкликва: „За съжаление, действието на йодовитѣ лѣкарства следъ време се губи“. Значи съ това йодово лѣчение се върши нещо като каузална терапия — нещо подобно ужъ на нашето цѣлостно биологично лѣчение. Разбира се, за просвѣтления въ природолѣчението, това е една пародия на общо, причинно лѣчение. Но... ето че и този професоръ на алопатията подчертава: „Покрай йодовитѣ лѣкарства, най-сигурно срѣдство за причинно лѣкуване на астмата сж систематически изпотителни курсове“! И изброява нѣколко начини за изобилно изпотяване. Той е ималъ случай, когато, тежко болни, следъ нѣколкократни изобилни изпотявания (особено сухи изпотявания въ електрическия сандък) — ежедневно или презъ день по едно, сж донесли бързо подобрене даже и пълно оздравяване. Времето, нужно за това оздравяване, той намира отъ 3—4 седмици. Така той е лѣкувалъ астма на чисто „нервна почва“ и такава на почвата на ексудативенъ бронхиолитъ. Времето облегчавали Aspirin, и Calcium chloratum. Последния се дава въ разтворъ 10:100, по 3 суп. лъжици дневно. Накрай той изброява нѣколко физикални лѣчебни прийоми (бани, масажи, дишания и т. н.) къмъ което не изказва особено насърчително мнение. Напрѣмъръ методичнитѣ дишания споредъ него не били нещо особено, когато днесъ ние знаемъ, че тъкмо тѣ сж най-целесъобраз-

ното при болнитѣ отъ астма. Но на друго мѣсто сжиятъ съветва болнитѣ да дишатъ спокойно, ритмично и да броятъ гласно. А това не е нищо друго, освенъ пакъ дишане съ лѣчебна целъ.

Мнението на този професоръ изнесохме за да покажемъ, че и даванитѣ лѣкарства не лѣкуватъ болестъта, че и алопатитѣ признаватъ ефикасността на нѣкои естествени приоми и най-сетне, че училищната медицина, въ лицето на единъ свой представителъ, не прилага естественото лѣчение. Горното професорско мнение иде неволно да ни покаже, че за оздравяване на астмата е нужно вътрешно пречистване по Луи Куне. Това се потвърждава отъ факта, че съ системни курсове на изпотяване се оздравява. Че какво друго вършатъ изпотяванията, освенъ вътрешно обезотравяне на тѣлото? А щомъ това вътрешно пречистване носи оздравяване, не е ли това доказателство за това, че вътрешното облагане по Луи Куне е първопричина на повече болести, ако не на всички. Нека горното се добре запомни отъ страдащитѣ.

Примѣри изъ практиката

Болестъта на D-r Hans Tschirner.

(Примѣръ за силата на природ. лѣкуване при астмата).

Единъ много поучителенъ примѣръ за силата на природно лѣкуване при бронхиалната астма имаме съ случая на единъ германски лѣкаръ. Той е D-r Tschirner, хирургъ, който страда по наследство отъ бронхиална астма. Следъ като е изпробвалъ безрезултатно много професори, лѣкари и лѣкарства, отнася се до Д-ръ Браухле и до методитѣ на природолѣчението. За не много дълго време той оздравява напълно. Следъ това чудо съ него, той напуска хирургията, минава на сграната на природното лѣкуване и когато бѣхъ на практика при Д-ръ Браухле въ Берлинъ (преди 10 год.), той беше неговъ пръвъ помощникъ. Само да можахъ читателитѣ ни да се срещнатъ съ него, за да видятъ съ каквъ ентузиазъмъ говори за природното лѣкуване. Случая познава и г. Д-ръ Н. Станчевъ. Но нека говори съмъ D-r Tschirner:

— И днесъ срещамъ много, страдащи които, отчаяни, се смѣтатъ за неизлѣчими и напълно сж се изоставили. Други пъкъ неспирно вършатъ нещо за своето оздравяване, но всичко става съ такова недовѣрие и безъ надежда въ оздравяването, че самото това психично състояние-парализира вътрешнитѣ защитни сили на организма. Паралелно съ този вътрешенъ психиченъ безпорядъкъ, настѣпва безредие и въ самитѣ приложения на самото лѣкуване. Така резултата и тукъ е незадоволителенъ. Трети, довеждатъ оздравяването до известна степенъ, изминатъ само $\frac{3}{4}$ отъ пътя къмъ свое-

то оздравяване и преставатъ по нататѣкъ да работятъ за здравето си, като мислятъ, че остатѣка е вече неизлѣчимъ, той е вроденъ, тѣмъ присъщо състояние, и не намиратъ за нужно да водятъ борбата за своето дооздравяване.

Въ основата на това отказване понататѣшнитѣ оздравителни работи лежи не рѣдко мързелъ — просто не имъ се разваля рахатлѣка, не имъ се вече работи за тѣхното здраве. На всичкитѣ до тукъ липсва първо, увѣреностъ въ оздравяването, и второ воля и желание за оздравяване. Отъ тукъ тѣ губятъ тритѣ важни предпоставки за постигане на онова, което е възможно да се постигне у тѣхъ — именно увѣреностъ, воля и желание. За тѣзи, на които липсватъ горнитѣ три необходимости за оздравяване, нека моята болестъ и нейното оздравяване имъ служи за поука.

Моята болестна история е много дълга, много тежка и поучителна. Само преди нѣколко години азъ боледувахъ отъ тежка бронхиална астма. Азъ съмъ наследствено много обремененъ.¹⁾ Майка и баща, братя и сестри страдаха отъ най-различни болести и умираха отъ тѣхъ. Самия азъ съмъ роденъ слабъ хилавъ — съ слаби изгледи да остана живъ. По-сетне страдахъ често отъ кожни изриви, полипи, гърло, и мн. др. болести. Неправилна храна, изнежване, студени ржце и крака и неправилно лѣкуване съ лѣкарства на страданията ми, сж други особености на моето развитие. Признаци на моята астма чувствувахъ много отъ ранна възраст въ лека форма. Братъ ми сжщо има лека астма.

Завършихъ медицина и станахъ хирургъ. Храма и задухъ не ми даваха възможность да оперирамъ. Астмата взе сериозни форми и ме вързваше на легло, като съмъ лежалъ дълго изъ разни клиники. Не съмъ оставилъ лѣкарства и инъекции неизпитани, но безъ резултатъ. Отъ многото лѣкарства, особено йодовитѣ, получихъ смущения въ щитовидната жлеза. Многото сгядание ме хвърли въ дебелитѣ томовете на училищната медицина. Жадно четохъ всичко що малки и голѣми учени бѣха написали въ безкрайни размѣри. Но всичко беше теория, експерименти, въздушни градежи, опити, предположения и подробности далечъ отъ действителността — далечъ отъ живота, и малко допринасящи за практическото разрешаване на интересувашата ме криза въ моето страдание. Не пропускахъ да се съветвамъ съ всѣки срещнатъ колега. Много отъ тѣхъ, виждайки че нищо сжществено не могатъ да ме посъветватъ, отбѣгваха да ми отговарятъ, отклоняваха въпроситѣ ми.

Въ отчаянието си, кое съзнателно или несъзнателно, кое по съвети на познати, азъ изоставихъ старитѣ методи и тръгнахъ по нови пѣтища — дирейки моето оздравяване. Отпочнахъ движения срѣдъ природата, слънчеви бани, изпитателни процедури и суровоядство. Много дължа на стария

¹⁾ За икономия на мѣсто описанието изнасямъ съкратено. (Б. Р.),

Хофратъ професоръ Schöppner, който излезе, че също така не вѣрва на лѣкарствата, както и азъ вече следъ моето разочарование. При това той удобри напълно новитѣ сръдства, които бѣхъ почналь да изпробвамъ сръдъ природата. Къмъ това той ме поставяше въ пневматична камера, кждето упражнявахъ дишането си. Сурови плодове, зеленчуци, дървено и ленено масло, бѣха въ изобилие на моята трапеза.

По сетне се запознахъ съ дихателнитѣ гимнастики на Leser-Lasario. Правихъ си самовнушенията по Soué и четяхъ жадно и редовно пристигащитѣ броеве на списанието „Природенъ лѣкаръ“ и много други книги и списания списвани въ този духъ. И всичко що четохъ се мжчихъ да приложамъ на практика върху себе си.

Следъ периоди на значителни подобрения, азъ често бивахъ изненадванъ отъ по-силни или по-слаби повторения на кризитѣ. Но, налучкаль веднажъ правия лѣтъ, азъ не се отчайвахъ. Увѣрностъ, воля и желание бѣха закалени. Упорито следвахъ и вѣрвахъ въ оздравяването — това е много важно при лѣкуването.

Следъ като дълго вече бѣхъ напусналь работата си, подобрението ми позволи наново да почна работа като помощникъ и замѣстникъ на колеги. Особено голѣма полза извличахъ, когато имахъ случай да работя при лѣкари на новото лѣчебно изкуство-природолѣчението.

Пролетъта 1929 г., постѣпихъ въ болницата за кнайпово лѣчение въ Wörishofen. Тукъ имахъ вече възможностъ да панилагамъ природното лѣкуване при удобства, докато до тово време всичко ставаше импровизирано. Следъ този продължителенъ режимъ на природно лѣкуване и природосъобразенъ животъ, азъ никога не заболѣхъ сериозно отъ нѣкоя болестъ.

Заключение: Горнитѣ мои редове не бива да подвеждатъ болнитѣ къмъ безотговорни самолѣчения. Изучаване и усвояване на разнитѣ приложения, още не значи правилно лѣчение. Иначе и всѣки лѣкаръ на алопатията би станаль лесно природенъ лѣкаръ, което въ действителностъ не е тъй лесно. За лѣкуването е нужно наблюдателностъ, усетъ, школовка и голѣма опитностъ. Затова всѣки страдащъ нека се довѣри на опитенъ природенъ лѣкаръ и пристѣпи къмъ лѣкуването съ вѣра въ оздравяването, съ желание да оздравѣе. Тогава много изоставени болни ще иамѣрятъ излѣчение. Стига тѣ сами да не се напуснатъ

Резултата отъ природното лѣкуване на 50 болни отъ астма.

Лѣкуванитѣ въ последно време въ клиниката на Браухле 50 астма-болни сж били 32 ма тежко болни, 15 сръдно тежко, а 3 — лека форма. Съ изключение на 4 случая, всич-

кѣ болни сж напуснали клиниката съ много добъръ, добъръ и задоволителенъ резултатъ. 20 отъ болнитѣ сж се обадили сетне съ писма и описватъ състоянието си. 15 отъ тѣхъ сж тежко болнитѣ, 4 срѣдно, а 1 леко страдащитѣ. Отъ тежко болнитѣ 4 съобщаватъ, че сж много добре, 1 че е добре, а други 5 задоволително добре. 5 съобщаватъ, че получили нови пристѣпи. 2 отъ тѣзи петъ сж тежко болнитѣ, които още въ клиниката резултатата беше незадоволителенъ поради това, че бѣха душевно много разнебитени и не се е удало тѣхното психическо овладяване. Всички останали не сж се обадили писмено.

Вземаме само нѣколко примѣри:

1. Единъ случай съ тежка форма на бронхиална астма съ затвърденъ добъръ резултатъ: Жена 61 год. Отъ 21 година страда отъ бронхиална астма. При прегледа: астенична тѣлесна направа, цианоза (посиняване) и силенъ задухъ. Голѣма неподвижностъ на грѣдния кошъ съ силно ограничена способностъ на свиване и разширяване при дишане и издишане. Бѣлодробно прислушване: свирене по цѣлитѣ бѣли дробове. Граници на дробоветѣ почти неподвижни при дишания. Лѣкуване: Трая 23 дни а) очистително, б) гладуване съ сокове и ежедневни клизми; в) следъ това суровоядене, а впоследствие преминаване къмъ пълно разнообразно вегетарианско хранене, г) физикални приложения. Повишаващи бани на рѣцетѣ, половинъ астма-бани, астма-масажи и астма-дишания. Проверка на състоянието следъ 7 месеци. Болниятъ отчасти следва наученото въ клиниката. Никога не е ставало нужда да отива при лѣкаръ нѣма никакъвъ задухъ нито пѣкъ посинявания (цианоза). Извършва редовно домашната си работа.

2. Срѣдно тежка форма отъ бронхиална астма съ затвърденъ добъръ резултатъ. Търговецъ 58 годишенъ. Отъ 1 година страда отъ астма. Получава месечно една криза. При прегледа: Пикнична тѣлесна направа, лекъ задухъ и лека цианоза. Бѣлодробнитѣ граници слабо подвижни при дишане. Леко разширение на бѣлитѣ дробове и свирене по цѣлото имъ протежение. Лѣкуване: Траяне 15 дни. а) Очистително, б) Безъ постене, направо къмъ суровоядене, а по-сетне пълненъ вегетариански режимъ на хранене, в) повишаващи бани на рѣцетѣ, астма-масажи и астма-дишания. Седемъ месеци следъ излизане отъ клиниката болниятъ е писалъ: „Само при лошо време се явяватъ леки признаци на болестъта“. Придържа се отчасти въ наученото въ клиниката

3. Тежъкъ случай отъ астма, който не се подаде на природолѣчението, поради това, че бѣше психично тежко разтроенъ и не успѣхме да го повлияемъ психично. Това е единъ отъ казанитѣ по-горе 4 случая безуспѣшно лѣкувани въ природолѣчебната клиника. Учителъ.

35 годишенъ. Страда отъ 6 години отъ тежка форма астма, При прегледа: Неврастениченъ боленъ. Цианоза, задухъ силенъ, бѣлодробни граници добре подвижни. Разнотонни свирения и пр. по цѣлитѣ дробове. Лѣкуване: 15 дни. а) очистително, б) суровоядене, в) повишаващи бани на рж-цетѣ, половинъ астма-бани, масажи, г) Психолѣчение. Половинъ година следъ изписване отъ болницата той ни пише: повторили се тежки астма кризи, голѣмъ страхъ отъ поява на кризитѣ, душевно много потиснатъ и разтроенъ. Опиталъ е разнитѣ диетични и физикални мѣрки но безъ резултатъ. Не е можалъ да поддържа психолѣчението у дома си. Явствава, че този случай не реагира на лѣчението поради това, че страданието не е било чиста бронхиална астма, а усложнена или комбинирана отъ неврастения и въобще психонервно растройство — Неща които не сж се поддали на лѣчението и сж пречили на добрия резултатъ и при лѣкуването на самата астма.

Кратка история на 50-тѣхъ болни дошли на лѣчение въ браухлевата клиника.

Преди да постѣпятъ на природолѣчение, всички болни сж били вече дълго лѣкувани съ най-различни лѣкарства и сж прекарвали на курортно лѣчение въ разнитѣ климатични станции и минерални бани. Обикновено въ време на кризата на болнитѣ е давано или упойтелно или противоспазмено лѣкарство и инжекции. На нѣкои отъ болнитѣ сж поставяни отъ 3 до шестнадесетъ инжекции Asthmolysin въ единъ день, безъ при това да е опитано нито едно физикално лѣчебно приложение, нито да е поне наредена нѣкаква подходяща диета. Нека това добре да се запомни отъ читатели и страдащи. Видно е, че въ досегашното имъ лѣчение нищо друго не е правено, освенъ упойтелнитѣ лѣкарства, което издава много добре нихилизма на това лѣчение и безпомощността на алопатията при астмата. Нѣкои болни, освенъ инжекциитѣ, сж получили инхалации, напушвания, астма, цигари, а само единици — нѣкои физикални приложения. Съ това цѣлото снаражение на лѣкарската практика, може да се каже, е изчерпано. Разбира се, изпробвани лѣкарства сж много на брой. Въ литературата (Krause, Klempereger и др.) сж изброени надъ 25 лѣкарства за бронхиалния пристѣпъ. Въ това число не влизатъ лѣкарствата за напушване, инхалиране и пушене. По начало лѣкуването си остава, ябаче, все едно и сжщо — най-първо се правятъ силно упойтелни инжекции, сетне се продължава съ редовно даване на упойтелни лѣкарство, вкарвани всѣкжде тамъ, кждето има тѣлесенъ отворъ. И това върви все така и при всички болни.

Разбира се, опитването ту на едно, ту на друго лѣкарство, се разнообразява съ смѣна на климата (балканъ, море) посещаване на минерални бани и т. н. Но тѣзи мѣрки споредъ Krause, носятъ само временно облекчение. Това потвърждаватъ и нашитѣ 50 случая отъ астма. Дихателни пнеумокамери, рентгенови облжчвания, операции и алергично лѣчение, сж приоми изъ съкровищницата на алопатичната медицина, които споменаваме, за да е пълнъ плана по който става лѣкуването на бронхиалната астма по досегашнитѣ методи. Па и всички лѣкари ще потвърдятъ, че въ университета друго, освенъ, гореизброеното, не сме изучавали. D-r Dumgese казва: „следъ като съмъ работилъ години въ различни университетски клиники, азъ бѣхъ много приятно изненаданъ отъ новитѣ, непознати ми отъ университета, начини на лѣчение астмата, които за първи пѣтъ видѣхъ въ клиниката за природно лѣкуване на D-r Brauchle“.

Желая да подчертая, че въ практиката и днесъ още се подценява психолѣчението на астмата. А то тъкмо тукъ е добре на мѣсто. Въ издадената отъ училищната медицина литература за практиката, не е само психолѣчението занемарено. На заденъ планъ сж оставени и всички естествени лѣчебни приоми. А, ако хвърлимъ погледъ върху всичко що е препоржчано отъ училищната медицина, ще видимъ, че повечето приоми сж толкова сложни, че лекарътъ на практика не е въ състояние да ги приложи. Тѣ сж приложими само въ специално обзаведени болници и санаториуми. За практиката фактически не остана друго, освенъ предозирането на употелнитѣ лѣкарства, било като инжекции или друга нѣкоя форма.

Следъ като дадохъ примѣръ за лѣчебенъ планъ по който може да се проведе лѣкуването на единъ астма-боленъ искамъ да подчертая: лѣкуването на такъвъ боленъ трѣбва да става съ изключително усърдие и постоянство. Грижливото третиране въ време на кризата, трѣбва да бжде последвано отъ още по-грижливо сетнешно лѣчение. Пълно преобразуване на всичко въ и извънъ болния и пълно превъзпитание на сжщия, сж предварително условие за постигане на траенъ резултатъ. При това, колебанията на болестята не бива да смушаватъ болния. Особено лѣчебнитѣ кризи, вземани като влошавания, да не влошаватъ болния. Природолѣкувайте се упорито и търпеливо. Резултатъ ще получите.

Единъ примѣръ изъ санаториума Bulz — Дрезденъ

Г-жа И. Н. 48 год. е била до своитѣ 40 год. здрава. Следъ измокряне и простудяване получава астма, която лѣтѣ е по-добре, но зимѣ се влошава. Кризитѣ траяли по нѣ-

колко дни. Болната е нервна и при движение по стълби се лесно заморява,

Прегледа потвърди диагнозата бронхиална астма.

Лѣкуването се състоеше въ парни бани и паренъ душъ върху гърдния кошъ съ следващо горно поливане по Кнайпъ. Електрически сандъкъ съ следващо цѣло влажно увиване последвано отъ цѣла баня 34° С. 5 минути. Въглекисели бани, мѣнящи сѣдящи и др. бани. Дихателни гимнастики и упражняване въ ходене и изкачване по стрѣмнини. Вегетарианска храна безъ подправки.

Въ резултатъ на това лѣкуване болната получи въ първитѣ седмици нѣколко леки кризи, следъ което такива вече не се явиха. За осигуряване траенъ резултатъ, болната продължи лѣкуването 3 месеци съ кратки прекъсвания. Общо болната стана много-добре и свободно извършваше своитѣ домашни задължения. Оригулираха се у нея и всички други, нарушени до тогава, функции.

Нѣколко случая изъ нашата практика.

1. Единъ случай тежка астма, която не се поддаде на лѣкуване. Госпожица 28 годишна отъ Варна. Отъ 10 години страда. Въ рода си има бѣлодробна туберкулоза. И когато се лѣкуваше въ нашия природолѣчебенъ институтъ, братъ ѝ лежеше въ сѣщото жилище отъ тѣс. Кжщнитѣ условия бѣха толкова лоши, че психично, болната не беше поставена добре. Грижливо проведеното лѣчение 10—15 дни даде само краткотрайно подобрене. Изглежда туберкулозното наследствено обременяване и душевното състояние, сѣ причина за това. Па и лѣчението би трѣбвало да продължи повече.

2. Стара, 40 годишна г-ца отъ Варна. Страда отъ 11 години отъ тежка форма астма. 2-3 седмично лѣчение даде отличенъ резултатъ. И днесъ тя е доволна отъ здравословното си състояние.

3. Презъ 1933 год. се явява при насъ 48 годишенъ селянинъ отъ разградско. Страда 8 год. отъ астма. Нощемъ той прекарваше толкова тежко, че живѣещитѣ подъ неговата стая съквартиранти настояваха за неговото изваждане, защото цѣла нощъ кашля, пѣшка, става и лѣга. Наредъ съ общото лѣчение въ водолѣчебната ни баня, наредихъ слънчеви бани на плажа. Още първитѣ 2—3 бани, той се запrikaзва съ другари на пѣсѣка, лежи дълго на слънцето, и получава силно изгаряне, което наложи прекъсване на водолѣчението у насъ за известно време. Но за изненада на насъ и самия него, отъ деня на изгарянето, той се чувствува много добре. Въ края на 2 седмичното лѣкуване, чувствайки се много добре, настояваше да прекъсне уговореното за 4 седмици лѣчение и да си отиде, защото „нѣмало какво по-

вече да лѣкува тукъ“. Преди не отдавна научихъ чрезъ дошли отъ тѣхния край, че билъ зле. Ходилъ въ София много пѣти, по баби сжщо. Този случай е поучителенъ. Въпрѣки учебниия резултатъ отъ нашето лѣчение, този недостатъчно просвѣтенъ и неблагоразуменъ боленъ, напусналъ природното лѣкуване и при нѣкоя повторна атака, тръгналъ по старитѣ пѣтища на лѣкарствено лѣчение. Такъвъ случай буди наистина съжаленията на всѣки разуменъ човѣкъ. За насъ случая остава като единъ добъръ примѣръ на бързо подобрене тежка астма по нашия методъ и, проиграване добритѣ изгледи за пълно оздравяване.

4. Младъ мжжъ 35 год. отъ Шуменъ страда отъ много години отъ тежка астма. Още следъ едно седмично лѣчение въ нашата баня, толкова подобрява, че просто не може да повѣрва, че това е възможно. Следъ като напуска при насъ лѣчението (6 дни), продължавайки което може у дома си, получава една нова криза (такава дълга пауза на добре, той никога не е ималъ преди лѣчението). Впоследствие се научихъ отъ шуменци, че прекаралъ пневмония. Недавна пратени отъ самия него при насъ болни отъ Шуменъ ми съобщиха, че билъ добре и ни прашалъ много здреве и тѣхъ на природолѣчение. Въ личенъ контактъ съ този боленъ следъ това не съмъ влизалъ. Трѣбва да отбележа, че той работи въ една мелница, кждето праха не благоприятствува оздравяването.

5. Накрай, за да съвърша съ нашитѣ примѣри, нека спомена последния, много пресенъ случай. Млада жена отъ Провадия страда отъ много години отъ бронхиална астма. Прекарва при насъ школовка за лѣкуването си само 5 дни. Още това време, тя констатира, че нощемъ почнала да спи по добре, не кашляла и не я задушавало както преди. Случая ще проследимъ. Дано е разумна и изтрае лѣчението.

Случаи отъ бронхиална астма съмъ ималъ много. За съжаление съ малцина можахъ да стоя по-дълго време въ връзка. Повечето хора сж толкова нехайни къмъ здравето си и толкова се мжчно поддаватъ на прогресивностъ, че още много време ще трѣбва да мине, докато хората станатъ разумни и изтраятъ лѣчението до пълно оздравяване. Познавамъ болни, които много години сж се тровили съ лѣкарства безъ резултатъ, и въпрѣки това, не можахме да преклонимъ да изтраятъ поне 1-2 месеци нашето лѣчение.

Нѣколко думи за лѣкарственото лѣчение на бронхиалната астма.

Ние вече процитирахме нѣколко авторитетни мнения за ефикасността на разнигѣ лѣкарства. Отъ тѣхъ читателитѣ разбраха, че не сжществува нѣксе лѣкарство, което да може да лѣкува астмата. Всичкитѣ сж чисто и просто изна-

силващо потушителни медикаменти, които въ много случаи наистина облегчаватъ мъките на болния, но които, не рѣдко не му донасятъ поие това временно облекчение.

Ако се опитаме да представимъ самия механизъмъ на лѣкарственото действие, бихме могли да се искажемъ приблизително както следва. Най-първо нѣкои отъ тѣхъ дразнятъ нерва „Sympathicus“, който да разшири бѣлодробнитѣ бронхи, тъй като е остановено, че въ кризата тѣ сж спазмовидно свити. Други отъ тѣхъ пѣкъ сж предназначени да дразнятъ нерва „Vagus“, които да не свива казанитѣ бронхи. значи дветѣ взаимно се подпомагатъ въ една крайна цель — да се премахне спазмусвидното свиване на бронхи и бронхиоли. На трети видъ лѣкарства е възложена задачата да разрохчатъ лепкавитѣ храчки и да улесняватъ тѣхното изхвърляне. Още на други пѣкъ — да намаляватъ възбудимостта на нервната система. На нѣкои пѣкъ — да усилятъ излжчването на пикочъ и т. н.

Малко по друга роля играятъ протеиновитѣ и серумни препарати. Тѣхната работа е малко по-специфична, ужъ не симптоматична. Като изключимъ тѣхъ, всичко останало сж палиативи облегчаващи времето, но нѣмащи нищо общо съ работитѣ за изкореняване на страданието. Независимо отъ това, че въ много случаи и облекчението не даватъ, а въ други, следъ привикване, преставатъ да действуватъ, безъ да споменаваме вредитѣ, които нанасятъ като потискащи болестнитѣ признаци и като отрови по начало.

При това не трѣбва да се забравя, че упоениятъ съ лѣкарство организмъ не е въ състояние да разгѣне напълно своитѣ самооздравителни работи и да води ефикасна борба за оздравяването си.

А ползата отъ изкуствено произведенитѣ и инжектирани серуми не може да се сравни по-ефикасность съ естествения, образуванъ отъ самитѣ защитни сили на организма, серумъ (Heun). Тѣмъ за — това проф. Winternitz нарича грижитѣ за кожата чрезъ подходящи приложения на водата, масажа, четкането и пр. „лѣчебния серумъ на хидротерапевтитѣ (вндолѣчителитѣ). Защото, енергично поущряванитѣ кожни функции усилятъ производството на естественъ, правилно дозиранъ и съставенъ индивидуаленъ серумъ, какъвто не е и не може да бжде изкуствено произведение.

Прочие ясно е, че истинското лѣчебно изкуство не може да се заключава или изчерпва въ даването на лѣкарства, колкото бомбастично рекламирани да сж, а въ майсторско овладяване и прилагане на биологично действащитѣ естествени лѣчебни сръдства на природолѣчението. Който има очи нека гледа, който има уши нека слуша, а който има разумъ, нека разсъждава.

„Колкото едно лѣкарство дава по-очебиенъ моментенъ, симптоматиченъ ефектъ, толкова то е по неподходящо и без-

резултатно за продължително, радикално лѣчение. Ако колкото едно лѣкарство изглежда и се понася по- безвредно* т. е. безъ признаци на видима вредность, толкова то е въобще по безъ каквото и да е действие* (E. Neup).

Две думи за специфичното десенсебилизиране на свръхчувствителния организъмъ на астма болния. Това ще рече опита ни чрезъ ваксини, сериуми, хормони и тѣмъ подобни да премахнемъ свръхчувствителността на организма и така да излѣкуваме болестъта. Въ това вѣрватъ и днесъ много болни, а и лѣкари. Нѣкои лѣкари даже си служатъ съ нѣкаква тѣхна тайна инжекция. Страдащитѣ се държатъ като удавникъ въ сламка и плащатъ грѣшни пари на такива шарлатани. Защото, такъвъ приемъ отъ страна на лѣкаръ е истинска шарлатания, противъ която властътъ трѣбва да вземе строги мѣрки. Ако действително има господа лѣкари, които сж открили свое тайно сигурно срѣдство, нека знаятъ, че тѣ ще бждатъ хиляди пѣти щедро надарени отъ правителството и ще се запишатъ въ историята като благодетели на човѣчеството. При това положение, да се играе на откривателъ на тайни, неизвестни на медицинския свѣтъ, можемъ смѣло да таксуваме като шарлатания. Болни отъ ржцетѣ на такива съ „собствени тайни“ инжекции съмъ ималъ, и тѣ не сж по-малко разочаровани отъ колкото тѣзи, лѣкувани съ общоизвестнитѣ десензибилизиращи инжекции. Всѣки лѣкаръ, а и всѣки страдащъ ще ни потвърди че „тѣхното прехвалване не оправда надеждитѣ ни“. (D-r Würthle). Изключенията, когато при нѣкои случаи се получава известенъ резултатъ, само потвърждаватъ горното правило. Оказа се, че „неспецифичния серумъ на водолѣчителитѣ“ (Winterniz), който ни служи при всички болести и тукъ е най-ефикасенъ защото укрепява организма въ борбата му съ всички болести. Безрезултатнитѣ опити да се дезензибилизира организма чрезъ специфични инжекции се потвърждава и въ медицинския годишникъ отъ D-r Missrigler и мн. др. автори.

Нови лѣкарства и специалитети за лѣкуване на бронхиалната астма.

Само за сведения ще изброимъ по-важнитѣ специалитети, които лѣкарствената индустрия хвърля на пазаря. Избирането отъ тѣхъ, предоставяме на самитѣ болни, ако тѣ до този моментъ не сж пропътували на дължъ и ширъ опитнитѣ полета на лѣкарствената медицина. Такива сж:

Adalin, Alival, Aristochin, Eumydrin, Herion, Hexeton, Hypophysin, Iodol, Jothion, Luminaletten, Pyramidon, Sajodin, Suprarenin, Ephedrin, Ephetonin, Tuberculin, Jodkali, Calcium, Sandoz, Racedrin, Ephedralin, Rephrin, Ephedrin-Cardiazol, adrenalin, Ephetonin, Patrothein, Taumasthmantabletten, Morphin, Landanon, Ace-

dicon, Dilaudid, Pentopon, Novopon, Sibbrumin, Atropin, Novatropin, Bellafolin, Belladonna-Dialysat, Asthmasan, Papaverin, Eupaverin, Troparin, Allonzi, Pituitrin, Astmatrin, Salvamin, Asthmolysin, Sympatol и безброй други все палиативи. Ако нѣкой се излѣкува съ едно отъ горнитѣ, нека се обади!

Заклучителни думи

Страдащитѣ отъ бронхиална астма сж твърде много — много повечѣ отколкото повърхностния наблюдател предполага. Страданието е тѣжко и мжчително. То е упорито и мжчно поддаващо се на лѣкуване. За него има хвърлени на пазаря безброй много лѣкарства, голѣма частъ отъ които сж и твърде скъпи. Болестъта прави болнитѣ негодни или полугодни за работа. Затова въпроса за борбата съ астмата е социаленъ — стопански. Тѣмъ затова много сж ангажирани учени въ борбата съ нея и много сж предлаганитѣ сръдства за борба съ страданието.

За съжаление, всички предложени до сега химически лѣкарства сж безполезни. Други отъ тѣхъ сж и вредни. Голѣма частъ сж отдавна изоставени отъ лѣкари и болни и сж напълно забравени. Никнатъ като гъби все нови и нови. Изгледы за намиране разковничето въ химията сж все по-слаби. Тогава? Тогава нови пѣтища, ново разбиране. Изоставяне на старитѣ пѣтища, трѣгване изъ нови. Изграждане ново лѣчебно изкуство на нови, противни на досегашнитѣ, принципи.

Така ни учи науката за биологично лѣчение. Тя кара болния да поеме частъ отъ отговорността за своето страдание и изхода отъ него. Тя дири сръдствата за оздравяване вътре въ болния организъмъ. Тя се стреми да превземе страдащитѣ и отпочнатъ новъ животъ. Астмолизини и нему подобни се напускатъ или ограничаватъ до единъ минимумъ — като крайно облегчително сръдство. Нека всѣки бжде убеденъ, че безъ мегодитѣ на природолѣчението оздравяване не могатъ да намѣрятъ. Бързитѣ добри резултаты, на природолѣчението действуватъ убедително и на най-невѣрващитѣ и намиратъ пълното удобрение сръдъ всички слоеве на обществото.

Изучете го, усвоете го практически, следвайте го разумно. Резултата ще дойде по-скоро отколкото Вие очаквахте.

Автори, които сж ни дали ценни трудове по природното лѣкуване на бронхиална астма и можемъ да имъ се довъримъ сж:

Buchinger, Brauchle, Kapferer, Riedlin, Grote, Hörner, Hauffe, Schönenberger, Lahmann, Bilz, Möller, Ragnar-Berg, Bircher-Benner и мн. други.