

МЕДИЦИНСКО СПИСАНИЕ

ИЗДАВА

ВАРНЕНСКОТО МЕДИЦИНСКО ДРУЖЕСТВО

Излиза на 1, 10 и 20 число сѣки мѣсецъ

ЦѢНАТА ЗА ГОДИНА

Въ БѢЛГАРИЯ 8 ЛЕВА

Въ СТРАНСТВО 8½ « зЛАТНИ

ПОДПИСКИ СЕ ПРИЕМАТЪ

ВЪ РЕДАКЦИЯТА НА

«Медицинско Списание», Варна

СЪДЪРЖАНИЕ: Промисленна и професионална ижена. — Първа помощъ при нещастни случаи. — Разни,

Промисленна и професионална Ижена

Отъ ЕРИСМАНА.

Превелъ С.

Общитѣ забѣлѣжки за влиянието на професията върху здравето и средната дългота на живота.

Всеякий физический или умственый трудъ влече подирѣ си по голѣми или по малки измѣненія въ органитѣ на нашето тѣло; тѣзи измѣненія ся коснуватъ до физическитѣ или физиологическитѣ свойства на органитѣ или пъкъ до тѣхното анатомическо устройство или химическия имъ съставъ. Ако слѣдъ прекъсване на работата и нѣколко време слѣдъ почивката органитѣ, които сѣ работили, приематъ пакъ предишното си състояние, това ще каже, че труда е споредъ силитѣ имъ, че той нѣма върхъ тѣхъ вредно влияние; при такива условия човѣкъ може да ся труди въ извѣстни предѣли, до старость. Нъ такова благоприятно отношение мѣжду условията

на организма и изискуемата отъ него работа, въ дѣйствителния животъ сж твърдѣ рѣдки. Въ дѣйствителния животъ човѣка е длъженъ да работи при такива условия, които ставатъ причина на хронически, често болѣзненни измѣненія въ анатомическото устройство и физиологическитѣ отправления на органитѣ. И наистина, вънкашнитѣ условия, между които човѣкъ работи, иматъ твърдѣ голѣмо влияние върху благосъстоянието на работника. Положението на тѣлото, което ний земаме при работата, характера на движенията необходими при изпълнението ѝ, свойствата на онази среда, гдѣто ся върши работата, състава и свойствата на предметитѣ, които ся обработватъ и на необходимитѣ при това оръдия, най послѣ продължителността на труда и душевното състояние, въ което той, труда докарва човѣка. всичкото това сж дѣятели, които иматъ грѣмочно влияние върху здравнето на човѣка. Тѣй като всичкитѣ тѣзи дѣятели оставятъ твърдѣ дълбоки слѣди въ органитѣ които работятъ, за това тѣ придаватъ особенъ характеръ на всяко занятие и отъ тѣхъ твърдѣ много зависи среднята продължителность на живота. Професионалната гигиена има за цѣль да предупреждава, да намалява или съвсѣмъ да премахва вреднитѣ влияния на тѣй нареченитѣ професионални болѣсти.

На първъ поглѣдъ може да ся помисли, че ний имаме работа само съ техниката на производството: предѣлитѣ на този клонъ отъ обществената гигиена ся много по широки. Не трѣбва да забравяме, че отъ характера на занятията на човѣка зависи неговото положение въ обществото и всичката негова обстановка: отъ характера на труда на човѣка почти на всѣкъдѣ и винаги зависи размѣра на неговитѣ доходи, количеството на материалнитѣ средства, съ които той може да разполага, слѣдователно и способа какъ ся той храни, качеството на неговата кѣща и дрѣхи, характера на неговитѣ чувства и стремления, неговитѣ радостъ и кахѣри, съ една рѣчь всичкия неговъ физически умственъ и нравственъ животъ. По тази причина човѣка страда отъ вредното влияние на своята професия не само въ время на работата, но и вънъ отъ това време, въ

всичкитѣ минути на съществуването си. Добрѣ възнаграждения трудъ дава на работника възможность да живѣе не бѣдно и по правилата на санитарната наука поне вѣнъ отъ работното време. Тѣй напиримѣрь богатия търговецъ, догдѣто той работи въ писалището си, не ся намира, напистина, винаги при добри санитарни условия, защото той е принуденъ повечето време да сѣди, защото въздуха въ писалището не е винаги чистъ, нъ слѣдъ свършване занятията си той оставя тѣзи неблагоприятна обстановка — той живѣе въ добрѣ урѣдена, добрѣ вентилирана квартира, може би даже вѣнъ отъ града; него го очаква роскошенъ, добрѣ приготвенъ обѣдъ, нищо не нарушава неговото душевно спокойствие, освѣнъ може би нѣкои смѣли спекулации и той може отъ день на день да подновява физическитѣ си и умствени сили, тѣй щото вреднитѣ моменти свързани съ неговата професия, не могатъ да иматъ за много време вредно влияние врѣхъ неговото здравие. Съвсѣмъ друго е положението на бѣднитѣ работници, кундураджии, терзини, дюлгери и пр. Освѣнъ гдѣто труда на тѣзи работници е свързанъ съ твърдѣ много вредни за здравнето имъ условия, този имъ трудъ не имъ дава даже възможность да живѣятъ не бѣдно и да устроятъ живота си така щото да могатъ вѣнъ отъ работното време да премахватъ всичкитѣ вредни влияния на труда си и да могатъ да възнаградятъ организма си за всичката онѣзи неблагоприятна обстановка, въ която ся намиратъ въ време на работата си. Като ся възвраща отъ мѣстото, гдѣто работи или отъ занаятчийницата си, въздуха на който е препълненъ съ всякакъвъ видъ прахъ, който постоянно раздразня органитѣ на диханнето, такъвъ работникъ страда отъ задушения и тежъкъ въздухъ на своето жилище, което е често мръсно и тѣсно; храната на такъвъ работникъ често не е достатъчна и качествено и количествено, лошата дрѣха го излага на всичкитѣ случайности на атмосферното влияние и нему съ недостъпни увеселенията, които би могли до нѣкадѣ да освѣтлятъ негова тъменъ животъ и да изобистрятъ неговата паднала енергия. Слѣдователно, тука кѣщната обстановка не може да

уравновѣси вредътъ който ся нанася на работника отъ негова трудъ. Тъзи обстановка, напротивъ още повече уголѣмва вредътъ по причина на бѣдността и твърдѣ много спомага за по скорото разрушение здравнето на работника. Още по лошо е това че въ таково положение, подъ влияние на своя занаятъ човѣкъ страда не единъ само, нъ лопитѣ условия на неговия животъ твърдѣ чувствително ся отразяватъ на неговото семейство, а най много врѣхъ неговото потомство. Не е възможно да ся отдѣли влиянието на занаята отъ другитѣ влияния, нъ извѣстно е че въ онѣзи классове на населението, труда на които най много спомага за по скорото разрушение на организма, смъртността между дѣцата е много по голѣма отъ колкото въ богатия классъ, който сравнително малко страда отъ труда си. По думитѣ на Клай въ града Престонъ умиратъ дѣца презъ първата си година: между богатитѣ 17 дѣца на стотѣхъ а между бѣднитѣ работни классове 55 дѣца на стотѣхъ; въ Лондонъ, въ классѣтъ на дворянитѣ въ първитѣ 10 години умиратъ 2 дѣца на 100, между търговцитѣ 6 на 100 а между бѣднитѣ классове 26—28 на 100. Нѣма съмнѣние, че при туй твърдѣ голѣма роль играе общия неблагоприятенъ строй на условията на живота, който прекарватъ бѣднитѣ хора, тъй като отглѣжданieto на дѣцата у бѣднитѣ е твърдѣ недостатъчно въ сѣко едно отношение; нъ не е тъй едната причина на голѣмата смъртностъ между дѣцата въ работния классъ: повечето дѣца още отъ ражданието сж твърдѣ слаби; освѣнъ това разстройство на здравнето (на което сж изложени родителитѣ) ся отразява врѣхъ потомството; това отражение прави потомството по малко способно да противостои срѣщу многочисленни неблагоприятни условия, постоянно грозятъ на нѣжния дѣтински организмъ; най послѣ дѣцата на мнозина родители отъ извѣстни професии твърдѣ често ся раждатъ съ такива недостатѣци въ организацията, които, недостатѣци, по късно непременно докарватъ къмъ лошъ край. Подъ влиянието на това или онова условие на нѣкоя работа родителитѣ спечалватъ охтика, дѣцата родени отъ такива родители ся раж-

да въ такава организация, която ги прави твърдѣ наклонни къмъ охтинката. Тъи също и много други измѣненія, спечелени отъ родителитѣ при изпълнение на тѣхнитѣ професионални обязанности, ся предаватъ на дѣцата. Такива измѣненія като ся предаватъ отъ родъ въ родъ и сѣ поддържатъ отъ лошитѣ условия на работата, тѣ все повече и повече ся усиляватъ.

Има съмнѣние, че продължителността на живота не е еднаква у хора, които ся занимаватъ съ различни професии и тѣзи продължителности твърдѣ много зависн отъ оиѣзи вредни влияния, които сѣ малко или много тѣсно свързани съ самия трудъ: колкото по спокойно върви живота, колкото по малко: е изложенъ организма на влиянието на различни противуздравословни условия, толкова повече е по голѣма средната продължителность на живота на извѣстенъ класъ хора. Статистичитѣ сѣ помежду си съгласни, че въ това отношение най доброто положение заема духовенството: тогазъ когато въ образованнитѣ европейски държави средната продължителность на живота между всичкитѣ классове е въобще равна на 30—40 години, средната продължителность на живота както у протестантското тѣй и у католическото духовенства ¹⁾ достига до 65—68 год. У лицата, които заематъ високи военни и граждански мѣста, така също у търговцитѣ средната продължителность е между 50—60 год.; у юриститѣ художницитѣ, учителитѣ и лѣкаритѣ тя е равна на 52—54 години, тогазъ когато у работницитѣ тя ся върти около 30 години. Твърдѣ е горчиво да ся съзнаемъ, че много милиони хора при по благоприятни условия, бихъ могли да живѣятъ 25 години повече отъ колкото до сега. «Толкова е вѣрно, колкото е и печално, — казва Естерленъ — че въ единъ и същъ народъ една часть отъ населението доживѣва до 65—70 години, а другата пъкъ едвамъ доживѣва до 30 години, т. е. едва до половината». Разумѣва ся,

¹⁾ Статистически данни за нашето духовенство нѣмаме, нѣ мислимъ, че неговата средна продължителность на живота не ще е по малка отъ тѣзи на католическото и протестанско духовенства.

че тука не е кривъ само професионалния трудъ: материалното положение на родителитѣ, тѣхното образование и разбиране нуждитѣ на дѣтинския организмъ, физическото и нравственното отглѣждане на дѣцата, климатическитѣ условия на страната, — всичкото това има твърдѣ голѣмо влияние върху жизнеспособността на дѣцата; освѣнъ това не трѣбва да забравяме, че голѣмата смъртностъ на дѣцата между извѣстенъ класъ твърдѣ намалява средната продължителностъ на живота на този класъ, макаръ че професионалнитѣ занятия на този класъ да не представляватъ особена опасностъ за здравето. *Клай* дава доста интересна таблица, която показва колко души отъ 100 принадлежащи къмъ различни класове оставатъ живи отъ 20 години на горѣ.

Отъ 100 души оставатъ живи

		дворяне	търговци	работници
Къмъ 30-та си година		94	89	79
« 40 « «		83	73	63
« 50 « «		73	55	48
« 60 « «		59	40	34
« 70 « «		33	26	18
« 80 « «		10	9	7

Отъ тази таблица ся види че тогазъ, когато отъ 100 души дворяни оставатъ живи 94 (т. е. умиратъ само 6 души), отъ търговцитѣ оставатъ живи 89 (т. е. умиратъ 11 души) а отъ работницитѣ оставатъ живи 79 (т. е. умиратъ 21 — почти 4 пжти повече отъ колкото между дворянитѣ). Освѣнъ това работницитѣ прѣди да достигнатъ 50-та си година отъ 100 души оставатъ живи 48 т. е. по малко и отъ половината, а дворянитѣ къмъ този възраст губятъ само 27 души т. е. само $\frac{1}{4}$.

Освѣнъ физическия трудъ трѣбва да имаме прѣдъ видъ и умствения. Игнената щѣше да бжде твърдѣ едностранчива, ако въ стремленията си за увардване нормалното състояние на човѣческият организмъ, тя не би обърнала по голѣмо внимание върхъ умственната и нравственната страна на човѣческият животъ, слѣдователно и върхъ *умствения трудъ*. Нор-

малкитѣ отправления на умственнитѣ способности, вътрѣшното спокойствие и надѣждата за бѣдѣщето сѣ важни условия за физическото благосѣстояние. «При всѣкакви условия на живота ума и душата изискватъ не по малко отглѣждане отколкото тѣлото — казва Парфсъ. Твърдѣ е едностранчиво, ако гигиеническитѣ мѣрки сѣ насочени само за подобряние състоянието на тѣлото; нравственнитѣ условия на живота сѣ не по малко важни, отъ колкото физическитѣ, безъ душевно удовлетворение, безъ душевно веселие, безъ надѣжда — нѣма здравие!

Чисто-умствения трудъ изисква особенна гигиена на ума и душата, изисква твърдѣ тщателно отглѣждане на всичкитѣ проявления на дѣятелността на мозъкътъ и вътрѣшния животъ на човѣка. Такова отглѣждане е важно и тогава, когато физическия трудъ преобладава: нѣма такава работа, при която умственитѣ способности на работника да не би играли положително никаква роли; нѣма тагъвъ човѣкъ, за тѣлесното благосѣстояние на когото да е все едно, спокойна ли е неговата душа или не.

Всичкото човѣчество може по отношение къмъ труда да се раздѣли на двѣ групи: едната и по голѣмата заключава въ себе си *физическия трудъ*, другата и много по малка заключава въ себе си занятия, въ които преобладава умствения трудъ. Първата група се раздѣля на нѣколко отдѣли, санитарнитѣ условия на които се твърдѣ различни по между си: 1) хора които работятъ на различни фабрики, занаятчийници и пр. Отъ здравословна глѣдна точка този отдѣлъ е най важния, тъй като при извършване своитѣ занятия, хората сѣ изложени на многочислени противуигиенически условия, като въ сѣщото време не могатъ по свое желание да се завардятъ 2) Войскитѣ—морски и сухопѣтни. Хората отъ този отдѣлъ иматъ общо съ хората отъ горния отдѣлъ, че и едниѣ и другитѣ не могатъ сами да си избиратъ вида на занятията и опредѣление на работното време. Въ всичкия строй на живота на войницитѣ има твърдѣ много неблагоприятни за здравето нѣмъ условия, въ отъ друга страна тѣхното съществуване е повече гарантирано,

тѣй бато за тѣхъ сѣ грижи държавата, а простия работникъ напълно зависи отъ волята на господаря си; 3) селското население. Къмъ групата, въ която преобладава умствения трудъ ся отнася тѣй наречената интелигенция: учени, литератори, художници, артисти, доктори, юристи, учени техници, високопоставени военни и граждански чиновници, търговци и пр. Хората отъ тѣзи разнообразни професии на тѣзи групи иматъ по между си твърдѣ много еднакво не само по гигиеническитѣ условия на професионалната си дѣятелность, нъ и вънъ нея, въ своя частенъ животъ.

(Слѣдва)

Първата помощ при нещастни случаи.

Ръководство за самаритянскитѣ школи

въ петъ лекции

отъ

Д-РА ФРИДРИХА ЕСМАРКА,

Профессора на хирургията въ университета въ Килъ.

Отъ петото неизмѣнено издание превела отъ нѣмски Дръ А. Головина.

(Продължение отъ № 23).

ТРЕТЯ ЛЕКЦИЯ.

Тогава само донесете вода, много вода, облейте я, намокрете я съвършено отъ горѣ до долу, защото горѣщитѣ, обвжленитѣ дрѣхн продължаватъ да горятъ понататѣкъ въ тѣлото. Тѣй сѣщо при опарване съ горѣща вода или съ пара се охлаждаватъ дрѣхнитѣ и тѣлото презъ обилно обливание съ студена вода. Подиръ това пренесете изгорѣлата предпазливко въ една топла стая, турете я долу на единъ килимъ, или на една масса, но не на пата, защото на този послѣдния не може послѣ добръ да се работи, и проводете тутакси за единъ докторъ. Ако изгорѣлата се оплаква отъ жажда, дайте ѝ едно топло, възбуждающе питие (чай, грогъ), защото подиръ по силни изгорявания температурата на тѣлото започва да пада. Тогава

преди всичко трѣбва да се снематъ дрѣхитѣ, съ голѣма предпазливостъ. За това вземете, ако е възможно, поне двама души за помощъ, отъ които единия да се намѣсти отъ другата страна на изгорѣлата, а другия да поднася потрѣбното. Всичкитѣ зрители трѣбва да бѣдатъ удалени. Вземете тогава едни добри, голѣми ножници, или ножъ, и разрѣжете предпазливо всичкитѣ дрѣхи тава, щото тѣ сами да отпаднатъ. Нищо да се не сиема, или да не се кѣса, защото презъ това се кѣсатъ припекитѣ. Само не се опитвайте, отъ несвоевременна економия, да искате да съхраните нѣщо отъ дрѣхитѣ. Ако нѣщо се е долѣзило до кожата, то нека си стои, обрѣжете само на около съ остъръ нѣжъ, или съ ножници. Рѣзание по легка съ тъпъ ножъ причинява неописуеми болки. Само да не се кѣсатъ припекитѣ, защото горния слой на кожата съставлява най добра защита за долния. Единственното косто може да се направи, то е, когато тѣ се много напрегнати, да се пробиятъ съ игла, за да имъ истече водата. Ако все таки нѣма докторъ, то първата задача е да се предпазятъ изгорѣлитѣ мѣста на кожата отъ влиянието на въздуха.

Бързи намокрени въ студена вода обикновено успяватъ болкитѣ. Много поблагодѣтелно е да се покрие кожата съ нѣкакво масло, кѣстива, или съ нѣкое сухо вещество, подъ което обикновено болкитѣ се уменшаватъ. Тѣй щото, облейте изгорѣлитѣ мѣста обилно съ масло (дървено, рециново) или намажете го съ кѣстива, свинска мазъ, кравешко или овче масло, растворъ отъ гума, или клей, или посипете ги съ брашно, кола, счуванъ кюмюръ, сода, или ги завийте добръ съ памукъ. Ако има наблизо специерия, проводете за пожаренъ михлемъ, една смѣсъ отъ лено масло съ киречева вода, съ която се покриватъ изгорѣлитѣ мѣста. Отгорѣ турете памукъ, или малки парцалчета отъ лено платно. При промѣняване на тѣзи парцалчета трѣбва да се дѣйствува твърдѣ предпазливо, ако искатъ да нѣма изгорѣния голѣми болки. Но и антисептическия (противугнилостния) начинъ, който азъ ви описахъ при лѣкуванието на ранитѣ въ послѣдното време е билъ припо-

собенъ при изгоряването съ най добъръ успѣхъ, защото гноя който се отдѣлява въ голѣмо количество отъ изгоренитѣ рани твърдѣ скоро, презъ гниенне, почва твърдѣ лошо да мирише, което не само причинява страшни мжки на болния, но още го излага на всичкитѣ по преди описанни опасности отъ нагнояване. За това е необходимо употребяемитѣ средства да се смѣсятъ съ нѣкакво антисептическо вещество, напр. да се турни къмъ дървенното масло карболова киселина или тимолъ, или ако отъ началото такова нѣщо не се е намѣрило подъ рѣка да се турни попослѣ. Това може да се направи и когато вече доктора е дошелъ. Тѣзи антисептически средства, именно тимолъ не само предпазватъ отъ лошата миризма гноя, но и значително смекчаватъ болкитѣ. За това желателно е щото специритѣ всѣкога да иматъ готовъ пожаренъ микслемъ смѣсенъ съ 10⁰ тимолъ. Подиръ много пространни изгорявания, или опарвания болнитѣ (особно дѣцата) обикновено се съвършено спокойни, не осѣщатъ голѣми болки, по нѣкога тѣ дълбоко въздишатъ и искатъ само вода да пиятъ. Тогава края значи е близъкъ. Понѣкога въ подобни случаи смъртта може да се предотврати презъ топли бани, или презъ инжекции на топла човѣшка кръвъ въ жилитѣ. Но за това толкова поскоро трѣбва да се потърси докторска помощъ.

Ако нѣкой падне въ единъ трапъ съ киречъ, или въ сапунена вода, то трѣбва да се извади най скоро отъ тамъ, да се полѣе обилно съ вода, или да се хвърли въ нѣкоя вода, ако има наблизъ, за да се оплакне киречя отъ него. Дѣйствието на ѣдкостта се неутрализира най добръ презъ нѣкоя киселина, презъ миенне на изѣденното мѣсто съ оцетъ и съ вода, съ разтворенна сѣрна киселина и т. н. сетнѣ да се турни масло, както при изгоряването. Ако киреча попадне въ окото трѣбва да се постѣпи по сѣщия начинъ.

Ако нѣкой е облѣтъ съ киселина (сѣрна, азотна, соляна, съ друга нѣкоя) то освѣнъ добро оплакване съ вода, трѣба да се употреби нѣкой алкалий, който се намѣри подъ рѣка, напр. сода, киречева вода, (която се прави просто презъ рас-

топяване на едно парче прегоренъ киречъ, въ вода) са-
пуиъ и т. н.

(Край на третата лекция.)

ЧЕТВЕРТА ЛЕКЦИЯ.

Замръзване.

То се случва не само при твърдъ високъ студъ; често при малкъ студъ, когато хората се истощени презъ дълго ходение и гладъ, или се ошуматени презъ спиртни напитки и легнатъ да заспѣтъ, единъ силенъ вѣтеръ имъ отнема бързо жизненната топлина и съзнанието. Ако при това иди снѣгъ, то е добръ, защото снѣга е лошъ проводникъ на топлината. Засипаннитъ съ снѣгъ въ повечето случаи се връщатъ лесно къмъ животъ. У замръзналитъ цѣлата повърхностъ на тѣлото е блѣдна и студена, само на носа, на устата, на ржцетъ и краката се вижда малко посипѣло. Членоветъ се сдървени, оконечноститъ (носа, ушитъ, прѣститъ на ржцетъ и краката, горнитъ и долнитъ краища) често се съвършенно замръзнали, студени като ледъ. Опитване за съживяване трѣбва да се правъ съ голѣма предпазливостъ. Ако донесатъ за веднажъ замръзналия въ топла стая, той навѣрно ще умрѣ. За това нека се занесе озлочественый предпазливо въ едно затворено, но студено, пространство и да се съблече полегка, за да не се счупятъ сдървеннитъ членове. Ако има снѣгъ, покрийте цѣлото тѣло съ снѣгъ и растривайте съ него добръ. Ако нѣма, то покрийте и растрийте пациента съ студени, мокри кърпи, съ студенъ песъкъ, или турете го въ една баня съ ледяна вода. Попремѣнно съ това правете искусствени движения за дишаннето. Ако тѣзи послѣднитъ се възстановятъ самостоятелно и членоветъ взематъ да се свиватъ, то болния се пренася въ една умѣренно натопена стая, растриватъ го легко съ студени

кърпи и само малко по малко може да се пристъпи към триене съ топли кърпи и стаята може да се отопли повече. Тогава опитватъ средства за мирисване (нашатиренъ спиртъ, ефиръ, гофманови ланки, рѣзанъ лукъ) и леки вътрешни възбуждающи (леко студено вино, студено кафе, супа) за да се върне съзнанието. Ако отдѣлни части на тѣлото останатъ безчувствени, сини, се подуятъ, получатъ пришки, то има голѣма опасностъ че тѣ ще се възсалитъ, ще умратъ. Презъ обвиване съ бинтове и високо положение тази опасностъ понакога може да бжде предотвратена.

Удавление.

Всекий човѣкъ трѣбва да счита за свой дългъ да се научи да плува, не само за да спаси самъ себе си, но и за да окаже помощъ на другия който се намира въ опасностъ да потъне. Ако нѣкой човѣкъ падне въ вода, който не се е научилъ да плува, той може да се спаси отъ потъване, 1) като държи устата си на горѣ; 2) като поема съ бѣлитъ си дробове колкото е възможно повече въздухъ, презъ дълбоко вдъхване, късо издъхване; 3) като не издига ръцетъ отъ вода. Азъ познавамъ много случаи гдѣто жени и даже дѣца които не знаяха да плуватъ и при къпаннето попаднаха на дълбоко, но този начинъ се спасиха сами. Причината на това е че човѣшкото тѣло е малко по легко отъ колкото количеството на водата, което то избутва. Но ако ръцетъ се вдигатъ на горѣ то главата необходимо отива на долу. За това трѣбва да се посвѣтва на онѣзи които искатъ да се научатъ да плуватъ, преди всичко да се научатъ какъ може безъ всеко употребление на сила да се държишъ на повърхността на водата. Всекий може да опита това въ плитко мѣсто и да го изучи твърдѣ лесно. Ако и двѣтъ ръцѣ се протегнати назадъ, надъ главата, то тѣлото взима хоризонтално положение, при което лицето и устата се намиратъ вънъ отъ водата. При протегнатитъ назадъ ръцѣ тежестта на горнията и на долнията половина на тѣлото

е почти еднаква, тъй щото тѣлото балансира около този огромен въздушен мехуръ който се стреми на горѣ. Но ако ръцетѣ се турятъ отдолу на тѣлото, то долната частъ на тѣлото става по тежка, краката се спущатъ и цѣлото тѣло взима повече вертикално положение. Ако въ това положение искатъ да държатъ устата вниъ отъ водата, то трѣбва главата силно да се обърне назадъ, което става твърдѣ мъчно ако се продължи дълго време. Но всеки който плува, знае че въ това положение, презъ твърдѣ лежки движения на краката и ръцетѣ главата може да се държи съвършено вниъ отъ водата. Ако иѣкой падне въ водата отъ брега, или отъ канѣ, и иѣма на близо иѣкой да знае да плува, който би можалъ да го извади, то въ болшинството на случаитѣ достатъчно е да му се протегне едно весло или въже, защото онзи който потънва обикновено още веднажъ излиза на горѣ, преди да се удави, и за това се улавя за всеки сламка, както казва приказката. Но ако нищо подобно иѣма подъ ръката, то все таки не трѣбва да си изгубвашъ главата и да сложашъ ръцетѣ, а трѣбва да си снемешъ дрѣхата, да се уловишъ за края на единия ръкавъ и да хвърлишъ другия на онзи който се удавя. Единъ старъ капитанъ отъ вапора разказва че той по този начинъ е спасилъ живота вече на много хора.

Ако иѣкой пропадне на слабия ледъ и не може да излѣзе отъ тамъ, защото краищата на леда все се чупатъ, то една дълга сълба, дъска, или дълъгъ прѣтъ, който му протегватъ, е най доброто средство да се извади той, защото презъ това тежестта се разпредѣлява на по-голяма повърхност. Тѣй също е твърдѣ добръ да се хвърли на озлочестения единъ конический куршумъ, прикрѣпенъ къмъ едно дълго въже, съ помощта на една желѣзна вилица, за който той може да се улови, догдѣто дойде повече помощъ. Заслугата на това изобрѣтение принадлежи на нашия съгражданинъ, аптекаря Рюдель, който е сполучилъ да спаси вече много хора.

Смъртта въ водата може да послѣдва по 2 начина: 1) най често презъ удушване, като влѣзе водата на мѣсто въз-

духъ въ бѣлитѣ дробове. Удавенния който въ този случай дълго се е борилъ съ смъртта, се представлява като удушенъ, съ спие, надутъ, лице, посинѣли устни, спие подъ очитѣ. Въ стомаха му се намира много вода, въ устата водна, пѣниста, жидкостъ, тъй сѣщо въ дихателния цѣвъ и въ бѣлитѣ дробове; 2) по-рѣдко се появява тутакси баялдисване, т. е. сърдцебиението и дихателнитѣ движения се прекратяватъ, отворстието за гласъ, входа въ дихателния цѣвъ се закрива конвулсивно, тъй щото не може да влѣзе много вода въ бѣлитѣ дробове. Лицето на потъналия е тогава блѣдно, въ устата се намира малко или съвсѣмъ не се намира жидкостъ. Въ този случай такса да се спаси живота е поголѣмъ отъ колкото въ първия.

(Слѣдва)

Въспитание и здравне.

Учений Д-ръ Кларкъ, директоръ на приюта за умоповредени въ Торонто (Онтарио), изучилъ тоя въпросъ съ една особена компетентность, и положилъ това начало, което не може да се отрича, и връхъ което ще трѣба да се поразмислятъ преобразователитѣ на программитѣ, и че трѣба въ воспитанието да се расчитва на развиванieto на мозъка и на неговата сила за съпротивление.

Отъ тая точка на зрѣнието, той прави слѣдующитѣ заключения:

1-о Трѣба да се преподаватъ предмѣтни уроци до 6-та година;

2-о До деветата година, предмѣтни уроци, прочитъ, писване;

3-о До дванадесетата година, прочитъ, писване, първоначални аритметики, география;

4-о До петнадесетата година, същитѣ предмѣти заедно съ история и граматика;

5-о Подиръ петнадесетата година момчета и момичета захващатъ да учатъ специални науки спорядъ способността си и бждѣщитѣ имъ занятия;

6-о Преди петнадесетата година не трѣба никакъ да се оставятъ дѣцата да се учатъ нощѣ;

7-о Въ класса дѣтето трѣба да стои три часа на день до деветата си година, четри часа до дванадесетата, шесть часа до петнадесетата си година;

8-о Слѣдъ петнадесетата година, учението и материалнитѣ занимания, трѣба да се размѣсватъ спорядъ обстоятелствата. (извлечено отъ *American journal of insanity* Юний 1886). Дѣйствиелно е че тия заключения подлѣжатъ на справедлива критика, но тѣ свидѣтелствуватъ че и отъ Атлантически океанъ, се тревожатъ отъ пренѣсенитѣ програми, които за нещастие водятъ къмъ умственено пресилване. Тоя въпросъ види се да е на дневенъ редъ по цѣлия свѣтъ. и това ни дава надѣжда че ще се отдаде право, въ близко едно бждѣще, на справедливитѣ заявления на Докторитѣ и гигиениститѣ. (*Journal d'Hygiene* № 563. 87 г.) П.

Свѣтлината и живота.

Всѣмъ знае че свѣтлината е необходима за живота на растенията, животнитѣ и хората въ консерваторията на искусства и промишленността въ Парижъ, Д-ра Н. George е държалъ една конференция по тоя въпросъ, и въ заключение за да се отбѣгнатъ причинитѣ които намаляватъ свѣтлината, той предлага четри главни преобразования, които М. Е. Trélat дава за постройкитѣ.

1-во Разширяване на улицитѣ.

2-ро Премахване на горнитѣ етажи.

3-то Уголѣмяване на прозорцитѣ, като се направятъ още по високи.

4-то Премахване на двонитѣ (завѣси) пердета, и да се замѣнятъ съ едно само перде, което да затвара само долната половина отъ прозореца, а горната да остане свободна за входа на свѣтлината.

И въ кратецъ той прави слѣдующитѣ гигиенически заключення.

Свѣтлината възбужда образуването на кръвнитѣ зрънца; тя побужда функциитѣ на кожата; тя унищожава микробитѣ на въздуха; тя благоприятствува за развитието на хората, и възбужда нашата нервна енергия.



ОТЪ РЕДАКЦИЯТА.

Редакцията на „Мед. Списание“ отново и за послѣденъ пътъ поканва онѣзи отъ гг. абонатитѣ, които не сѣм си внесли абонамента, да побързатъ да го внесатъ по-скоро, защото иначе ще бѣде принудена да го изисква отдѣлно отъ всѣкого чрезъ печата. 3—3

