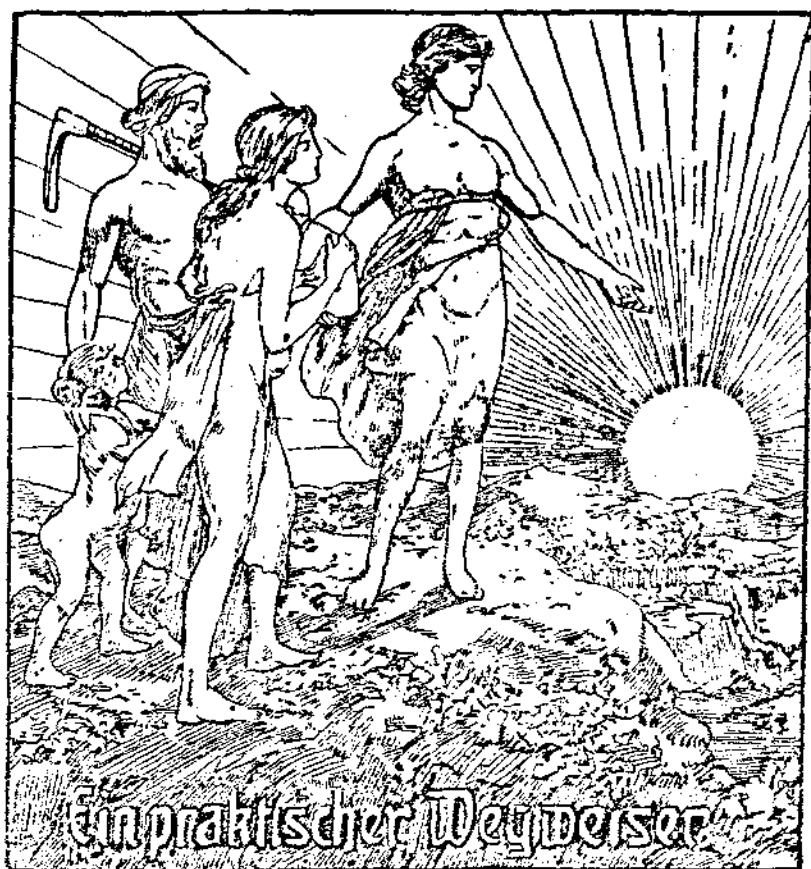


ПРИРОДЕНЪ ЛЪКАРЪ

Одобрено и препоръчано от Министерството на Народното Просвещение
съ окръжно № 2053 от 25. I. 1929 г.

редактира родителско-учителски комитетъ.

РЕДАКТОРИ: { Д-ръ Кирилъ Йордановъ — училищенъ лѣкаръ
Мих. Д. Николовъ — учителъ



ВЪ СЪГЛАСИЕ СЪ ПРИРОДАТА!

К Н И Ж Н И Ц А

СП. „ПЪРВИ СЪЖПКИ“

Рѣдко се среща списание така добре подредено. Въ него детето, родителя и учителя ще намѣрятъ ценни мисли. Списанието е посвѣтено на детското възпитание въ предучилищната възраст. Специалиста по детски градини не може безъ това хубаво списание. А майка безъ него не е възпитателка.

Год. аб. 60 лв. редакторъ Добра Пелашева адресъ: „Белчевъ“ 21 София.

Българска книга, седмичникъ за литература, изкуство, критика и общественъ животъ. Редак. Ал. Гиргиновъ, съредакторъ Антонъ Страшимировъ, год. II, брой 18.

Абонаментъ 60 лв. за 1 година. Адресъ: ул. Денкоглу, 28, София.

в. „Трезва Борба“ — единственъ у насъ двуседмичникъ за трезва култура и въздържание. Издава Българската въздържателна федерация. Редактиратъ: д-ръ Д. Т. Бурилковъ и Борисъ Наумовъ. Година IV, брой 5.

Год. абонаментъ само 20 лв. — предплата. София. ул. Климентина 15. Препоръчваме горещо „Трезва борба“ на всички наши читатели.

„Нова Литература“ списание за култура, литература и общественъ животъ, год. I, бр. 35. Редакторъ Ж. Тръпковъ. Адресъ: „Врабча“ 1 -- София. Сериозно списвано списание съ известни наши общественици и литератори. Препоръчваме го на всички. Год. аб. 100 лв., при седмично излизане и премия.

Сп. „Български журналистъ“. Год. аб. 40 лв. Ред. Л. Говедаровъ, „Московска“ 25 — София.

Не забравяйте да ни дадете поне единъ новъ абонатъ.

Бавното отчитане ще забави издаването на премията. Отчетете се до срока съ 50 лв.

ПРИРОДЕНЪ ЛЪКАРЪ

НАУЧНО-ПОПУЛЯРНО СПИСАНИЕ ЗА ПРИРОДНО ЛЪКУВАНЕ
И ПРИРОДОСЪОБРАЗЕНЪ ЖИВОТЪ

Годишенъ абонаментъ 60 лева,

За странство 100 лева

РЕДАКТОРИ: { Д-ръ Кирилъ Йордановъ
Мих. Д. Николовъ у-ль

бул. „Мария Луиза“ № 34
Варна, телефонъ 2846

Д-ръ Кирилъ Йордановъ
училищенъ лъкаръ — Варна

Сипкавость — Ларингитъ

Причинитъ за измѣнение на гласа сж много. Измѣнениятъ гласъ става сипкавъ, грапавъ, лаящъ, а често се почти изгубва. Измѣнението може да стане бързо, за късо време, но то може да се развива бавно и да трае дълго време, като не рѣдко остава завинаги непоправимо. Насъ сега интересува острата форма на сипкавость. Тоестъ, случаитъ, когато гласа бързо се измѣни, респективно изгуби. Хроническото измѣнение и изгубване на гласа не ни интересува сега. За него само ще споменемъ, че туберкулознитъ процеси въ гласовия апаратъ и гласнитъ струни, сифилистичнитъ поражения на сжщия, злокачественитъ буци *хатракъ* и др., сж най-честитъ основни причини. Неговото лъкуване е трудно упорито, да не кажемъ невъзможно, поради естеството на причинитъ му.

Оставяме разнитъ парализации и парези на страна. Искаме да видимъ онѣзи случаи, които се явяватъ много често вследствие простуда, силно продължително говорене, както и лошъ въздухъ въ работното помещение. За день-два, даже и само за нѣколко часа човѣкъ измѣня гласа си до изгубване. Други никакви признаци освенъ евентуална хрема. Анатомическата картина се характеризира съ възпаление на лигавицата на гласовия апаратъ, респективно гласнитъ струни. Подуване; зачервявявана, изгубване лъскавината, измѣнение степенъта на овлажняването и пр. Огледа отъ страна на лъкаря съ помощта на специални огледала ни дава именно горната картина. Освенъ сипкавостьта болниятъ почти не чувства нищо друго или и малко дразнене горене и др. подобни усещания. Състоянието може да трае нѣколко дни до нѣколко седмици. Всѣки случай то е сигурно излѣчимо и не опасно за разлика отъ хроническата сипкавость-неизлѣчима и опасна.

Лекуването е работа на лъкаря. Но просвѣтения боленъ можа да запомни нѣколко нагаждания, които често ще направятъ специална намѣса излишна. Мазания, горения и т. н. сж приложения за лъкаря. Споредъ насъ тѣ сж въ повечето случаи излишни. При правилно лъкуване по природния методъ,

състоянието минава сигурно и бързо. А то е: При температура болния пази леглото. Иначе само стоята. Особено зимата не бива да излиза навънъ. Направяме нѣколко клизми за изпразване червата. Поставяме болния на строгъ постъ съ сокве и домашна лимонада. Или, най-добре, топли чайове отъ лайка, липовъ цвѣтъ, гореща лимонова вода и тѣмъ подобни напитки. Вънѣшно правимъ *приснищови компреси* на гърлото два до три пѣти дневно по за три часа. Често гаргаряне, измиване устата съ лимонова вода, слабо солена вода и горнитѣ чайове. Тази чистота на устата е много важна, защото се пази самоинфектирането. Забранено е говоренето и то трѣбва да се избѣгва напълно. Дишането презъ устата е забранено. Къмъ горнитѣ приложения остава да прибавимъ и *парнитѣ бани на главата съ инхалиране* три пѣти дневно до изпотяване. Следъ всѣка парна баня студено измиване, до кръста изсушаване и обличане, евентуално лѣгане. Това приложение е само достатъчно да оздрави болния, То е най-ефикасното отъ всички.

Така третиранъ боленъ оздравява напълно за седмица до две най-вече.

Избѣгване всѣкакви дразнения е предварителното условие. Поради това сме и противъ всякакви мазания и каутеризации (горенета). Всичко това изглежда да е противно на изискването „да не дразнимъ“ възпалениѣ гласни струни. Затова то удѣлжава времетраянето на болестъта.

Единъ измежду много примѣри ни показва правотата на нашето твърдение: Г-жа инженеръ П-ва отъ В на заболява отъ ларингитъ презъ лѣтото 1934 г. Два месечно лѣкуване съ мазане и горене не дава оздравяването и чакъ следъ смѣна на климата оздравява за още две седмици. Презъ есенъта 1935 г. заболѣва повторно. Посѣветвана е била да се лѣкува по гореказания природенъ методъ. И се провежда точно какъто е казано по горе съ *три парни бани и инхалирания* дневно безъ излизане. Подобренение се настъпило още първитѣ дни, а пълното оздравяване за десетъ дни. Появяването и на спѣвка въ църковенъ хоръ направило впечатление, че гласа билъ по-мекъ и по-приятенъ. Това се дължи именно на паролѣчението. ¹⁾

Срокъ е нова година. Отчетете се съ 50 лв. за да ускоритѣ издаването на премиата.

¹⁾ Вижъ книжката ми „Паролѣчение“.

Грижете се за гръдния си кошъ

Между многото признаци на явно израждане, хората носятъ единъ очебиенъ признакъ на тѣлесно деформиране, което деформиране малко се забелѣзва и рѣдко правилно третира. Само лѣкарътъ ежедневно констатира тежко обезформениятъ гърди на своитѣ болни. Особено служебния училищенъ лѣкаръ, при редовнитѣ детски прегледи, знае каква напастъ е днесъ деформирания гръденъ кошъ при децата. Рѣдко ще намѣрите медицинска карта, кждето лѣкарътъ да не е отбелѣзалъ „неправилна стойка“ или „ортопедически дефекти...“

Съ изящно издържана вънкашностъ и облечнна по всички изисквания на модата майка, води и съблича напълно обезформено дете, чийто гръденъ кошъ е всичко друго, но не и легло на важни за живота органи. Гръбначния стълбъ силно привитъ кифозообразно. Раменѣтъ приведени напредъ и легнали върху предната частъ на гръдния кошъ и го притискатъ. Самитѣ гърди отпредъ или силно сплескани, или даже хлътнали. Гръдната костъ отпредъ, по вече или по-малко изпъкнала, ни дава картината на кокошитѣ гърди. често самитѣ ребра сж изкривени. При опитъ за дълбоко дишане детето дига раменетѣ, но истинско дишане и вентилиране на дробоветѣ не става. Защото гръдния кошъ се въобще не разширява. Къмъ деформирания гръденъ кошъ прибавено е и това, че детето не знае въобще да изпълни едно съзнателно и пълно вдишване и издишване.

Има ли нужда да казваме какъвъ голѣмъ недоимѣкъ е всичко това за здравето? Ясно е за всѣки, че въ такъвъ гръденъ кошъ бѣлитѣ дробове нѣматъ достатъчно мѣсто да се развиватъ и вентилиратъ. Тѣ оставатъ недоразвити и рѣдко смѣнятъ напълно застоялия въ тѣхъ въздухъ. Така недостатъчно разгнати бѣли дровове пречатъ на кръводвижението. Идва се до кръвозастой, който пречи на правилното хранене и обеззаразяване на бѣлитѣ дробове. Естествено е, че при такива условия, оставени бѣлитѣ дробове сж вече гнѣздо на всевъзможни страдания, най опаснитѣ отъ които сж плеврититѣ и бѣлодробната туберкулоза. Само за по-голѣма пълнота ще кажемъ, че останалитѣ тѣлесни части съвсемъ не оставатъ незасѣгнати отъ непълната жизненостъ на гръднитѣ органи. Всѣкой отъ тѣхъ, кой по-вече, кой по-малко, по-рано или по-късно, ще е седалище на заболяване. Каква гледка представлява такова едно деформирано тѣло, каква отблъскваща вънкашностъ има?

Но какво да се прави? За голѣмо съжаление не сме въ състояние да предложимъ на читателитѣ си много. Защото у насъ липсватъ и най-елементарнитѣ условия за каквато и да

е изправителна работа. Лошитѣ хигиенични условия, при които сж поставени ученицитѣ въ училище — недостатъчно въздухъ, лоши чинове и несѣответни на детския ръстъ, многото умствена работа и пр. сж причина за това заболяване. Нашитѣ грижи, като граждани на тая страна, е да се стремимъ къмъ подобрене тия условия. Липсватъ достатъчно специалисти, въ ржцетѣ на които бихме могли да оставимъ деформираниѣ деца. Но липсватъ подходящитѣ мѣста (салони) и снаряжения, безъ които не е възможна никаква работа. Обикновенитѣ часове по гимнастика, колкото и да се цени тѣхната важность, едва задоволяватъ естествения нагонъ за движение, но никога не сж въ състояние да ни дадатъ продуктивна изправителна работа. Тази оздравителна работа е специална. Специалиста при специални условия, може да приведе системна *изправително-лѣчебна* механо и масотерапия (лѣкуване съ лѣчебни гимнастики и масажи).

При горната тжжна действителность, намъ не остава друго, освенъ да подчертаемъ важностьта на горнитѣ деформации и да кажемъ, че само постояннитѣ грижи отъ страна на родителитѣ при домашни условия сж приложимитѣ за сега у насъ. Нека родителиѣ постоянно напомнятъ на децата да стоятъ изправени съ прибрани назадъ рамене и изпъкналъ грѣденъ кошъ. Временното поставяне на специални елечета, които не позволяватъ навеждането на раменетѣ напредъ, колкото и примитивни и нерадикални, все пакъ полѣпватъ частъ отъ голѣмата празнота. Подходящи, познати на родителитѣ, гимнастики за изправяне на раменетѣ и засилване на съответнитѣ мускули, които ще трѣбва да държатъ раменетѣ назадъ сж нѣща, които при добро желание ще могатъ да направятъ нѣщо за изправянето. Най-сетне, при добро желание всѣки родителъ би налучкалъ приблизително подходящи упражнения съ помощта на учителя по гимнастика и училищния лѣкаръ, къмъ които родителитѣ винаги да прибѣгватъ.

За артериосклерозата

отъ D-r Wunsch — Berlin

Много охолния животъ, охранването съ месо, тютюньтъ и алкохолътъ, високата възраст, физическата, а и умствената преумора, сифилиса и редица други несгоди въ живота, водятъ, рано или късно, къмъ втвърдяване на артериитѣ и изгубване на тѣхната еластичность. Това състояние наричаме *артериосклероза*. При това заболяване артериитѣ сж трошливи и лесно се лукатъ. При различнитѣ хора, подъ влиянието на разнитѣ несгоди, втвърдяването става предимно на мозъчнитѣ, на сърдечнитѣ, на бъбречнитѣ и т. н. артерии. Спо-

редъ това болниятъ клони къмъ кръвоизлияние въ мозъка, въ сърдцето, бъбречни заболявания и т. н.

Едно отъ най-честитѣ катастрофи при артериосклерозата е „удара“ (апоплексия). Увеличеното кръвно налягане, което винаги придружава артериосклерозата, улеснява този ударъ. Споредъ това въ каква степенъ е кръвоизлива, сж и послѣдствията и изхода на удара. Малкитѣ кръвоизливания се всмукватъ за нѣколко седмици и става пълно възвръщане работоспособността на парализиранитѣ тѣлесни части. По-големитѣ не сж способни на такова пълно всмукване затова и оставатъ следи. Най-големитѣ, които засѣгатъ важни за живота центрове, носятъ моментална смъртъ или, най-малкото, тежко непоправимо парализиране. Но и тѣзи случаи, които сж напълно минали, носятъ съ себе си риска на повторно и трето кръвоизливане, които вече сж почти винаги смъртоносни.

Признацитѣ на артериосклерозата сж най-разновидни, споредъ това, гдѣ, въ кой органъ е най-силно изразена: въ мозъка, въ сърдцето, въ бъбрецитѣ или други органи.

Най-доброто средство за *предотвратяването* на артериосклерозата е *разуменъ, въздържанъ, природосъобразенъ животъ*. Ограничаване до минимумъ месото, напушчане завинаги тютюня и алкохола, избѣгване физическа и умствена преумора и всѣкакви други ексцеси въ живота, както и разумно използване слънцето, водата и въздуха сж нѣща, които ни гарантиратъ висока старостъ съ минимумъ измѣнения въ артериитѣ.

Настѣпилата вече артериосклероза не може да се *лѣкува*. Анатомически измѣненитѣ стени не се поддаватъ на никакво измѣнение. Но съ помощта на природнитѣ фактори приложени и използвани въ духа на природолѣчението, сме въ състояние да спремъ бързото втвърдяване, запазимъ и възвѣрнемъ значителна еластичностъ на кръвоноснитѣ съдове. Самолѣкуването при тази болестъ е винаги рисковано. Само строго индивидуализираното, подъ контрола на вещь лѣкаръ, лѣкуване може да ни радва.

Суровояденето, кареловата млѣчна диета (млѣчни дни), слънчевитѣ и въздушни бани, масажитѣ, повишаващитѣ бани на ржцетѣ и краката, менящитѣ измивания и редица други приложения внимателно и вещь приложени, гарантиратъ изчезване на неприятнитѣ признаци, възстановяване на възможната жизнеспособностъ на организма и продължаватъ живота, като предотвратяватъ усложненията и катастрофитѣ. Въ подходящи случаи, добре ржководено лѣкуване съ постъ е твърде полезно. *Лѣкарства* не сжществуваатъ за тази болестъ. Всички давани и препоржчвани действаватъ само симптоматично. Йода и неговитѣ съединения, които до скоро се смѣтаха като полезни, днесъ медицинската наука ги сочи

като безполезни. Разбира се, не бива човѣкъ да се фанатизира до тамъ, че и въ тежки случаи, съ силни, мжчащи болния симптоми, да не даде нѣщо успокоително и облекчаващо мжкитѣ, лѣкарство. Трѣбва, обаче, това да става съ ясното съзнание, че се смегчаватъ страданията, безъ да става каквото и да е лѣкуване. Независимо отъ това, всѣко лѣкарство вкарано въ организма си има своитѣ странични действия, затова и злоупотрѣбата, особено употрѣбяването имъ безъ лѣкаръ, е забранено.

Прев. Д-ръ К.

Силата на природното лѣкуване

а. Хронически катаръ на стомаха и червата, хроническо възпаление на злѣчния мѣхуръ и подуване на черния дробъ.

Предистория: 47 годишната болна страда години подредъ отъ периодически явяващи се диарии и тежестъ въ стомаха. Въ растояние на три години болната е загубила 37 килограма отъ теглото си. Преди година изследване на стомашния сокъ показало, че липсва солна киселина. Неспирното отслабване, неспирнитѣ диарии и невъзможно хранене (понася само овезовата вода и пюрирани картофи) наложи на болната да подири болницата „Присницкаузъ“ въ Берлинъ.

Състояние при постѣпването: Обложенъ езикъ, леко подуване на терионидната жлеза, леко увеличение на сърдцето на лѣво, систоличенъ сърдеченъ шумъ (значи сърдеченъ порокъ). Напипване на увеличениия черъ дробъ. Подутъ е сжщо далака. На рѣонгена стомаха и червата не даватъ измѣнение на мѣстото и формата си.

Лѣкуване: Преди обѣдъ: четири пжти парна струя на корема и черния дробъ. Следъ парата половинъ или четкова баня; три пжти седмично гимнастика на открито, въздушни и слънчеви бани. Следъ обѣдъ: три пжти седмично коременъ лѣчебенъ масажъ; три пжти седмично ветриленъ мѣнящъ душъ; единъ пжтъ седмично участие въ масовитѣ психотерапевтични сеанси. Строго вегетарианско хранене. Ежедневно сокъ отъ рѣпа. Въ резултатъ на тѣзи приложения, състоянието се бързо измѣни. Диариитѣ ставаха по рѣдко, силитѣ се увеличаваха, храната се понасяше по-добре. Духътъ се ободряваше. Споредъ приценката на болната най-добре сж й действували парния душъ и коремния масажъ.

Резултатъ: Следъ шестъ седмично лѣкуване болната се изписа оздравѣла. Теглото се увеличи съ 3 килограма.

Провѣрка състоянието направихме следъ две години. Болната потвърждава, че състоянието ѝ е отлично, понася всички храни, теглото увеличено и е напълно работоспособна.

Д-ръ Алфредъ Браухле — Дрезденъ.
изъ книгата му „Наржчикъ по природно лѣкуване“.

б. Диария

1) Д. П. чиновникъ Варна. Отъ три дни силна диария, съ силни тенезми. Приложения: Никаква храна 24 часа. Презъ това време ситно настъргани рохки ябълки и ягоди. Оризена вода, топълъ чай и парни компреси на корема. Още на другия день пълно подобрене и пребързано нахранване съ обикновена храна.

в. Пневмония

2) П. К. 30 години Варна. Заболѣва съ силни бодежи въ гърдитѣ и висока температура. Кашлица и болезнено дишане. Касаеше се за една пневмония констатирана отъ двама лѣкари. Приложения: Клизма за изпражнение на храносмилателния каналъ. При силна температура обвивания на три четвърти тѣлото въ мокри чаршафи по *Кнайпъ*. При пониска температура само обжулвания на цѣлото или отчасти на тѣлото. Парни компреси на болнитѣ съ бодежи гърди. Студени компреси на главата съ оцетъ и вода. Изпотявания. Веднага следъ парнитѣ компреси болкитѣ силно намаляватъ. Температурата пада отъ 40 на 38. Следъ това бързо подобрене. Следъ 6 дни болния е на кракъ като два дни преди това вади рѣждиви храчки. Следъ още 3 дневно лезене стаята, отиде на работата си — шивачъ. Презъ цѣлото време не приема никаква храна, освенъ сокъ отъ плодове компотъ.

г. Иктерусъ (жълтеница)

Детето момиченце на 10 години А. отъ Варна заболя отъ пожълтяване на очитѣ и кожата, както и сърбежъ по кожата, бѣли изпражнения, температура, безапетитие и т. н.

Прегледа установи, че се касае до катараленъ иктерусъ.

Лѣкуването се състояше въ два пѣти седмично изпотяване съ следващо сухо овиване. Паренъ компресъ на корема съ следващъ присницовъ компресъ. Строго суровоядене съ сокове и др. Следъ четири, петъ дневно прилагане детето вече е бодро, изпражненията още първитѣ дни потъмняватъ, сърбежа намалява и изчезва. Следъ още нѣколко дни пълно възстановяване. Сутринъ и преди обѣдъ се пие гореща вода съ лимоновъ сокъ.

Полезни съвети

Масло при лѣкуване на рани. Следъ като имаме безброй много специалитети (мехлеми, помади и др.) за лѣкуването на рани, нека припомнимъ на читателитѣ си единъ старъ изпитанъ, но забравенъ, начинъ на лѣчение. Въ медицинското списание „Медициниме велтъ“ брой 37 т. г. професоръ Мененга се провиква, че „това изпитано сръдство трѣбва да се възстанови, защото то дава отлични резултати при всички видове рани“. А и всѣки отъ насъ знае, какъ въ домашната практика, старитѣ и днесъ лѣкуватъ ранитѣ съ какво да е *масло* (дървено, свинско, парафинъ или подобно). Авторътъ препоръчва поливането на раната съ масло, следъ това напоена съ маслото марля се поставя върху раната и се превързва. Смѣняването става, споредъ нуждата, единъ пѣтъ дневно, или по често. Това лѣчение има преимущество, че пази отъ заразяване, ускорява гранулирането (попълването) и намалява много болкитѣ.

Най-сетне, кои други свойства, ако не горнитѣ, наложиха налагането заушката съ топло масло, а и видоветѣ маслени компреси при маса болести? Народътъ и днесъ си обяснява това бързо оздравяване на ранитѣ съ масло съ това, че „маслото храни раната“, което твърди и г. проф. Мененга. Ето, че и това народно сръдство получава своето научно обоснование и признаване. Авторътъ предупреждава, че то е незаслужено забравено.

Първа помощъ при кръвотечение отъ носа.

Понеже кръвоизлиянието отъ носа се случва много често нека следнитѣ напѣтвания бждатъ винаги на рѣка:

Слокойствие и неподвижностъ. Изправя се главата и се правятъ студени компреси на челото, притискатъ се двѣтъ ноздри съ два прѣста, ако това не помогне, прибѣгва се къмъ тампониране на ноздрата, отъ която тече кръвта. Това става като се натѣче достатъчно памукъ, докато ноздрата се запуши добре. Тампона може да стане съ чистъ памукъ. Още по ефикасно е действието на тампона, ако памукътъ предварително се напои въ една отъ следнитѣ течности:

1) Въ кислородна вода. 2) Въ разтворъ отъ калиумъ хиперманганатъ, или 3) въ разтворъ отъ готварска соль.

Всмръкването на студена вода може също така да спре кръвоизлиянието, ако то не е много силно.

Докато на главата се слага студено, на краката се прави повишаваща баня 10—15 мин.

Лѣкарътъ навреме повиканъ, трѣбва да установи основната причина на кръвотечението и да я лѣкува.

D-r Kapferer — Berlin

Скарлатина.

Причини. Бацилитъ още не сж познати (открити). Разбира се, че бацилитъ не сж само причина за скарлатината, а тѣ трѣбва да попаднатъ въ съответната почва. Напр. въ едно семейство всички деца сж заедно, а само едно заболява. или въ града и околността нѣма болни, а изведнѣжъ се явяватъ нѣкои случаи отъ скарлатина и пр. Само тѣзи човѣци, които сж съ много лоша кръвь и замърсена тъкань, тѣ сж изложени на заразата. Деца 1 — 2 годишни редко страдатъ отъ скарлатина, защото нѣматъ още много себепотрови, но деца, особено къмъ 10 годишна възраст, вече сж по-замърсени и по-предразположени. Често се чудимъ, че много здрави деца заболяватъ. Това сж само деца, които сж пълни, защото сж прехранени съ еднообразна храна, като млѣко, или силно лимфатични деца. Сжщо е още познато, че белестъта най-много се явява отъ декемврий до мартъ, месеци бедни отъ къмъ слънце, а презъ юлий и августъ почти нѣма скарлатина.

Картината на болестъта. Проявитъ сж подобни на отравяне, което ни показва, че тѣлото е силно пропито съ чужди вещества и е силно замърсено. Първо се явява общо неразположение, безсъние и на втория день вече има характеричното изриване на кожата, малки червени петна съ потене, възпаление на сливицитъ, огнь, липса на апетитъ и повръщане.

Природолѣчебни прояви. Самото изшарване започва първо на врата и гърдитъ, а после на гърба и-пр. постепенно червенитъ петна ставатъ толкова много, че кожата изглежда като червено боядисана. Лицето остава обикновено чисто, само зачервено отъ огня и особено блѣдо около устата. На третия до петия день шарката избива най-силно и следъ една седмица е изчезнала. Презъ време на болестъта кожата на тѣлото на нѣколко мѣста е водно подпухнала, особено въ лицето около очитъ тази кожа е наклонна къмъ силно потене. Съ явяване на изшарването и потенето виждаме, че организма се мжи да изхвърли обилно отровитъ и бактериитъ. Опитътъ ни показва, че скарлатината съ добре избита шарка и обилень потъ, протича благоприятно и бързо. При леки случаи, обаче, безъ силна шарка и безъ потъ, често се явяватъ тежки последствия съ бълнувания и безсъзнание, такива пациенти може въ нѣколко време да умратъ отъ скарлатинно отравяне, или въ по-благоприятенъ случай, страдатъ отъ последващи болести. Често имаме възпаление на бъбрецитъ, защото не изхвърлениотъ отрови сж отвлечени отъ кръвьта къмъ бъбрецитъ и сж ги възпалили. Често, при леки случаи, имаме като последица силни циреи; значи, отровитъ сж до-

несени до кожата и не сж изхвърлени. Разбира се има и леки случаи, които минаватъ безъ всѣкакви последици и усложнения. Че отровитѣ на скарлатината сж много силни, може да се види отъ това, че следъ изхвърлянето имъ, горния пластъ на кожата е умрѣлъ и въ продължение на нѣколко седмици се лющи, докато се замѣни съ новъ пластъ. Интересно е, че мѣстата, кждето е имало силно потене или пѣкъ сж слагани компреси не се бѣлятъ. Силни промѣни ставатъ и въ гърлото и небцето. Почва съ силно зачервяване и болки при преглъщане. После сливицитѣ се силно подуватъ и се облагатъ съ сиво-жълтъ облогъ, който често има дълбоко работящи циреи. Този процесъ често обхваща и носната кухина и отъ носа тече гной. Презъ това време болния има силно мразливъ дѣхъ. Всички лимфатични жлези на врата сж подути. При тѣзи признаци обикновено се казва, че имаме скарлатиненъ дифтеритъ. Всичко това ни показва, че сливицитѣ сж много важни при отдѣляне и изхвърляне на отровни и чужди вещества. Напр., при деца съ рани отъ операции, или други отъ изгаряне и пр., или пѣкъ жени следъ раждане, страдатъ всички често отъ силно възпаление на сливицитѣ. Значи организма тамъ складира отровитѣ и излишнитѣ вещества, подлежащи на изхвърляне. *Треската*, при скарлатината е добре дошла, защото много спомага за силното горене на отровитѣ и чуждитѣ вещества. Често следъ студъ огъня се покачва до 41°. Следъ намаление на изшарването и треската намалява. Въ време на треската сърдцето усилено работи и има до 140 удара на минута. Бѣлитѣ кръвни тѣлца сж много, за да се борятъ съ отровитѣ и бацилитѣ. Далака сжщо е увеличенъ. Езика отначало е обложенъ, а на 3 — 5 я день става силно малиново-червенъ. Апетита липсва, има само силна жажда. Често има диария, понякога пѣкъ запекъ, за предпочитане е първото. Повръщането и диарията показватъ колко много материалъ за изхвърляне има и колко е нужно то. Екскрементитѣ иматъ много лоша миризма. Една особена форма на изчистване при скарлатината е ставния ревматизъмъ. Подуватъ се разнитѣ стави и болятъ. Това става отъ отлагане на отрови и бацили въ ставитѣ, които предизвикватъ възпаление на серозната ципа и така се очистватъ.

Природолѣчение: Пълно подпомагане на очистителнитѣ процеси. Жаждата да се отолява обилно отъ хладни питиета, особено лимонева вода. Следъ спадане на огъня, за предвздрване отъ възпаление на бѣбрецитѣ, две до три седмици да се пази млѣчна диета, съ прѣсно и кисело млѣко, още по-добре е чиста плодова диета. Следъ това още известно време болния да яде лека и безвъзбудна храна, безъ яйца. При запекъ да се правятъ хладки клизми, защото и да не яде болния, пакъ се отдѣлятъ гниещи вещества

въ чървата. Пълно спокойствие въ легло е необходимо и то на чистъ въздухъ (добре проветрена стая) въ топло легло, по възможность прозореца да е все отворенъ. За да може шарката да излезе, както трѣбва, хубаво е болния да лежи пълни 3 седмици и винаги краката да сж топли. Най-добре помагатъ на болестъта и предвартватъ отъ последствията — процедуритъ на изпотяването. Хубаво е ежедневно да се прави по една постепенно повишаваща баня отъ 38° до 40° по 10 минути, следъ това едно топло сухо увиване, което да трае 1 часъ и следъ препотяването студено омиване. Ако това не може да се прави, тогава на единъ день или два пжти да се увива болния въ мокаръ чаршафъ (цѣлъ или до ржцетъ) и следъ като хубаво се завие да се докара до изпотяване. Следъ препотяването — студено измиване. Иначе да не се истудява тѣлото много, само при силна трѣска, от време на време да се правятъ студени измивания или въ топла баня, хладко обливане особено при безсъзание. Чудесно действуватъ и „Присницовитъ“ компреси на корема. Следъ минаване на болестъта трѣбва още да се лѣкува кожата, като дневно се прави по една суха фрикция, сжщо презъ день по една обща баня или едно общо изпотяване. За гърлото се прави всѣки 30 минути гаргара съ топла лимонена вода, може и съ разтворъ отъ „*Bolus alba*“ или „*Salbeithée*“.¹⁾ На гърлото се смѣнятъ всѣки часъ топли компреси. Ако има затвърдяване на жлезитъ, то се умекчава съ горещи лапи. Въ краенъ случай се прави разрезъ за да излезе гнойта. Ако на време се почне природно лѣкуване, скарлатината минава леко и безъ последствия. Единъ пжтъ боледуване отъ скарлатина не ни предпазва отъ повтаряне, само че може да се повтори едва следъ нѣколко години. Тя е болестъ повече на детската възраст. Като последици имаме особено много възпаление на бѣбрецитъ, и то при медикаментното подтискане на треската, съ което се претоварятъ бѣбрецитъ съ много и непосилна за тѣхъ работа. Друга последица е често възпаление на средното ухо. Най-добре е налагане на парни компреси, за да излезе гнойта. Други болести като последица сж: Загнояване на ставитъ, порокъ на сърдцето, свитавитото хоро, епилепсія или парализи, но то е всичко само при неправилно лѣкуване на скарлатината.

Превелъ отъ немски: П. Димковъ.

¹ и дветъ отъ аптеката.

По приценката на другитѣ за дието-хигиенното лѣкуване.

Природното лѣкуване се казва още дието-физикално лѣкуване, или дието-хигиенно. Много отъ лѣкаритѣ по цѣль свѣтъ, не можейки да откажатъ силата на това лѣкуване отъ една страна, а отъ друга не искайки да употрѣбятъ старото симпатично име, „природно лѣкуване“, което е дадено отъ природолѣчителитѣ, не лѣкари, употрѣбаватъ именно горнитѣ изрази, когато искатъ да кажатъ нѣщо за този начинъ на лѣчение. Въ последно време, когато природното лѣкуване се наложи срѣдъ значителенъ брой представители на медицинската наука, въ медицинскитѣ списания зачестиха статиитѣ съ термини означаващи безлѣкарственото лѣкуване. На много мѣста се среща даже и думата природно лѣкуване, или още по-често — естествено лѣкуване.

И ето що казва единъ български лѣкаръ за това лѣкуване: въ в. „Здрава раса“, чийто медицинска страница завежда Д-ръ Ив. Хр. Ивановъ.

„Има редица болести, при които лѣкуването съ медикаменти и други изкуствени срѣдства въобще не е необходимо. При тѣзи болести се прилага т. н. дието-хигиененъ методъ на лѣкуване, който често помага много повече и по-бърже отколкото разнитѣ медикаменти. . . . Диететиката спада къмъ най-старитѣ лѣчебни методи—на болесъта да се повлияе по природенъ начинъ. . . .“ (бр. 259)

Горното говори много и то трѣбва да се разбере. Добре е ако можеше въ сщия вестникъ да се направи единъ списъкъ на *редицата болести*, при които медикаменти не сж нужни и при които дието-хигиенното лѣкуване дава по-добри и по бързи резултати. За нашитѣ читатели такъвъ единъ списъкъ би билъ отъ голѣмо здравно-просвѣтно значение. Защото щомъ има „редица болести“ то тѣзи болести ще сж значителенъ брой, защото редица се образува само отъ повече нѣща. И ако за сега само при тази редица се изключѣха лѣкарствата, то българското стопанство щѣше да икономиса милиони левчета, канто внася въ каситѣ на лѣкарствения капиталъ. Да, една цѣла редица сж тѣзи болести, които не се нуждаятъ отъ медикаменти и по-бърже и лесно оздравяватъ безъ тѣхъ.

Огдаваме толкова голѣмо значение на мислитѣ на г-нъ Д-ръ Ивановъ, защото е български лѣкаръ, близко до своитѣ български колеги, а още и затова, че по другъ поводъ въ „Здраве и животъ“ писа, че температурата не бива да се потиска съ лѣкарства, а само когато е надъ 40 градуса и трае дълго време, бива да се понижи изкуствено. Това нѣщо направихме на времето достояние на нашитѣ читатели. Запомнете: само надъ 40 градуса температура, ако трае дълго, бива да потискате съ лѣкарства. Иначе въ никой случай не

посѣгайте къмъ тѣхъ. Така ни учи общественика лѣкаръ, чийто съвети искаме отъ нашитѣ последователи да следватъ.

Не намираме за излишно да обърнемъ вниманието на читателитѣ си, че дието-хигиенното лѣкуване не бива да се забравя отъ никой боленъ, който иска да направи последни усилия за своето оздравяване.

За девиза „Назадъ къмъ природата“

Цѣлата дейность на свѣтовното движение за природно лѣкуване се свежда до стремезъ да върнемъ човѣчеството „назадъ къмъ природата“ Това ще рече да го приучимъ да идва често и продължително въ контактъ съ природата, да зачита и се съгласува съ нейнитѣ неизмѣнни закони, да заживѣе опростенъ животъ.

Но не мислете, че този повикъ е добре разбранъ отъ всички. Едни го, въобще, не разбиратъ, други го зле тълкуватъ, а трети изопачаватъ неговия смисълъ. Тѣмко за това и отъ авторитетно мѣсто намъ се хвърля упрека, че съ този повикъ сме „запашавали“ народното здраве. Нѣкои сж отивали даже до тамъ, че наричатъ стремеза ни да върнемъ хората къмъ опростенъ природосъобразенъ животъ (значи горния девизъ) „сектанство“, даже „престѣпление“. За тѣхъ горния повикъ било отричане на една цѣла наука. Тѣ не могатъ да разбератъ, или не искатъ нарочно да признаятъ, че горния повикъ е именно плодъ на науката и, че връщането ни назадъ къмъ природата не значи заживѣване въ първобитенъ начинъ и че това не е въ конфликтъ съ здравнитѣ изисвания на медицинската наука, а напротивъ, че то е именно последната дума на тази наука. И жалко и тъжно е всичко това, но фактъ.

За да види читателя що крие въ себе си този непринуденъ повикъ на медицинската наука, която зове човѣчеството да изостави фалшивия днескашенъ културенъ животъ и се върне назадъ къмъ майката природата, ще обърнемъ вниманието на читателя върху нѣкои мисли изъ една хубава статия на известния общественикъ г. *Дръ Хараламби Нейчегъ*, който подъ заглавие „... къмъ свобода и възраждане“¹⁾, казва:

„... Тежки, сѣдбоносни дни преживѣва „културния“ човѣкъ. Загазилъ съ цѣлото си сѣщество въ тинята на създадената отъ самия него цивилизация, той изнемогва отъ болести, разпри, войни и всички видове тѣлесни и душевни страдания... Защо? Защото културното човѣчество е на погрѣшенъ пѣтъ... То продължава да приближава своята гибель... Ние трѣбва да обновимъ нашитѣ клетки и нашата кръвъ, нашия мозъкъ и нашитѣ полови жлези, за да обновимъ себе си и цѣлия свѣтъ...“

Това значи повикътъ назадъ къмъ природата. Той значи: миръ на земята... Той значи братство и любовь. Той значи здрава, умна, силна, човѣшка раса, честито човѣчество...“

¹⁾ Вижъ в. „Правда“ брой 4 отъ 1935 г.

Драги читатели, ето едно компетентно мнение по нашия основенъ девизъ. Какъ мислите, кому да повѣрваме и кого да последваме? Ние оставяме всѣки да прицени и си избере, като го оставяме само да се чуди: — кое кара хората да бждатъ толкова озлобени срещу самитѣ себе?

История на природното лѣкуване.

Отъ Д-ръ Алфредъ Брхауле — Дрезденъ.

Резюмиранъ преводъ Д-ръ Кирилъ Ирдановъ — Варна

Корнелиусъ Целзусъ

Въ 25—35 год. следъ Христа написалъ е своята книга „*Върху медицината*“ въ която застъпва ясно и категорично признаването на лѣчебнитѣ сили на природата безъ които, по негово мнение, лѣкарското изкуство не е въ състояние да стори нищо. Нѣма болестъ, при която лѣкарското изкуство може да върши повече работа отъ природнитѣ сили.

Той е единъ отъ римскитѣ лѣкари, който признава, че само разумния начинъ на живене може да кали организма и да го направи издържливъ къмъ болеститѣ. Става дума за природосъобразния животъ. Читателя трѣбва добре да си отбележи, че още Целзосъ е поставилъ програмнитѣ точки на днескашното модерно природолѣчение, -- естественитѣ лѣчебни сили на природата, природнитѣ лечебни методи и природосъобразния животъ.

Неговитѣ съвременници сж били противници на самолѣчебнитѣ сили на природата, като признавали, че това е възможно само при акутнитѣ болести, докато хроническитѣ сж излѣчими само чрезъ лѣкарското изкуство. Това разбира се и отъ гледна точка на днескашната наука, не отговаря на истината. Примѣри на самоизлѣкувания хронически болести имаме достатъчно.

Училището на пнойматицитѣ (50 год. сл. Хр.)

То се е занимавало доста подробно съ природнитѣ лѣчебни сили, като се е изказало положително за тѣхъ. Аritaios отдава на тѣхъ по-голямъ цена, отколкото на лѣкарското изкуство отъ вѣнъ. Кирхос вижда въ температурата естественъ лѣчебенъ активъ, който оздравява много болести. Хронически болести, като астма, кожни изриви, епилепсия и др. често оздравяватъ следъ прекарване малария. Теченията отъ хемероиди, язви и др. влияятъ оздравително на много болести. Диарични състояния подобряватъ често хронически болести.

Ние и днесъ виждаме твърденията на горнитѣ двама автори отъ древността за състоятелни и модерното природолѣчение се гради, именно, освенъ върху признанието температурата като лѣчебно срѣдство, още и върху това, че вътрешното пречистване е предварително условие за оздравяване (изриви, диарии, хеморойдни, течения и др.)

Д-ръ Н. В—чъ

Единъ много важенъ въпросъ

Тежката проблема на добритѣ родители не се състои въ самото раждане на децата, особено когато сж вземени всички хигиенически мѣрки — колкото въ тѣхното отглеждане и правилно възпитание. Мжжътъ и жената, които сж създали деца, сж извършили това като функция, присъща на тѣхнитѣ полове. Раждането е нѣщо природно, а възпитанието е човѣшка функция.

Докато способността за раждане е дадена всѣкому отъ природата, отглеждането и възпитанието на децата трѣбва да се придобие, да се научи. И тука е основниятъ недостатѣкъ на днешнитѣ родители. Тѣхното родителство почива много често, а нѣкъде и изключително, само върху функциитѣ на инстинкта, такива, каквито ги виждаме при животнитѣ, известни отношения на любовъ и грижи за рожбитѣ.

При това за човѣка тази инстинктивна любовъ и грижа, тѣзи чисти животински чувства, сж не само недостатѣчна, но и недостойна за неговото положение, като клонъ на човѣшкото общество. За това трѣбва да се сложи граница на тѣзи чувства у човѣка. Защото не е дадено и опредѣлено да бѣде родителъ, добъръ възпитателъ на децата ти. Добриятъ родителъ се не ражда: той става такъвъ въ съзнание и учение, съ дълбоко упознание и разбиране психологията за отношенията на родителитѣ къмъ децата и на децата къмъ родителитѣ.

Поради това, голѣмо количество отъ родителитѣ, въ днешно време, не сж запознати нито съ най-основнитѣ правила на педагогията и често се стига до положението да се запитватъ: „Какво да правимъ?“ и то въ момента, когато е трѣбвало вече да направятъ готрѣбното. И много родители, ако не бѣше училището, биха съвсемъ обѣркали своето родителско достоинство спрямо децата си.

Но и училището не е въ състояние да премахне всичкитѣ грѣшки на родителитѣ. Училището днесъ е доведено до положението, което е наистина парадоксъ, да се бори повече съ родителитѣ, отколкото съ децата. Защото като несж способни сами да възпитатъ своитѣ деца, много родители немогатъ да разбератъ и възприематъ мѣрките, които въ това отношение взема училището. Родителитѣ не само не подпомагатъ тѣзи мѣрки, но дори пречатъ за превеждането имъ въ изпълнение.

Днесъ основната чѣрта въ отношенията на децата къмъ родителитѣ е пълната диктатура на децата къмъ тѣхнитѣ родители. Родителитѣ виждатъ въ децата си, съвсемъ естес-

твено, своята гордость и се радватъ на тѣхъ, като на голѣмо свое щастие. Това се чувствува отъ децата и тѣ, съ многобройнитѣ си желанія и капризи, налагатъ своята воля на родителитѣ си, и по тоя начинъ тѣ ставатъ господари, които заповѣдватъ.

Поради това, не е разумно, щото родителитѣ да задоволятъ всѣко желание на своитѣ деца, родителитѣ трѣбва да знаятъ, че удовлетворяването на всѣка молба на децата имъ, особено въ първитѣ години на възрастта имъ, и задоволяването на всѣко тѣхно желание тѣ нѣма да схванатъ като доказателство на родителска любовъ и милость, защото още не сж способни за това, но ще го разбератъ обикновено, че това е слабостъ на родителитѣ имъ и мекушавостъ.

Добритѣ родители, следователно, не трѣбва така да се държатъ спрѣмо децата си. Детето отрано трѣбва да разбере, че родителитѣ не сж вѣчно само за неговата услуга. Децата диктатори виждатъ само своитѣ желанія и капризи, но не чувстватъ своитѣ задължения. Болезнената сантименталностъ на родителитѣ, надъ които се извършва такава диктатура, имъ пречи да признаятъ, че тѣ сж теророзирани отъ своитѣ рождени деца. Такива родители сж слаби родители. Това ни доказва, че на истина, какво, въобще, диктатурата представлява волята и силата на единъ човѣкъ или на една човѣшка група, но сжщевременно, което е въ настоящия случай най-важно, това ни доказва, колко слаби и неспособни сж ония, надъ които диктатурата царува.

Преведе М. И. С.



Лѣчебнитѣ срѣдства сж ржцетѣ на Бога

Германската фирма „Madaus“ е пуснала въ движение единъ много интересенъ филмъ, който се прожектира изъ цѣла Германия.

Филмътъ има за целъ да представи и демонстрира лѣчебнитѣ свойства на билкитѣ и въобще цѣлата лѣчебна процедура по природното билколѣчение. Въ него е недвусмислено показано какъ природата лѣкува болнитѣ и пази здравитѣ. Особено добре е иллюстрирана ефикасността на природното лѣкуване и полиативността на лѣкарственото потискане на болеснитѣ симптоми.

Кн. 9 и 10 отъ „Медико-педагогическо списание“ за здравно социални и възпитателни грижи за детето и юношата.

Редактори: Д-ръ В. Шумановъ и Ангелъ Петровъ.
цена 80 лв. Бул. „Драгоманъ“ — София. Телефон. 39-69.

Списание „Нова картинна галерия“ — двойна книга 3 и 4, год. II, съ много разкази, приключения, приказки и др. Книгата е богато илюстрирана, има приложенъ цвѣтенъ календаръ.

В. Трезва младежъ бр. 2, год. IX, органъ на Младежкия Въздържателенъ Неутраленъ Съюзъ. Редакторъ: Дим. Даковъ.

Год. абонаментъ 15 лв. отд. бр. 2 лв. Адресъ: Редакц. „Тр. Младежъ“ — Климентина № 15 — София.

Наръчника

по

ПРИРОДНО ЛѢКУВАНЕ

отъ П. Димковъ

е настолна книга за всѣко семейство. Набавете си я отъ редакцията. Четиритѣхъ части 180 лв.

Очаквайте следния брой кожни болести и лѣкуването имъ.

До _____

Грабската Библиотека

гр. *Варна*

С Ъ Д Ъ Р Ж А Н И Е:

	стр.
1. Сипкавост	49
2. Грижи за гръдния кошъ	51
3. Артериосклероза	52
4. Злъчно заболяване	54
5. Жълтеница	55
6. Пневмония	55
7. Диария	55
8. Лѣкуване на рана	56
9. Кръвотечение <i>отъ носа</i>	56
10. Скарлатина	57
11. <i>Дистогигиенно</i> лѣкуване и др.	60

Всѣки който изрѣже долния купонъ и го изпрати на адресъ: Комитетъ Българска Книга „Денноглу“ 28, София, съ приложение само 5 лв. въ герб. марки, ще получи безплатно веднага

Купонъ
№ 17

ОГНЕНА ПЕЩЬ
80 страници
ОТЪ ДАМЯНЪ КАЛФОВЪ

Купонъ
№ 17

Печат. Д. Тодоровъ ул. „Бдинъ“ № 22 — Варна