

ПРИРОДЕНЪ ЛЪКАРЪ

Одобрено и препоръчано отъ Министерството на Народното Просвѣщение
съ окръжно № 2053 отъ 25. I. 1929 г.

Редактори: { Д-ръ Кирилъ Йордановъ
и Петъръ Димковъ

СЪДЪРЖАНИЕ:

1. Къмъ читателитѣ.
2. Немилна — възторгъ — стихотворение.
3. . . . Асклепиадесъ — предтеча на природното лѣкуване.
4. . . . Рахитиса и звета на косата.
5. К. . . Двойна пневмония.
6. Скрофулоза.
7. . . . Хранителната стойность на орѣха.
8. За сто дни 500 инжекции — единъ героизъмъ.
9. Ваксинацията въ Германия.
10. Сифилиса и салварзана.
11. Разушителното действие на йодовитѣ лѣкарства върху човѣшкия организъмъ.
12. Бѣлодробна туберкулоза — примѣръ за лѣкуването ѝ и др.

За адреса ни. За знание на нашите абонати и последователи съобщаваме, че отъ сега жилището си мѣстимъ пакъ на **Мария Луиза № 34** до военния клубъ, кждето бѣхме по-рано. Кабинета и водолѣчебната ни баня си оставатъ временно гдето е сега, ул. Дебъръ 10 срещу, еврейското училище. Впоследствие ще уредимъ нова разширена водолѣчебна баня на „Мария Луиза“ кждето ще останемъ за винаги. Всичко ще се изпраща по пощата нека се адресира до **Мария Луиза 34.**

Тази година седма на списанието ни обещава да бжде още по интересна поради това, че г-нъ **Димковъ** става вече нашъ редакторъ.

За 30 лева книги ще получи всѣки който ни намѣри единъ новъ абонатъ и ни прати абонамента 75 лв. Избора е отъ следната наша литература:

- 1) Лѣкуване съ вода 20 лв.
 - 2) Лѣкуване съ постъ 15 лв.
 - 3) Лѣкуване по Шротъ 20 лв.
 - 4) Четковия масажъ — първоразѣденъ лѣчебенъ факторъ 5 лв.
 - 5) Ревматизма и лѣкуването му 10 лв.
 - 6) Наука за суровоѣденето 15 лв.
 - 7) Паролѣчение 15 лв.
 - 8) Варна какво какъ лѣкува 10 лв.
 - 9) Курсъ по хигиена 20 лв.
- Горните книжки се продаватъ и по отдѣлно.

Новъ материалъ, който ще бжде даденъ тази година на абонатите ни въ специални книжки:

- 1) **Захарна болестъ** — история и лѣкуване.
- 2) **Каляване** — за деца и възрастни.
- 3) **Чистотата** като предварително условие за добро здраве.
- 4) **Криза въ медицината** — единъ наученъ рефератъ отъ берлински лѣкаръ, който запознава читателя съ ужесточената борба, която се води за реформиране на лѣчебното изкуство. Реферата е наученъ, чуждъ и ще го предадемъ въ отдѣлна книжка безъ да вземаме страна. Нека всѣки самъ го прицени.
- 5) **Здравъ ли съмъ или боленъ** въ специална книжка отъ г. П. Димковъ.

Ако времето и мѣстото позволи, предстои да минемъ още и следната специална тема въ отдѣлна книжка, за да ги иматъ абонатите ни на ржка загадката на главоболието — естество, признаци и радикално лѣкуване.

ПРИРОДЕНЪ ЛЪКАРЪ

НАУЧНО - ПОПУЛЯРНО СПИСАНИЕ ЗА ПРИРОДНО ЛЪКУВАНЕ
И ПРИРОДОСЪОБРАЗЕНЪ ЖИВОТЪ

Годишенъ абонаментъ 75 лева. За странство 100 лева.

РЕДАКТОРИ: { Д-ръ КИРИЛЪ ЙОРДАНОВЪ, улица „Дебъръ“ № 10
и ПЕТЪРЪ ДИМКОВЪ Варна.

Любезний читателю,

Ето Ви първата книжка отъ седмата година на „природенъ лѣкаръ“. Седма година вече непосиленъ трудъ и реформаторска борба. И доволни сме отъ резултатитѣ. Хиляди вече произнасятъ името „природенъ лѣкаръ“ и „природно лѣкуване“. Хиляди изхвърлиха завинаги лѣкарствата и се подслониха въ скута на майката-природа. На много очитѣ се отвориха и хиляди знаятъ за свѣтовното движение за реформиране на лечебното изкуство.

Презъ всичкото време на нашата борба, ние дадохме много новости на нашитѣ последователи, читатели и абонати. Вѣрваме и Вие, ако не сте билъ досега абонатъ, сте чели и слушали нѣщо за новото въ общественото здравеопазване. А Вие, старъ нашъ читателю, вѣрваме ще продължите да ни давате подкрепата си, за да дозършимъ великото си дѣло. Следете новоститѣ, четете и просвѣщавайте се. Знанието е злато. Подлагайте всичко предлагано Ви на сериозна критика. Макаръ и да не сте лѣкаръ, съ здравия си разумъ, можете да приценявате и медицинскитѣ въпроси.

Не натрапваме никому списанието. Молимъ само, който не желае да го получава, да повърне настоящата книжка. Желаящитѣ да го получаватъ ги молимъ да пратятъ абонамента 75 лв., за да получаватъ редовно списанието и да имъ се прати веднага премията „Суровоядене като нововъведение въ диетолѣчението.“ Старитѣ абонати ще получаватъ списанието редовно. Молимъ ги да ни улеснятъ съ бързото си отчитане.

Всички нови, които получаватъ първи пътъ тази книжка, като пробна, не ще получаватъ други. Само отчелигѣ се ще го получаватъ редовно.

Подкрепете ни, отчетете се дайте ни нови абонати!

Отъ този брой като редакторъ на списанието е поканенъ и прие, г-нъ П. Димковъ, авторътъ на популярната книга „наржчникъ по природно лѣкуване“. Една гаранция — че новоститѣ тази година ще сж изненада за читателя.

На работа за дѣлото! Къмъ съревнование!

Редакцията.

ВЪЗТОРГЪ

На децата отъ лѣчебно-гимнастич. курсъ на Д-во „Природолѣчение“ Варна — лѣтото 1934

Съсъ пълни отъ пламъкътъ слънчеви гърди
вървимъ край пѣстроцаѣтния брѣгъ на морето,
и хоровода отъ среброкръжавитѣ морски вълни
превърща въ рѣка пълноводна кръвта на сърдцето.

И въвъ душата огнена радостъ ти пърха,
съ ефира трептящъ въ безкрайния ширъ —
лжчитѣ на твоята младостъ слънцето пали
съ прозрачния блѣсъкъ въ небесния виръ.

Като докосната струна сърдцето трепери
азъ знамъ, отъ много възторгъ — свѣтина,
и ти, не видя, на морската бездна въ очитѣ студени
какъ, на кръстъ се пресичатъ живота съ смъртта.

Защото морето видения чудни разкрива, съ обзора,
блѣстящъ катъ лъскавъ седефъ и пѣстри синци —
отъ блѣсъкъ горещъ наситенъ простора
открива ти пжтища свѣтли катъ твойтѣ очи.

Затуй, катъ албатроса въ летежъ се понисашъ
съ очи устремени въ безкрая — далечъ,
и где ти ще литнешъ, не питашъ

въ крилатиятъ устремъ изплетенъ
отъ слънцецѣтни копнежи съ вѣнецъ —
да стигнешъ земята що слива се съ пжтя небесенъ.

НЕМИЛНА.

История на природното лѣкуване

Асклепиадесъ.

предтеча на природосъобразното лѣкуване

(Род. 120 г. пр. Хр. въ Пруса — Битиния)

Въ Римъ, цѣлата медицина по негово време се репрезентира само отъ фокусници и отъ роби или свободни такива. Единъ обратъ въ тоза състояние на нѣщата настѣпва чакъ тогава, когато единъ истински елински лѣкаръ се преселва въ Римъ, успѣва да реабилитира авторитета на своето изкуство и да го предаде на жадуващитѣ за новости римляни. Това е Асклепиадесъ отъ Пруса въ Битиния.

Съ всичката енергия на своята импулсивна натура, той се опълчва срещу хуморалната паталогия на своитѣ предшественици и срещу традиционнитѣ безмислици, извършва ни или отъ името на Хипократесъ, или въ името на нѣкаква си „емпиричностъ“, съ най-разновидни *purgativa*, *emetica*, *laxantia*, *hydrotica*, отваряне на венитѣ, или чрезъ сузвѣрни методи, възведени още въ времето на Александрийската школа и на тѣхно мѣсто поставя едно планомѣрно диететично-физично лѣчение.

Успѣхътъ му се дължи преди всичко на обстоятелството, че на мѣстото на традиционната медицина, съ нейнитѣ разнообразни прийоми и многобройни лѣкарства, той препоръчва едно възможно най-просто и „природосъобразно“ лѣчение, нѣщо импониращо до висша степенъ на широкитѣ народни маси, а отъ друга страна — на образцовата теоретична обосновка, на неговото лѣчително изкуство стояще въ връзка съ епикурейската философия на знатнитѣ съсловия.

Неговата наука за болеститѣ.

Споредъ него болестъта се явява каго последица отъ „застой (*Stockung*) на частитѣ“. Този застой зависи отъ тѣхната форма, голѣмина, количество, бързина на движението, както и отъ състоянието на поритѣ. Но споредъ мѣстото, дѣто става това, тамъ се появява и болестъта.

Но не всички болести възникватъ вследствие застоя на тѣлцата. Нѣкои отъ тѣхъ, напр. лекигѣ трескави състояния, сж въ връзка съ разстройства въ соковетѣ и пневмата, засѣгащи цѣлото тѣло, или само частъ отъ него.

Въ терапията той установява цѣла редица принципи, на които той въ голѣма степенъ дължи успѣхитѣ си предъ публиката. Неговото мото „*cito, tuto et jucunde*“ (бързо, сигурно и приятно) искането му, щото всѣки лѣкаръ да разполага поне съ две-три сигурни и изпробвани сръдства за всѣка болестъ, предпочитанието, което той дава на по-проститѣ и „естествени“ лечебни сръдства (диета, движение, бани, изпотявания, водолѣчение и т. н.) д:принасягъ извънредно много за неговата популярностъ средъ народа, па и средъ самитѣ негови колеги. А енергичното му опълчване срещу старото сващане почти на всички тогавашни лѣкари, че природата е не само безъ разсѣдакъ и изкуство, но дори и вредна“, му спечелва славата на единъ смѣлъ новаторъ.

Въ всѣки случай той гледа да съгласува своитѣ лѣчителни методи съ свѣтитѣ теоретични принципи: най-висшата задача на лѣлара е да постави отново въ движение застоялитѣ се тѣлца чрезъ разширяване на поритѣ.

Любимитѣ сръдства на Асклепиадесъ сж разгъривчата, виното, водата и „пасивното движение“. Той опредѣля въ де-

таилностъ тѣхното приложение, като го нагажда къмъ всѣки отдѣленъ случай. Разтривката бива ту нежна, ту груба, ту суха, ту мокра, ту по цѣлото тѣло, или пѣкъ по известни части. Употрѣбѣва се предимно студената вода въ видъ на цѣли или частични бани. М е д и к а м е н т и т ѣ — въ и з к л ю ч и т е л н и с л у ч а и !

Поради откритото му враждебно становище по отношение на съвременнитѣ медицински схващания, мѣстича виждатъ въ него само единъ изкусенъ шарлатанинъ. Но въ действителностъ ние нѣмаме нито най малкъ поводъ да не приемемъ, че той е билъ напълно убеденъ въ правотата на своята наука и въ сигурността на своитѣ лечебни мѣрки. И затовъ въ лицето му трѣбва да съзремъ по-скоро единъ новаторъ, който чрезъ умѣлото използване на всичко познато до тогава въ медицината и чрезъ разумното си приспособяване къмъ съществуващитѣ въ Римската империя условия, а сжщо, посредствомъ своитѣ идеи, тѣй и посредствомъ развитата дейностъ, упражнява твърде голѣмо влияние върху по-нататъшното развитие на медицината.

Проф. Т. Майеръ Щайнегъ:
История на медицината, стр. 101—103
изъ „Ескулапъ“

Изъ науката

Рахитиса и цвѣта на косата.

Въпросътъ за появата и лѣкуването на английската болестъ у децата (рахитиса) може да се смѣта като окончателно разрешенъ отъ науката. И то едва като правилно се прицениха нѣколко фактори въ природата, чиито откриване доведи до уяснение на този въпросъ. Касаетъ се до признаване слънцето и витаминитѣ като лѣчебни фактори. Не е излишно да подчертаемъ, че далечъ преди това приценяване и признаване отъ медицинската наука, въ народната медицина и едното и другото се е познавало и прилагало въ лѣчебното изкуство. Едва последнитѣ десетилетия това намѣри признанието и на официалната медицина — значи съ доста голѣмо закъснение.

Обстоятелството, че отъ рахитисъ страдатъ най-често децата на беднитѣ, живеещи безъ слънце, хигиенично жилище и не добра храна, ни показва, че слънцето и нещо въ храната играе роля. Туй пѣкъ, че рахитисъ се срѣща и при много богати и охолно гледани деца, ни показва, че има и нещо друго отъ значение.

Въ помощъ на по-голѣмо пояснение ни идватъ новитѣ изследвания на Д - р ъ Е р и х ъ Н а с а у. Отъ 347 деца бол-

дуващи отъ рахитисъ, 68% иматъ руси коси. Само 0.7% сж били съ черни коси. Останалитѣ сж имали червени, свѣтли до бѣли и една малка частъ кафяви коси. Вижда се, че деца съ черни коси почти не страдатъ, или съвсемъ рѣдко и слабо, отъ рахитисъ.

Научното обяснение на това, не може да се крие другаде, освенъ въ тайната на слънчелѣчението. Най-нови открития доказаха, че съществено въ лѣчебността на слънчевитѣ лъчи се крие въ пигмента и неговата роля (вътрешносекреторна).

Силата на природнитѣ фактори

Двойна пневмония

Г-жа А. . . отъ В., заболява отведнажъ съ температура, кашлица, боджежи и силна задуха. Повиканиятъ лѣкаръ Д-ръ М. намира двойна пневмония, съ плаврални явления въ сърдечната областъ, вероятно съ перикардиални, влияещи зле върху сърдечната дейность. Нарежда нужнитѣ лѣкарства и подчертава, че положението е много опасно, сърдцето много слабо. Направя две инжекции и нарежда да се правятъ по две усиливащи сърдцето инжекции. Уплашената болна прибѣгва до природното лѣкуване. Намѣреното отъ първия лѣкаръ се потвърди и при нашия прегледъ, но, че сърдцето е било толкова слабо и опасността толкова голѣма, не намѣрихме.

Лѣкуването се пое по нашитѣ принципи и се състоеше въ: парни компреси, присницови компреси, обжулвания, вентузи, суровоядене, домашна лимонада, чай отъ подбелъ. Понеже гръднитѣ присници не се понасяха поради пристѣгане и спъване и га безъ това затрудненото сърдце, отложихме ги като се задоволихме съ такива на корема и прасцитѣ.

Резултата беше, че само за нѣколко дни (3 или 4), скачащата отъ задуха болна се успокои и дишането улесни. Изпотяванията предсказаха, или по право подеха, кризата и болната остана безъ температура. Силна суха кашлица не даваше мира на болната ни нощемъ нито денемъ. Пристѣпни се къмъ ежедневнитѣ парни бани на главата и гърдитѣ, като чая и парния компресъ се продължаваха. Само за още два, три дни омекна и тази кашлица, а за още нѣколко изчезна напълно.

Болната преди отдавна, въ време на бременость, бѣше страдала отъ албуминъ, който по нейни показания билъ изчезналъ, но въ края на болестъта се оказа въ голѣмъ процентъ съ подути крака, което показваше, че още отъ тогава

е неизчезналъ. Подходящитѣ приложения, суровоядене, изпотяване, пара, намалиха албумина до следи.

Въ това положение болната отпътува за село на почивка.

Заслужава да отбележимъ, че само първия прегледъ отъ първия лѣкаръ струваше на болната надъ двесте лева само за лѣкарства. Пълното оздравяване не ѝ стори повече отъ 250 лв. А това не е отъ малко значение при днескашнитѣ икономически стеснени условия.

Съобщава К.

Скорофулозни поражения на шията, при единъ работникъ, 26 годишенъ съ подути жлези, течащи рани, посинели сикатризираны шийни части. Общо слабъ, боленъ, пълно обезобразено лице и шия. Датира отъ години.

Съ работническа книжка не е възможно поемане лѣчението му въ водолѣчебната баня, а и средствата не позволяватъ частно лѣкуване, затова домашно.

Нарежда се: парни бани главата и въобще на тѣлото отъ кръста нагоре. Следващо студено измиване, парни компреси, горещи лапи, Присницови компреси на болнитѣ части, а и компреси съ оцетна каша отъ *bolus alba*.

Общи приложения: въздушни бани, лежене на открито, отворенъ прозорецъ (зима), сурови сокове и моркове. Рибено масло. Засилено хранене: медъ, масло и др. колкото позволяватъ средствата на бедния боленъ.

Резултата е, че следъ два месечно постоянствуване болния стана непознаваемъ. Главата и шията, които вѣчно овиваше и бѣха отвратителни за око, се изчистиха. Болниятъ ходи безъ да се крие. Следитѣ сж, разбира се, голѣми, но само сикатриситѣ и леко подутитѣ нѣкои злѣзички издаватъ състоянието отъ преди. Нѣма вече голѣмитѣ меки и твърди буци и фистули. И тукъ нѣмаше пълно лѣчение, поради зимата и липсата на пари за кварцъ. Единъ виденъ отличенъ резултатъ, който ни дава основание да мислимъ, че сочения лѣтъ, и при тази болестъ, е правъ. Значи живеницата е излѣчима.

Д.

Полезни съвети

Псориазисъ оздравѣлъ за два дни!

Geringer съобщава единъ случай изъ своята практика. Боленъ отъ псориазисъ, дълго се е лѣкувалъ съ какви на лѣкарства. Резултатъ не е имало никакъвъ. Сжщиятъ боленъ като по чудо веднажъ следъ последователно изобилно изпотяване е оздравѣлъ само за два дни почти безъ следи.

Противъ инъекциитѣ

Prof. Prof. Hanzlik, Handowsky, Hirsch и др. сж противъ всѣкакво лѣчение чрезъ интравенозни инъекции

— инжектиране направо въ кръвта. По този въпросъ тѣ излизатъ подробно въ лѣкарското научно списание D. M. W. 1926 г. № 1. „Избѣгването на обезотровителнитѣ органи и сокове (черъ дробъ, стомашенъ сокъ и др.) по този лѣчебенъ начинъ, както и високата концентрация на отровата-лѣкарство въ кръвта и клеткитѣ, къмъ които се препраща направо и идва непосредствено въ контактъ, а отъ тукъ и увеличеното токсично действие върху сжщитѣ, трѣбва да сж и най-главнитѣ мотиви за това противопоставяне.“

Наука за храненето

Хранителната стойностъ на орѣха

Плодоветѣ, зеленчуцитѣ и зърната сж най-добрата храна за човѣка. Хранейки се само съ тѣхъ, той може да се радва на дълъгъ и здравъ животъ. А единъ отъ най-хранителнитѣ овощни видове е орѣхътъ. Той е природно концентрирана и консервирана храна. Отъ следната сравнителна таблица се вижда, колко той е по-хранителенъ отъ божемъ „силнитѣ“ храни — месото, яйцата и млѣкото.

Видове храни въ 100 гр.	Калории	Бѣлтъци	Тлъстини	Захари
Орѣхови ядки	945	15·8	57·4	13
Месо	171	16·6	10·1	0·5
Рйца	166	12·5	12·1	0·5
Млѣко	6·1	30	3·5	4·0

Отъ горната таблица се вижда, че орѣхътъ по калорична стойностъ надвишава 4 пѣти месото, 4 пѣти яйцата и повече отъ 10 пѣти млѣкото. Той има най-високото съдържание на тлъстини и захари и много бѣлтъци.

Но трѣбва да се забележи, че орѣхътъ има голѣми предимства надъ другитѣ храни и особено надъ месото, защото той не съдържа всички онѣзи отрови, паразити, болести и бацили, съ каквито тѣ изобилствуватъ, особено месото, и които сж причина на безброй болести и страдания. Освенъ това знае се, че човѣшкиятъ организъмъ е нагоденъ главно за растителна храна, следователно, хранителнитѣ елементи на орѣха ще бждатъ много по-лесно преработени, възприети и използвани, отколкото тѣзи на животинскитѣ храни — месо, млѣко и яйца.

Орѣхътъ съдържа сжщо и много ценнитѣ за здравето витамини, соли и пр. Особено ценни сж йодовитѣ му соли. Тѣй като той съдържа въ голѣми количества основнитѣ хранителни елементи, то като се прибавятъ къмъ него съответно количество плодове, житна и зеленчукова храна, може да се състави нуждното за всѣки човѣкъ меню. Така напр., нуждното количество хранителни вещества за подържане жизненитѣ процеси и за произвеждане на топлина и енергия, за

среденъ човѣкъ съ 60 кгр. тежестъ сж необходими дневно около:

вжглєводи — 270 гр.

тлѣстини — 45 гр.

бѣлтѣкъ — 30 гр.

и хр. соли — 15 гр.

Тѣ могатъ да се набавятъ отъ:

300—400 гр. зърнена храна

180—240 гр. орѣхови ядки и

1200—1500 гр. плодове или зеленчуци.

Така, че орѣхътъ заедно съ другитѣ черупчести плодове (бадемъ, лешникъ, кестенъ и пр.) ще измѣсти въ бъдеще хранитѣ отъ животински произходъ, които постоянно ще се намалѣватъ поради усъзнаване вредността имъ за човѣка и поради увеличението на населението въ културнитѣ страни.

Такова голѣмо бъдеще се чертае за орѣха. Загова, налага се да се положатъ повече грижи за неговата култура: грижливо подбиране на добри сортове и увеличение на насажденията.

А вегетарзанцитѣ могатъ още сега да замѣнятъ животинскитѣ храни въ свѣто. меню съ орѣха и това ще е само отъ голѣма полза за тѣхъ. Яжте орѣхи!

Изъ „Здравъ Животъ“

Домато тиквена диета.

При подагра, ревматизмъ, лениви черва, бъбречни страдания (особенно хронически), водянка и бѣлодробна туберкулоза:

250 грама тиква се обѣлва и наръзва на срѣдно голѣми парчета. 375 грзма прѣснѣ домати се измиватъ добре и се наръзватъ по на три, четири парчета. Наръзва се срѣдно голѣма глава лукъ, малко солчица и два, три лаврови (Log-beer) листа. Всичко това се смѣсва и пърже до омекавне въ масло. Може да се прибави и малко каймакъ. Употрѣбѣва се за ядене съ лъжица. Количеството е произволно.

Пазете храносмилането си!

— „50 на сто отъ кожнострадащитѣ страдатъ и отъ нередовности въ храносмилателния каналъ“.

Професоръ Lichtenstein.

Б. Р. На мѣсто ли е тогава, потискането съ мехлеми?

Изъ свѣтовното движение.

Природното лѣкуване въ Сѣветска Армения.

Въ брой 364 отъ 5 VIII. 1934 г. на Арменския вестникъ

„Поросъ“ се съобщава за основаването на специаленъ природолѣчебенъ институтъ въ столицата на съветска армения гр. Ериванъ. Образувани сж клонове и въ други градове.

Това е новостъ за нея страна отъ 1930 год.

За 2 години сж били лѣкувани въ него 63,000 болни.

Ето драги читатели какво се работи по свѣта! . . .

За поука.

Изъ чудесата на инъекциитѣ.

Болниятъ Ц. А. отъ София улица „Р. П.“ № 4 е получилъ при единъ случай на страдание за сто дни 500 инъекции. Какво е било страданието не е важно за читателя. Да се запомни само една действителностъ. Подчертаваме само, че този приятель трѣбва да е ималъ невѣроятно издържливи сили, за да издържи на това „срѣднѣвѣковно третиране“ (професоръ Едингеръ). Нѣкой ще запита, че възможно ли е това. Самитѣ ние не искаме де вѣрваме на думитѣ на болния, но той настойчиво твърдеше и едва ли може да има съмнение въ истинността на думитѣ му.

Новини изъ Германия

За профилактичната ваксинация.

Самопомощта и самозащитата на организма е едно отъ най-сложнитѣ проявления на природното всеилие. Единъ отъ признацитѣ, олицетворяващъ самопомощта на организма, е образуването на противотрови, при контактъ на организма съ отрови.

На този фактъ се основава ваксинационната предпазна метода. Въ увлечението си, че бацилитѣ и тѣхнитѣ продукти, сж всичко при избухване на заразнитѣ болести, бактериолсгията наложи на свѣта единъ специаленъ начинъ за предотвратяване на болеститѣ. Това сж ваксинациитѣ.

Едно старо и все пакъ ново течение срѣдъ медицинския свѣтъ, се стрѣми да докаже и ежеднезно потвърждава, че този начинъ на действие не може да ни даде исканитѣ, радикални резултати. Първо, въ своята ефикасность и продължителность сж много оспорвани. Второ, прозиратъ се все по-чести и разнообразни увреждания отъ ваксинитѣ, които увреждания често сж по-опасни отъ самата болестъ. И трето, държи се на способността на организма да образува самъ подходящитѣ противотоксини, стига той да бжде поставенъ при благоприятни условия за целта. Тази самопомощъ на способность на организма, за тѣхъ е достатъчна гаранция за предпазване и оздравяване. Отъ тукъ и становището имъ, ваксинационния начинъ на предпазване да се изостави, или

поне много ограничи само за случаитѣ, кждето сж наистина по малко вредни отъ болестъта за предотвратяване. Въ това направление работятъ свѣтвно известни учени и сж създадени цѣли институти.

Все въ този духъ, по тѣзи причини, и подъ натиска на медицинския свѣтъ, съ напредничави и реформаторски разбирания, въ Германия скоро се забрани вивисекцията. Само въ рѣдки случаи, отъ голѣмо значение за науката, отъ вещо опитно лице, е позволено да се правятъ опити съ живи животни. Защото, оказа се, че поукигѣ отъ тѣзи жестоки експерименти иматъ наистина голѣма литературна стойностъ, но извлеченигѣ отъ тѣхъ практически поуки сж незначителни. Освенъ това, като че ли заблуждаватъ и объркватъ налучкването на правилния пѣтъ за човѣшкото спасение. Много автори твърдятъ, че резултатигѣ получени отъ опити на животни никога не могатъ да се пренасятъ напълно върху човѣка. Тѣй както получената въ ретортата химическа реакция, не винаги може да се получи въ живия организъмъ и не може да има сжщата стойностъ.

Пакъ въ този духъ и съ сжщата целъ и по сжщитѣ причини, хитлеровитѣ медицински институти сж отхвърлили предпазната ваксинация противъ дифтеритъ въ училищата. Като безполезна и неоправдала се на практика, тя е напустната. Ето едно официално решение.

„На 12 Май т. г. въ едно заседание на берлинския щатпарламентъ, по предложение на националсоциалиститѣ, е зачеркнатъ кредита въ бюджета отъ 10 000 марки предназначенъ за предпазна ваксинация на учащитѣ се. Неотпускане сръдства за това, се мотивира съ туй, че предпазната ваксинация на практика не оправда надеждитѣ възлаганий и второ, че ползата отъ нея е много оспорвана. Отъ това следва, че отъ сега берлинскитѣ деца нѣма вече да се ваксиниратъ противъ дифтерита“.

изъ „Naturärztliche kundschau“ гд. V. № 7.

Изхвърлянето на предпазната ваксинация при дифтерита въ Берлинъ, страната на медицинската наука, иде само да ни покаже разклатенигѣ основи, върху които е изградена профилактичната ваксинация.

За сифилиса и салварзана.

(Единъ споръ)

Следъ едно лѣкарско събрание на варненското лѣкарско дружество се раздадоха отпечатаци отъ едно медицинско спитание, въ които се третираше въпроса за лѣкуването на сифилиса съ салварзанъ и неговитѣ резултати. Отпечатака бѣше направенъ и раздаденъ за да подчертае, че салварза-

новото лѣкуване на тази болестъ си остава едничко сигурно и положително, на което се дължало изчезването на обезобразяващитѣ поражения на болестъта — и въобще страхотитѣ отъ тази болестъ.

Това схващане отъ една частъ на медицинскитѣ автори оставаме за сега на страна. Искаме да извлечемъ отъ тамъ цитираното мнение на клиници, особено психиатри, които не сподѣлятъ първото мнение за толкова благотворното действие на това специфично лѣкуване. Тамъ я казано:

„Отъ страна на клиници (работящи на лѣглото на болнитѣ въ уредени клиники, учени), особено отъ страна на психиатри (учени по специалността заболявания на нервната система) се твърди, че отъ въвеждането на салварзана сифилиса измѣни своя характеръ въ смисълъ, че изгуби своята поразителна сила по кожата и въобще видимитѣ тѣлесни части, но затова пъкъ отъ тогава констатираме едно много по-често поражение на централната нервна система. Като причина за това изменение характера на болестъта къмъ злокачествена се сочи ранното и енергично лѣкуване съ салварзана. Колкото по-дълго се остави нелѣкувана болестъта, за да избие навънъ чрезъ своитѣ секундерни признаци по кожата и пр., толкова опасността отъ тежки вътрешни поражения е по малка. Колкото по-рано се попречи на избиването на болестъта на вънъ (чрезъ кожни проявления и прочие), толкова опасността отъ нервнитѣ поражения е по полѣма.

Толкова по-рано и по-често се явява табеса и прогресивната парализа. Ранното и енергично салварзаново лѣчение изменяло характера на самитѣ спирохети, то ги преобразувало нѣкакъ и така ги изтласквало въ вътрешнитѣ гънки и вдълбочения на централната нервна система. Тукъ тѣ сж далечъ отъ периферията и тамъ не предизвикватъ поражения, които да сж видими по кожата, лигавицитѣ и прочие — по-раншни очевидни за чуждото око признаци. Затова пъкъ разрушителното имъ действие е локализирано въ важни за живота нерани центрове. Тукъ втиснати дълбоко въ централната нервна система, спирохетитѣ сж и мжно достъпни за действието на салварзана и като така, това се явява втора причина за злокачественостъта на така изменения характеръ на болестъта. Така се появи изкуствено невропатичната форма на сифилиса, която е по-опасна за живота“.

Това било мнението на клиници и психиатри, се казва въ статията. Ние само го изнасяме, безъ да се изказваме. Желаетитѣ подробности по този наученъ споръ, нека прочетатъ „Neosalversan oder Naturheilverfahren“ отъ D-r Silber.

Всички лѣкарства сж вредни.

Разрушителнитѣ действия на йодовитѣ лѣкарства върху човѣшкия организмъ.

Не бихъ седналъ да пиша на тази тема, защото зная, че пакъ, мнозина материално заинтересовани, както и кланящитѣ се на другъ Богъ въ лѣчебното изкуство, пакъ ще изпуснатъ вой на негодувание. Да сторя това ме кара честото запитване отъ страна на болни, които искатъ да знаятъ дали можели като болни отъ кръвно налѣгане, артериосклероза и други подобни да употребяватъ йодъ. Сжщитѣ тѣзи болни искатъ отъ мене да чуятъ още и това, дали йода, тъй често употребяванъ днесъ, не представлява нѣкаква опасностъ и оказва ли нѣкакво вредно влияние. Да излеза съ долнитѣ нѣколко реда ме накара още и това, че когато азъ имахъ лѣкуването на една стара болна, следъ менъ идва другъ лѣкаръ, който е уверявалъ близкитѣ на тази болна, че ако била употребявала лѣкарства, не би била въ това положение. Въ предписанитѣ между другитѣ бѣше именно и йода, отъ който болната ще трѣбва да бжде извадена отъ положението, което, по мнението на негова милость, било поради липса на лѣкарства. Но не само по честото нареждане на лѣкаръ става вземането на йода. Много, безброй много сж случаитѣ, когато болнитѣ на сама глава, по внушение отъ други болни, взематъ йодъ и то най-лесно на капки отъ обикновената йодова тинктура и то дълго време — да не кажа неспирно. Едничката причина за това вземане е, че поради напредналата вече възраст, биле предразположени къмъ артериосклероза, кръвно налѣгане и прочие, които състояния тѣ искатъ вероятно да предотвратятъ, или лѣкуватъ съ ежедневно употребяване на отровата-йодъ.

Далечъ съмъ отъ илюзията, че тази моя статия ще накара масовото отказване на йода като лѣкарство, но искамъ чрезъ нея да напомня и обърна вниманието върху това, какво действие оказва йода въ организма, какви поражения е въ състояние да направи и поне една малка частъ отъ читателитѣ да накарамъ да се оттърватъ отъ това вкореняло заблуждение и не посѣгатъ никога къмъ него.

„Алопатичния лѣкаръ често прибѣгва къмъ йода при артериосклероза и не рѣдко получава симптоматично облекчаване на своя боленъ, но нека не се забравя, че йода не е *цукербротъ* (сладкишъ) а отрова, която дава често поражения на сърдцето, нервитѣ и картинитѣ на явно отравяне“ — казва берлинския професоръ Шьоненбергеръ въ своя голѣмъ трудъ.

Честитѣ, разнообразни и очибийни поражения на йода и всички йодови лѣкарства сж накарали учения свѣтъ да се

занимае съ този въпросъ по отблизо. Въ резултатъ на многото проучвания се е дошло до заключението, че йода и йодовитѣ лѣкарства даватъ единъ комплексъ отъ поражения, които пъкъ се манифестиратъ въ другъ комплексъ болестни признаци. Всичкитѣ тѣзи симптоми, сумирани и системно наблюдавани при употребяване на йодовитѣ лѣкарства, сж подредени въ списъка на безчетнитѣ човѣшки страдания и сж наречени *Йодовъ Базедовъ* (iodbsedov). Това име е дадено поради голѣмото сходство на картината на йодовото отравяне, съ тази на болестта *Базедовъ*.

„Никой не може да се съмнява въ това, че болестната картина на йодовото поражение, наречено *Йодовъ Базедовъ* е най-тежката болестна картина, позната въ науката за вътрешната медицина“ — казва Д-ръ А. Шимакъ (D-r Schimack) въ медицинското списание W. KL. W. По натагъкъ сжщиятъ казва: „Нѣма лѣкаръ, който по една или друга причина се опита да приложи йода като лѣкарство, който лѣкаръ да не е смутенъ отъ мисълта, че съ това даване на лѣкарство, той рискува да нанесе непоправими увреждания на своя боленъ“. По сжщата причина напоследъкъ се увеличиха протестнитѣ гласове срѣдъ учения свѣтъ противъ прилагането на тази йодова медикация *Биделс* (Biedls) въ Прага и др.

Като примѣръ за вредата отъ йодовитѣ лѣкарства ни се предлагатъ нѣколко типични случаи отъ статистическитѣ данни, научнитѣ изследвания и наблюдения изъ санаториума на медицинския съветникъ Д-ръ Францъ Ханзи при виенския курортъ „Семирингъ“:

1) За лѣкуване на единъ гингивитъ (възпаление на венцитѣ) било наредено отъ единъ зжболѣкаръ мазането имъ съ преловия йодовъ разтворъ, което е траяло нѣколко месеци.

2) Другъ боленъ е трѣбвало да прави гаргара съ сжщия йодовъ разтворъ три месеци заради гноенъ гингивитъ.

3) Другъ боленъ заради затлъстяване, съ цель за отслабване, по нареждане на лѣкаря си употребявалъ единъ месецъ по лъжица калиевъ йодатъ всичко само 8 грама.

4) Другъ случай пакъ заради отслабване йодови хапчета само две седмици.

5) Пети случай презъ 6 седмици по лъжица пакъ йодово лѣкарство за намаляване на кръвното излѣгане и противъ артериосклероза.

6) Въ продължение на три седмици употребявалъ болния калиевъ йодатъ пакъ по лъжица по предписание на лѣкаря си, противъ нѣкаква незаздравяваща раничка на сифилистична почва. Цѣлото взето количество е било само 2.5 грама.

И най-сетне, още единъ случай, който породи високо

кръвно налѣгане е употрѣбавалъ нѣколко седмици пакъ йодовъ препаратъ.

Както се вижда отъ горнитѣ случаи, причината за употрѣбата на тази отрова сж били високо кръвно налѣгане, артериосклероза, затлъстяване и сифилистични процеси. Трѣбва сжщо така да подчертая, че даваното количество въ всички случаи е било винаги по малко отъ което се дава обикновено и което е позволено отъ лѣкарствената наука. Тоестъ въ практиката се употрѣбаватъ обикновено много по-голѣми дози. Лѣкаритѣ отъ този санаториумъ особено наблѣгатъ и подчертаватъ обстоятелството, че отъ всичкитѣ наблюдавани отъ тѣхъ случаи нито единъ не е билъ особено чувствителенъ къмъ йода, тоестъ не е ималъ т. н. диспозиция. Съ това се отговаря предварително на нѣкои, които евентуално биха пребързали да ни възразятъ, какво, тукъ сигурно се касае за хора съ особена идиосинкразия (ненормална чувствителностъ).

Интересенъ е случай 7, при който единъ сифилистиченъ улкусъ на крака е наложилъ употрѣбата на йодовото лѣкарство. За забелѣзване е, че това лѣчение е дало „отличенъ“ резултатъ. Тоестъ, раничката за късо време се „стопява“ и изчезва. Но сжщото време става нещо по страшно: Болниятъ заболява отъ страшна болестна картина, много сходна съ тази на безедовата болестъ. Това е именно новата болестъ „йодбазедовъ“, която е причинена отъ вредното действие на йода. Силенъ и бързъ шуръцъ (катастрофално падане) на теглото, и изпосталяване. Сърдцето изпада въ страшна криза съ надъ 180 удара въ минута, настѣпва силна диария, която не се поддава на спирене.

Общитѣ признаци, средъ разгара на които болниятъ преживява ужатѣтъ на йодопоражението, сж и при всички други случаи катастрофално спадане на теглото и силитѣ до пълна кахекзия (най-високата степенъ на изтощение). Разнебитване на сърдцето съ многобройни неправилни удари въ минутата. Трѣбва да подчертаемъ, че както спадането на теглото, така и кахектичното обезсилване имали въ всички случаи катастрофаленъ характеръ и спирането имъ не е могло да стане съ никое отъ познатитѣ до сега на медицинската наука срѣдства (справка W. K. W. № 14 стр. 384). Отстраняването на йода сжщо така не донася спиране на катастрофата. За късо време теглото е спадало съ 7 до 38 килограма и болнитѣ сж ставали непознаваеми. Горнитѣ признаци сж били придружени съ небивало силно излѣчване на пикочъ (полиурия), както и неоталожима жажда (полидипсия). Като особеностъ на това йодово увреждане се посочва и туй, че премахването на йода не само, че не спира процеса на разпадането, а напротивъ не рѣдко катастрофата се още

повече усилватъ, признацитѣ на силна интоксикация, вероятно като резултатъ на навикването на морфинизма.

Бѣлодробна туберкулоза

Съветъ къмъ единъ нашъ боленъ

Единъ режимъ, който трѣбва да бѣде изпълняванъ най-строго, е долудадения:

Ако искате да получите максималния възможенъ за Васъ резултатъ, използвайте даденитѣ долу фактори както следва:

Честия въздухъ стои надъ всичко. Неговото използване може да стане, като си опредѣлите ежедневно да лежите и прекарвате навънъ на открито средъ природата. Насътанете се въ ливадата и лозето си въ една колиба. Денемъ и нощемъ бждете тамъ средъ природата и зеленината. Отварете на време правете съвсемъ леки вдишвания и издишвания безъ ни най-малкото напъване на бѣлитѣ дробове. Освенъ това всѣки денъ следъ ставане сутринъ, или друго време презъ деня правете си въздушна баня. Това ще рече разхвърляте се съвсемъ голъ и се къпите въ въздуха. Презъ това време триете съ сухи ръце цѣлото тѣло безъ да се уморявате. Или най-добре, ако може това да става отъ второ лице, трае нѣколко минути безъ да ви става студено; следъ това лѣгате въ леглото и се стопляте. Всичкитѣ ви дрѣхы да се излагатъ често навънка да се проветряватъ защото и тѣ носятъ въ себе си нечистъ въздухъ.

Почивката е друго важно за васъ усвояние. При вашето състояние трѣбва до прекарвате въ лежене преди обѣдъ три часа съвсемъ на открито средъ зеленина лежете спокойно на гърбъ. Другото време можете да използвате въ лека разходка лека работа вързване на лозето напримеръ четене разговоръ и други подобни. Всѣкакво изморяване въ говоръ или ходене трѣбва да се избѣгва. Лѣгането вечеръ да става въ 9 часа, а ставането въ 6—7 часа.

Водата е другъ факторъ, който трѣбва да използвате. За васъ отмерени водоприложения сж следнитѣ: Вечеръ измивайте краката си до коленетѣ съ хладка вода. Презъ денъ правете си влажни обжулвания. Това ще рече сутринъ още въ топло легло обжулете цѣлото тѣло съ мокри въ отстояла вода ръце и безъ да се изсушавате овийте се въ юргания и останете до изсъхване и стопляне. Презъ това време не бива да Ви е студено. Единъ или два пжти презъ седмицата правете сименящо измиване на тѣлото. Това ще рече: измивате нѣколко пжти подредъ цѣлото тѣло съ горещъ мокъръ парцалъ следъ това единъ пжтъ кратко съ изтисканъ студенъ парцалъ и това повтаряте три пжти или два, леко се

изсушавате и лѣгате до изсъхване и стопляне. И сега не бива да Ви е студено. А два пѣти презъ седмицата вечеръ за презъ нощта направете си коремънъ компресъ (сгревающъ на корема) за три четири часа. Ако Ви е неудобенъ тогава вмѣсто него правете такъвъ на прасцитѣ или пѣкъ единъ пѣтъ коремънъ другъ пѣтъ на прасцитѣ.

Хранененето е много важно. Затова трѣбва да си наредите достатъчно хранене, не прехранване, малко, рѣдко месо. Изобилно медъ, масло, млѣко, зеленчуци. Особено важно за тебе е да ядешъ всѣки день сурова храна. Сурови моркови, спанакъ, салата, марулъ, коприва, плодове каквито и да е, орѣхи, медъ и т. н. Да достатъчна храната, но да да не се прехранвате и затлъстявате. Мерете всѣки мѣсець теглото си, пишете го, за да ме държите въ течение, спада ли, или се качва, или стои неподвижно.

Слънцето е сжщо важно, но трѣбва много внимателно, по 15 минути да излагате краката до коленетѣ, сетне до бедрата, ржцетѣ, а и сегисъ тогисъ гордитѣ и гърба. Само, че тукъ ще внимавате дали не ще се повиши температурата. Слънцето въобще ще прилагате ако нѣмате никаква температура и ако не се появява кръвъ въ хрѣкитѣ. Колкото по кратко и частично, толкова по добре. Въобще, слънчевитѣ бани правете по 15 минути на части отъ тѣлото и следете да не се появява повече кръвъ и да не се качи температурата, което би показало, че не бива да ги правите.

Много важно е и това, да не мислишъ за болестъта си, да не се беспокоишъ, да имашъ куражъ и вѣра въ оздравяването, защото тя не е толкова опасна, колкото я мислятъ хората. Пропуснахъ да подчертая, че съ суровояденето да пиете по чаша сокове отъ сурови корени зеленчуци плодове моркови и т. н.

Вжтрешно, особено при слабъ апетитъ, пийте сегитъ тогисъ чай отъ хининови кори, или отъ пилинъ. Яжте каши отъ просо, яжте булгуръ готвенъ. Освенъ това, добре е да пиете чай отъ топла вода съ медъ и лимоновъ сокъ две лжжички. Или 10 грама кора отъ млада праскова и 10 листа отъ сжщата, варятъ се въ половинъ килъ вода, докато изври на половина. Пие се сутринъ и вечеръ по кафяна чаша единъ часъ преди ядене. Преди ядене по кафяна чашка сокъ отъ черна рѣпа подсладенъ съ медъ и лимоновъ сокъ.

Преди почването на лѣкуването направете си три вечери по една топла клизма, а при нужда повторете клизмата за редовно отиване.

Премията тази година за абонатитѣ е интересната книжка **Наука за суровояденето или суровоядене** като нововъведение въ лѣчебното изкуство. Една ясно написана, научно издържана книжка, която ни дава пълни познания по единъ новъ въ лѣчебното изкуство въпросъ. Книжката отдавна е излѣзла и на всички предплатили за седмата година е изпратена. Отчетете се веднага за да я получите веднага и Вие.

Съидейници не забравяйте, че и тази година разчитаме поне на единъ новъ абонатъ отъ Васъ. Нѣма да Ви останемъ задължени за тази услуга.

Разрешено е излизането на списание **Природенъ лѣкаръ** отъ щуменския областенъ директоръ. Така, че дѣлото ни ще крепне както и до сега.

Обиколки тази година нѣма да можемъ да правимъ, поради това, че службата не ни позволява, освенъ празнични дни до блиски селища.

На новитѣ адреси пращаме първа книжка като пробна. Друга книжка не ще имъ се праща. Който желае да го получава да се отчете. Старитѣ ни абонати ще го получаватъ редовно. Молимъ ги само да ни се отчетатъ възможно скоро.

Нежелаещитѣ да получаватъ списанието (стари и нови) нека върнатъ тази книжка за да не правимъ разноски за по нататашно пращане на старитѣ. Това поне всѣки може да ни направи като услуга.

На работа за да издигнемъ природното лѣкуване и у насъ както е издигнато въ Германия—страната на медицинската наука.

До _____

гр. _____

Настоятель

на списанието ни въ София е Печатната Експеди-
ционна централа ул. „Врабча“ 1 — София. Всички
могатъ да се абониратъ чрезъ нея.

Получи се въ редакцията сп. „Трудови вести“
одобрено отъ Дирекцията на труда съ много интерес-
но за работодатели и работници съдържание.

Годишенъ абонаментъ 120 лв.

Пощенска кутия 247 — София.
