

ЗДРАВНЕ

излиза два пѣти въ мѣсецъ, на
всѣко 1 и 15 число.

Цѣната

на в. „Здравне“ съ испращането:
за година седемъ лева, за 6 мѣ-
сеца — четири лева, отдѣлний
брой — 30 ст.

Обявления

се приематъ съ плата по 30 ст.
за единъ редъ.

ЗДРАВНЕ**АБОНАТИТѢ**

въ гр. Варна се приематъ въ кни-
жарницата на А. В. Велчева.

Абонатитѣ въ Княжеството се
адресиратъ направо до редакцията
въ гр. Варна.

Въ Источна Румелия
абонатитѣ внасятъ спомоществова-
ния си (35 гроша, нѣ не въ
марки) на г. П. Карловский
въ Пловдивъ.

ОБЩОДОСТЪПЕНЪ МЕДИЦИНСКИЙ И ХИГИЕНИЧЕСКИЙ ВѢСТНИКЪ

PER NOCTEM AD LUCEM!

ОТЪ МРАКЪ КЪМЪ СВѢТЛИНА!

СЪДЪРЖАНИЕ: Обществена самопомощь. —
Уставъ на Българското Дружество отъ «Червени
Кръсть». — Преглѣдка на рани. — За чистотата на
кожата. Отъ д-ра М. О. Перфильева. — Смѣсь. —
Метеорологически бѣльжки.

Обществена самопомощь.

Размѣрѣтъ и распространението на об-
щественната самопомощь, въ най-разнитѣ ѣ
видове, най-блѣскаво доказватъ развитието
на даденото общество. Колкото е по-раз-
вито обществото, толкова повече е распро-
странено въ него съзнание, че цѣльта на
животѣтъ — въ най-обширна смисль — се
достига чрезъ общественна самопомощь. Въ
нашето време единичнитѣ сили на единъ ча-
стенъ чловѣкъ сж недостаточни за прекар-
ваннето борбата за животъ, но се изисква
сѣдинение на силитѣ, както гласи и де-
визѣтъ на България: сѣдинението
прави силата!

Като примѣръ на развитата общественна
самопомощь обикновенно показватъ на Ан-
глия, гдѣто тя, наистина, е най-блѣстяща.
Тамъ има дружества по всичкитѣ клонове
на чловѣческия животъ: призра̀нието на
бѣдни, болни, луди, пияници, престѣпници,
испаднали жени; отгладванието на стари,
немошни, ранени, тѣжки жени и дѣца; по-
требителни дружества за по-ефтини цѣни на
предметитѣ отъ първа необходимостъ; дру-
жества по образованието и по разнитѣ кло-
нове на науката, литературата, искусствата,
и проч. и проч. Всичкитѣ тѣзи дружества
иматъ яки основи въ общественното съзна-

ние за тѣхната необходимостъ, всичкитѣ
преуспѣватъ и достигатъ предначертанната
си цѣль.

Ползата отъ подобни дружества е оче-
видна: онова, което надминува силата на
единъ частенъ чловѣкъ, става лека работа въ
ржцѣтъ на сѣдиненитѣ сили — на едно
дружество. Като прѣсенъ примѣръ отъ жи-
вота ни, нека си припомнимъ съставлението
на Българското Строително Дружество, което
съ собственитѣ си средства, безъ чуждата
помощь, прави желѣзницата.

Особенно ярко се виждатъ добринитѣ на
общественната самопомощь въ критическо
време, което прекарва обществото. Добрѣ
уреденитѣ дружества въ време на упу-
стителни болѣсти, гладъ или война се явя-
ватъ като небесна помощь. Никакви жертви
за тѣхъ не сж страшни, — ни огънь, ни
болѣсть, ни гладъ, — защото всичкото е
предвидѣно, добрѣ организирано и помощь
приготвена.

У българина, както и у всѣкий славя-
нинъ, има исторически основи за обще-
ственната самопомощь, която пусиж дъл-
боко коренитѣ си. Нѣ съ освобожденнето
му отъ турското иго, българскиятъ народъ,
като повѣрилъ животѣтъ си въ ржцѣтъ на
избранното отъ него Правителство, забра-
вилъ за принадлежащата му дѣятелность по
общественната самопомощь. Възникналитѣ
политически неспоразумѣния и партнозни
интереси най-много сж повредили развива-
нието на самодѣятелността на обществото.
Като хвърлимъ единъ бѣгль погледъ върху

последната, трѣба да признаемъ, че освѣнъ многочисленнитѣ читалища, посвѣтени за развитието на населението, освѣнъ нѣкои търговски асоциации, нашата общественна самопомощъ въ нищо не се е изразявала. Нашата до-сегашна публицистика носи изключително политико-полемически характеръ и никакъ не се е занимавала съ общественната самопомощъ.

Организацията на правилната общественна самопомощъ се изучава отъ практика; при това по-знающитѣ членове на обществото най-напредъ му служатъ съ опитътъ и познанията си и показватъ какъ трѣба да се организира тази или друга самопомощъ. При отсъствието на указанията и на практиката, не е за очудване, че първитѣ стъпки по общественната самопомощъ ставатъ погрѣшни.

А такива първи стъпки у насъ сж вече направени относително общественната самопомощъ на болни и ранени. Въ своето време ний извѣстихме («Здравие», стр. 47) за основанното въ Кюстендилъ дружество «Червенъ кръстъ»; ний тогава забѣлжихме, че не разбираме какъ то дружество си е присвоило названieto на едно вече сжествуващо международно дружество, което има клонове въ разни европейски господарства. Но работата, казахме ний, се състои не въ названieto и ний показвахме горѣщо желание да видимъ въ цѣлото Княжество подобни дружества — по всички градища и села. Впоследствие Правителството е обнародвало, че то има предъ видъ да основе едно дружество отъ Червения Кръстъ и че присвоението на това название за частнитѣ дружества е невъзможно. Въ най-последне време сж се основали дружества подъ разни названия съ цѣль да помагатъ на ранени и болни съ материална помощъ или личенъ трудъ въ София, Руссе, Варна, Свищовъ, Габрово, Кула и, навѣрно, въ многи други български градове, за които ний лично пѣмаме свѣдѣния. Иъ всичкитѣ тѣзи дружества могатъ да достигнатъ предначертаната си цѣль, ако сж еднообразно организирани, ако се слѣятъ въ едно централно учреждение, което, като располага съ средствата на всичкитѣ провинциални дружества, може

да направи дѣйствителна помощъ на пострадалитѣ. Ето защо своевременно и благотворно е съставленieto на Българското Дружество на «Червения Кръстъ», на което уставътъ е обнародванъ въ 100 брой на «Държ. Вѣстн.» Този уставъ препечатваме по-долу. Именно сега е нужно, безъ загуба на скъпоцѣнното време, да се основатъ по всичкитѣ градове и села клонове на Червения Кръстъ. Уставъ вече има, и работата за организиране на дружествата е лека. Всѣкий гражданинъ, всѣка гражданка трѣба да бжде членъ на това Дружество. А Дружеството отъ своя страна трѣба да открива при всичкитѣ си клонове курсове за обучението на ония, които искатъ да изучаватъ преглѣжданieto на раненитѣ и да испраща желающитѣ да служатъ съ личенъ трудъ, гдѣто трѣба.

Госпожи и госпожици! Освѣнъ гдѣто се записвате въ редоветѣ на Червения Кръстъ, приготвяйте корпия и бинти и ги пращайте въ Централното Управление на вашето Дружество; изучавайте преглѣжданieto на болнитѣ, вървете въ огънъ и опасностъ, бждете истински сестри на вашитѣ герои-братия!

УСТАВЪ

на Българското Дружество отъ „Червения Кръстъ“.

I. Название и цѣль. Чл. 1. Въ столицата на Княжеството се учредява едно спомогателно Дружество подъ название «Българско Дружество отъ «Червения Кръстъ». — Чл. 2. Главната цѣль на това дружество е да съдѣйствува на правителството въ неговитѣ грижи и мѣроприятия за раненитѣ и болнитѣ въ военно време и да се приготвя за война въ мирно време. Но, ако му позволяватъ силитѣ и средствата, то може да помага и на пострадалитѣ отъ обществени бѣдствия.

II. Покровителство и основа. Чл. 3. Дружеството се намира подъ личното покровителство на Негово Височество Князя. — Чл. 4. Дѣйствиата на Дружеството се основаватъ върху рѣшенията на международната конференция, държана въ Женева, презъ мѣсець Октомврий 1863 г., и върху началата, изложени въ Женевската конвенция отъ 22 Августъ 1864 г. Дружеството се намира въ братски сношения съ дружествата на «Червения Кръстъ» въ другитѣ държави и съ международния комитетъ

отъ същия кръстъ, който има сѣдалището си въ Женева.

III. Съставъ. Чл. 5. Членъ на дружеството може да бѣде всѣко лице, безъ разлика на полъ, вѣра и народностъ, също и всѣко дружество съ извѣстна благотворителна цѣль. — Чл. 6. Членоветъ на дружеството се дѣлятъ на редовни, спомагателни и почетни. — Чл. 7. Редовни членове сѣ ония лица и дружества, които сѣ задължили да внасятъ ежегодно въ касата на Дружеството най-малко 20 (двадесетъ) лева. — Чл. 8. Спомагателни членове се наричатъ ония лица и дружества, които сѣ подарили на Дружеството едно количество пари, цѣнни книжа или вещи или нѣкаква безвъзмездна работа, полезна за цѣльта на Дружеството. — Чл. 9. За почетни членове се прогласяватъ такива лица и дружества, които сѣ направили важни услуги на Дружеството. — Чл. 10. Редовнитъ и спомагателнитъ членове получаватъ отъ Дружеството билетъ, а почетнитъ дипломъ. — Чл. 11. Всѣки редовенъ членъ е свободенъ да напусне Дружеството, стига да заяви писмено за това въ настоятелството. Отъ своя страна и Дружеството е свободно да заличй отъ списъка си редовенъ членъ, който не би внесалъ редовно дължимата си помощъ.

IV. Настоятелство. Чл. 12. Работитъ на Дружеството се водятъ отъ едно настоятелство, избирано за единъ срокъ отъ двѣ години измежду редовнитъ членове, живущи въ столицата. Въ случай на война обаче тоя срокъ може да се продължи не само презъ врѣмето на войната, но и до шестъ мѣсеца слѣдъ сключаването на мира. — Чл. 13. Настоятелството състои отъ осъмъ членове, които избиратъ измежду себе двама кандидати за председателъ, единъ подпредседателъ, дѣловодителъ и ковчежникъ. Двамата кандидати настоятелството представя Министру на Вътрѣшнитъ Дѣла, който избира едното отъ тѣхъ и го поднася на Височайше утвърждение. Членоветъ въ настоятелството могатъ да бѣдѣтъ само български подданици. — Чл. 14. Ако би нѣкой отъ членоветъ на настоятелството да умре или да се оттегли, въ такъвъ случай, той врѣменно се замѣсти отъ единъ редовенъ членъ до идущето общо събрание. Въ това събрание допълнителенъ изборъ става само до истичаннето на срока. — Чл. 15. Настоятелството върши слѣдующитъ работи: а) прибира приноситъ отъ разнитъ членове на Дружеството; б) грижи се за умножение средствата на Дружеството съ способи, позволени отъ законнитъ или разрѣшени отъ правителството, също и за образуваннето постоянни приходи; в) обсъжда и рѣшава мѣрнитъ, които би трѣбало да се взематъ въ мирно и военно време, съгласно съ цѣльта на Дружеството; г) води преговори съ

правителството по работитъ на Дружеството; д) дава въ общото събрание подробенъ отчетъ за състоянието на Дружеството; е) назначава допълнителни членове; най-послѣ, ж) изпълнява рѣшенията на общото събрание. — Чл. 16. Засѣданията на настоятелството се броятъ законни, когато сѣ присѣтствували въ тѣхъ най-малко трима членове съ председателя. Въпроситъ се рѣшаватъ по вишегласие; въ случай че се раздѣлятъ членоветъ на половина, приема се онова мнѣние, което сподѣля председателя.

V. Клонове. Чл. 17. Дружеството има клонове, които се образуватъ и управляватъ споредъ настоящия уставъ. Отстъпления отъ него за отдѣлнитъ клонове се упущатъ отъ общото събрание и то ако тѣзи отстъпления не противорѣчатъ на цѣльта и задачата на Дружеството. — Чл. 18. Всички членове, записани въ клоноветъ, сѣ членове на Дружеството. — Чл. 19. Клоноветъ въ мирно време внасятъ въ общата каса на Дружеството най-малко $\frac{1}{2}$ отъ приходитъ си, а въ военно време турятъ подъ разположение на Дружеството всичко, що сѣ събрали за нуждитъ на «Червения Кръстъ». — Чл. 20. Всички клонове се нампратъ и дѣйствуватъ подъ ръководството и заповѣдитъ на настоятелството. — Чл. 21. Всички клонъ носи името на мѣстото, дѣто се намира сѣдалището му, напр. «Еднкой си (Търновскій) клонъ на Българското Дружество отъ «Червения Кръстъ».

VI. Общо събрание. Чл. 22. Дружеството се свиква на общо събрание редовно всѣка година презъ мѣсецъ Октомврий и извъредно въ края на 6-тъ мѣсеци слѣдъ войната или когато настоятелството намѣри това за нужно. — Чл. 23. Въ общитъ събрания зематъ участие и иматъ право на гласоподаване само редовнитъ членове отъ столицата и представителитъ на клоноветъ и дружествата и то ако сѣ български подданици. Забѣлѣжка: Клоноветъ и дружествата проваждатъ по единъ представителъ. — Чл. 24. Общото събрание компетентно е да върши слѣдующитъ работи: а) да избира членоветъ на настоятелството; б) да прогласява почетнитъ членове на Дружеството; в) да преглежда смѣткитъ на Дружеството, които слѣдъ това се испращатъ въ Смѣтната Палата за окончателно провѣряване; г) да обсъжда внесенитъ проекти и предложения по работитъ на Дружеството; най-послѣ д) да рѣшава въпроси за измѣненнето на устава или за растуриенето на Дружеството. — Чл. 25. Засѣданията на общитъ събрания сѣ законни, ако сѣ присѣтствували въ тѣхъ най-малко двадесетъ души. Всичкитъ работи се рѣшаватъ съ абсолютно вишегласие; исклучение правятъ само въпроситъ за измѣненнето на устава и за растуриенето на Дружеството, които въпроси се рѣшаватъ съ $\frac{2}{3}$ отъ гласоветъ на всички членове.

VII. Права и длъжности на председателя. Чл. 26. Председателя има следующите права и длъжности: а) да представя Дружеството дъто тръбва; б) да свика настоятелството и общото събрание на Дружеството; в) да назначава и уволнява служащите въ Дружеството, и г) да подписва всички излезнали книжки отъ настоятелството. Забѣлѣжка: Възванията и обявленията носятъ на мѣсто председателския подписъ названието на Дружеството.

VIII. Подвѣдомственностъ. Чл. 27. Дружеството се сная съ правителството чрезъ посредството на Военното Министерство. Начинътъ на това снаяне, както и дѣйствиата на Дружеството въ мирно и военно време, опредѣлятъ се въ особенъ правилникъ, изработенъ отъ настоятелството и утвърденъ отъ правителството.

IX. Главенъ складъ. Чл. 28. Дружеството има единъ главенъ складъ, въ който се пазятъ купенитѣ и подаренитѣ вещи, нуждни за дѣлѣта на «Червения Кръстъ».

X. Преходни распорѣждания. Чл. 29. Щомъ се подпише настоящия уставъ отъ двадесетъ души редовни членове, Дружеството се счита за учредено и веднага се пристѣпва къмъ избиранieto на настоятелството. София, 13 Януарий 1885 г. Подписали: Вратчанскій Константинъ, Д-ръ П. Минчовичъ, Д-ръ А. Шишмановъ, Д-ръ Калевичъ, Д. Каранфиловичъ, Д. Поповъ, М. Георгиевъ, Велизаръ Якововъ, С. Вацовъ, М. К. Сарафовъ, Т. Пѣшовъ, И. Ковачовъ, Д. Молловъ, И. Гюзеловъ, Н. Сукнаровъ, Б. Горановъ, Т. Иванчовъ, Н. П. Странски, Д. Михайловъ и Д-ръ Унтербергъ.

Превързка на рани.

Преглѣжданieto на ранения има първостепенна важностъ, защото, ако раната не е била смърtelна, а ранениятъ умира впоследствие отъ нараняването, то, почти изключително, въ това е виновенъ този, който е глѣдалъ болния. Превързката на ранитѣ и преглѣжданieto на ранения съставляватъ частъ отъ науката, която се нарича хирургия. Явно е, че единъ частенъ челоуѣкъ не може да се научи, щомъ прочита нѣкои статии, да стане хирургъ; даже не всѣкий лѣкаръ знае основателно какъ да се глѣдатъ раненитѣ, но само тѣзи лѣкари, които специално се занимаватъ съ хирургия. Въ тази наука превързката на ранитѣ въ послѣднитѣ 10—15 години е претърпѣла голѣми измѣненія. По-преди раненитѣ сж умирали повече отъ лошата превързка, отколзото отъ самитѣ наранявания или операции. Сега за всѣкий лѣкаръ е задължително да налага антисептически (противогниостни) превързки.

Да излагаме тука теоретически основания и практически начала на антисептическата превързка е безполезно, докато и смѣшно: публиката никогажъ не може да се научи да прави, споредъ правилата на хирургията, подобни превързки; тя никогажъ не разполага съ тѣзи лѣкове, които се употребяватъ при тѣзи превързки; докато и смѣшно е за лѣкаритѣ да изучатъ антисептическата превързка отъ популярни статии. Ако и да предположимъ, че има лѣкари, които не сж запознати съ тоя способъ на превързването, тѣ (лѣкаритѣ) ще намѣрятъ други извори за самообучението си, а не популярни статии. Нѣмаме намѣрение да говоримъ върху нѣща, добри познати на лѣкаритѣ и безполезни за публиката, нѣ ще се ограничимъ само съ това, което, въ случай на нужда може да докара нѣкоя полза на читатели.

Да предположимъ, че читателятъ никогажъ не е виждалъ какъ се превързватъ ранитѣ, а между това той се намира при ранения и трѣба да го глѣда, защото може да се случи, че наблизо нѣма ни докторъ, ни фелдшеръ, ни аптекаръ, съ една рѣчь никого, който да разбира тѣзи работи. Какво да се прави?

Такъвъ читателъ, като стане неочаквано лѣкаръ, трѣба да помни, че при превързването рани най-главното е чистотата. Той ще вземе вода и ще омие раната; но омиванieto трѣба да се прави предпазливо, защото инакъ отъ раната ще послѣдва кръвотечение, което бѣше се спрѣло отъ засъхналата кръвъ и, съ удаление на послѣдната, пакъ да захване да тече. Въ всѣка една къща има ибритъ; като вземемъ перо или направимъ отъ книга една трѣбница, която туримъ въ пишурата на ибрика, ще можемъ да поливаме отъ нея лека-по-лека хладничка вода на раната, до гдѣто я очистимъ. При това раната не трѣба да се чувърка, нѣ нѣжно и полака да се очиства съ пръсти.

Подиръ това раната трѣба да се затвори, щото нечистотиятъ да я некалятъ. Ако нѣмаме нищо друго подъ рацѣтъ си, ще потопимъ едно чисто ларче платно (ако е възможно лено) въ чисто дървено масло и ще покрнемъ раната; отъ горѣ ще туримъ други чисти парцали или памукъ и ще укрѣпимъ превързката съ една ивица (бинтъ). Слѣдъ това туряме ранения на леглото и до като той си почине, нека поразмислимъ какво можемъ да направимъ понататъкъ.

Парцалитѣ, които сме турили на раната, който знае — чисти ли сж или не? Затова трѣба да туримъ всичкитѣ парцали въ вода и да я възвримъ, навѣрно, всичкитѣ малки животинки (микроби), ако ги е имало тамъ на парцалитѣ, ще се унищожатъ? Това е тѣй. Слѣдъ единъ или два часа изваждаме парцалитѣ отъ вода, сушимъ ги и ги пазимъ въ една добръ захлу-

пена кутийка, отъ която ще ги изваждаме споредъ нуждата.

Ний по-напредъ туримъ на раната парцали; това е грубо и раздражава раната, но какво да се прави, когато не сме имали нищо друго подъ ръцѣтъ си. Сега нека си приготвимъ отъ чиститѣ вече парцали корпия и да поканимъ жени, сестри и дѣца да ни помогнатъ. Работата е лека. Парцалитѣ се разнищатъ на конци, отъ които тѣ състоятъ и ето готовъ корпия. Колкото повече отъ нея си приготвимъ, толкова е по хубаво, защото ти е лека и много отива отъ нея за една превързка.

Слѣдъ това иде приготвенето на ивицитѣ (бинти). Тѣ се правятъ колкото една дланъ широки и два-три аршина дълги; ако нѣмаме толкозъ дълги парцали, то ги пришиваме единъ къмъ другий.

Да погледнемъ на ранения; нашата превързка е станала мокра. Тутакси ще превържемъ раната, но вече съ чиста корпия и ивици. Като изнемъ раната, можемъ да туримъ надъ нея направо корпия, но понеже тя подирѣ мѣчно се отлѣзва, то по хубаво е да туримъ по-напредъ на раната едно парче платно, намокрено съ масло, а отъ горѣ доста корпия, която закрѣпваме съ бинтове.

Така се глѣдатъ най-проститѣ рани. Превързката се мѣнява два пѣти на день, но ако тя не се намокри отъ раната, то и по-рѣдко — веднажъ на день или презъ день. Чистотата и спокойствието на ранения членъ лѣкуватъ ранитѣ.

Но въ повечето случаи подобно глѣдане на ранитѣ е недостаточно: раната захваща да гноясева, мириши и болнийтъ има треска. Ако би било възможно, то трѣбало би въ началото още да се измива раната съ лѣкарства, прибавени къмъ водата, както напримѣръ: карболова киселина (три части на 100 части вода), салицилова киселина (4 на 100), хлористий цинкъ (3 на 100) и т. н. Но може да ги нѣмаме, тогава нека погледнемъ въ къщата си съ какво друго можемъ да превързваме ранитѣ.

1. Почти въ всѣка една къща има стипца, която има противогниостни свойства. Като туримъ една чорбна лажица стипца въ единъ ибрикъ съ вода, можемъ съ нея да омнемъ раната и да нахвасамъ въ нея парчето отъ платно, което покрива раната. Ако раната е дълбока, то ще туримъ въ нея корпия, нахвасана въ стипчева вода и исцѣдена.

2. Също така има въ всѣка къща кафе, което се употребява за превързване на ранитѣ, както сме вече расправили на ст. 122 на нашиятъ вѣстникъ.

3. Ако ранения трѣба да се пренесе въ болницата или лазаретъ, то за да се не каля раната по пѣти, и за да доставимъ на болния

спокойствие, можемъ да му направимъ превързката отъ глина. За тази цѣль вземаме чиста желта глина и я смѣсваме съ вода за да стане каша; като покриваме раната съ корпия, която укрѣпваме съ бинтове, замазваме ранения членъ (ръка, кракъ) отъ всичкитѣ страни съ доста глинена каша и чакаме до като тя изсъхне.

Така си помагатъ хората въ случай на нужда; разбира се, че лѣкаритѣ употребяватъ други способи за превързване, съвършени и цѣлестобразни. За това, гдѣто има възможность, ранения трѣба да се обръща къмъ лѣкари за помощъ.

За чистотата на кожата.

Отъ д-ра М. О. Перфильева. ¹⁾

Кожата, която съставлява вънкашната обличка на нашето тѣло, не е така просто устроена, както се види на пръвъ погледъ.

Ако разгледаме кожата подъ микроскопъ, т. е. съ увеличително стѣкло, което може да увеличи предмета нѣколко стотини и хиляди пѣти, то ще видимъ, че всичката кожа е устѣяна съ безбройно множество мазни и потни жлѣзнички, устроени въ видъ на мѣхурчета съ отворки или каналчета, които се виждатъ на вънкашната страна. Въ потнитѣ жлѣзнички, се събира потъ, свойствата на който са на всички известни добри: пота има неприятна миризма, защото съ него се отдѣля още и непотрѣбнитѣ за тѣлото ни вещества; тѣ се разтварятъ въ тази мокрота, на която главната съставна часть е вода, отдѣлятъ се заедно съ нея на кожата и ѣй придаватъ известната на всички ни неприятна миризма. Отъ казанното се вижда какво голѣмо значение иматъ нищожитѣ на глѣдъ потни жлѣзнички, като отдѣлятъ отъ тѣлото ни всичко непотрѣбно и вредно. Това отдѣляние става чрезъ каналчетата, които отварятъ по кожата ни отворкитѣ си, нарѣчени пори; колко е голѣмо количеството на тѣзи пори и колко вода и непотрѣбни вещества губи тѣлото ни можемъ да сѣднимъ, като си помислимъ, какво голѣмо количество потъ ни облива въ силнитѣ горѣщини, или когато сме въ баня, или пѣкъ при нѣколъ тѣжка работа. А понеже съ този потъ се отдѣлятъ и много непотрѣбни и даже вредни за насъ вещества, то всѣкий може да си обясни колко е важно да си запазимъ кожата отъ всѣкакви болѣсти.

Да земемъ най-напредъ здравия чловѣкъ. Когато му е топло, напримѣръ лѣтно време, той се избави отъ това съ потѣние: когато се

¹⁾ Изъ книгата му: „Бесѣды о здоровьи и болѣзняхъ“. СПб. 1883.

испоти, става му по-леко и по-хладно. Да вземемъ сега нѣкой боленъ човѣкъ, който да е наистинѣлъ: цѣлото му тѣло гори, кожата му е суха, и езика му тѣй сѣщо сухъ. Най-добрия способъ за лѣкуване въ такъвъ случай е испотяването, което става най-лесно така: турятъ болния на леглото му, покриватъ го добъръ и му даватъ да пие нѣщо, напр. чай, бѣзъ, малина, чюбрица (мента), липовъ цвѣтъ и пр. и въ повечето случаи на наистинка това лѣкуване е достатъчно; болния ще се испоти много добъръ и ще стане, като да е нѣмалъ нищо. Въ много болѣсти испотяването се счита за добъръ признакъ и за това глѣдатъ най-много, щото болния да се испоти; въ нѣкои болѣсти испотяването става отъ само себѣ си, а въ други — испотяването се предизвиква искусствено, напр. съ топло пиене, топли бани или съ опредѣлени за тази цѣлъ лѣкарства.

Извѣстно е, че всѣкий, слѣдъ като се укъпнѣ въ бани добъръ, чувствува себѣ си нѣкакъ по веселъ и като да му е отлекило, а коя е на това причината — ще видимъ по-на-долу.

Да си представимъ сега, че потнитѣ жлѣзички на тѣлото ни сѣ се затворили отъ нечистотия, или че сѣ престанали да испускатъ потъ вслѣдствие на наистинка. Тогава испотяването престава и човѣкъ захваща да се усѣща боленъ. Когато хладния или влажния въздухъ дѣйствува върху нашето тѣло и настѣпва тѣй нарѣчената наистинка, по нѣкога даже треска, то испотяването се спира и ний усѣщаме болка и бодежъ въ разни части на тѣлото ни. И ако истудяването на кожата е станало изведнажъ, напр. при силно испотяване да сме се хвърлили въ рѣката, то и наистинката настѣпва изведнажъ и може да причини и смъртъ. Ако ли човѣкъ наистинка полека, както се случва това въ нѣкои студени и влажни мѣста, въ влажни къщи и особено есенъ, то и болѣстѣта се появява полека и не остава дълго време болния: това се казва въ общезитието ревматизмъ, за който знаятъ и селенитѣ, и то не отъ слушание, но отъ опитъ. Много казватъ, че селенитѣ били силни, здрави, че били привикнали на всичко и че студа за тѣхъ не билъ нищо. Наистина, че селско дѣте, родено отъ здрави родители, ще бѣде здраво и силно; но ако не се предпазва, то лесно може да се разболѣе и да умрѣ.

Освѣтъ потнитѣ жлѣзички има и други, нарѣчени мазни жлѣзички. Тѣ иматъ видъ тѣй сѣщо на мѣхурчета, въ които се събира тази маса, отъ която става кожата мека. Ако би отворилъ на тѣзи жлѣзички се затворятъ отъ нечистотията на тѣлото ни, то се образуватъ цирѣи и пѣпки, които загрозяватъ повече кожата, отъ колкото да правятъ безпокойствие.

Освѣтъ потнитѣ и мазнитѣ жлѣзички въ кожата ни има още много дребни дупчици, съ които тя е усѣяна, като едно ситно рашето. Тѣзи дупчици не могатъ да се видятъ съ просто око, но тѣ иматъ огромно значение за здравето ни. Извѣстно е, че човѣкътъ поддържа живота си съ дишанне, което се извършва чрѣзъ бѣлитѣ дробове, помѣстени въ гърдитѣ ни: съ тѣхъ поемаме чистъ, прѣсенъ въздухъ, а издишаме вътрѣшния, който е разваленъ. Ако спрѣмъ дишаннето чрѣзъ ностъ и устата, то животътъ ни се прекратява. Такова значение за здравето иматъ и дупчицитѣ, съ които е усѣяна кожата ни: тѣ тѣй сѣщо поематъ чистъ въздухъ и испускатъ разваления отъ вътрѣ. Това се доказва съ слѣдующий простъ опитъ: ако обрѣнемъ напр. козината на нѣкое куче и му намажемъ кожата съ лагъ (лѣпкаво вещество), то всичкитѣ му дупчици ще се затулятъ и животното скоро ще издѣхне, защото живота неможе да се поддържа само съ гърдното дишанне, а и съ кожното дишанне.

Ако кожата ни е не чиста — крливка, то мазнитѣ жлѣзички се затулятъ и човѣкъ чувствува себѣ си боленъ, а на кожата се появяватъ много сипен, които произхождатъ единствено отъ нечистотата на кожата. По нѣкога тѣзи сѣшитѣ сипен се превръщатъ въ рани, тѣжки за болния.

Отъ всичкото горѣказано за устройството на кожата виждаме до каква степенъ трѣба да пазимъ нейната чистота. А за да бѣде кожата ни чиста, трѣба да се къпиме и да си мѣняваме долнитѣ дрѣхы често. Особено това трѣба да се пазимъ лѣтно време, когато жегата, тѣжката работа и прашния въздухъ причиняватъ надкожнитѣ болѣсти.

Едно отъ най-добритѣ средства за чистото държане на тѣлото е топлата баня. Подъ влиянието на голѣма топлина става силно испотяване, съ което се отдѣлятъ отъ тѣлото много непотрѣбни вещества; дихателнитѣ дупчици се очистятъ и щото защо слѣдъ баня ни се усѣщаме по весели и по добъръ расположени. Лошото е тука, че нѣкои бани, особено по малкитѣ градове и села, не се строятъ добъръ: тѣ сѣ пълни съ димъ и газъ, който удря въ главата; предни стан нѣма, тѣй щото човѣкъ лесно наистинка.

За забѣлѣзване е още, че нѣкои хора, даже твърдѣ често, слѣдъ като се укъпатъ, обличатъ крливата си риза, съ която сѣ дошли на баня, тѣй щото чистата кожа става пакъ крливка отъ нечистото облѣкло. Полезното назначение на банята се заключава въ това: да се испоти кожата добъръ, да се очисти отъ кирѣтъ, да се пазимъ съ сапунъ и да се предпазимъ отъ нечистотиятъ съ чисти долни дрѣхы. Отъ нечистото държане на тѣлото произлизатъ още особенъ родъ надкожни болѣсти, които освѣтъ

че сѫ неприятни и вредни за човѣка, но и сѫ още заразителни, т. е. предаватъ се отъ боленъ на здравъ и по такъвъ начинъ се заразяватъ цѣли семейства. Такава болѣсть е извѣстната на всички краста, която върлува особено по селата. Тя се състои въ това, че по кожата, особено между пръститѣ, на рѣцѣтъ, тѣй сѫщо и по други мѣста се появяватъ въ голѣмо количество малки мѣхурчета, които произвеждатъ силенъ сърбежъ. Заразенито отъ болѣстта може да стане по много способности, напр. като си допираме единъ другъ рѣцѣтъ, като се утриваме съ единъ и сѫщъ пешкиръ, и въобще като се ползуваме съ едни и сѫщи дрѣхы, или съ едно и сѫщо легло. Тази болѣсть не е никакъ опасна, но много неприятна; ако нѣкой ученикъ страда отъ нея, то не трѣбва да ходи на училище, защото може да зарази другаритѣ си; законътъ даже трѣба да предупреждава распространението на такви болѣсти.¹⁾

Ний тука не говоримъ върху надкожнитѣ сипей, съпровождани отъ треска, като напр. лещинка, шарка, брусница, червенка и проч., които не зависятъ отъ нечистотата на кожата, а само отъ заразенито на кръвта.

Освѣтъ горѣописанитѣ сипей, твърдѣ обикновенно се срѣщатъ у селскитѣ дѣца болѣстѣта живеница, която се състои въ това, че на главата, подъ космитѣ, задъ ушитѣ, по устнитѣ, по носа появяватъ се въ голѣмо количество сипей, които се мокрятъ и се покриватъ съ корички. Въ този случай не трѣба никакъ мнѣхлемъ, но да се дава на болното дѣте да пне на день по двѣ лъжици рибно масло; само коричкитѣ трѣба да се намазватъ съ нѣкоя масъ, даже и съ свинска, до дѣто паднатъ; болнитѣ дѣца трѣба да стоятъ повечето на чистъ въздухъ, на слънце, но да се пазятъ отъ влага.

Увѣрени сме, че нашитѣ съвѣти относително чистото държане на тѣлото ще пренесатъ своята полза на онѣзи, които поискатъ да се воспользуютъ отъ тѣхъ.

С М Ъ С Ъ .

Пиянство и любовь.

(Delirium tremens et delirium amans.)

Пронсхождение и причина. Пронсхождение на пиянството, както и на любовта, се крие въ най-дѣбока старость. Великий поклонникъ на любовта, Гейне, се е мѣчилъ напразно да изслѣдва: «кой е изнамѣрилъ палувката и кога?» — А пѣкъ залувката се е появила заедно съ любовта. Знаменитий лозаръ Геленталеръ, понеже се съмнявалъ въ преданието, че праотецътъ Ной е открилъ

виното, мѣчилъ се е да изнамѣри кой е открилъ най напредъ опивателното питие, но и той тѣй сѫщо не можалъ да сполучи въ предприятieto си. Учения романистъ Еберсъ увѣрлява, че любовта въ най-нѣжнитѣ си форми е била тѣй сѫщо извѣстна преди 3 хиляди години, както и сега; а Геленталеръ говори, че благодарение на искуството сегашното вино било по добро, отъ колкото натуралното вино въ старитѣ времена. Но понеже «de gustibus non disputandum est»¹⁾, то ний не виждаме разлика въ историческия напрѣдѣкъ на любовта и на виното.

Отъ онова време, отъ когато се е изнамѣрило опивателното питие, се е развило и пиянството. Цивилизацията е измѣнила твърдѣ много опивателнитѣ питиета, но въ всѣхъ тѣхъ се намира като основа алкохола. — Знаменития химикъ Гоппе-Зейлеръ е доказалъ присѣтствието на спирта въ нормалнитѣ органи (въ мозѣка, мускулитѣ, черний дробъ) на таква животни, които никога не сѫ употребявали при живота си спиртни питиета; отъ таква случай можемъ да заключимъ, че спирта е потребенъ на организма тѣй, както му е потребна и любовта. Отъ много изслѣдвания е намѣрено, че спирта възбужда дѣятелность въ пищеварителнитѣ органи и съставлява за болнитѣ важно хранително средство. Дружествата, които иматъ за цѣлъ безусловното въздържане отъ виното, не могатъ да сполучатъ, защото това е извѣстнѣно, а пѣкъ мѣрката е нужна въ всѣчко, а не само въ едно пиение.

Любовта е потребна на организма, както и спирта, а като всѣка физиологическа потребностъ, тя (любовта) прави човѣка по-бодръ, по-веселъ и при всѣчко че не е хранително средство, но пакъ умѣрява много потребности.

Когато човѣкъ е обладанъ безъ мѣрка отъ любовта или когато употребява извѣнредно спиртътъ, то съ това пренася голѣма вреда на своя организмъ, — именно ослабване на нервната система и въ едина и въ другия случай. Вредното влияние на спиртътъ върху организма произлиза отъ това, че щомъ той (спиртътъ) се внесе въ утробата, влива се бързо въ кръвта и произвежда въ нервнитѣ клѣтки единъ видъ измѣнение, слѣдствието на което е опиваннето.

Признаци. — Ако спиртниятъ питиета се употребяватъ умѣренно, т. е. въ малко количества, то тѣ възбуждатъ главния мозѣкъ и сърдцето и причиняватъ едно приятно усещане на всѣкото тѣло. Лицето се зачервява, очитѣ се съживяватъ и захващатъ да блѣщятъ, мислитѣ ставатъ игриви, по-бързо и по-живо се изражаватъ. Човѣкъ въ това състояние иска да се весели, да скача, да мѣрмори и да

¹⁾ За лѣкуванието на крастата, гл. „Здравие“ стр. 28.

¹⁾ За вкусъ споръ не може да бѣде!

пфе. У други хора, напротивъ, се забѣлѣзва необикновена сдържаностъ, сериозностъ, мълчание и съсредоточение. Но ако човѣкъ е наученъ да употребява често спиртниѣ питиета, то той твърдѣ мѣчно може да живѣе безъ тѣхъ, а понякога даже това е невъзможно.

Любовта произвежда почти сѣщитѣ явления. При срѣщанieto на двѣ любими сѣщества по всякото тѣло се разлива голѣма сладостъ: сърдцето почва да бие по енергично (за това, види се, казватъ: «обичамъ отъ всичкото си сърдце»); биенieto на сърдцето става по-често, лицето се зачервява, очитѣ ставатъ живи, рѣчта по-бърза, — съ една дума — сѣщата картина, която се представлява при употребението на спирта. Нѣкои хора пакъ напротивъ ставатъ мрачни, сдържани и неприказливи. Колкото по силно се развива любовта, толкова повече желанието за срѣщата на двѣ любими сѣщества става по-непобѣдимо. Въ нѣкои случаи раздѣлата имъ става невъзможна и ако би тя да стане насилствена, то съ това се нанася на организма голѣмо разрушение.

Ако въ течение на много или малко време спирта се употребява въ излизно количество, или човѣкъ го напусне изведнажъ, то много пѣти настѣпва състоянието, извѣстно подъ името бѣла треска (*delirium tremens*).

Когато въ човѣка се развива силно чувството на любовта, или пѣкъ при развиванieto на това чувство, човѣкъ не може да види любимия си предметъ, тогава настѣпва състоянието, нарѣчено отъ докторъ Круповъ¹⁾ любовна треска (*febris amoris* или *delirium amans*).

И двѣтѣ състояния се характеризиратъ съ слѣдующитѣ явления: състоянието на духътъ става угнетено, сънътъ бива неспокоенъ и всѣкога прекъсванъ отъ страшни сънувания; често не се спи, а мѣркатъ се въображаеми опасности, настѣпватъ чудни измѣнения въ характера, въ вкусътъ и въ привичитѣ. Рѣчта бива кратка, прекъсната, а по-нѣкогажъ се явява мърморение. Докторъ Armstrong, съвременникъ на Байрона, сравнява изражението на лицата у болни, които страдатъ отъ бѣла треска, съ лицето на лордъ Байрона въ време на живъ разговоръ. Сърдцето и при двѣтѣ състояния дѣйствува енергично и пулсътъ бива по-бързъ. Много пѣти отъ горнитѣ причини хората припадатъ, подлудяватъ, хвърлятъ се изъ прозорцитѣ, бѣсятъ се и въобще умиратъ насилствено.

Предсказванието зависи отъ дълбочината на мѣкитѣ и отъ силата на волята у болния. Пна хора съ силенъ характеръ, които могатъ по-лесно да претърпятъ тѣзи болѣсти и

много пѣти сж въ състояние даже да се запазятъ отъ тѣхъ и да не допуснатъ да ги спо-лѣтятъ.

Лѣкуванieto бива много пѣти сполучливо. Главната задача се състои въ това: да се достави на организма спокойствие и да му се набави или вино, ако отсѣтствието му е станало причина на болѣстта, или пѣкъ ако е влюбенъ, да се даде на човѣка възможностъ да се срѣшне съ любимия си предметъ. Отъ тѣзи двѣ лѣкарства — само първото може да се достави всѣкога. — Тази е само разликата между опиванieto и любовта.

≡ На 14 и 15 Септември т. г. въ Парижъ е било твърдѣ студено; въ сѣщото време студътъ се е появилъ въ Швейцария, въ Тиролъ, на югъ отъ Пиренейтѣ и на истокъ отъ Юра. Въ мѣстата, които се напратъ на 400 метра височина надъ морското равнище на всѣкадѣ е падналъ снѣгъ. Забѣлѣжително е било, че въ всичкитѣ мѣста и на разнитѣ височини температурата е имала еднакво число градуси. На 15 Септември отъ Парижъ се въздигналъ единъ въздушенъ шаръ (аеростатъ) и на височина отъ 1,700 метра температурата е показвала 3 градуса студъ; въ сѣщото време на гората Риги-Шейдекъ (въ Швейцария) температурата е била сѣщата, а на Готардъ (въ Швейцария) е падналъ снѣгъ на единъ метръ височина. У насъ, въ Варна, на 14 Септември сутрѣнътъ имаше мъгла, температурата (въ 7 часа сутрѣнътъ и вечерътъ) е била 20°, а барометра — 755; 15 Септември е билъ горѣщъ день и въ 9 часа сутрѣнътъ температурата е била 35°, барометра презъ деня безъ колебание 756. — Студътъ въ западната Европа презъ тѣзи дни обясняватъ съ студено въздушно течение отъ горнитѣ слоеве на атмосферата.

≡ Въ Америка не отдавна е умрѣла една жена на възраст 105-годишна.

Метереологически бѣлѣжки.

Отъ 1 до 15 Октомври 1885 г.

Среднето число на барометра 75,7; средната дневна температура край морето + 29,9° Ц., най-голѣмата + 36° (въ 8 часа сутрѣнътъ, на 2 и 3 Октомври). Дѣждъ падна на 7 (нощемъ), на 9 (доста голѣмъ) и на 10; вѣтроветѣ: на 3—II, на 7—ЮЗ и на 13 (нощемъ) —СИ. — Съ изключение на 10 Октомври (въ 8 часа сутрѣнътъ + 11°), времето е било много хубаво и топло.

¹⁾ Глѣд. „Кто виноватъ“ А. Герцена.