

Природен ЛЪЖАРЪ



РЕДАКТОРЪ
Д-ръ КИРИЛЪ ЙОРДАНОВЪ



Съдържание:

	стр.
и температурна болния	33
опатия или природолъчение	52
долъчение въ миналото	
сега	61
угитъ за природолъчението	64

ПРИРОДЕНЪ ЛЪКАРЪ

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

РЕДАКТОРЪ Д-ръ Кирилъ Йордановъ
градски лѣкаръ

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

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

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

При температурно-болния

или

Какъ да гледаме температурно болнитѣ

отъ Д-ръ Кирилъ Йордановъ — Варна.

(Продължение отъ брой 2)

*

На научнитѣ конгреси презъ годината 1882-1885 единодушно се е заключавало, че лѣкуването на вътрешнитѣ болести трѣбва да се изгражда върху новото откритие — съ всички срѣдства да се смѣква повишената температра. Спорѣло се е само по това, дали това потушаване трѣбва да става съ химически или физикални срѣдства. Въ вихара на въодушевленията, вдѣхнати отъ тѣзи научни конгреси, затица се лудо по дирене на противотемпературни срѣдства. Голѣми дажби дигиталисъ (което никому днесъ и на умъ не би дошло) алкохолъ, veratrin и др. подобни, сж били едни отъ първитѣ противотемпературни срѣдства, съ които се е целѣло изнудване на температурно спадане. Презъ годинитѣ 1863—67 се е наложилъ хинина, (Wachsmut, Liebermeister), въ 1874 год. Kolbe наложи салициловата киселина, отъ което се дойде впоследствие до аспиринъ и неговитѣ производни.

Паралелно съ бѣса по химически противотемпературни срѣдства е вървѣло увлечението къмъ смѣкване на температурата чрезъ вънкашни, физикални срѣдства. Стигало се е до 20 студени бани за 24 часа, само и само да се унищожи огъня на болния. И понеже температурата се смѣква по-лесно презъ нощта, то цѣлонощно се е медицинирало или водолѣкувало съ нещастнитѣ болни — сакъмъ да не имъ се остави нѣкой градусъ повече огънь.

Така се е вървѣло дълго. А и днесъ още смѣкването на температурата е една отъ важнитѣ грижи на лѣкари и

болни. Наистина, новитѣ схващания въ духа на биологичното лѣчение засегнаха доста широкъ кръгъ отъ лѣкари и болни, и се забелязва явенъ обратъ въ третиране на температурата — връщане къмъ схващането отъ древността. Но понеже и днесъ още нѣмаме научни окончателни обосновавания до-сежно сжщността на температурнитѣ повишения; не се е дошло още и до окончателно уеднаквяване на възгледитѣ за начина, по който ще трѣбва да се гледатъ температурно болнитѣ.

Само представителитѣ на науката за природно лѣкуване сж на ясно по този въпросъ и само тѣ иматъ окончателно установено уеднаквяване на лѣчението. И това не е отъ днесъ или вчера, а отъ надъ сто години. Въ духа на хуморалнопаталогичното схващане за произхода на болеститѣ, природолѣчението дава телеологично тълкуване на температурата. За него тя не е ненормална проява, не е следствие парализация на топлинния центъръ въ мозъка, не е грозяща опасностъ. а е целесъобразенъ, активенъ, самопомощенъ процесъ на изпадналия въ нужда организъмъ. Това се потвърждава отъ клиническитѣ наблюдения. Пневмонията и другитѣ инфекциозни болести минаватъ леко и бързо при деца и млади, които сж способни къмъ барзо и силно повишаване на огъня, а минаватъ бавно и тежко, при възрастни и старци, негодни да правятъ температура. При последнитѣ опасноститѣ сж по-голѣми по сжщата причина. Особено характерна е старческата пневмония съ недостатъчна температура и голѣма смъртностъ. Бързото спадане на температурата при септични заболявания, преди да е още преодоляна инфекцията, е лошъ признакъ. Туберкулозно болень, чийто сили сж недостатъчни да произвеждатъ и поддържатъ постоянна температура, а отпочива и събира нови сили чрезъ паузи на безтемператури, се смѣта като неблагоприятенъ за оздравяване случай. Всичко гореказано за ползата отъ висока температура при болния се потвърждава и отъ факта, че чрезъ изкуствено повишаване температурата на недостатъчно активиращи болни, ние днесъ обръщаме безнадежно болни въ надеждни и ги оздравяваме. Но и новиятъ лѣчебенъ методъ, нареченъ пиротерапия, се състои въ това, по единъ или другъ начинъ, изкуствено да повишимъ температурата на болния, по който единственъ начинъ му се помага. Не е важенъ метода, по който ще повишимъ температурата. Важенъ е основния принципъ за метода — да се запали буенъ огънь въ „тлѣщия“ болень. Сега на втори планъ може да се избира, даже да се спори, дали чрезъ вътрешни лѣкарства или чрезъ външни средства да гонимъ поставената цель.

Азъ писахъ въ мин. год. на „Природенъ Лѣкаръ“ за модерна водолѣчебна болница въ гр. Франкфуртъ. Тамъ, само по пътя на температурно повишаване, чрезъ повишаващи

горещи бани се успѣшно лѣкуватъ тежкитѣ усложнения на сифилиса. Другаде пъкъ, сжщитѣ се лѣкуватъ чрезъ заразяване болния съ малария — пакъ повишаване температурата.

И помисли си др читателю, не е ли невежество да огасяме огъня на активно борящия се организмъ, когато науката доказва нуждата отъ огънь при лѣкуване на тежки страдания и ни даде срѣдства за запалване този огънь.

Въ този духъ на разбиране, проф. R. Schmidt е правилъ редица проучвания и установява специална способностъ или слабостъ на отдѣлнитѣ организми да реагиратъ добре или зле чрезъ повишаване на температурата. Той говори за пирогенетична реакционноспособностъ. Това е способността на организма да реагира съ повишаване температурата си. Сжщия авторъ е установилъ, че повишаване температурага при диабетичи-болни чрезъ млѣчни инжекции е много непълно и несигурно. А ние знаемъ, че сжщитѣ тѣзи диабетичи прекарватъ мжчно всѣка нападнала ги температурна болестъ. Тѣзи двѣ прояви при страдащитѣ отъ захарна болестъ се подкрепятъ една друга. Тѣ ни показватъ, че тежко засегнатия организмъ на диабетичитѣ не е способенъ да реагира съ повишение на температурата нито при млѣчнитѣ инжекции, които иначе сж добре пиретерапевтично срѣдство, нито пъкъ при заразяване съ каква да е заразна болестъ — когато всѣки здравъ организмъ реагира съ висока температура. И тъкмо по тази причина диабетичитѣ ижчно се подаватъ на лѣчение чрезъ изкуствена температура, нито пъкъ познаятъ лесно температурни болести нападнали ги случайно. Даже често ставатъ и жертва на нѣкое незнано температурно заболяване.

Но не само случая съ диабетичитѣ е нагледенъ да ни покаже целесъобразността на повишената температура и чезумието при потушаването ѝ. Такива случаи има много, нито изброяване би отнело много мѣсто. Само ще споменемъ оздравяването на маларията чрезъ повишаващи горещи бани въ периода на зъзненето — значи изкуствено повишаване на температурата, когато тя е недостатъчна.

Сжщностъ на инфекциознитѣ (температурни) болести.

— Изъ тайнитѣ на тѣхното идване и отиване —
по Д-ръ Капфереръ

Медицинската наука и до днесъ не е въ състояние да обясни причинитѣ, развоя и лѣкуването на инфекциознитѣ болести съ помощта на общо важащи, неизмѣнни, природни закони. Погрѣшната и едностранчива насока, която е дадена на днескашнитѣ изследвания е вѣроятно и единичката причина за това нейно невидение. Залисана въ тънки, не-

нужни подробности, дираща за всѣко проявление различни причини, тя търси винаги и навсѣкжде да се специфицира и класифицира.

Изключение отъ това шаблонно издирване направиха двамата велики мъже — английският лѣкаръ д-ръ Зиденхамъ и нѣмският лѣкаръ Хуфеландъ. Въ своитѣ научни изследвания тѣ винаги сж дирили връзката между отдѣлнитѣ проявления въ живота въ здрави и болни дни и, ако медицинската наука иска да получи по-ясна представа за загадката „болестъ“, тя трѣбва ѿ време да се върне и заработи въ духа на тѣзи двама велики умове на медицината.

Науката за природно лѣкуване, още преди надъ сто години, е дирила постоянната връзка между отдѣлнитѣ болести и никога не се е съмнявала въ по-малката или по-големата единностъ на всички болести. Специфицирането и все по-големото разграничение на отдѣлнитѣ болестни проявления никога не сж удобрявани и винаги е работено за доказване на интимнитѣ връзки между отдѣлнитѣ заболявания. Това има да важи особено за температурнитѣ болести. Споредъ сжщата наука неоснователно е единичното изучаване, и, ако искаме да получимъ ясна представа за тѣхната причина, естествено и правилно предпазване и лѣкуване, трѣбва да ги изучаваме като такива отъ единъ произходъ. Всички заразителни болести се явяватъ, развиватъ и преминаватъ по силата на строго опредѣлени природни закони и, като така, борбата съ тѣхъ може да става само по строго опредѣлени единни правила, които правила има да се съгласуватъ напълно съ законитѣ на живота.

По въпроса за причинитѣ на заразителнитѣ болести природолѣчението има свое, коренно, различно отъ медицинското становище, разбиране. На твърдението отъ страна на бактериолозитѣ ние сме гледали и гледаме като едностранчиво, а на борбата за „унищожението“ на болестотворнитѣ организми и запазване човѣчеството отъ тѣхния контактъ и днесъ гледаме като на наприложими и незначителни. Нашето твърдение важеше дълго като „ненаучно“ но дойде день и всичко се доказа и обоснова. Днесъ никой не отрича, че не сж достатъчни бацилитѣ за да имаме заболяване, в практиката ежедневно показва, че човѣкъ може да е срѣдъ какви ли не бацили (дифтеритни, тифусни и пр.) безъ даже и да почувствува тѣхното присѣствие. Доказа се сжщо така, че за избухването на коя да е болестъ, необходимо е недоброкачественъ химически съставъ на тѣлестнитѣ сокове и кръвъ. Върху тази почва вече може да заработи кой да е болестотворителъ. Единъ здравъ човѣкъ, съ нормаленъ химически съставъ на своитѣ сокове и кръвъ, не забо лява, защото попадналитѣ въ него бацили не намиратъ благоприятна за развитие почва. Лицето заболява много лесно, защото попадналитѣ, иначе безопасни бацили се бързо развиватъ,

увеличаватъ и заработватъ. Въ вътрешно замърсенъ индивидъ, съ дискразия на тѣлестнитѣ сокове, бацилитѣ не само се бързо умножаватъ, но и претърпѣватъ коренно преобразование, като отъ доброкачествени ставатъ злокачествени и виролентни. Отъ тукъ следва, не само, че ще настѣпи заболяване, но и че последното ще бѣде злокачествено.

Науката за природно лѣкуване твърди, че причината за инфекциознитѣ болести е тѣлесното, вътрешно замърсяване (отвѣнъ и отвѣтре), а бацилитѣ играятъ второстепенна, незначителна, даже, роля. Особено хроническитѣ, добре познати проявления по очитѣ на лимфатичнитѣ и скрофулѣзни деца, говорятъ ясно за това. За насъ това състояние е хроническо отравяне вследствие облагане, замърсяване или както искате иначе го наречете. Това е т. н. болестна диспозиция. Разбира се такова предразположение не идва отвѣнъжъ. То е резултатъ отъ продължително воденъ противоестественъ животъ, при липса на свѣтлина и въздухъ, преумора, алкохолизъмъ, прехранване, недохранване, сексуални ексцеси (злоупотрѣбаване) и много други, обикновени за днешкaшното общество, престѣпления. Животъ въ съгласие съ природнитѣ закони ни гарантира, повече отъ всичко друго, пълно здраве.

Ролята на простудяването, измокрянето, бацилитѣ и прочие не отричаме, но тѣмъ отдаваме второстепенно значение — като предизвикващи моменти. Ние знаемъ, че при една епидемия не всички заболяватъ; при едно простудяване не всички страдатъ. Много подобни примѣри ни доказватъ, че не вънка, а вътре въ нашето тѣло лежатъ истинскитѣ и съществени причини за температурнитѣ болести.

Относно същността на инфекциознитѣ (температурнитѣ) болести можемъ да кажемъ, че между алопатията и природното лѣкуване съществува значителна разлика. Тя напоследъкъ понамалѣ благодарение възприемането на нашитѣ възгледи. Доскоро се смѣташе, че многобройнитѣ симптоми на болеститѣ не сѣ нищо друго, освенъ хаосъ отъ безсмислени и безцѣлни проявления. Въ това време природното лѣкуване виждаше въ всичко целесъобразна, смислена и чудновата оздравителна работа на комбинирани тѣлесни сили и то главно въ смисъла на „опожаряване и пречистване“. За щастие, днесъ тия наши твърдения сѣ почти напълно възприети отъ представителитѣ на училищната медицина, която изглежда скоро ще налучка пътя на правилното предпазване и лѣкуване на инфекциознитѣ температурни болести.

Температурата е първия болестенъ симптомъ, който най-първо намѣри признание, че е целесъобразенъ, смисленъ активъ на борящия се организъмъ. Първиятъ, който направи този обратъ въ разбиранията на медицинската наука, е професоръ Биръ — Берлинъ. Той кръсти повишената темпе-

ратура „лѣчебна температура“ (хайлфиберъ) и отъ тогава почнатитѣ проучвания въ това направление показаха, че високата температура убива болестотворнитѣ организми, ускорява процеса на горенето, а всичко това подчерта като полезно за боледуващия организъмъ. Съ него се освѣтли научно хипократовия изразъ „температурата пречиства тѣлото като огънь“.

Възпалителнитѣ процеси, сж оздравителни работи и пакъ професоръ Биръ, който доказва научно това, ги нарече „лѣчебни възпаления“ (Хайлентцундунгъ). Особени „възпалителни“ процеси се разиграватъ въ кръвта. Научно проследени, тѣ се разиграватъ въ почти всички органи, като далакъ, ностенъ мозъкъ и др., отъ които особено интересно и важно е, увеличението на бѣлитѣ кръвни тѣлца, които, като стража, хващатъ и унищожаватъ разнитѣ бацили и тѣхнитѣ отрови и така водятъ борбата за оздравяване.

Много интересни сж отбранителнитѣ процеси, които се разиграватъ въ кожата, лигавицитѣ и ставитѣ. Тѣзи мѣста играятъ важна роля при пречистването на тѣлото. Тамъ организмътъ препраща разни отрови и бацили и тукъ, подъ картината на възпаление (възпаление на сливицитѣ, на очитѣ, ставитѣ и прочие чести явления при инфекциознитѣ болести) биватъ унищожени.

Сжщо така оздравително стремление е и образуването на разни противоотровни и др. защитни сръдства въ кръвта. Тукъ се образува естествения лѣчебенъ с е р у м ъ .

Незамѣнимо ценни, но недостатъчно ценени сж т. н. очистителни реакции въ време на боледуването.

Излжчването и очистването презъ червата е най-ясната, и доловима проява на лѣчебнитѣ, очистителни реакции (хайлаусшайдунгенъ). Чрезъ изобилното и често изпражнение на червата се изхвърлятъ маса отрови и бацили, което е отъ небивало значение за добрия или лошъ изходъ на болестта. Отъ тукъ и важноста на първоначалното очистително и следващитѣ ежедневни клизми при лѣкуването.

Други два органи, които вършатъ важна очистителна работа сж б ж б р е ц и т ѣ . Въ време на кое да е температурно заболяване, презъ тѣхъ се излжчва силно концентрираната, отровна, съдържаща и бацили, урина. Не рѣдко въ пикочта има и бѣлткъ. Това се дължи на ускореното горене и бързото разпадане на бацили и отрови. Очистването презъ бжбрецитѣ продължава и следъ миняване на температурата. Това се манифестира съ усиленото излжчване на урина, следъ спадане на огъня.

К о ж а т а е мѣстото, кждето става най-енергичното излжчване на замърсяващитѣ материи и болестотворни организми, респективно тѣхнитѣ отрови. Разновиднитѣ кожни изриви, изпотояванията и изпаряванията не сж нищо друго, освенъ лѣчебни реакции, идващи въ помощъ на борящия се

организъмъ. Фактътъ, че следъ една диария, едно изпотяване, единъ коженъ изривъ, или подобна излжчителна реакция; болниятъ се чувствава значително по-добре, говори ясно за целесъобразността и ползата отъ всички тѣзи проявления. Но не рѣдко, въ ущърбъ на болния, тѣ се потискатъ съ разни лѣкарства. Голѣмата прилепчивостъ на болеститѣ въ време на изрива, голѣмата отровностъ на потъта и ликочѣта, говорятъ доста красноречиво за ползата отъ всички тѣзи излжчвания.

Другъ излжчителенъ организмъ сж бѣлитѣ дробове. Чрезъ издишването се изхвърлятъ газообразнитѣ отрови отъ организма.

Най-сетне не бива да забравяме сливицитѣ като очистително мѣсто и да ги третираме правилно.

Какъ става предотвратяването имъ.

„Да предпазимъ е много по-лесно отколкото да лѣкуваме“, е всеобщо признато. Но по въпроса за пжтищата, по които трѣба да стане това предпазване цари пълно разногласие. Споредъ едни представители на медицинската наука, най-доброто срѣдство е „доброто хранене“ на организма, за да може да стане „силенъ“ и неподатливъ на заразяване. Други пъкъ мислятъ, че само чрезъ внимателно отстраняване на заразителния материалъ и избѣгване на какъвто и да е контактъ съ него, ще можемъ да се запазимъ отъ заболяване. На това държи най-вече алопатията—наука, която вѣрва, че чрезъ напрѣскване, дезинфекции, серуми и прочие, е въ състояние да гарантира на човѣчеството предпазване. Има и такива, които държатъ най-вече на това, да се пазимъ отъ простудяване, измокряне, течение и подобни.

Споредъ науката за природно лѣкуване, тѣзи предлагани и получили официалностъ начини, сж отчасти безполезни, а отчасти и вредни. Споредъ сжщата, единичниятъ начинъ за предпазване отъ заразяване е личната и обществена хигиена и тѣлесна култура. Този, който съумѣе да не позволи натрупването на чужди вещества въ тѣлото си и по такъвъ начинъ не позволи създаване на благоприятна за развиване на микробитѣ почва, той и при най-голѣмитѣ епидемии ще остане незасегнатъ. Здрави и чисти тѣлесни сокове, отбранително способна тѣлесна тъканъ можемъ да си създадемъ само чрезъ изобилното използване на чистъ въздухъ и слънчева свѣтлина; чрезъ тѣлесни упражнения, респективно физическа работа, умереностъ въ яденето и пиенето, предимно вегетарианска храна, строго ограничение на месото, тлъстинитѣ и най-сетне чрезъ грижливо подържане въ изправностъ всички органи на излжчването и обезотравяването (кожата, бжбрецитѣ червата и бѣлитѣ дробове).

Вървейки по пътя на гореказаната профилактика, спазвайки горнитѣ златни правила на живота, всѣки отъ васъ е не само въ състояние да се предпази отъ една или друга заразителна болестъ, но за него е сигурно, че не ще заболява изобщо отъ никаква болестъ. Нека си припомнимъ две стари народни поговорки: „Тамъ кждето слънцето влиза, тамъ лѣкарьтъ излиза. „Работа, умѣреностъ и почивка, затварятъ на лѣкаря вратата“.

Не желая да бжда криво разбранъ, както мнозина умишлено правятъ това, за да ме обвинятъ въ крайности и сектанство. Застѣпване становището, че само по пътя на природосъобразенъ животъ съ съгласие съ законитѣ на живота и въ интименъ контактъ съ природата, чрезъ изобилно използване на слънцето, водата, въздуха и пр., не значи, че сме казали да се откажемъ отъ гореказанитѣ мѣрки на училищната медицина. Напротивъ, ние съветваме всѣки боленъ да убива бактериитѣ тамъ, кждето ги намѣри и съ каквото може да се пази отъ тѣхъ. Но нека не се забравя, че по-важно е да укрепваме организма, за да води ефикасна отбранителна работа. Съ дръги думи казано, болнитѣ се изолиратъ, вещитѣ му се дезинфектиратъ, ние се миемъ и т. н.

Какъ действува лѣчебно температурата

Всѣка мѣрка въ лѣчебното изкуство трѣбва да бжде теоретически обяснена и обоснована и то възможно съ научно издържаностъ. Това е основна повеля на училищната медицина. Много полезни приоми, тя или отхвърля или недостатъчно цени само за това, че не намира тѣхното научно теоритическо обосноваване. Природопѣчението, напротивъ, стремейки се да си обясни и обоснове научно всичко-високо цени практическия клинически опитъ съ ежедневната практика. Освенъ това, то си служи много съ т. н. инстинктивна диагностика и индикация. Т. е, колкото и да ни липсватъ теоритически научни доказателства за даденъ лѣчебенъ приемъ, ние го въвеждаме въ природолѣчебната практика, стига клинически наблюдения да ни потвърдятъ съ сигурностъ, че е отъ полза за оздравяването. Освенъ това, стига този приемъ да е показанъ отъ здравия инстинктъ на болния, а и на лѣчителя даже. И само благодарение този духъ на природолѣчението, то отъ столѣтия спасява много изоставени болни съ срѣдства открити по чисто емпириченъ пътъ и все още необосновани научно-теоритически. И само този прекаленъ стремежъ въ училищата медицина — преди всичко научно да докаже даденъ лѣчебенъ приемъ и чакъ тогава да се въведе въ практиката — я спъватъ толкова, че и днесъ още тя остава чужда на толкова ефикасни методи въ природолѣчението. Ами гладолѣчението не е ли все

още съвсемъ чуждо на днескашния дипломиранъ лѣкаръ? Ами слънцето и въздуха не сж ли „нововъведение“ въ медицината, когато природолѣчението отъ вѣкове ги прилага? Не е ли сжщото и съ витаминитѣ, които, едва като се химически доказаха и произведоха, станаха прекалена мода въ медицината (разбира се, масовото производство и консомпиране носи колосални печалби на лѣкарствената индустрия).

Сжщото нѣщо е и съ въпроса за повишената температура и нейното третиране. Медицинската наука намира достатъчно теоретически основания (разбира се изъ основа погрѣшни), за да не зачита температурата и да я потушава, но и днесъ още не е намѣрила научно теоритически основания да я смѣта като лѣчебна, полезна и да я не потиска. И съгласно основния ѝ принципъ—преди всичко теоретически и научно да обоснове—тя ще продължава още дълго да не уважава температурата, да я смѣта вредна и опасна и да я смазва съ брутални сръдства. Наистина, последнитѣ десетилѣтия дадоха известни резултати въ това отношение, като и алопатията почна да толерира високата температура, но това ново схващане е толкова чуждо на дипломирания лѣкаръ, че болнитѣ нищо не сж почувствували отъ тази новост въ медицината и все още консумиратъ масово противотемпературни лѣкарства и при най-слабо температурно повишение. Въ това може да се увѣри всѣки, като прегледа рецептитѣ въ аптекитѣ и като следи внимателно сжщитѣ давани на познати болни съ малко или много повишена температура.

Нека сега се опитаме да педиримъ признацитѣ, които ни показватъ, че действително температурата е лѣчебна.

Може би ще има единични болестни случаи, кждето температурата е, може би, не толкова сжществена частъ на оздравителнитѣ работи на природата и когато смѣкването ѝ би било, ако не целесъобразно, поне не вредно. Но ние не притежаваме начини за разпознаване на тѣзи единични случаи, затова и мжно бихме могли да ги изключимъ отъ общитѣ правила за лѣкуване на температурно болни.

За да преценимъ целесъобразността на температурното повишение, нужно е да обхванемъ поне отчасти сжщността на сложния цѣлостенъ процесъ на огъня и разиграванитѣ се съ него процеси въ време на температурното боледуване. За това, отчасти поне, долавяне, имаме редица признаци, които сж установими. При това трѣбва да отбележимъ, че всичкитѣ тѣ се разиграватъ съ чудна ненарушила закономерность. Т. е. тѣ се развиватъ като по строго опредѣлени правила, като че ли се командуватъ отъ нѣкакъв разумъ — една висша инстанция на целесъобразность и благоразумие. На първо мѣсто стоятъ закономерни морфологически изменения въ кръвта (промѣни въ вида, броя, съотношението и т. н. на разнитѣ кръвни тѣлца и пр.) Следъ

това имаме промѣни въ междинната веществена обмѣна. Промѣни ставатъ и въ състоянието на бѣлтъчнитѣ вещества, както и въ елитролитнитѣ особености. Но тукъ споменатитѣ регулационни и самоподпомощи процеси сж само частъ отъ сложния процесъ на самооздравителнитѣ работи. Многото още такива ние не познаваме, нито даже подозираме. Обаче два процеси сж ни добре познати и тѣ сж много характерни за температурното заболяване. Това сж повишение на температурата и усиление на окислителнитѣ процеси. И сжществената разлика между лѣкарственото и безлѣкарствено лѣчение на температурно-болни се състои именно въ различното третиране на тѣзи два процеса отъ страна на едната и другата лѣчебни системи.

Повишение на веществената обмѣна (значи горене, окисляване) имаме винаги при температурни заболявания — нѣкога повече, другъ пжтъ по-малко. Нѣкои съответно и паралелно на температурното повишение, другъ пжтъ безъ тази паралелностъ съ нея. По нѣкои автори (Striecke, Wilson, Sahli) увеличаването на окисляването става преди още да се е повишила температурата. А Sahli смѣта даже, че повишеното окисляване е причини за повишение на огъня. Но видно а за читателя, че това сж само догадки и че работата по самооздравяването е много по-сложна, за да може да се разгатне така лесно.

Че температурата действува благоприятно за оздравяването, по него вече не се спори. Остава въпроса, да се обясни нѣкакъ теоретически какъ действува тя полезно. На първо мѣсто се приема, че повишената температура уврежда болестотворнитѣ организми, безъ да се надценява това. При това не бива да се забравя, че има разлика между увреждане на микроорганизмѣтъ съ повишена температура въ борбата на живия организъмъ и това съ изкуствена висока температура при правени експерименти. Характерно въ оздравителната температура е, че тя се държи на известна висота до тогава, до когато организмътъ вземе надмощие надъ болестта и опасността за живота е отстранена.

Отъ факта, че при усилен физическа работа повишената температура отъ увеличеното горене се понижава съ настъпване на изпотяване; при болестъ, много висока температура не дава никакво изпотяване — последното идва на края, когато вече настъпва развързката на оздравителната борба и когато имаме обратъ къмъ подобряване. Значи, усиленото горене при физическа работа се придружава съ изпотяване за охлаждане, а усилената веществена обмѣна при болестни случаи не се характеризира съ изпотяване за охлаждане — високата температура упорствува до подобрене на болния. Това ни показва, че има разлика между повишената температура въ здравъ организмъ при усилен

физическа работа и повишената температура при болестни случаи. Първата е свързана съ усиленото вътрешно горене, а втората е независима отъ него и е самостоятелна активна проява на организма — значи проява съ специално предназначение при болестъ. Pflüger вижда въ нея истинския вътрешно пречистващъ факторъ, а ежедневната практика съ т. н. „температурни бани“ ни показватъ, че повишената температура е действително лѣчебна.

Сега се поставя въпроса, защо, щомъ температурата е лѣчебна, все още лѣкаритѣ я атакуватъ съ изобилни противотемпературни кѣкарства? Причинитѣ за това сж две: първо страхътъ, че високата температура може да повреди тъканитѣ на нѣкои органи, каквито повреди при температурни болести се действително срещатъ. Тѣ забравятъ, обаче, че увреждането не е отъ температурата, а отъ микроорганизмитѣ и другитѣ болестотворни причини. Това се доказва и отъ опититѣ на Naunp, който е държалъ катерички седмици съ температура отъ 41 градуса и не е констатиралъ тъканни увреждания. Отъ това следва, че изкуствено и преждевременно смѣкване температурата нѣма да спаси тъканитѣ. Второ, усиленото изгаряне и разпадане на бѣлтъчини въ организма. Но и тукъ причината не лежи въ повишената температура, а въ основната болестна първопричина. Senator е показалъ това на маларично болни, при които разлагането на бѣлтъчинитѣ продължава и при потушена съ хининъ температура. Доказва се още и отъ факта, че изкуствено повишена температура въ живия организмъ не повишава или съвсемъ слабо, бѣлтъчното разлагане. Но още и отъ туй, че увеличеното бѣлтъчно разлагане се проявява още преди температурата при болния да се е повишила. Но при еднакви други условия (температури и др.) бѣлтъчното разпадане е различно при различнитѣ болестни зарази.

Въ едни критически бележки по лѣкуването температурни болести, азъ изнесохъ препоржката на нашъ професоръ за усилено хранене такива болни. Тамъ се противопоставихъ на тази препоржка. Сега е мѣсто да кажемъ, че тази препоржка идва отъ схващането, че като се дава калорична храна на горящия боленъ, ние ще задоволимъ нуждата му отъ калории и така ще попречимъ организма да посяга и изгаря бѣлтъчини за тази целъ. Сега става ясно, че това схващане е погрѣшно, следователно погрѣшна е и препоржката за силна храна при температурно болни. Само туберкулозата прави изключение като хроническо температурно страдание, при което по-добро хранене е на мѣсто.

Правени сж много опити за изравняване азотния запасъ чрезъ усилено даване бѣлтъчни храни на температурно болни. Независимо отъ крайнитѣ резултати отъ тѣзи опити които все още не сж довели до положителни данни, тѣ се

явяватъ по начало като нецелесъобразни, поради това, че сж противоинстинктни. А тъкмо при остритѣ заразни болести инстинкта на болния е отъ решаващо значение за правилното хранене. Тукъ е най-намѣсто т. н. инстинктивна диететика, което пѣкъ значи — възможно ограничаване на каквато и да е храна. Или иначе казано, болния оставяме да гладува, да пие прѣсни изтискани сурови сокове и редовно изпраждане червата съ клизми. Това се продължава докато се появи апетитъ, докогато спада обикновено и температурата.

Нѣма никаква опасностъ, ако стане нужда тази гладна диета да се продължи 10 — 15 и повече дни. Още повече, че съ нея вкарваме ежедневно по нѣколко стотинъ калории, главно като плодова захаръ, която е лесно усвояима и бързо и пълно използотворима отъ борящия се организъмъ.

Лѣкуване на инфекциознитѣ (температурни) болести.

Така, както то става въ модерната биологична болница въ Дрезденъ, подъ шефството на Д-ръ Браухле.

Физикалнитѣ приложения, съ които си служимъ при температурно-болни ни служатъ да облекчимъ субективнитѣ неприятни усещания (болки, тежестъ и пр.), а и да подпомагаме лѣчебнитѣ работи на организма. За тази целъ тѣ сж отлично и ненадминато срѣдство.

Ето какъ природолѣчението си служи съ тѣхъ, какви цели гони при лѣкуването и какъ постига това.

1. Болния поставяме на лѣгло. Всѣкакво ставане, а особено излизане отъ стаята е строго забранено. Неспазване това важно условие спъва оздравяването, продължава боледуването и улеснява усложненията. Топлината въ лѣглото благоприятствува оздравяването. Изолираме го въ хигиенична стая.

2. При зѣзнене вкарваме вътрешно и вънкашно топлина. На болния даваме да пие горещъ чай отъ липовъ цвѣтъ, или отъ бѣзъ или пѣкъ гореща лимонова вода и подобни. На краката и корема поставяме топли тухли и парни делвички или каква да е друга топлина. Можемъ да го затоплимъ и съ повишаваща баня на краката и ржцетѣ. Изкуственото затопляне става докато зѣзненето премине и болниятъ се почувствува добре затопленъ. Не повече!

3. Ние отбременяваме веществената обмѣна чрезъ ограничаване на храната. Знаемъ, че вътрешното горене е силно обременено въ време на температурни боледувания. Отъ тукъ важността на този отбремнителенъ биологиченъ лѣчебенъ приомъ, тъкмо затова.

Храненето е абсолютно забранено докато трае температурата и болниятъ нѣма апетитъ. Напротивъ дава

му се изобилно да пие вода, домашна лимонада, плодови сокове и прочие. Забраната на каквато и да е храна, е много важно и отъ значение за добрия или лошъ изходъ на болестта. Разнитѣ бульони, яйца и пр. не бива да се натрапватъ на болния. А правенето на така нареченитѣ „хранителни клистири“ е даже прѣстѣпление. Липсата на апетитъ и старѣщението отъ каквато и да е храна е достатъчно доказателство въ полза на забраната ѝ. Има ли нѣкое свободно живѣещо въ природата животно, което да яде въ време на температурно състояние? Разбира се не. Вкарването на каквато и да е храна отнема (ангажира) скѣпи тѣлесни сили за смилането ѝ, които сили иначе биха отишли въ помощ на организма въ борбата му съ болестта. Трѣбва да се знае, че храненето продължава, а поста скѣсява болестта. Едва следъ падането на температурата бива да се пристѣпи къмъ лека, течна храна и постепенно премине къмъ обикновеното хранене. И то, ако болниятъ има апетитъ. Но и следъ това, въ време на възстановителния периодъ, храненето да е съ млѣчно-растителна храна.

Нека кажемъ нѣколко думи за значението на соковетѣ отъ сурови зеленчуци и плодове при температурно-болнитѣ. Знайно е, че биололичната медицина отдава особено голѣмо значение на т. н. сокова д'иета. Защо? Наистина ролята на витаминитѣ въ жизненитѣ процеси все още е недостатъчно проучена, но и това, което знаемъ е достатъчно за да разберемъ, че безъ тѣхъ животътъ е невъзможенъ. Установено е сжщо така, че безъ витамини лѣкуването на каквито и да е вътрешни болести е невъзможно и немислимо. Ние нѣма да се спираме поотдѣлно за строго опредѣлената роля на разнитѣ витамини (каквито се откриватъ все по-нови и разнообразяващи, а ще говоримъ общо за витаминитѣ, като не забравяме, че това се отнася до всѣки витаминъ.

Преди всичко витаминитѣ действуватъ благотворно върху клетъчното дишане въ организма. Тѣ играятъ важна роля въ процеса на тонизирането (спретнатостта) на тъканитѣ. Но тѣ сж предохранители противъ настѣпили вече кръвотеченията и такива спиратъ по-бързо при наличността на достатъчно и подходящи витамини (примѣрно витаминъ С). противоифекциозното действие на витаминитѣ не може да се оспори. Сжщо така тѣхното антитоксично действие. При това, известно е, че при температурнитѣ болести (инфекциознитѣ) изхажването на витамини е усилено, следователно набавянето трѣбва да е увеличено. (Хаселбахъ). За благотворното действие на витаминитѣ върху кръвообръщението имаме обширна литература. Аббаси подчртава особено пикочогонното действие на витаминъ С. Следва, че грижливото снабдяване организма съ витамини е много нужно тамъ, кждето искаме да постигнемъ бавно и неспирно обезводняване на организма. Това твърдятъ и Стефа-

нути, Евансъ и др. При достатъчно витамини въ организма, отровното и вредно действие на лѣкарственитѣ отрови е сжщо така по-малко (Vauthey).

Отъ казаното за ролята на витаминитѣ при инфекциознитѣ температурни болести става ясно колко важно е даването на сокове отъ сурови зеленчуци и плодове при температурно болни. Тѣ сж истинско лѣкарство за такива болни.

4. Подпомагане на излжчителнитѣ и обезотровителни работи на организма е друга важна задача на природното лѣкуване. Това става ясно за всѣки, който внимателно прочете казаното по-горе за усиления стремежъ на организма да излжчва и се обезотравя. Ние започваме чрезъ еднократно даване на очистително (рициново е най-добре) още въ началото на заболяването. Следъ това чрезъ ежедневни клизми трѣбва да се поддържа редовното изпразване на храносмилателния каналъ. Ежедневно или презъ день правени клизми, съ половинъ до единъ литъръ хладка сапунена вода, не позволяватъ задържането на нечистотии въ червата. Задържанитѣ се разлагатъ и предаватъ на кръвта нови отрови.

Не трѣбва да забравяме, че и бѣлигѣ дробове сж органи на излжчване и обезотравяне. Презъ тѣхъ, чрезъ акта на дишането, организма се освобождава отъ тия газообразни отрови. За това ние се грижимъ да поставимъ болния въ чиста, просторна и провѣтрена стая. Прозорцитѣ да сж денемъ и нощемъ отворени. Би било даже най-добре, ако болниятъ лежеше денонощно вънъ на открито, на южни, запазени отъ вѣтъръ и течение веранди. Това би било идеално за температурно болни. Но просвѣтениятъ трѣбва да знае, че голѣмия излилишекъ отъ топлини при горящия болень не позволява простудяване даже и презъ зимата. Разбира се това предполага грижливо и разумно отнасяне къмъ това специално приложение на природолѣчението, известно подъ името „лѣкуване на открито“ (Freiluftbehandlung). Споредъ жилищнитѣ условия, особеноститѣ на болния и др. особености, болногледачътъ трѣбва да умѣе да си самопомогне и разумно приложи провеждането. Но и безъ това, лѣкарътъ лично нагласява вещь началото така, че за близкиятъ остава само добросъвестно изпълняване на лѣкарскитѣ съвети.

Така настанень болниятъ е гарантиранъ съ изобилно чистъ въздухъ. Къмъ това ние го подпомагаме да прави често нежни, но достатъчно дълбоки дишания, безъ това да го уморява.

Важень обезотровителень, но много малко познатъ органъ сж сливицитѣ. Тѣ сж филтъръ при едни входни врати (устата), който не пропуска инфекциозень материалъ да нахлува свободно въ кръвта. Но сливицитѣ сж сжщевременно излжчителна система. И колкото по-добре се грижимъ за

тѣхъ, толкова по-добре ще изпълнятъ възложената имъ работа. Затова обичайнитѣ грижи за чистотата на устата е много важно при лѣкуването. Чести измивания, гъргаряне и пиене на подходящи течности сж нераздѣлна частъ отъ лѣчението. За усиление това обезотравяне презъ сливицитѣ. природолѣчението има на рѣка специалния методъ на Д-ръ Рьодеръ. Той се състои въ изсмукване, масажирание и промиване на сливицитѣ. Само остро възпалени сливици не се рьодеруватъ — тѣхъ само промиваме грижливо. Трѣбва да отбележа, че рьодеруването е работа само на лѣкаръ, за това е нуженъ и специаленъ, макаръ и много простъ, инструментариумъ. азъ лично го притежавамъ, служа си често съ него при разни заболявания и съмъ много доволенъ отъ резултатитѣ.

Другъ единъ изключителенъ органъ е кожата. Колосалната роля, която кожата играе при оздравяването и при живота изобщо, е на малцина известна. Отъ тукъ небрежното отнасяне къмъ грижата за кожата въ дни на здраве и болестъ. За да не повтарямъ тукъ, моля читателитѣ да прочетѣтъ статията „Защо кожата е прицелна точка въ природолѣчението“ помѣстена въ второто разширено издание на хубавата книжка „Четковия масажъ — първо разреденъ лѣчебенъ факторъ за здрави и болни“. Тогава на читателитѣ ще стане ясно, защо при температурни заболявания природолѣчението горещо препоръчва следнитѣ грижи за кожата:

Кожата е мѣсто, кждето става най-енергичното излъчване на замърсяващитѣ материи и болестотворни организми и тѣхнитѣ отрови. Разновиднитѣ кожни изриви, изпотяванията и изпаряванията не сж нищо друго освенъ лѣчебни очистителни работи, идващи въ помощъ на борящия се организъмъ. Факта, че следъ пълненъ коженъ изривъ или следъ изобилно изпотяване, болниятъ се чувствава значително по-добре, говорятъ красноречиво за ползата и целесъобразността на всички тѣзи кожни реакции и би било глупостъ да ги потискаме съ лѣкарства.

Голѣмата прилепчивостъ на заразнитѣ билести въ време на кожния изривъ и отровността на потѣта, говорятъ сжщо така въ полза на това биологично схващане.

Въздушни бани, обжулвания и измивания действуватъ благотворно въ всѣко отношение и усилятъ обезотровителната работа на кожата. Сжщата работа вършатъ влажнитѣ частични и цѣли увивания. Внимателно проследяване ни показва, че употребенитѣ кърпи и парцали сж наситени съ изтеглени презъ кожата отрови (токсини, бактерии, ароматични съединения, летливи мѣстни киселини и др.), които вунятъ, а даже и разяждатъ съ време парцалитѣ. А че такива отрови действуватъ огнетително върху организма и че тѣхното излъчване ще го облекчатъ, не се нуждае отъ доказателство

Облекчението настѣпващо следъ изобилно изпотяване, което вече споменахме, говори сжщото.

Изпотяването е много важно условие за обезотравянето, а отъ тукъ за оздравяването. Затова въ всѣки домъ трѣбва да бжде познатъ нѣкой начинъ за изпотяване. Общи, цели или частични повишаващи бани или парни такива сж лесни и ефикасни приложения. Тѣ се прилагатъ когато температурата не е много висока или е въ началния периодъ на повишаване. Цѣли и половинъ повишаващи бани се прилагатъ по-трудно, затова, когато нѣмаме удобства за такива, тогава прилагаме повишаващи на ржцетѣ или краката или пѣкъ седяща такава. Почваме отъ 37 гр. и чрезъ бавно доливане на гореща вода повишаваме водата до 41—44° С.—споредъ поносимостта на болния. Банята трае докато се получи леко изпотяване, което става за около 20 минути. Следъ това болниятъ се поставя въ $\frac{3}{4}$ влажно увиване или при по-слаби болни, въ $\frac{3}{4}$ сухо увиване. Даване горещъ липовъ чай въ време на банята или въ време на увиването подпомагатъ изпотяването. Най-после, болния измиваме съ студена чешмяна или стояла и темперирана вода.

Горнитѣ повишаващи приложения не сж на мѣсто, когато температурата е много висока. Тогава всѣки $\frac{1}{2}$ часъ правимъ студени измивания последвани отъ сухи увивания, безъ предварително изсушаване. Съ това усилваме излжителната работа на кожата, а често докарваме изпотяване. При силни и здрави хора съ висока температура азъ прилагамъ даже и студения душъ съ следващо сухо увивание. Това предизвиква изобилно изпотяване.

5. Отвеждане на огъня и охлаждане е друга задача на природолѣчението, когато температурата е много висока, продължителна и болниятъ става, е унесенъ, неспокоенъ, бълнува и т. н. Но, когато ще става дума при даденъ боленъ да вземемъ мѣрки за известно намаляване на много високата температура, то въ такъвъ случай се поставя въпросъ какъ да стане това ограничаване на огъня. При това не трѣбва да забравяме, че съвсемъ не е безразлично за болния и изхода на страданието, дали намаляваме температурата съ нѣколко подходящи физикални приложения или пѣкъ тоа вършимъ съ разни противотемпературни медикаменти. Действието на едина и другия методи е съвсемъ различно, защото тѣ сж изградени върху два различни основни принципи. Въ противоположностъ на медикаментозното противотемпературно лѣчение, въ биологичната медицина това постигаме чрезъ прохладна стая, въздушни бани, чести студени обжулвания или измивания, кратки студени седящи бани, често сменяни компреси на челото, сърдцего, прасцитѣ и коремния компресъ. Цѣли и $\frac{3}{4}$ влажни увивания действатъ още по-силно. Всичкитѣ се държатъ докато болниятъ ги почувствува стоплени. Тогава ги смѣняме, защото

тѣ трѣбва да охлаждають, а не да възбуждають и сгрѣвають. Тѣзи, които действувать отвлекающе, помагатъ при кръво-напливъ къмъ главата. Прибавката на оцетъ къмъ водата допълня и усилюва противотемпературното действие на горнитѣ приложения а и обезвредява образуващитѣ се отрови. Поставянето на ледъ е забранено.

Всичкитѣ охладителни приложения можемъ да повтаряме до десетъ и повече пѣти въ денонощие.

Нека отбележимъ, че влажнитѣ увивания (компреси) сж придружени съ известно движение на болния и за тежко болни, могатъ да бждатъ уморителни. Въ такива случаи си служимъ съ студени налагания (полукомпреси). Важно е да знаемъ сжщо така, че всички горензброени приложения подобряватъ субективнитѣ неприятни усещания и привидно го охлаждають, но тѣ не намаляватъ значително температурата, което е и тѣхно предимство. Затова, ако случая изисква действително осезателно намаляване на температурата, служимъ си вече съ охладителни бани. Такива сж кратка хладна или студена половинъ баня, придружена съ оплесквания и поливания, особено на врата и гърба, Тѣзи по-голѣми приложения действувать още по добре върху страдащия боленъ, но и тѣ не намаляватъ много лѣчебната температура. Това е пакъ тѣхно предимство — облекчавать мжкитѣ, освежавать оздравителнитѣ работи, безъ да гасятъ лѣчебния огънь. За смѣкване на температурата намъ стоятъ на разположение специални бани, съ които постигаме осезателно смѣкване на температурата, показанъ въ случаи на прекалено висока и продължителна температура. Такива бани сж продължителнитѣ понижаващи бани. Задачата на тѣзи специални нагаждания ще се опитамъ да обясня накратко.

Всички казани по-горе студени приложения действувать внезапно. Като реакция на това внезапно студено дразнене, по рефлекторенъ пѣтъ, чрезъ чувствениитѣ нерви въ кожата, вътрешното горене се усилюва и имаме ново образуване на топлина. Значи, огнетата съ студеното известна топлина се допълня отъ усилено горене. За да постигнемъ значително и по-трайно намаляване на температурата, трѣбва да предотвратимъ това рефлекторно реагиране съ усилено вътрешно горене. Това може да се постигне по два начина, или чрезъ бавно, неусетно вмжкване на студеното действие (значи постепенно понижаващо приложение) или чрезъ механическо дразнене кожата въ време на банята, или пакъ и двѣтъ едновременно. И тѣкмо това е особеното на цѣлитѣ охладителни продължителни бани.

Нека опишемъ накратко тѣхното приложение:

Неусетно вмжкване действието на студената вода става като поставимъ цѣлия боленъ въ вода съ тѣлесна температура. Чрезъ бавно доливане на студена вода неусетно

намаляваме температурата на водата до 30 и 25° С. Банята трае часове. Колкото по-бавно охлаждаме водата въ ваната, толкова температурното намаляване върху болния е по-ефикасно и по-трайно.

Ако сега сжщата тази баня извършимъ като тѣлото на болния въ банята изтриваме и масажираме енергично съ ржце или пъкъ го четкаме въ водата съ четки, ние получаваме желаното действие — да попречимъ на рефлекторното усилено горене. Само че тукъ водата можемъ да я охладимъ до 20° С., а и повече.

Сжщественото въ този видъ приложения е, че механическото дразнене на кожата я хиперимизира съ чиста кръвъ и я стопля. Съ това внезапното действие на студената вода липсва, отъ тукъ липсва и внезапното свиване на кожнитѣ капиляри и рефлекторното компенсационно увеличаване на вътрешното горене. Значи, не се предизвиква образуване на нова топлина въ организма и охлаждането чрезъ банята води до действително, значително и по-трайно понижаване прекалено високата температура на болния.

Съ казанитѣ до тукъ физикални приложения, ние сме винаги въ състояние да охлаждаме горящия боленъ, да облекчаваме мжкитѣ му, да подпомагаме излжчването и обезотравянето, да поощряваме оздравителнитѣ работи и така да подпомагаме бързото и гладко оздравяване. Въ такъвъ случай рѣдко, или никога не ще стане нужда да прибѣгваме до лѣкарствена употреба.

Студената вода при температурно болни.

Действието на студената вода не отстъпва въ нищо на действието на антипиретичнитѣ лѣкарства, колкото се отнася до облекчаване неприятнитѣ усещания на болнитѣ. Въ много отношения даже ги надвишава. При това, за разлика отъ първитѣ, тя не потушава лѣчебната температура, както това вършатъ противотемпературнитѣ лѣкарства въ вреда на болнитѣ. Тя само ограничава прекалено високата температура като възможността на организма да повиши температурата, при нужда, се запазва — нѣщо, което не е при вземане на противотемпературни лѣкарства.

При студениѣ водоприложения, въ тѣхната краткотрайна форма, каквито сж обжулвания, измивания, налагания, поливания и бани, имаме ефикасни лѣчебни приноси да облекчимъ мжкитѣ на болния, безъ значително да повлияваме лѣчебната температура, когато понижаването не е на мѣсто. Но искаме ли да повлияемъ високата температура и да я понижимъ въ известни граници, ние имаме пакъ въ разнитѣ водоприложения ефикасно сръдство. На друго мѣсто споменаваме онѣзи приложения, които ни помагатъ да намаляваме прекалено високата температура. При

това не става потушаване на температурата съ намаляване на вътрешното горение и окисляване, а имаме даже увеличение на сжщото това вътрешно горене. Това пъкъ спомага разглюбяването на бѣлчачитѣ да става пълно, да не остава междинни недо-разложени елементи и по такъвъ начинъ се пречи на обла-гането съ недоизгорѣли такива и се улеснява излччването на докрай неразглюбенитѣ бѣлчачни крайни продукти. И из-глежда, че тъкмо въ тази подробностъ се състои голѣмото предимство на студената вода при температурно болнитѣ предъ употребата на кои да е медикаменти при сжжитѣ болести. Друго предимство на студениятъ водоприложения при тѣзи болести се състои въ това, че тѣзи водоприложения поощряватъ кръводвижението и дишането. Това може всѣки да забележи и се убеди въ истинността, че и най-леки водоприложения, като просто обжулване, измиване или поливане, веднага укрепяватъ отслабналото дишане, като го правятъ спокойно и дълбоко. Сжжитѣ освежаватъ кръво-движението, премахватъ кръвозаоститѣ и хипостазитѣ. По-следнитѣ сж едни отъ предвестницитѣ на застойнитѣ катарии въ бѣлитѣ дробове и пневмонията, като последица отъ ка-занитѣ по-горе слабости на кръводвижението. Значи, тѣзи водоприложения ни се предлагатъ като ефикасни срѣдства за предотвратяване на бронхита и пневмония гѣй често явяващи се при зарази въ температурни болести. Малко по-яснение: Атонията (отпуснатостъ, несръчностъ) на симпатич-ната нервна система влече следъ себе си атония на пери-фернитѣ кръвоносни сждове, а това отъ своя страна — кръ-возаостии. Ефикасното действие на студената вода въ такива случаи, се дължи на това, че студената вода има способ-ността да тонизира симпатичната нервна система. Приложена, студената вода поощрява периферната и цен-трална нервна система, избистря съзнанието и подобрява общото самочувствие. Дотолкова, доколкото ни е позната азофилактичната дейностъ на кожата, водоприложенията по-вишаватъ имунобиологичното действие на организма.

Фогелъ ни дава сравнителнитѣ работи въ две бол-ници. Въ едната, болнитѣ били лѣкувани съ водоприложе-ния и медикаменти едновременно. Въ другата били лѣку-вани само съ водоприложения. Много по-добритѣ резултати постигнати само съ водоприложенията, сж били очебийни. Болнитѣ, при които е извършенъ опита, сж били темпе-ратурно болни отъ коремнъ тифъ. Либермай-стъръ е доказалъ сжщо така, че тамъ, кждето лѣкуването е провеждано само съ водоприложения, резултатитѣ сж били далечъ по-добри, отколкото тамъ, кждето то е било пре-димно съ лѣкарства. Макаръ, че при лѣкарственото лѣчение температурата е била понижавана по ефикасно, отколкото при водоприложенията. И акшъ е правилъ такива пара-

лелни опити въ клиниката на професоръ Нотнагелъ и е доказалъ сжщо така, че чистото водолѣчение дава далечъ по-добри резултати, отколкото медикаментозното. Освенъ това, възстановителния периодъ следъ оздравяването (реконвалесценцията) е билъ много по-късъ при водолѣчението. При това е доказалъ, че противотемпературното лѣчение вреди много на организма и спъва оздравяването. Че понижаване температурата на болнитъ чрезъ лѣкарства, едва ли може да е полезно за болнитъ, е казалъ и именития професоръ Щрумפלъ. Професоръ Рисъ сжщо така е изоставилъ медикаментозното лѣчение на температурно-болнитъ и се е върналъ къмъ чистото водолѣчение на сжщитъ поради това, че е установилъ, какво, медикаментозното лѣчение дава много смущения отъ централно мозъчно естество. Споредъ него, охлаждането чрезъ повърхностни външашни приложения е далечъ за предпочитане.

Съ нѣколко по-точни научни данни ние обосновахме по-горе предимствата на водолѣчението. Но съ това не сме дали всички нуждни ни научни доказателства. Това, обаче не пречи да видимъ практическитъ резултати и да ги използваме. А изобилния материалъ въ сегашнитъ болници за природно лѣкуване, скоро ще ни даде нови научни доказателства и за тѣзи, които все още се държатъ резервирано къмъ ефикасния методъ на водолѣчението. Отъ друга страна, би било престожно, фанатизирано да отричаме противотемпературнитъ лѣкарства даже и въ рѣдкото случаи, когато прекалена температура измъчва болнитъ. Въ такива изключителни случаи, когато температурата е изключително упорита, висока и мъчителна, на верана или токсична почва, разумно е енергична намѣса и съ противотемпературни лѣкарства. Но по всичко личи, че такива случаи ще сж голѣма рѣдкостъ. Така, въ клиниката за природно лѣкуване на д-ръ Браухле, при надъ 100 болни съ висока температура, между които значителенъ брой остъръ ставенъ ревматизмъ, нито при единъ не се е наложило даване на лѣкарства.

Алопатия или природолѣчение

Наученъ диалогъ Д-ръ Браухле — проф. Гроте

Продължение отъ бр. 1

Гроте. Вие поставихте редица въпроси; накратко искамъ да се искажа само по нѣкои по-общи. Азъ не познавамъ никакви случаи, при които, съ неспецифични срѣдства на природното лѣкуване, като слънчево огрѣване, диети и пр., да е постигнато видимо и доказуемо невъзприемчивостъ къмъ заразни болести. И азъ вѣрвамъ, че доказателство за такива постижения мъчно биха се дали. Азъ признавамъ, че при много заразни болести си успѣшно служимъ съ не-

специфична дразняща терапия, а и много отъ антитоксичнитѣ серуми, съ които си служимъ, сж неспецифични. Но ние говоримъ за специфично, активно имунизирание къмъ заразни болести. Милиони пѣти е доказано и никой не може да отрече, че чрезъ инжектиране на живи или умъртвени бацили, при това точно дозирано, ние сме въ състояние да направимъ човѣшкия и животинския организъмъ невъзприемчивъ къмъ дадени заразни болести и така съ сигурностъ го предпазимъ отъ заболяване. Да се спори по това е безпредметно.

Въ първия нашъ разговоръ азъ признахъ, че естественитѣ дразнения сж въ състояние да оздравятъ болния организъмъ, но тѣзи възможности иматъ известни граници. Стигнаха до тѣзи граници на възможно естествено излѣкуване, ние идваме до моменти, когато е мѣсто вече на изкуствената ни помощъ. Активната имунизация е сжщо така изкуствена помощъ въ предпазването, както е изкуствена помощъ строфантиновата инжекция за момента, когато настѣпва опасния бѣлодробенъ йодемъ. Тукъ намѣсата съ изкуствена помощъ е сждбоносна и всѣка минута време о сжпо, като тази изкуствена помощъ не сме въ състояние да замѣнимъ съ никакво физикално срѣдство на природолѣчението. Сжщо такава е изкуствената помощъ въ профилактиката (предпазването) чрезъ активно имунизирание, безъ което организма не би се справилъ съ заразата. Сжщо такава, каквато е изкуствената намѣса съ операция при единъ перфориралъ вече апандиситъ

Любезни колега, азъ съмъ напълно съгласенъ съ Васъ, че трѣбва да се желае имунизирането по естествени пѣтища, и че това ще е сигурно възможно. И когато систематически проучвания въ духа на природолѣчението ни открие и докове, кои сж тѣзи пѣтища, по които, чрезъ естествени дразнения, ще можемъ да имунизираме организма противъ заразитѣ болести, азъ съмъ първия, който ще тръгне по новия пѣтъ

Азъ вѣрвамъ, че приказкитѣ за криза въ медицината сж вредна бомбастичностъ. Медицината, нашето единствено лѣчебно изкуство, на което и азъ и Вие служимъ, не е никога въ криза. Разбира се, въ периода на развитията въ разнитѣ области винаги е имало кризи срѣдъ представителитѣ имъ. Така наречената криза въ медицината днесъ се состои именно въ това, че морала на лѣкарското съсловие не прогресира паралелно съ бързия развой и голѣмитѣ постижения на науката. Моралното несъвършенство на днескашния лѣкаръ има своитѣ причини и прояви, въ социалнитѣ осигуровки, специалнитѣ освидѣтелствувания и др., които подведоха лѣкаритѣ да се надпреварватъ кой да привлече по-голѣма клиентела изъ срѣдитѣ на горнитѣ социални мѣроприятия и кой да стане най-голѣмия касовъ лѣвъ (Kasseplöwe), като заграби най-голѣмъ дѣлъ отъ паричнитѣ срѣд-

ства на тѣзи каси. Друга една голѣма причина за моралното разложение на медицинскитѣ представители, въ които се разразява днескашната криза на медицината, сж масовото и безогледно обситване лѣкаритѣ съ лжжнаучни проспекти и платена литература отъ страна на лѣкарствената индустрия. Вредното влияние на тази непочтениа търговия се отразява особено лесно върху онѣзи лѣкари, които иматъ слаба критична мисль и лесно взематъ платенитѣ хвалебствия за чиста монета. Сжщо така и върху онѣзи колеги, които клонятъ къмъ лесно съблазняване за голѣми печалби. Тъкмо за това въпросътъ за криза въ медицината трѣбва да слѣзе отъ страницитѣ на ежедневната преса, защото никой отъ насъ нѣма интересъ да бжде убита вѣрата въ медицината. Въ сжщото това време ние самитѣ, съ лични сили и срѣдъ нашитѣ срѣди да работимъ за повдигането на лѣкарския мораль и така да премахнемъ кризата, която сжществува въ самитѣ представители на медицината, но не въ самата нея, като наука.

Вие загатнахте за гладолѣчението като ненадминатъ диетиченъ методъ изъ съкровищницата на природолѣчението. Намирамъ, че размѣна на мисли по този въпросъ ще бжде отъ голѣма полза за двѣтѣ страни. Вѣрно е, че научно диетолѣчение сжществува една отъ скоро време. Но диетолѣчението е сжществувало още въ древността — още преди да сж сжществували природонаучни постижения. Тепърва сега отъ 3—4 десетилѣтия е отпочнато изграждане на зградата на научно диетолѣчение. И понеже днескашнитѣ ни физиологични познания, върху които става новия градежъ, сж все още непълни и недостатъчни, не може и да се очаква изграждане на пълно научно издържано диетолѣчение. Инстинктътъ, който е важенъ пжтеводителъ въ вашата диетика, безспорно играе голѣма роля въ изграждането на диетика. Но въ научната диетика нищо не е писано още по въпроса за този родъ диетолѣчение. Вашата „система на инстинктивно диетолѣчение“, която азъ не смѣтамъ за невъзможна, е още ненаписана. И азъ съ напрежение очаквамъ дали вашитѣ по-нататашни практически опити ще ме поучатъ по това.

Б р а у х л е: За да се прицени ползата отъ активното имунизирание, не сж достатъчни статистикитѣ, водени въ разнитѣ лѣчебни заведения и тѣхното сравняване съ минали десетилѣтия. Както и другъ пжтъ съмъ казвалъ, докато не се проведатъ паралелни наблюдения и сравнения на активно имунизирание и естествено третирани организми и при това действително се докаже реалното предимство на изкуственото предъ естесавено имунизирание, до тогава нека ми бжде позволено да бжда недовѣрчивъ къмъ вашитѣ методи и очаквателенъ до крайнитѣ ви убедителни резултати. Вие искрено ли вѣрвате любезни колега, че тъй широкото Ви

активно имунизирание противъ дифтерията допринася нѣщо съществено за изкореняване на тази болестъ?

Не желая да оставя неоспорено и голѣмото значение, което Вие отдадохте на строфантиновитѣ инъекци. Тукъ, само паралелно проведени опити и наблюдения биха ни показвали дали хардалени увивания, кръвопускане, отвлекающа къмъ червата и кожата приложения не биха дали съжитѣ резултати.

Разбира се, всѣки боленъ съ перфориранъ апандецитъ и азъ бихъ препратилъ на хирургъ, ако и изгледитѣ за успѣшно опериране да не надценявамъ.

Кризата въ медицината е изразена въ празнитѣ кабинети на дипломиранитѣ лѣкари при препълнени чакални на т. н. „пфучери“. Не е достатъчно да си затваряме очитѣ или пъкъ да отричаме лѣчебнитѣ прийоми на тѣзи лѣкари, а е нужно навреме да вникнемъ въ тѣхъ, да разсјдимъ обективно и да възприемемъ тѣзи, които видимо даватъ добри резултати, безъ да чакаме тѣхното обосноваване съ една или друга научна теория.

Много поучителенъ е проблема за социалнитѣ осигуровки. Просто чудно е, какъ осигуренитѣ при разнитѣ каси, намиратъ собствени срѣдства да заплатятъ отъ джеба си на лѣчителитѣ практики (въ лицето на шарлатани и пфучери), а въ сжщото време за лѣкарски трудъ представятъ касовъ купонъ, вмѣсто пари.

Особено внимание заслужаватъ думитѣ Ви относно гладолѣчението. Вие казахте, че днескашнитѣ ни физиологични познания сж недостатъчни за да ни обяснятъ научно лѣчебното действие на поста, и като така не можете да го смѣтнете къмъ научнитѣ лѣчебни срѣдства. Медицинската наука, безпомощна да ни обясни научно гладолѣчението, го е оставила напълно въ ржцетѣ на практики лѣчители, а тя спойно желае да изчака дълго време, докато нмѣри нѣкоя научно обосноваваща го теория. Любѣзни Гроте, къмъ такова лекомислие ние не сме наклонни, а за такова неизвестно дълго чакане нѣмаме време. Нѣщо повече, ние даже сме особено разположени да се надсмиваме просто надъ тази мжчна подвижност на училищната медицина. Ние предпочитаме да изградимъ и приложимъ гладолѣчението върху самоопита и практическитѣ наблюдения при леглото на болния. Тѣзи поставяме ние съ добъръ резултатъ въ основата на нашето диетолѣчение, вмѣсто недостатъчнитѣ физиологични познания, които, кой знае следъ колко десетилѣтия, ще бждатъ въ състояние да ни дадатъ въ ржцетѣ такъвъ единъ ефикасенъ методъ на лѣчение, какъвто е гладуването съ лѣчебна целъ.

Инстинктътъ, вътрешния усетъ на болния къмъ това, „кое му попада и кое не“, би трѣбвало да се цени повече отъкожкото това върщи дипломираниятъ лѣкаръ. Още въ

VI-то столѣтие Tralles обърна вниманието ни върху голѣмата стойностъ на инстинкта и вътрешното чувство, както за лѣкаря, така и за резултатитѣ на лѣчението. Добъръ примѣръ за това сж остритѣ температурни болести. Тукъ почти винаги езикътъ е обложенъ, въ устата има горчевина, а болнитѣ иматъ истинско отвръщение къмъ храната. Това е инстинктътъ, това е вътрешното чувство, на болния, който ние винаги вземаме подъ внимание и при който се водимъ при лѣкуването. Въ това време една научна теория ни учеше, че при температурни болести горенето е усилено, веществената обмѣна ускорена, изразходването на хранителнитѣ материали е увеличено, и за да бждатъ набавени тѣзи усиленни разходи на температурно болнитѣ, трѣбва да се дава изобилно храна. Ясно е, че тукъ не се държи смѣтка нито за инстинкта, нито за вътрешното чувство на болния, изразени даже въ отвръщение къмъ храната.

Днесъ вече сжщата тази наука е значително по-надруго мнение по този въпросъ. И вия любезни Гроте, едва ли бихте си позволили на единъ температурно боленъ съ безапетитие да натрапвате храна. Ние биологичнитѣ лѣкари провеждаме действително инстинктивна диететика, като даваме на болния да пие вода, чайове или плодови сокове толкова, колкото той желае. Въ това време ние не му предлагаме никаква храна до тогава, до когато той самъ пожелае такава и има естественъ апетитъ за ядене.

Гроте Лѣкуването на безапетитието при моитѣ болни се състои много отдавна просто въ оттегляне на храната. И азъ вѣрвамъ че до това съзнание сж дошли вече голѣма частъ отъ опитнитѣ лѣкари на училищната медицина. Но и въ научната литература вече се забелѣзва тенденцията, покрай физиологичното обосноваване на диетичнитѣ мѣрки, да се уважава инстинкта на самия боленъ. Тукъ нека споменемъ на първо мѣсто работитѣ на Carl von Noorden. Азъ нѣма да забравя думитѣ на единъ добъръ лѣкаръ генекологъ — любитель ловець, който ми каза: — „Ранената сърна лѣгва, сгушва се нѣкъде и прекарва въ пълно въздържане отъ храна. Така раната ѝ заздравява бързо и гладко“. Чрезъ този начинъ на икономисване отъ страна на тѣлото, животното увеличава действителнитѣ си лѣчебни сили, които сж необходими за оздравяването и къмъ което увеличаване го подтиква неговия инстинктъ. Научнитѣ стремежи, преди всичко, да издири причината за всѣко нѣщо, десетки години е държала очитѣ ни вързани за да не можемъ да видимъ и разберемъ простата истина на „природнитѣ закони за целесобразността“, както ги нарича ботаника Adolf Wagner. Само като вземаме подъ съображения инстинктивнитѣ моменти при болния, можемъ да изградимъ въ истинската смисълъ на думата, една функционална диететика, която да съответствува на съвременитѣ основни схващания на функционал-

ната паталогия, разбрана въ смисла на Густавъ фонъ Бергманъ. Тукъ, азъ виждамъ едно плодородно поле за задружна работа, която ще ни даде възможность, изхождайки отъ наблюдения на болнитъ, да намѣримъ наново отдавна затрупения и забравенъ пътъ къмъ инстинкта на човѣка. Наистина лесно е да се разбератъ безапетитието и отвръщението къмъ храната като естествени и непогрѣшими указания на природата, а отъ тукъ да се извлече логическото заключение, че болниятъ трѣбва да се подложи на гладъ. Тукъ е лесно да се разбере и добрия резултатъ, който гладолѣчението ще ни даде. На всички е сжщо така ясно, че тукъ, както научнитъ ни теории, така и научнитъ ни изследвания, противоречатъ на практиката и ни доведоха въ задънена улица. Но кажете ни любезни колега, какъ си представяте вие новата симптоматология на инстинктитъ, която ще ни бжде въ услуга при провеждане на инстинктивната диетика. Азъ не се стеснявамъ да ви призная, че изводитъ на Бирхеръ—Бенеръ, извлечени отъ неговата много поетична теория за хранитъ съ скрита слънчева енергия, за мене не сж много убедителни.

Бъ аухле: Азъ съмъ крайно доволенъ отъ туй, че Вие отдадохте такова голѣмо значение на примѣра съ дивото животно, което, само по собствения си здравъ инстинктъ, взема такива правилни мѣрки за своето оздравяване. Науката природно лѣкуване е извлѣкла отдавна реална поука отъ този инстинктъ за самооздравяване и го зачита винаги при своитъ оздравителни работи и при човѣка. Но внимателниятъ наблюдател констатира още една проява на инстинкта за самохранение въ дивитъ животни — прѣсна и кървяща рана се натопява въ водата на студения потокъ и се довежда до бързо оздравяване. Още въ 1899 год., въ специална книга посветена на живота и дѣлото на Винценцъ Приеницъ, е картинно изобразено, какъ дивиятъ еленъ кѣпе своята рана въ студената вода на буйния горски потокъ. Тамъ е подчертано сжщо така, че здравиятъ инстинктъ на животното грижливо наблюдавано отъ Присница, му е послужилъ като изходна точка за изграждане на неговото водолѣчение.

По въпроса за инстинктивното гладолѣчение при безапетитие ние сме единни. Но, за забелязване ъ, че за насъ биологичнитъ лѣкари, показание за гладолѣкуване е не само безапетитието, но често и много голѣмия апетитъ. Тукъ наистина ние не прибѣгваме до пълното гладуване, а до специалната форма на диетика — суровояденето, защото ние приемаме, че силниятъ апетитъ се дължи на липсата на нѣкои витамини или минерални соли. А нѣмаме друга форма на диетика съ която сме въ състояние да запълнимъ тѣзи недоимъци, освенъ суровояденето. Наблюдава се много често при малкитъ деца лакомо да ядатъ сурови зеленчуци даже и земя. Въ такива случаи ние лесно и резултатно се

справяме чрезъ суровата храна. Това особено е лесно при дѣцата, при които имаме естествено и инстинктивно влечение къмъ сжитата. Малко по-трудно налагаме суровата храна при възрастнитѣ, които отъ дълголѣтното протиеестествено хранене сж убили здравитѣ инстинкти, извратили сж апетититѣ си и за които суровата храна важи като протитиеестествена и протиеоинстинктна.

Проблемътъ за суровоядството може да бжде разбранъ само като се изучава отъ гледна точка и въ тѣсна връзка на гладолѣчението. Суровата храна не се характеризира съ богата калоричность и тя не дава на организма голѣма енергия за извършване на тежка работа. Тя е по-скоро изгладняваща, недохранваща храна, която съдържа много витамини, минерални соли, и въ голѣмо количество целулоза. Съ нея организма се насища съ достатъчно т. н. допълнителни храни и, доставяйки въ изобилие основи, тя алкализира телеснитѣ сокове, като действава противъ киселинното отравяне въ организма. Целулозата активира двигателнитѣ работи на храносмилателния каналъ и го всестранно оздравява. Нека само споменемъ нейното съдържание на скрита слънчева енергия и нѣкои хормони. Суровояденето въ неговата строга форма е изключително лечебна диета. Тя въ никой случай не е храна за доставяне на енергия, нито пъкъ такава за постоянно употребяване. Недоброто познаване на това строго разграничение е една отъ причинитѣ да се дискредитира лѣкуването чрезъ сурова храна.

Ние знаемъ, че здравия инстинктъ на днешния човѣкъ е претѣпенъ и извратенъ. Но за забелязване е, че съ малко воля и постоянство той се бързо корегира, влечението къмъ неестествена храна (месо, кафе, тютюнъ, алкохолъ, подправки и др.) намалява и охотата къмъ здравата вегетарианска и сурова храна се увеличава.

Любезний Гроте, не намирате ли, че разглеждане на въпроса за храната само отъ гледище на нейната калоричность е непълно? Доказване и свѣтлинната сила въ храната не е ли заслуга на Бирхеръ-Бенеръ, въ чийто теория Вие не желаете да вѣрвате? Истината заслужава си потѣта на благороденъ наученъ трудъ, за да се отпочнатъ системни проучвания въ това направление и се подирятъ научни доказателства за правотата на това Бирхерово учение. И, ако при тѣзи научни изследвания действително се докаже, че голѣмата лѣчебна сила на суровата храна се крие именно въ тази скрита въ нея слънчева сила, тогава Бирхеръ-Бенеръ ще е най-голѣмия гений и благодетелъ на човѣчество.

Азъ никога нѣма да забравя примѣра съ моята майка, чиято болестъ бери-бери можахъ да оздравя само чрезъ суровоядство. Касаше се за случай, който безуспѣшно лѣкуваха много прочути лѣкари на училищната медицина.

Спомнямъ си единъ мой разговоръ съ прочутия изслед-

вателъ на витаминитѣ, професоръ Reyher. Той ми казваше, че споредъ неговото мнение, повече отъ болеститѣ се дължатъ на витаминовъ недостигъ. Той бѣше на мнение, че съвременната наука далечъ още е недостатъчно развита за да може да схване и ни обясни голѣмото значение на витаминния недостигъ.

За да покажемъ правотата на инстинктивната диететика, ние си послужихме съ двата противоположни случая — безапетитието и прекалено силния апетитъ. Ясно е, че въ бъдаще проблема за храненето трѣбва да се разглежда отъ гледището на Бирхеръ-Бенеровото схващане, че стойността на храната се опредѣля не само отъ нейната калоричностъ, а преди всичко отъ нейното съдържание на светлина, скрита слънчева енергия, витамини, минерални соли, киселини и основи.

Г р о т е: Вашитѣ показания за прилагане на суровата храна се покриватъ съ тѣзи на именити професори на училищната медицина. Von Noorden още преди 40 години лѣкуваше нефрита съ гладуване и жадуване. Но тогавашната психоза за силно хранене стана причина метода да изпадне въ забвение и стана нужда въ края на миналата свѣтвна война моятъ учителъ Volhard да го „открива“ наново. На него благодаримъ днешното лѣкуване болеститѣ на кръвообръщението и бъбрецитѣ съ сурова храна. Всрѣдъ лѣкаритѣ тя се компромитира и не намѣри добъръ приемъ, защото сжщитѣ я безразборно и прекалено прилагаша, като я даже натрапваша като редовна и изключителна храна. За това допринесоха съ своя авторитетъ Chitenden и Hindhede, които правѣха безгранична и прекалена пропаганда. Азъ мисля, че тѣзи крайни течения ще изчезнатъ. Азъ вѣрвамъ, че разумното инстинктивно употрѣбаване на суровата храна, особено на прѣснитѣ сурови плодове, ще остане като здраво и трайно ядро на стремежитѣ за суроволѣчение. Разбира се отмѣрването на калориитѣ не изчерпва още проблема на храненето. Калориитѣ ни служатъ само за квантитативно измѣрване и сравняване на хранитѣ и то изключително по тѣхната горивна сила. Трѣбва да се запомни, че калориите не е никаква хранителна стойностъ. Докато се смѣсватъ понятията калоричностъ и хранителна стойностъ на храната не е възможно изграждането на каквато и да е диететика. Измѣрването по светлинни единици въ духа на Бирхер-Бенеровото учение и съгласно закона за енергията, е, разбира се, възможно. Но това измѣрване не ни дава нищо повече отъ туй, което може да ни даде квантитативната метода. Колкото се отнася до отмѣрването съ слънчева енергия, то това е толкова общо ориентиране, че за отдѣлния случай нищо точно не ни изразява. Че въ края на краищата живота идва отъ слънцето, това не е кой знае какво дълбоко откритие.

Много по-важно отъ физикалнитѣ методи и всички физи-

кални измѣрателни методи на хранителнитѣ количества сж клиническитѣ наблюдения върху ползата отъ различнитѣ дѣтни форми. А за да стане това, нужно е познаване по-горе пожеланата отъ насъ симптоматология на инстинктитѣ, точна и строга индикация за отдѣлнитѣ диетични храни, които да бждатъ отмѣрени по предварителна точно поставена диагноза за всѣки случай поотдѣлно. Общи впечатления, изградени върху тѣзи общи мнения, каквито Reyer е изказалъ предъ васъ, нѣматъ голѣма цена, защото, ако бѣхте водили разговоръ по неяснитѣ болестни състояния съ единъ психиатъръ, той щеше всичкитѣ да ги изтъкува като психоневрози, понятие, което не изразява никаква точностъ и никаква научна положителностъ.

Б р а у х л е: Препоръчанитѣ отъ Норденъ и Волхардъ лѣчебни диетични методи сж преди всичко научно потвърждение на отдавна прилагани отъ природолѣчението гладуване и суровоядство, за това ние сме благодарни на горнитѣ двама автори за голѣмата услуга, която тѣ извършиха на нашето дѣло. Би било голѣмъ напредѣкъ, ако се дойде до тамъ, че въ днескашнитѣ клиники и болници даване на сурови плодове и зеленчуци станеше обичайно явление. За съжаление, обаче, това далечъ не е така и въ болницитѣ продължаватъ все още да хранятъ болнитѣ крайно неправилно.

Гениалността на Bircher-Benner не се състои въ това да е открилъ, че слънцето е извора на живота, което вие иронично му преписвате като не особена заслуга, а—въ това, че той първи оценява стойността на хранитѣ по тѣхната свѣтлинна енергия, въ противоположностъ на училищнитѣ автори, за които мѣрката е калоричността. Той дѣли хранитѣ споредъ тѣхната свѣтлинна енергия на свѣтлинноносители отъ първи, втори, трети и т. н. разряди. Свѣтлинноносители отъ първи разрядъ сж суровитѣ плодове и зеленчуци. Колкото повече такива свѣтлинноносители отъ първи разрядъ (значи сурови хранителни продукти) съдържа храната на единъ човѣкъ, толкова тя е по-лѣковита и съ повече лѣчебни сили.

Може би има известна опасностъ, когато съ суровата храна се прекали. Когато имаме болестни състояния, при които можемъ да получимъ желания успѣхъ съ смѣгчено суовоядство, или просто като прибавимъ къмъ обикновената вегетарианска храна достатъчно сурови плодове и зеленчуци, нецелесъобразно е да подлагаме болния на строго и крайно суровоядство. Не трѣбва да се забравя, че храната е само единъ отъ многото лѣчебни фактори на биологичната медицина. Колкото и подходяще да е подбрана и комбинирана, даже и най-строгата свѣтлинноносителни сурови храни, нѣма да ни доведатъ до оздравяване, ако лѣчението не бжде допълнено съ слънчево облжчване, дихателни упражнения, тѣлесни

гимнастики, съ полезно движение, както и отъ разумни и пълни грижи за кожата.

Много уважаемиятъ въ нашитѣ срѣди Присницъ е хранилъ болнитѣ си даже предимно съ животинска храна, като сурови плодове не е давалъ, а боленъ, който е желаялъ такива, е трѣбвало самъ да си ги купи. Но така храненитѣ болни сж били подлагани на енергично лѣкуване съ студена вода. При такива методи той е получавалъ удивителни резултати и е станалъ свѣтовно известенъ. Това ни показва, че не храната е всичко въ лѣчебното изкуство, ако и тя да стои на първо мѣсто. Подходяше хранене, безъ прекаляване и крайности, комбинирано съ правилно съчетание на останалитѣ лѣчебни приложения на природолѣчението, сж правилното биологично лѣчение и това именно не бива да се забравя отъ болни и лѣкари, които ще се отдадатъ на природолѣкуване.

Водолѣчението въ миналото и сега

Знае се още отъ памети вѣкъ, че студената вода може да облекчи главоболието, да намали болката и да сваля високата температура на болния. Горещата вода пъкъ, приложена като горещи компреси или налѣта въ гумено шише, се употребява по цѣль свѣтъ за облекчаване на болки при разни възпалителни процеси.

Водата е била винаги крайно необходима за човѣка. Първитѣ човѣшки поселения сж били край рѣкитѣ или край моретата, защото тукъ хората сж намирали храна, вода за пиене, чистота, здраве и радостъ. Кжпането е било едно отъ тѣхнитѣ инстинктивни навици и е било свързано въ много случаи съ религиознитѣ имъ обряди. Евреитѣ, напримѣръ, имали виръ, нареченъ Ведеста (съ единъ ангелъ прислужникъ), за миене, което извършвали съ голѣма церемония.

Въ течение на вѣковетѣ, разни апостоли на водолѣчението се явявали и имали последователи. Освободениятъ робъ Антоний Муза се занимавалъ съ водолѣчение въ древния Римъ и излѣкувалъ неврастенията на Августа и на своя приятель Хораций. Водата е била винаги едно отъ лѣчебнитѣ срѣдства при лѣкуване на болести и предпазването отъ тѣхъ — такава е и сега и се прилага въ водолѣчебни институти въ Америка и въ Европа.

Римлянитѣ и гърцитѣ имали добре обзаведени бани, посещавани отъ хора, които искали да си възвѣрнатъ силата и здравето, загубени поради неразуменъ животъ. Споредъ сведения, стигнали до насъ отъ Хипократа, баща на медицината, живѣлъ 350 години преди Христа, отъ Галена, Асклепиада и много други, студената вода и разнитѣ бани сж били твърде ценно срѣдство при лѣкуване на разни болести

още въ най-древно време. Водата е била прилагана особено много при лѣкуване на разни трески и е била ценна твърде много, като лѣчебно сръдство. Въ тия времена, обаче, лѣкаритѣ не сж знаели нищо за кръвообръщението, не сж имали и понятие за жизненитѣ процеси на клеткитѣ и химическитѣ закони на живота сж били за тѣхъ дълбока мистерия. Съ такива оскъдни познания за живото тѣло, не бива да се чудимъ, като четемъ, че болестъта за тѣхъ е била нѣщо крайно загадъчно. Когато нѣкой заболѣвалъ, околнитѣ мислѣли, че той а хваналъ нѣщо или е билъ хванатъ отъ нѣщо. Чудното е, обаче, че и днесъ, въ 20-ия вѣкъ, когато науката е разлѣла толкова много свѣтлина по тия въпроси, безброй много люде все още иматъ погрѣшно разбиране за болеститѣ. Болестъта е просто послѣдствие на нарушение природнитѣ закони, и нейното премахване става следъ като тѣлото успѣе да се освободи отъ зловередното влияние, на което е било подложено.

Въпрѣки гоѣмата почитъ, съ която е била удостоявана водата като лѣчебно сръдство въ древно време, презъ сръднитѣ вѣкове хората добили съвсемъ друго разбиране за здравето. Въмѣсто луксознитѣ римски бани, които били сжщински палати, както духовенството, така и мирянитѣ усвоили предразсѣдака, че чистотата е противна на идеята за светостъта, че мърсотията е проявление на набожностъ. Земниятъ животъ е само една подготовка за бждещиятъ животъ; тѣлото е тленно и за презиране; душата е безсмъртна и за нея трѣбва да се грижимъ. Каква полза да миемъ това злочесто тѣло, което оталича душата отъ небето? Кжпането станало нѣщо твърде рѣдко. Кжщигѣ и народътъ станали нечисти и болни и епидемиитѣ следвали една друга. Познаването отъ древно време се смѣсило съ разнитѣ глупави разбирания и почти никой не полагалъ усилие да търси истината. Теорията, че болестъта има за изворъ естествени причини, които могатъ да се откриятъ и премахнатъ, била отхвърляна най-енергично. Хората се чувствували, че каквото и да ставало, било дѣло на Бога.

Но опустошенията, които правили разнитѣ епидемии отъ болести, накарали хората да промѣнятъ това погрѣшно схващане. Започнали да почитатъ все повече и повече тѣлото и да мислятъ, че то е, въ сжщностъ, храмъ на живия Богъ въ насъ. Прѣзъ сръднитѣ вѣкове много лѣкари, като Етиусъ, Павлусъ, Егинета и Парацелзусъ, почнали наново да изтъкватъ лѣчебнитѣ свойства на водата. Всички, обаче, мислѣли, че тя е полезна само при остритѣ збоявания. Не имъ идвало на умъ, че може да има нѣкаква стойностъ при дълготрайни боледувания.

Особено енергиченъ билъ Парацелзусъ, защото съчетавалъ естествената наука съ медицината. Билъ е отъ ония независими мислители, които намиратъ удоволствие да раб-

тять срещу старитѣ установени теории и ограничения на лѣчебнитѣ методи, завещани отъ Галена и други древни лѣкари. Той създаде изискани бански помещения, подобни на Хипократовитѣ, въ които болнитѣ били лѣкувани съ разни бани, споредъ болестъта имъ. Въ съчетанията си, които ни е оставилъ, намираме описание на бани за ржцетѣ, за краката и за разни симптоми при различнитѣ болести. Изобщо неговото мото било: „Природата е учителъ на науката“.

Едва въ 17-то столѣтие било събрано и препечатано всичко, което било известно за водолѣчението. Въ 1673 год. Никола Ланциани, единъ неаполски лѣкаръ, публикувалъ една научна книга върху значението на водата за здравето тѣло. Въ Англия, около началото на 18-то столѣтие, Съръ Джонъ Флойеръ и д-ръ Байнардъ прилагали обширно водолѣчението. Като плодъ на тѣхното сътрудничество била книгата „История на кжпането съ студена вода въ древно и въ сегашно време“. Изпълнена е съ практична мждростъ и полезни съвети. Флойеръ, който билъ лѣкаръ въ Лихфийлдъ, билъ поразенъ отъ благотворнитѣ резултати, които добивали околнитѣ селяни, като използвали водата на нѣкои извори. Това го накарало да изучи историята на кжпането съ студена вода и да напечати тази книга около 1702 година. Претърпѣла е нѣколко издания въ късо време и послужила за основа на една друга книга, която се явила въ 1739 год. озаглавена: „Лѣчебнитѣ свойства на студената вода, приложена вътрешно и външно, както се вижда отъ опитъ“. Авторътъ на тази книга билъ д-ръ Ханъ отъ Силезия.

Книгата на Ханъ била по-научна и основана на личенъ опитъ, тъй като той упражнявалъ водолѣчението. Тя станала причина да бждатъ основани много дружества по цѣлата страна, целъта на които било да се популяризира употребата на водата и диетата въ медицината.

Окало три четвърти отъ тежестъта на човѣшкото тѣло се дължи на вода. Понеже тази вода се постоянно изхвърля отъ тѣлото чрезъ бжбрецитѣ, кожата и бѣлитѣ дробове, тя трѣбва непрекъснато да се подновява. Следователно водата е съществено нѣщо при храненето — дори по-съществено отъ храната. Благодарение на нея, много отрови отъ тѣлото се събиратъ и изхвърлятъ навънъ. Безъ воде не може да работи никой органъ.

Но водата докарва и промѣни въ известна частъ на човѣшкото тѣло, каквито никое лѣкарство не може да причини. Така, напримеръ, чрезъ гореща вода можемъ да разширимъ кръвоноснитѣ съдове по кожата и така да докараме повече кръвъ въ нея, или да ги свиемъ чрезъ студена вода, и да отпждимъ кръвъта отъ нея. Седящата баня, твърде много популярна въ миналото и днесъ, е едно отъ най-сигурнитѣ срѣдства при лѣкуване на много възпалителни процеси въ тазовата кухина, като болести на пикочния мѣхуръ, матката,

яйчниците и т. н. Изобилнитѣ кръвоизлияния въ критическата възраст у жената, сърбежитѣ и пр., се облекчаватъ най-лесно съ такава баня.

Водата, въ най-различнитѣ ѝ форми — гореща, студена, хладка, ледъ и пара — днесъ е едно отъ най-добритѣ тѣлесни сръдства въ ржцетѣ на единъ добъръ лѣкаръ не само въ специално построениѣ за тази цель водолѣчебни институти по свѣта, но дори и въ всѣкидневната му практика.

(Изъ в. „Добро Здраве“)

Другитѣ за природолѣчението

Господине докторе,

Случайността ме накара да се запозная съ Вашата литература и Вашата гениална идея. Още отъ прогимназията аз почнахъ да се занимавамъ съ литературата ви, четѣхъ Ваши списания и книги, които като че ли ми говорѣха искрено и ми казваха, че ще ми дадатъ нѣщо ново.

Отначало азъ не вѣрвахъ и мислехъ че всичко това е лъжа. Но когато ми се отдаде последния случай да изпитамъ лѣчебнитѣ свойства на природата, азъ напълно се увѣрихъ и последвахъ тази свѣта истина. Не вѣрвахъ, че ще мога да доживѣя дори една година бѣхъ отчаянъ. Когато почнахъ да се лѣкувамъ съ природнитѣ методи, азъ видѣхъ, че съмъ се лъгалъ. Много ми се смѣяха, но азъ не спрѣхъ, не можахъ да убиятъ желанието ми и азъ се изцѣрихъ. Не една година, а ето цѣли 5 години и азъ все не съмъ умрѣлъ, в напротивъ, станахъ 10 пжти по-здравъ отъ всѣки здравъ човѣкъ.

Съ настоящето си писмо, ида да Ви поздравя за тежната борба, която сте поели срещу невежеството.

Харманлий, 6. XII. 1942 год.

В. Т. А.

Настоящия брой 3 — 4 излиза късно поради технически причини.

Този брой се изпраща само на отчетенитѣ абонати. На неотчетенитѣ списанието е вече сръбно. Молимъ съдействайте за отчитането на близки и познати.

Поскъпването следъ почванѣ новата година стана за хартията 2 пжти, за печатъ 3 пжти. Сжщиятъ абонаментъ отъ 50 лв. не може да покрие нуждитѣ на списанието. За това молимъ, нека всѣки ни даде по единъ новъ платенъ абонатъ, за да можемъ да довършимъ годината

С П И С Ъ К Ъ

На полезни книги по природно лѣкуване, които всѣки трѣбва да има въ своята домашна библиотека. Купете си ги!

Доставя въ предплата, авторътъ Д-ръ Кирилъ Йордановъ бул. „Мария Луиза“ № 34 гр. Варна. Тел. 28-46. Чекова сметка 23-91.

№	лв.
1. Варна — какво, какъ лѣкува (изчерпана)	10
2. Здрава, млада, хубава (изчерпана)	10
3. Подмладяване на жената (изчерпана)	10
4. Лѣкуване съ вода	20
5. Лѣкуване съ пара	15
6. Кратъкъ курсъ по хигиена	20
7. Ревматизма и лѣкуването му (второ издание)	20
8. Лѣкуване по Шротъ — чудотвореца на Линдевице	20
9. Четквия масажъ — първостепененъ лѣчебенъ факторъ за здравъ и болни (второ издание)	10
10. Лѣкуване съ гладъ (постъ) — безкрѣвната операция на природното лѣкуване	15
11. Наука за суровоядене — суроволѣчение (изчерпана)	15
12. Закаляване на тѣлото (изчерпана)	5
13. Чистота и здраве (за деца, юноши и родители)	5
14. Хигиена на старостта, или какъ да живѣемъ въ напред. възраст	15
15. Захарната болестъ и лѣкуването ѝ	10
16. Загадката на главобола	10
17. За майките — кърмене, захранване и отбиране	10
18. Душове, компреси, клизми, промивки и др. специални при- ложения на природолѣчението (изчерпана)	10
19. Кожните болести и тѣхното лѣкуване	15
20. Криза въ медицината — ново изграждане чрезъ природолѣчение	10
21. Лѣкуване на температурно болни (второ издание)	15
22. Студенитъ врака като болестна причина (изчерпана)	5
23. Биологична Медицина или алопатия — единъ наученъ споръ	20
24. Природосъобразенъ животъ или къмъ здраве и дълголѣтие	25
25. Медътъ като храна и лѣкарство	10
26. Остъръ ставенъ ревматизъмъ (второ издание включена въ № 7)	
27. Болести и страдания на жената	10
28. а) Мисълта лѣкува, б) лѣкуване съ ултравиолетови лъчи	5
29. Болести на бобрещитъ и мѣхура	10
30. Критическа възраст у жената	10
31. Високо кръвно налягане	10
32. Цвета на очитъ като огледало на нашето здраве	10
33. Лѣчебни бани съ билкови отвари	5
34. Болести на сърцето, артериитъ и венитъ	20
35. Туберкулоза на бѣлитъ дробове и нейното природно лѣкуване	30
36. Самопомощта въ живия организъмъ	20
37. Бронхиална астма	20
38. На борба съ старостта и методитъ на подмладяване	25
„Красота и здраве“ — гимнастическо табло	10

Абонирайте се за
сп. „Природенъ лѣкаръ“

Годишенъ абонаментъ 50 лв.

Исканге безплатенъ пробенъ брой.

Адресъ: бул. „Мария Луиза“ 34 — Варна Телефонъ 28-46