

«ЗДРАВНЕ» излиза три пати въ мѣсецъ: на 1-о, 10-о и 20-о число. Цѣната му е за година десетъ лева въ България и двѣнайсетъ лева за въ странство. — Абонатите се адресиратъ направо до редакцията, въ гр. Варна, същевременно като предплатятъ съ пощенскій записъ или бонъ (а не въ марки). — Обявления се приематъ съ плата по 30 стот. за единъ рѣдъ петитъ.

ЗДРАВНЕ

За всяка напечатана въ «ЗДРАВНЕ» оригинална статія редакцията плаща по петъ стотинки за всякий рѣдъ. — За промѣняване адресътъ на спомоществователя се плаща 40 стотинки, безъ които адреса не се промѣнява. Заявления за непозуването на нѣкой брой трѣба да се правятъ не по-късно слѣдъ получаването на слѣдующий брой; въ противенъ случай се оставатъ безъ послѣдствие.

ОБЩЕДОСТЪПЕНЪ МЕДИЦИНСКИЙ И ХИГИЕНИЧЕСКИЙ ВѢСТНИКЪ

Per noctem ad lucem!

Отъ мрака къмъ свѣтъ!

СЪДЪРЖАНИЕ: Гробищата. (край). Отъ професора А. П. Доброславина. — Върху жѣлоболитето. Отъ жѣлний лікаръ Н. А. Мушлеръ. — Лечебна диетика. Отъ проф. Ф. Невъ. — Домашна аптечка. Отъ професора Ф. Нуссбаума. — Слъсъ. — Обявление.

Гробищата.

Отъ професора А. Доброславина.

(Край.)

Какви правила трѣбва да се нарѣдятъ за избиране мѣстото на гробищата?

За погребването на тѣлата ние трѣбва да избираме такава почва, която да бѣде, колкото се може, по-способна да разлага по-скоро труповетъ, понеже тѣ за тази цѣль се и заравятъ. Но ние срѣщаме твърдѣ често такива гробища, въ които трупове, изровени 10, 15 години слѣдъ погребването, намиратъ ги съвършено неразложени. Ние знаемъ, че по нѣкои мѣста изъ Кавказъ се намиратъ пещери, въ които труповетъ се намѣрватъ изсѣхнали, но не разложени. Увѣряватъ, че въ околноститъ на Петербургъ, вслѣдствие на окаменяването, почвата спазва въ себе си тѣлата на мъртвитъ въ нетлѣнно състояние. Но намъ цѣльта ни е да направимъ така, щото гнилостниятъ материялъ да се разложи колкото се може по-скоро. Слѣд. при избиране мѣсто за гробища ние трѣбва да се грижимъ да намѣримъ почва, която спомага за разлагането. За тази цѣль е нужна почва, която може да просмухва водата и да не е твърдѣ влажна. Най-добра почва за това е тази, която съдържа едрозърнестъ пѣськъ, разми-сецъ съ не голѣмо количество органически

вещества и съ незначителна стѣпень влага. Много сухата почва мунифицира труповетъ; много влажната почва способствува да се образува мазиния воскъ, слѣдователно, трѣбва почвата да държи среда между тия; нуждно е още, щото почвата да бѣде достъпна за въздуха и да не е съвсѣмъ лишена отъ влага, а най-главното е — да се намиратъ въ нея органически вещества, тъй като тѣлата се унищожаватъ не само чрезъ разлагане, но и чрезъ долни организми. Въ гробоветъ работятъ инфузории и гѣбници, даже червен, ларви (личинки), бръмбари, и въобще цѣлъ свѣтъ отъ насекоми и долни животни и растения, които разидатъ трупътъ, разрушаватъ го въ твърдѣ късо време, слѣд. нужна е такава почва, въ която се развѣждатъ всички тия организми. Ако вземете ронливиятъ пѣськъ безъ примѣсъ поне отъ най-малко количество органически вещества, то животътъ за тия организми е невъзможенъ и трупътъ не ще може да достигне бързото си и пълно разлагане.

Миѣцията за срокътъ, презъ който могатъ труповетъ да изгниятъ, сѣ крайно раздѣлени: Рунелъ предлага 30 години, като казва, че слѣдъ 30 год. гробътъ може да се разтвори, понеже трупътъ въ него се е разложилъ съвършено; Регелъ дава по-малко количество време, по все пакъ казва, че трѣбва отъ 20—30 год., а Нейтенкоферъ предполага, че е достатъчно отъ 7 до 9 години. Въ различни страни ние срѣщаме различни срокове, слѣдъ истичането на които ветхитъ гробища могатъ да бѣдѣтъ разри-нати и прекопани, и ветхитъ гробове да служатъ за нови погребвания. Но всички

тия срокове сж основани на твърдѣ неустойчиви предположения.

Практическиятъ правила за избирание най-сгодно мѣсто за гробища трѣбва да бжде слѣдующитѣ: мѣстото трѣбва да бжде доста издигнато, водоупорниятъ му пластъ да бжде наклоненъ къмъ противоположната страна на градътъ. На водоносенъ пластъ трѣбва да се търси почва, която съдържа варовити дамари или кварцовъ пѣськъ. Освѣнъ това мѣстото, което се опредѣля за гробища, трѣбва да бжде колкото се може по-широко, пресмѣтнато на средното число на умрѣлитѣ въ една година, тъй щото за всѣки гробъ да бжде отдѣлено не по-малко отъ единъ сажень. Предварително мѣстото трѣбва да се раздѣли на нѣколко участъка, така щото догдѣ се напълни и най-последниятъ, първиятъ да бжде готовъ вече за ново погребване. Слѣдъ 10 години първиятъ участъкъ може да се раскопава и да служи за нови погребвания. За да се запазятъ гробищата отъ почвенната вода, трѣбва да се окопаятъ съ ровъ, който да бжде дълбокъ повече отъ дълбочината на гробоветѣ; тая вода трѣбва да се отведе на мѣсто отнапредъ опредѣлено, на пѣсьчно поле, което може да се мори отъ тая вода. Гробищата трѣбва да се посадятъ съ бързорастителни дървета; бусоритѣ (гжсталацитѣ) трѣбва да се избѣгватъ, и да се търсятъ такива дръвца, които пущатъ корени на дълбоко и слѣд. помагатъ за пречистване на почвата. Растителността изъ гробищата въобще спомага за пречистването имъ и прави външниятъ имъ изглѣдъ доста приятенъ. Самото погребение на труповетѣ трѣбва да става на дълбочина по-малка отъ единъ сажень; колкото е по-дълбокъ и по-недостѣпенъ за въздуха гробътъ, толкова по-малко сж благоприятни условията за погребването. Труповетѣ трѣбва да се заравятъ добръ и прѣстѣта добръ да се пребжтѣ. Слой отъ единъ метръ дебелъ е достатъченъ за да филтрира (прецѣжда) всички гнилостни частички и да не допуца гнилостнитѣ газове да излизатъ навънъ. Всички тия условия за гробищата ние можемъ да ги приемемъ като напълно цѣлесобразни.

Освѣнъ погребванетоъ въ земята, въ за-

падна Европа е развито доста още и стремление къмъ въздушното погребение. Това въздушно погребение може да бжде два вида: или се изгарятъ на огънь труповетѣ, или другъ родъ погребение, за което ще кажемъ по-нататѣкъ. Изгарянето на труповетѣ, по причина на недоволството, което предизвиква то въ малкообразованнитѣ хора, които не сж привикнали на такова обхождане съ труповетѣ на роднинитѣ имъ, по причина на религиозни възглѣдове, по причина на противодѣйствието, което духовенството оказва по всички страни, понеже ще изгуби доходътъ си отъ гробищата, ако почнатъ да се горятъ труповетѣ, — по тия всички причини този способъ не може да се въведе тъй скоро, и за това още, че той изисква доста голѣми разноси; трѣбва голѣмо количество топлина, която струва доста скъпо за обикновенитѣ потребности на живота. Толкова по-скъпа ще бжде тя по тази причина, че се изисква такава голѣма масса топлина единствено само за изсушаването на венчната вода въ труптѣ, за да стане тоя последниятъ сгоденъ за горѣние. Но защитницитѣ на тоя способъ въ западна Европа твърдѣ бързо се умножаватъ, защото населението расте въ громадни размѣри и всѣка пивица земя става доста скъпа, особено въ околноститѣ на градоветѣ. Слѣдователно тука излизатъ на сцена повече економически възглѣдове, отъ колкото санитарни. Въ Белгия гробищата захващатъ около 7,500 хектара и струватъ капиталъ 40,000,000 франка, тъй щото справедливо забѣлѣзватъ нѣкои си, че този капиталъ е конфискованъ за въ полза на мъртвитѣ. Не можемъ да не спомѣнеме тука, че напразно се трудятъ нѣкои си да намалятъ разносикитѣ за изгарянето, ако ще би да го докаратъ даже до най-свършенъ способъ, защото като поставимъ разносикитѣ за изгарянето ерѣщу разносикитѣ за погребванетоъ въ земята, то ще видимъ, че разносикитѣ за изгарянето замѣстватъ само разносикитѣ за ископаване гробътъ и за купуване мѣстото на гробътъ, слѣдователно, относително разносикитѣ погребението остава си все едно и сжщо чакъ до тогава, до когато сжществуватъ религиознитѣ обряди. Не ще сѣмѣняне, че ако

сравнимъ при такива условия изгарянето съ заравненето въ земята, то второто ще излѣзе много по-евтино отъ първото. Но въ западна Европа, понеже земята е малко и много скъпа, то скоро ще бждѣтъ принудени да започнатъ погребението чрезъ огънь. Колкото за у насъ, можемъ да кажемъ, че едва ли ще има нужда да се въвежда погребението чрезъ огънь, тъй като ние имаме мѣста доста широки, а освѣнъ това населеността не е толкова претрупана. Отъ друга страна, като вземемъ въ внимание, че савитарнитѣ условия за гробищата сѣ само предположително вредни, то можемъ да избѣгнемъ тая възможна вреда, като устроиме гробищата си добръ. Струва ни се, че у насъ нѣма да се намѣрятъ гробища толкова скъпи, както въ западна Европа, тъй щото ние можемъ още много време да си преминемъ безъ погребението чрезъ огънь.

Втория родъ въздушно погребение, който се практикува на югъ, напр. въ Мадридъ, Неаполъ и др. е слѣдующия: направятъ една доста дълга каменна стѣна (зидъ); вътрѣ въ нея извиватъ единъ видъ пизули (куфини, като малки станчепи); въ тия пизули турятъ гробоветѣ единъ до други и затулюватъ добръ отвѣрстията на стѣната. На тая стѣна се глѣдатъ само надписитѣ, съ-отвѣтствующи на гробоветѣ на покойнитѣ; цѣлиятъ рѣдъ на гробоветѣ се затваря въ бетонна или туфляна доста дебела кора, която, като изсхне отъ влиянието на външната атмосфера, става съвършено проницаема за въздухътъ и газоветѣ, а съвсѣмъ непроницаема за форменнитѣ частички, кои се издигатъ отъ трупътъ. При това разлаганнето става доста бързо и може да се свърши даже по-рано отъ 7 години. Тука може да се появи възражение, че по таковъ начинъ ще се раздава голѣма воня, но именно това нѣма да бжде. *Гратри* направилъ наблюдения и показалъ, че ако туримъ нѣкой трупъ въ единъ бетоненъ саркофагъ, той не ще распрѣсва никаква воня, понеже, както помѣнихме по-горѣ, вонята е завися отъ нищожното количество газове аммониякъ или сѣроводородъ, които се образуватъ отъ гниенето, а завися именно отъ форменнитѣ гнили частички, които се от-

късватъ отъ трупътъ и плаватъ изъ въздухътъ, та когато паднатъ на слизистата покривка на носътъ, тѣ причиняватъ воня на обонятелниятъ нервъ, а аммонияка и сѣроводорода, като газове, распрѣсватъ се изъ атмосферата, тъй щото едвамъ ли могатъ да се осѣщатъ отъ слизистата покривка на носътъ. Бетонната кора прецѣжда трупнитѣ частички и не ги пуца да излизатъ навънъ въ атмосферата. Този вториятъ способъ за погребение има преимущество въ това, първо, че не се захващатъ голѣми пространства за гробища, второ — частичитѣ отъ трупътъ не могатъ да се распрѣсватъ изъ атмосферата и трете, трупътъ изгнива много по-скоро отъ колкото въ земята. Слѣдователно, този способъ може да помири гонителитѣ и защитницитѣ на гробищата.

Върху забоболието.

Отъ Н. А. Мушлеръ,

зѣбний лѣкаръ въ София.

Всѣкий човѣкъ знае да посѣвѣтна поне едно средство противъ нетърпимата и убезпокоителна болка (забоболието), която често пѣти по цѣли нощи не дава на човѣка да си отпочине и му препятствува въ всѣка работа; но почти нито едно отъ препорѣчанитѣ средства не принася никаква полза, но, напротивъ, при това често се изгарятъ вѣнцитѣ и устата, па даже се повредятъ и другитѣ зѣби, а болниятъ е принуденъ да търпи болката, до като ти ся уталожи отъ сама себе си. И тогавъ единъ другиго пита, защо това или онова средство на едного помогнало, а на другиго — не, безъ да намиратъ отговора на това питанне.

Не ще съмнѣние, че всѣки съ удоволствие би желалъ да узнае по какъвъ начинъ може да си помогне въ такъвъ случай, а особено да знае средството, съ което може да се предпази въ бѣдѣще отъ подобна мъчителна болѣсть.

Всѣкому е извѣстно, че забоболието, което захваща отъ най-малкото сърбение, достига до безумие; много пѣти не оставя болния нито на една минута спокоентъ, мѣчи го деня и нощи, трае седмици, даже по нѣкогашъ и мѣсеци, и влияе върху болния сѣщо, както нѣкои дълго-временна и опасна болѣсть: страдающия ослѣбва до такава степенъ щото едва ходи и исхва. Но тукъ азъ ще говоря именно за болка отъ средна степенъ, която най-често се случавя, тъй като и тя вече е нетърпима за

всѣкнго, който и да е той — Тѣденъ или бо-
гатъ, тѣлесно или умствено работи той. Ма-
каръ болката да не е доста значителна, но у-
ченниъ не е въ състояние да държи въ порядъ
своитѣ мисли; ученикъ не може да рѣши
своята задача; младата госпожа, която е при-
готвена за да отиде на балъ и си фантазира
за веселото забавление, завчасъ получава жъ-
боболне и е принудена ядосана да остане у
дома си; нѣкой си се намира въ веселото об-
щество и му миришатъ вкусни ястията, а щомъ
започне жбоболнето, тогава и най-вкуснитѣ
ястия не му аресватъ и той е принуденъ да
става гладенъ отъ массата.

Много вредително дѣйствува жбоболнето
върху тѣжкитѣ жени. Вслѣдствие на тѣхното
положение, — приливанието на кръвта въ
главата имъ (congestio), по-големата раздра-
нителностъ (нервностъ), — такива жени се из-
лагатъ на по-големи мъки отъ другитѣ хора и
тѣхната болѣстъ дѣйствува върху самото дѣте,
може злѣ да повлияе въ бъдѣщото развитие на
тѣлото му.

Жбоболнето тѣй смѣщо вредно влияе и върху
майкитѣ, когато доятъ дѣцата си: постоянното
отдѣляване на млѣкото, грижата върху дѣ-
тето и нощното бдѣние при него значително
отниматъ силитѣ на дойката, слѣдователно нѣма
сѣмѣйние, че жбоболнето вредно се отразява
както върху майката, тѣй смѣщо и върху дѣ-
тето.

Тука за не излишно считамъ да кажа нѣщо
си върху жбобитѣ. Жбобитѣ служатъ за раздроб-
ване и растриване на храната, при което
плюнката играе важна роль, защото безъ нея,
първо, растриването било би много трудно, а
второ, че храната, въ сухото си състояние,
не би могла да влѣзе въ желудѣка, който тѣй
смѣщо не би могълъ да върши длѣжността си,
ако би храната не била мокра и чрезъ жбобитѣ
раздробена. Отъ тукъ става явно, че плюнката
е безъ друго потребна при раздробяването и
смилаането на храната. Слюнката измѣнява
скорбѣнитѣ части на ястието въ захаръ и ги
прави годни за храната. Храната чрезъ гър-
лото влиза въ желудѣка и въ червата; тамъ ѝ
се отниматъ хранителнитѣ части, а другитѣ
непотрѣбни се отдѣляватъ. За да могатъ ос-
татѣцитѣ да преминатъ пѣтътъ, който е при-
близително петнадесетъ аршина дълъгъ, трѣбва
храната да бѣде най-напредъ добръ раздро-
бена чрезъ жбобитѣ и намокрена съ плюнка, а
за това безъ друго смѣ потребни здрави жбоби,
и тогазъ на желудѣкътъ ще бѣде по-леко да
извърши своята служба.

Освѣнъ недостатѣчното раздробление на я-
стията и липсуване на плюнката, смилаането
става много трудно по причинъ на лютитѣ
устни сокове, които ставатъ често отъ гнилитѣ
жбоби, отъ тѣхнитѣ гнили корени и нездравитѣ

вѣнци, както и отъ ранитѣ, които се намиратъ
въ устата. Отъ послѣднитѣ истича гной, който
заедно съ плюнката се глѣта. По нѣкогашъ
количеството на гнойтъ е толкозъ значително,
щото се развалятъ желудочнитѣ сокове, по която
причина се разболява желудѣкътъ и препят-
ствува на рѣдовното смилаане.

Въ този случай въ устата става много не-
приятна миризма. Човѣкътъ може да бѣде най-
пристоенъ и любезенъ, може да има голѣми
превъзходства, все пакъ неприятната миризма
отстранява всѣкнго отъ него и даже онзи, който
е принуденъ да се доближи при такава лич-
ностъ, прави това съ вѣтрѣшно незадоволствие
и съ затворени уста, за да не диша развале-
ний вѣздухъ. Колко смѣ нещастни онѣзи, които
търпятъ този товаръ! Но колко смѣ още по-
нещастни ближнитѣ, които смѣ принудени да
търпятъ заедно съ него, може и цѣлий животъ,
а пакъ на такава болка често веднага може да
се спомогне.

Жбобитѣ смѣ потребни за задържане на плюн-
ката въ устата. Не само преднитѣ, но ако лип-
суютъ боковитѣ (на страна) жбоби въ долната
челюсть, то плюнката истича задъ долнитѣ
устни и при говорението често бива исхвър-
лена, особено отъ онѣзи хора, които страдатъ
отъ значително образуване на плюнката. По-
нятието за човѣческата красота е много раз-
лично, но всичкитѣ хора смѣ съгласни, че жъ-
битѣ се аресватъ, когато смѣ чисти, лѣскави и
бѣли, ако стоятъ на равна линия, не смѣ гнили,
но смѣ обиколени отъ здрави вѣнци. Най-любѣ-
ното лице се въобразява украшено, когато при
смѣненето се виждатъ два рѣда хубави жбоби
по между розови здрави устни.

Често трѣбва да се зачуди човѣкътъ какъ нѣ-
кои си хора не се гнѣсятъ сами отъ себе си,
когато иматъ устата пълна съ нечистотии и
лошово вонящи жбоби? Колко е отвратително,
когато красиво лице, щомъ отвори устата, по-
казва чернитѣ си жбоби, покрити съ желта или
зелена згорня или надути сини вѣнци. Неволно
човѣкътъ глѣда съ отвращение, неволно смѣди отъ
небреженето на жбобитѣ върху нечистотата и
безпорядѣкътъ въ домашния животъ. Азъ не
желая дълго върху това да се распространя-
вамъ, но само ще спомѣня, че по тая причина
вече не едно съпружество се е раздѣлило и не
една мома изгубила своето щастие.

Не трѣбва прочее да мислимъ, че е доста-
тъчно когато космитѣ смѣ хубаво исчесани и
дрѣхитѣ смѣ нови и чисти, то устата могатъ
да бѣдѣтъ нечисти, тѣй като вѣтрѣ никой нѣма
да глѣда. При изгнилитѣ жбоби устата прили-
чатъ на вѣти развалини и само тукъ-тамъ се
въздига бѣлъ жбобъ, като доказателство на бивша
красота. Всѣкий, а особено младитѣ госпожичи
си задаватъ много трудъ за да отстранятъ този
неприятенъ позоръ чрезъ спускаането на гор-

нята устия, която, като говорятъ, почти никакъ не движатъ и, за да не отварятъ устата, не си позволяватъ никакъвъ смѣхъ. Какви млечотни ерѣщатъ такива хора въ весело общество, когато виждатъ, че другитъ свободно се забавляватъ! Но най голѣмата неприятностъ, която предизвикватъ лошитъ зѣби, се явява въ време на яденнето, а особено въ чуждо общество. Страдающия отъ зѣбоболне страхува се отъ неприличие да извади едно парче мѣсо, което той веднажъ взелъ въ устата; а какво да се прави? Испърво той се опитва да раздѣли нѣкакъ парченцето, но напразно: липсването на зѣбитъ, или болящия зѣбъ, болящитъ корени, или, най послѣ, болящитъ вѣнци не дозволжаватъ това. Той съ голѣма охота би извадилъ късчето отъ устата си за да го тури тайно въ джebътъ си, което понѣкогажъ ѝ се прави, но и то не всѣкогажъ е възможно, понеже се страхува да не бѣде забѣлѣженъ, и тогавъ човѣкъ е принуденъ да гълта единъ късъ слѣдъ други нераздробенъ. Въ такъвъ случай човѣкъ не само че не намира никакво удоволствие отъ яденнето, но усѣща болкитъ въ зѣбитъ, вѣнцитъ и желудъкътъ.

(Слѣдва).

Лѣчебна диететика.

Отъ проф. Ф. Песю.

Спорѣдъ положението, което храната заема относително различнитъ жизненни отправления, диететиката, не само че може да бѣде приложима за поддържане на живота, но съ правилата ѝ можемъ успѣшно да се ползуваме и при лѣкуването на различни болѣсти. При обикновеннитъ условия ний се ръководимъ инстинктивно въ избирането на храната и питието. До тогава, додѣто човѣкъ се задоволява съ проста храна, може да се опредѣли количеството на твърдата храна и на питиетата по усѣщанieto на глада и жаждата. При твърдъ много болѣсти тѣзи усѣщания се явяватъ, но така превърнати и измѣнени, щото природата не може вече да ни даде извѣстни показвания; въ такива случаи умътъ трѣбва да ни покаже, какво именно трѣбва да се даде на болния. При подобни условия характера и количеството на назначената за болния храна могатъ да окажатъ силно влѣяние, както въ това, тъй и въ друго направление, т. е. тѣ могатъ да направятъ състоянието на болния и по-добро и по-лошо. Предъ видъ на всичко това диететиката придобива съвършено важно значение: отъ насъ се изисква не само внимание, но и искусство; и нѣкой не ще може да ни обвини въ преувеличение, ако кажемъ, че успѣхътъ при лѣкуването на болѣстите въ значителна степенъ зависи отъ разумното назначене на

храната. Като имаме работа съ болни, често сме принудени да дохождаме до това затруднение, че не можемъ да ги заставимъ да изядатъ необходимото количество храна. Желанието ни да ядемъ зависи отъ състоянието, както на тѣлото ни, тъй и на настроението ни; затова именно трѣбва преди всичко да дадемъ на храната приятни на глѣдъ и на вкусъ свойства, а за да възбудимъ и поддържимъ изчезналния или слабия апетитъ, трѣбва да се погрижимъ тъй сящо и за възможното разнообразие на храната. Въ това именно и се заключава главната задача при назначаването на болнитъ тази или онази диета. За съжаление обаче е, че твърдъ често не зематъ това въ внимание и назначаватъ на болнитъ съвършено еднообразна храна. Освѣнъ това не трѣбва да забравяме, че потребността отъ храната зависи отъ надлѣжното ѝ всмукване; и затова отсѣмствително на апетита твърдъ често зависи отъ разстройството въ храненнето. Относително храненнето важно е не това, което ядемъ, а това, което смиламе, прибравме и прилагаме на различнитъ потребности на организма. Храната, като се въведе въ стомаха, ако не се смѣли, ако не стане годна за кръвъ и ако не се употребѣи, може да стане источникъ за раздражения и да нанесе вреда. Влѣдствие на това би било погрѣшно да предполагаме, че всѣка въведена въ стомаха храна трѣбва да се окаже полезна. Итъма, разбира се, съмнѣние, че ако придумваме болнитъ да опитатъ т. е. да вкусатъ отъ туй или онуй ний можемъ по нѣкога да имъ принесемъ полза; но въ повечето случаи, както ми се струва, хората напразно безпокоятъ и себе си и болнитъ съ непрекъснатитъ си молби за да ядатъ туй или онуй. Въ нѣкои случаи болнитъ до толкова се противятъ да приематъ храна, щото се поражда въ тѣхъ отвращение, което оказва много по-силно влѣяние на мускулитъ, отъ колкото произволнитъ тласкания и подбуждания; по такъвъ начинъ и самото глтанне става невъзможно. Количеството на внесената заеднажъ храна трѣбва да съотвѣтствува на количеството, което болния може да смѣли, и колкото по-малко се окаже внесената заеднажъ храна, толкова по често трѣбва да се повторя яденнето. По-малко и често — може пъ много случаи да се признае за необходимо правило; и твърдъ много зависи отъ това, съ каква точностъ се то изпълнява. Значението на това правило зависи, освѣнъ отъ изложенитъ сегички условия, още и отъ това, че въ преже на болѣстъ организма не е въ състояние да търпи дълго време безъ храна. Когато се яде често, естествено, се забѣлѣзва отсѣмствие на апетита даже въ тѣзи случаи, когато има всичкитъ условия, които могатъ да доставятъ на болния апетитъ. Този фактъ трѣбва да се вземе въ

внимание, и щомъ състоянието на болния се подобри, трѣбва да се възвърнемъ пакъ къмъ естественното разпредѣление на храната. При всичкитѣ условия непременно трѣбва да се пази това правило, щото качеството и количеството на храната и временнитѣ разстояния между храненията да бѣждѣтъ колкото се може същитѣ, както и при здоровото ни състояние, разбира се, до колкото това е съвмѣстно съ болѣстѣта на болния.

Като говоримъ за най-сгодната диета при различнитѣ болѣстни състояния, необходимо ни е, разбира се, да обърнемъ вниманието си на частнитѣ лошесочия или на такива състояния на тѣлото, които зависятъ отъ извѣстенъ родъ храна, защото само по такъвъ начинъ ще можемъ умно да постѣпваме при назначаването на болѣстнотѣчебната диета. Преди всичко трѣбва да помнимъ, че нашата естествена храна трѣбва да бѣде смѣсъ отъ животна и растителна, че на различния начинъ живѣяние съответствуватъ и различни съединения храни и най-сетѣ, че ако човѣкъ получава несъответвующето нему съединение отъ различни храни, то това непременно трѣбва да развие туй или онуй болѣстно състояние. Тѣй напр. подъ влиянието на диета, крайно богата съ азотъ, нашия организмъ трѣбва да изпълнива усилено отлѣчване. Азотното вещество, като влезе въ организма въ излишно количество, не може да се употреби за растение и подновяване на тканитѣ въ тѣлото и за това се подлага на обратно превръщане и отчасти се превръща въ извѣстни, безполезни, азотисти продукти, които трѣбва да се изхвърлятъ отъ тѣлото ни чрезъ различнитѣ ни жлѣзисти органи. Ако човѣкъ прави много физически трудъ и поддържа по този начинъ кръвообращението си въ дѣятелно състояние, въ организма му има благоприятни условия за поглѣщането на кислорода и за нужното настѣпване, както на метаморфозата, тѣй и на отлѣчванията. При такива условия диета, която съдържа въ изобилие азотисти вещества, се понася лесно и спомага за бързото образуване на тканитѣ и за най-голѣмо развитие на тѣлесното здравие и физическитѣ сили. Тази същата храна, обаче, при сѣдящия образъ на живѣянието дава съвършено обратни резултати. Лѣнното кръвообращение, което съществува у хора, прекарващи единъ сѣдящъ животъ, естествено причинява недостатъчно окисляване; послѣдното, отъ своя страна, причинява непълно превръщане, а едното и другото сѣ причина на недостатъчното отлѣчване на негоднитѣ вещества. По такъвъ начинъ организма много или малко се препълва съ тѣзи продукти, които трѣбва да се отстранятъ отъ тѣлото и които дѣйствуватъ на него вредно въ различни направления. А за да отстранимъ развитието на подобни раз-

стройства, ония хора, които прекарватъ спокоенъ, недѣятеленъ животъ, трѣбва да внимаващъ щото диетата имъ да не съдържа въ изобилие азотисти вещества, т. е. тѣ трѣбва да се въздържатъ отъ животна храна.

Масѣта, по своето хранително дѣйствие, заема доста важно положение въ храната. Освѣтѣзначителната силопроизводяща способностъ, нейното присѣствие е необходимостъ и за образуването на тканитѣ. Вѣрно ли е това или не, въ всѣкий случай, съществува убѣждение, че недостатъка въ масѣта служи като источникъ на такива разстройства, които причиняватъ и развиватъ живеница и гнойни пѣпки. Опити ни показва, колко благоприятно дѣйствува рибното масло при живеничнитѣ пѣпки и лошесочия. Въ тѣзи случаи, по всяка вѣроятностъ, благоприятното влияние зависи отъ систематичното употребѣление на маслениитѣ вещества; и спорѣдъ това съвършено логично се явява предположение, че същитѣ мѣрки, които сѣ способни да отстранятъ извѣстно патологическо (болѣстно) състояние, трѣбва тѣй също да сѣ способни за да предупредятъ неговото развитие. Но ако мазнитѣ вещества се внесатъ въ стомаха ни въ излишно количество, тѣ лесно могатъ да причинятъ разстройство въ пищеварителния каналъ. Масѣта всѣкога :ного или малко отѣкчава стомаха, особено въ тѣзи случаи, когато вслѣдствие съхранението или продължителното влияние на топлината, въ нея се е развило извѣстно измѣнение. Ако въ стомаха си приемемъ повече масѣ, отъ колкото може да се смѣли и да се всмуче, то лесно може да се развие въ насъ диаррея (сюртюлюкъ).

Скорбѣлнитѣ (нишестянитѣ) и захарнитѣ вещества представляватъ твърдѣ сгодни съставни части за нашата храна, защото тѣ изпълняватъ въ организма това, за което, при тѣхното отсъствие, трѣбваше да се внесе излишно количество масѣ. Като се внесатъ въ организма въ умѣрено количество, тѣ принасятъ полза, като спомагатъ на различнитѣ жизненни отправления; но ако се внесатъ въ излишно количество и при това заедно съ бѣлтѣчни и мазни вещества, то тѣ причиняватъ натрупване на масѣта или затѣстяване; и това натрупване може въ нѣкои случаи да достигне до такава степенъ, щото само става вече источникъ на сериозно страдание. Скорбѣлнитѣ и захарнитѣ вещества се отличаватъ още съ тѣзи добри свойства, че тѣ твърдѣ малко затрудняватъ пищеварителнитѣ органи; вслѣдствие на това тѣ могатъ да се употребяватъ съ полза отъ болнитѣ и слабитѣ хора. Но въ такива случаи, когато тѣзи вещества се употребяватъ въ излишно количество, тѣ лесно причиняватъ извѣстнѣрно кисело уригване въ стомаха, а тѣй също и издуване на тѣрбуха.

Домашна аптечка.

Отъ проф. Ф. Нуссбаумъ.

Продължение.

VIII.

Падание, ударъ или мушкане въ сърдцето или въ корема може да убие човъка, безъ да произведе най-малка слѣда отъ рана. Припаданието и замаиванието съставляватъ твърдѣ обикновено нѣщо при такива повреждания, но въ повечето случаи преминува всичко, ако туримъ ранения въ хоризонтално положение, и го свѣстимъ съ средства за смъркане и съ бързи глътки отъ прѣсна вода или ракия. Добрия оцетъ е за смъркане едно отъ най-добритѣ съживителни средства.

Изгубванието на съзнанието, слѣдъ което има повръщане, е признакъ за стрѣсканието на мозъка и показва, че замаиванието на главата е било твърдѣ сериозно нѣщо. И въ този случай, преди всичко, трѣбва да доведемъ болния въ съзнание. Ако ли той е дошелъ на себе си и лицето му се е зачервило, то трѣбва да налагаме студени компреси на главата му.

Ясно е, че подобенъ родъ случай има голѣмо значение, и въ добритѣ и заможнитѣ семейства немедленно трѣбва да се повика доктора. Ако случката е станала безъ припадване и безъ изгубване съзнанието, то паданието или ударванието представляватъ много по малка опасностъ. Главния въпросъ се състои въ това, въ състояние ли е ранения да движе всичкитѣ си членове? Не му ли е счупена нѣкоя костъ, или не е изскочила отъ мѣстото си. У нѣкои хора много лесно ставатъ пречупвания и искълчвания. Искълчванията причиняватъ твърдѣ силна болка, и ако сравнимъ повредената частъ съ съответственната здрава частъ, то можемъ да забѣлжимъ значително измѣнение на формата ѝ, догдѣто при пречупване на нѣкоя частъ, ако и да съществува силна болка, но формата ѝ малко се измѣнява. На пречупеното мѣсто костъта става подвижна. Здравата костъ не можемъ да я оглнимъ, догдѣто счупената костъ се оглява твърдѣ лесно. Ако потѣглимъ силно искълчената костъ, то много пѣти сполучваме да исправимъ искълчването, при което прекратената болка и възстановената подвижностъ свидетѣлствуватъ, че състава (склучването) се намира пакъ въ обикновено положение.

Но ако това не ни се удаде тозъ часъ, то трѣбва незабавно да повикаме добръ хирургъ, защото въ първото време искълчванията се поправятъ твърдѣ лесно, догдѣто като се мине

малко време, развива се възпалително подуване и цѣлѣта се достига много мѣчно.

Всичкитѣ други натъртвания и растигвания могатъ безъ опасностъ да се лѣкуватъ по общитѣ правила. Спокойствие, издигнато положение на ранената частъ и студъ твърдѣ добръ дѣйствуватъ при всевъзможнитѣ обстоятелства.

IX.

Каквото и да сполѣти ни, каквото и да направимъ на себе си, ний инстинктивно се улавяме съ рацѣ за повреденото мѣсто и го растриваме. Но ако ни се запали дрѣхата, то не дай Боже да се уловимъ за избухналия пламъкъ, да духаме или да раздиремъ запазеното мѣсто, защото всѣко движение на въздуха още повече усилва пламъка и страшнитѣ му послѣдствия. Най-доброто е — бърже да потушимъ пламъка, като натискаме на него съ нѣщо, напр. да се тръшнемъ на постелата или да си намѣтнемъ друга дрѣха. А въ всичкитѣ останали случаи твърдѣ е полезно да стискаме и растриваме повреденото мѣсто.

Даже малкитѣ дѣцица и тѣ драговошно оставатъ майкитѣ си да имъ духатъ и растриватъ натъртеното прѣстче, и нѣма съмнѣние, че това е най-доброто и най-цѣлесъобразното, което може да се направи въ подобенъ случай. Съ духанieto истудяваме и намаливаме горещата болка, съ триеннето се распредѣля излѣтната кръвъ по една полезенъ начинъ, а съ натисканнето спомагаме за бързото всмукване на тази кръвъ. Ако всичко това направимъ, както се слѣдва, то може да сполучимъ да поправимъ образуванieto на голѣма издутостъ и на възпалението.

Масажа (растриванне) е добръ изученъ въ послѣднѣо време и сега играе твърдѣ важна роль въ хирургията. Забѣлзано е, че кръвоистичанието и възпалителното подуване изчезва много бързо ако ги лѣкуваме съ масажъ. Болката и подуванията честѣ се излѣкуватъ съ това средство много по-скоро и по-сполучливо, отъ колкото съ мокри карпи, съ ледъ или съ пиявици. Повредената частъ растриватъ, натискатъ, щипятъ, растеглятъ и слѣдъ нѣколко минути можемъ да получимъ явенъ и даже изумителенъ резултатъ.

Единъ отъ най-извѣстнитѣ доктори е направилъ слѣдующия интересенъ опитъ: той напръскалъ кучето си въ двата колѣнни състава на преднитѣ крака съ 30 грамма дребно разтритъ черъ тушъ. Колѣнитѣ подпухнали. Лѣвото колѣно той цѣрилъ по стария способъ — съ студени кърпи, съ пиявици, подемъ настой и т. н., а дѣсното — само съ растриванне. Слѣдъ 6 недѣли убилъ кучето и отворили двата му състава. На лѣвото колѣно налѣрили още голѣмо количество черъ тушъ, догдѣто на дѣсното нѣмащо почти никакви слѣди отъ тушъ.

Благодарение на растриването, тя се всмукала и се распредѣлила по всичкото тѣло.

За това при всѣка буца или подуване, което се явява слѣдъ ударване или падане, ний трѣбва да се стараемъ, щото посредствомъ налягане, триене, размиване, гладяние да умалимъ количеството на кръвта, която се излива и на жидкостта и да ускоримъ тѣхното всмукване. Ако слѣдъ растриването, което се повтаря по два пѣти на день, правимъ студени попрѣсквания или употребяваме студени кърпи, то съ това още повече спомагаме на излѣкуването.

Повечето отъ маститѣ дѣйствуватъ именно съ силата на триенето, а по-лесно е да растриваме тѣлото съ масть отъ колкото съ рѣка. Болния може или самъ да си растрива болното мѣсто, или съ помощта на друго, — това въ повечето случаи е все едно. Нервонитѣ хора много пѣти усѣщатъ особено облекчение именно отъ извѣстни рѣцѣ. Тукъ безъ съмнѣние дѣйствуватъ магнетическитѣ и електрическитѣ явленія.

Не можемъ да отрѣчемъ, че на всѣкиго отъ насъ допирането му до едни хора е по-приятно, отъ колкото допирането му до другъ, че въобще допирането до чужда рѣка произвежда особено дѣйствие. Безъ да се впускамъ въ подробности, азъ ще напомня само два несъмнѣнни факта: никой не е въ състояние самъ да се гъделичка, додѣто чужда рѣка може да ни гъделичка до примиряване, па даже и до смъртъ. Има госпожи, които могатъ да си приставатъ за слугини само блондинки (русокоси). Ако такава госпожа се остави на нѣкоя черноока-слугиня да я почеше, то космитѣ ѝ тозъ часъ настрѣхвватъ на горѣ, и не могатъ се докара въ обикновено положение.

Рѣката на обичната майка въ висша степенъ дѣйствува успокоително на главата на болното дѣтенце. Ако ний не може си обясни това съ нищо, то не значи, че подобно нѣщо не се случва.

Ако отъ спокойствието, отъ издигнатото положение, растриването и студениятѣ кърпички възпалителната издутостъ изчезне и болката премине, то пакъ съ умѣстни топлинѣ къпанія, и слѣдъ тѣхъ гимнастически упражнения, за да възвърнемъ глѣвкаостта и отправленията на повредената частъ.

Ако ранения не е въ състояние да си движи самъ повредената частъ, то трѣбва нѣкой другъ да изпълнява тѣзи движения, два пѣти въ день, за да унищожимъ неподвижността (вицпеняването) на крайщата. Тѣзи движения се казватъ пасивни, защото самъ остава при това въ бездѣйствие. Произведенитѣ съ тази цѣль движения се състоятъ въ сгъване, разгъване, растриване, гладяние и растрѣсване на

повредениятѣ краища. Явно е, че ако е възможно да се правятъ активни движения, то тѣ сѣ много по-полезни. При това болния самъ се упражнява въ сгъване, разгъване, извиване, съ една рѣчь, въ всички възможни за него движения. (Слѣдва.)

СМѢСЬ.

≡ Най много хининена кора се получава сега отъ острова Цейлонъ. Тамъ е развъдено отъ толкова много плантацията (разсаждане), щото цѣната на хинина спаднала на половина. Плантадоритѣ (тѣзи, които разсаждатъ хининени дървета) вече измислюватъ средства за подигане отъ ново цѣната ѝ. За извинение на такава постѣпка тѣ привеждатъ това обстоятелство, че дохода отъ плантацията не покрива разноситѣ.

≡ На 7 Януарий т. г. въ Петербургъ умрѣла нѣкоя си Анна Разумова, на 100-годишна възраст.

ОБЯВЛЕНИЕ.

РУССКІЙ МАГАЗИНЪ И. КАРЛОВСКАГО ВАРНА — ШУМЕНЪ

Продава по най-умѣренни цѣни:

Чай, сахаръ, свѣщи, черенъ хайверъ, разни консерви, макарони, брашно, мармалади, конфети, бисквити, вина разни: бордо, шампанско, ромъ, конякъ, ликери, бенедиктинъ и др.

Военно Офицерски и Солдатски вещи, самовари и разни издѣлїя отъ Варшавско сребро и никель: ножови, вилни, лажичи и пр.

Сапуни разни и други благовоини нѣща. Кривати, столы, канапета и полутрони. Въжа катранени и бѣли. Гвозди конски, красни (боя), масло и лакъ; мазило за чистене разни метали. Аржантинъ за посребряване метали отъ Аржанъ плаке; одобринъ — цѣръ за мазоли и брадавици. — Разни лампи: за масса, висящи и стѣнни; горѣлки, нова система: дава много добъръ пламѣкъ за русскій газъ. Пиянино, фабрика Франке въ Лайпцигъ. Разни лесени платна; олабели; разни обуца мъжки, дамски и дѣтски. Разни албуми, портрети и др. Разни рѣжавици: мъжки, дамски и дѣтски отъ добра кожа; коприени и вълнени разни чорапи. Земледѣлчески орудия, като: рала, тріори за трошене кукурузъ, жетварчи и др. др. Фарфори вещи и стеклария.

Хартїя, червенъ воскъ и други канцелярски потребности.

Према порѣчки на камбани, икони, хоругви, одежди свѣщеннически и други църковни принадлежности, тѣхъ сѣщо всякакви църковни и учебни книги. 1—5