

ПРИРОДЕНЪ ЛЪКАРЬ

Одобрено и препоръчано отъ Министерството на Нарното Просвѣщение
съ разрешение № 2053 отъ 25. I. 1929 г.

Редакторъ: Д-ръ Кирилъ Йордановъ Ганевъ



СЪДЪРЖАНИЕ:

	Стр.
1) Д-ръ К. Йордановъ — Берлинъ — „Професоръ Шьоненбергеръ и неговия природолѣченъ институтъ“	97
2) D-r Kärferer. — „Въ защита на природолѣчението“	100
3) Friedrich Weiss — „Знаменити лѣкари и професори на страната на природното лѣкуване.“	106
4) Отъ дружеството „За нашитѣ сказки“	107
5) „Да бждемъ искренни е нашъ свещинъ дългъ“	109
6) D-r Brauchle — Berlin — „Старчески коженъ сърбежъ“	113
7) „Гласъ на науката“	114
8) „Златнитѣ правила на живота“	116
9) Д-ръ Кампфереръ-Майнингенъ - Берлинъ — „Заразителнитѣ болести и тѣхното лѣкуване по принципитѣ на природното лѣкуване“	117

10) „Гроздоберъ“	119
11) Изъ „Поповски Новини“ — „Гласъ на науката“.	121
12) Изъ в-къ „Знаме“ — „Постъ и здраве“.	122
13) „Безсилието на лѣкарската“	123
14) Изъ „Здраве и животъ“ — Хранителността на меда	124
15) Д-ръ К. Иордановъ—„Простуда и онаследяване“	127

КНИЖНИНА

Получи се въ редакцията ни брой 6-ти год. 8-ма на сп. „Модерна домакия“ съ следнитѣ безплатни приложения: увеличени кройки и модели, многоцветни модели за български шевици и отдѣлна книга „Възпитанието на децата“, отъ Джонъ Локъ. Приложенията — книги (готварска, сладкарска, медицинска, възпитанието на децата и др.), които дава списанието на своитѣ абонати сж отъ първа необходимостъ и се явяватъ настолни книги въ всѣка кжща. Препоръчваме сп. „Модерна домакия“ на всички дами и госпожици. Абонамента на списанието съ всичкитѣ приложения е само 155 лева годишно.

Записване на нови абонати продължава, като новозаписанитѣ получаватъ веднага всички излѣзли до сега броеве. Администрация, София, Лега — Базаръ.

Получи се въ редакцията ни сп. „Красота и здраве“, кн. III год. I подъ редакцията на Л. Малешковъ у-лъ по физич. възпитание въ гр. Варна.

Това е едничкото у насъ списание, което ще даде правилна насока на физическото възпитание (което за жалость е на погрѣшенъ пжтъ у насъ) и ще ни научи какво трѣбва да правимъ за да бждемъ здрави и хубави.

Списанието „Красота и здраве“ и нашето „Природенъ лѣкаръ“ се взаимно допълватъ.

Препоръчваме го горещо на нашитѣ читатели.

Годишенъ абонаментъ 80 лв. предплатени.

Адресъ Л. Малешковъ, линия XIII № 32 — Варна.

На запитвания безъ приложения пощенски разноски не отговаряме. Редакцията.

Издължете се и ни улеснете!

ПРИРОДЕНЪ ЛЪКАРЪ

МЕСЕЧНО СПИСАНИЕ ЗА ПРИРОДНО ЛЪКУВАНЕ,
ПРИРОДОСЪОБРАЗЕНЪ ЖИВОТЪ
И ЗДРАВНА ПРОСВЪТА.

Год. абонам. 75 лв.

Отдѣленъ брой 8 лв.

Редакторъ: Д-ръ Кирилъ Йордановъ бул. Мария Луиза № 34

Д-ръ Кирилъ Йордановъ — Берлинъ

Професоръ Шьоненбергеръ и неговия Природолѣчебенъ институтъ.

Лично свиждане съ водителитѣ на световното движение за природно лѣкуване и природосъобразно живѣне, бѣше мой личенъ и такъвъ на всички наши съидейници и съмишленици идеалъ. Съ моето пребиваване въ Берлинъ и посетнешното ми посещение на Дрезденъ (санаториума на Bilz), Лайпцигъ (санаториума на Luis Kunne), Маловъ (санаториума „Priessnitzzhans“ на съюза на дружествата за природолѣчение въ Германия) можемъ да смѣтаме, че се попълня една досегашна празнота въ зараждащото се у насъ движение за реформа, въ начина на живѣне и този на лѣчение и борба за почти пълното изхвърляне изъ улотрѣбление на хиляди спекулативни артикули — наречени „лѣкарства“.

Бихъ желалъ, щото всѣки да види този благороденъ старецъ — родоначалника на движението въ Германия — професоръ Шьоненбергеръ. А да пристои човѣкъ въ повѣрената му университетска клиника и да проследи прилаганитѣ тукъ лѣчебни методи, това ще рече, да стане отъ него новъ човѣкъ — да встѣпи въ своя ренесансъ, ако бихъ могълъ така да се изразя. Въ разбиранията—resp. дѣлата му, би настѣпило такъвъ обратъ, че той ще се чувствува задълженъ да се бори и неуморно да работи за популяризиране природното лѣкуване и въ името на едно велико дѣло, да даде своята данъ въ борбата за провалянето на една безсрамна и опасна за човешкия родъ търговия.

Професоръ Shönenberger е симпатиченъ бѣлобрадъ старецъ. Въпреки 65 годишната си възраст, той е съ младенчески лицеизразъ, почти безъ каквито и да е старчески бръчки, темпераментенъ въ говора и движенията си, той е особено ентузиазизиранъ, когато говори за природолѣчението. Омайва слушателя си, когато съ младенчески жаръ и ентузиазъмъ, разказва за историята на природолѣчебното дви-

жение, за гоненията и трудноститѣ, които е преживѣлъ като борецъ за реформа въ лѣчебното изкуство. Сжщевременно подчертава, че тази безкруполна борба съ него и другаритѣ му е вече отдавна прекратена. Бързо напредващата медицинска наука доказа и практически потвърди незамѣнимата стойностъ на природното лѣкуване. Довчерашнитѣ наши врагове днесъ се надварватъ да се покажатъ възможно по благосклонни като бързо крепяща наука за природолѣчението и прекръствайки я на „физикално диетично лѣчение, тѣ я бавно, но сигурно възприематъ“ — бѣха последнитѣ му думи отъ единъ разговоръ съ него.

И наистина, едва ли ще се намѣри днесъ единъ човѣкъ на медицинската наука, който би се съмнилъ въ научността и практичната стойностъ на нашето лѣкуване. А за нѣкакво отричане не може и дума да става

Единъ въпросъ, чийто разрешаване ще бѣде пълното възтържествуване на природното лѣкуване, е: Какъ ще може медицинската наука да „скъса робскитѣ вериги“ на едрия капиталъ? Именно неговото разрешение е най трудното и той ще погълне много време, много сили и невинни жертви!

Клиниката му е отлично уреденъ природолѣчебенъ институтъ. Тя е предадена къмъ медицинския факултетъ при берлинския университетъ. Значи признатъ отъ държавата и университетската управа (представителитѣ на медицинската наука) и се субсидира отъ сжщитѣ. Обзаведени сж 20 легла, които сж винаги заети отъ болни съ най-различни страдания (кожни, вътрешни, гинекологически и пр.)

Плюсъ това, едно внушително число болни чакатъ редъ за бързото имъ приемане. Малкото легла не позволяватъ масовото приемане на болни, но затова пъкъ се развива небивала поликлиническа дейность. Ежедневно отъ 8 до 2 часа става амбулаторното лѣкуване на безброй много болни.

Но какъ става това лѣкуване? Разбира се съ помощта на природнитѣ лѣчебни фактори, за които азъ вече 4 години писахъ и говорихъ. Употрѣбата на каквито и да е лѣкарства е напълно изхвърлена. Отъ стотицитѣ болни, минали презъ този водолѣчебенъ институтъ въ време на моето пребиваване, само на една болна се правятъ инжекции отъ морфиумъ и другъ подобенъ наркотиченъ препаратъ. Това е една агонизираща, въ предсмъртнитѣ си часове, болна отъ разсеянъ (метастазиралъ) изъ всички органи саркотъ (злокачественъ туморъ). А само на една болна, страдаща сжщо така отъ злокачественъ туморъ (сжщо умираща) се правятъ отъ време на време истакания на вода. Като прибавимъ къмъ тѣзи случаи и една страдаща отъ напреднала захарна болѣсть, която за утешение получи нѣколко инсулинови инжекции, съ това изчерпваме напълно лѣкарственото лѣчение, което по-нѣкога намира приложение тукъ — въ клиниката на Prof.

Schönenberger. Но както виждате и това става, **Не съ лѣчебна целъ, а като успокояващо, упояващо и облекчаващо предсмъртнитѣ часове.**

Единъ важенъ лѣчебенъ факторъ, който до сега не е билъ достатъчно цененъ, сж лѣчебнитѣ масажи. Прилагатъ се отъ специално подготвенъ и обученъ персоналъ, съ небивалъ резултатъ. Години, десетки години влачени страдания (като главоболия, ревматизъмъ, невралгия, мускулни и тлѣстинни гилози, затлѣстяване, запекъ и какви ли не още) намиратъ бързо и сигурно излѣчение. А що значи това, може да се разбере само отъ единъ личенъ разговоръ съ сияещитѣ отъ радост болни.

Другъ единъ редовно прилаганъ лѣчебенъ факторъ е шведската лѣчебна гимнастика. Парата, въ нейнитѣ най-разнообразни форми, е сжщо така ежедневно приложение. Сжщото се отнася и за водата и нейнитѣ комбинации: четкови, половинъ бани съ движения, повишаващи, мѣнящи, кислородни, въгледвуокисни, душеве, седящи, водни и парни струи и безброй други. Електричеството се използва най-рационално. Естествено, липсата на обзаведенъ институтъ у насъ, не ще ни даде възможность да използваме лѣчебната сила на всички научно обосновани и практически доказани природни фактори, но при добро желание всѣки може много да направи за своето оздравяване. Особено трѣбва да подчертая, че на болнитѣ се дава и месо, вегетарианска диета, сурова храна, плодове и смѣсена (значи и месо) сж главнитѣ комбинации. Разбира се месо, не по вече отъ 2—3 пѣти седмично, само обѣдъ. Самиятъ професоръ Шьоненбергеръ употребява сжщо така месо.

Нека за сега ни бжде достатъчно казаното до тукъ, като обещавамъ въ следния брой, следъ моето завръщане, да Ви запозная подробно и съ останалитѣ институти и въобще ще разгледаме по отдѣлно всичко видено и чуто отъ менъ тукъ. А съ това се надѣвамъ да обогатя познанията на всички Ви, да обнадежда отчаянитѣ, да увѣря невероющитѣ и така да дамъ новъ тласкъ за ползотворна работа и възвисяване. Защото престжпление ще бжде при този напредкъ и коренно реформиране на медицинската наука, ние да проспимъ скжпота за работа време! . . .

Хиляди съидейнически привети отъ чудно хубавитѣ: Берлинъ, Лайпцигъ и Дрезденъ — изпращамъ на всичкитѣ си абонати, читатели, съидейници и съмишленици.

Вашъ Д-ръ Йордановъ.

Въ отговоръ на многото запитвания, отговарямъ, че 5—6 книжки излизхоа по-късно поради това, че изборитѣ и единъ голѣмъ отчетъ на Търговската Камара бѣха ангажирали всички печатници. Списание то излиза 4 години и ще продължава да излиза.

Редакцията.

Молиме най-учтиво всички неиздѣлжени абонати да се отчетатъ за да не затрудняватъ редакцията въ отсъствието на редактора ни.

Погрижете се за пласирането на нашия **Домашенъ природенъ лѣкаръ**. Обръщамъ Ви вниманието върху това, че той ще бѣде едничка по рода си книга у насъ. Обширната литература, която си набавихъ отъ Берлинъ, както и всичко видено и чуто отъ нашитѣ учители тукъ, ще бѣде използвано при съставянето ѝ. Съобщете въ редакцията колко ангажирвате.

D-r Kämpferer.

Въ защита на природолѣчението.

Медицина или природолѣчение.

Но природата се брани отъ това натрапване: Нему се натрапва „силна“ храна, а той отказва да я приема, а при насилствено вкарване, я повръща. А не рѣдко ние се мжчимъ да надхитримъ природата и вмѣсто презъ устата, вкарваме я презъ ануса, за да избѣгнемъ природното отбраняване.

Въ по-ново време се появи на бѣлъ свѣтъ серологията. Нейното появяване означава пъкъ пълненъ крахъ на досегашната медикаментозна наука. То е и крачка напредъ въ признаването и официалното възприемане на старото ни твърдение, че въ кръвта има винаги циркулиращи лѣчебни сили (имунни тѣла). Докато природолѣчението е съзрѣло тази истина преди десетки години (това може да се види отъ нашата литература) официалната медицина тепърва и то бавно навлиза въ тази разработена отъ насъ областъ. Кръвта е особенъ сокъ. Лошата или добрата ѝ качественостъ е и при официалната медицина поставена на първа линия. А ние сжщо това много по-рано твърдѣхме и ценяхме. Колкото и хвалебно и ласкаво да се исказахъ за серологията, нейното практично приложение обаче трѣбва да отрека. Изкуственото въкарване на серуми почива наистина на правилна теоритич-

на преценка, но практичното му приложение се компрометира почти при всички болести кждето се прилага. Сжщото може да се каже даже и за дифтерита. Азъ познавамъ една безукоризнена статистика, отъ която се вижда, че смъртността при дефтирита сега е по-голъма, отколкото преди въвеждането на серума.

Серологията роди активното имунизирание. Това означава още една крачка и на официалната медицина къмъ признаване природолѣчението и неговото разбиране сжщността на болеститѣ. Природното лѣкуване много отдавна е задирило срѣдство съ което да може да предизвиква изкуствена температура, за която вѣрва че е лѣчебна. За тази цель то употребяваше горещата вода въ разнитѣ ѣ форми. Днесъ медицината търси сжщото. Тя го постига съ вцѣркване на млѣко И това въ нея, ние приятелитѣ на природолѣчението, можемъ, теоретично погледнато, да го поздравимъ като добре дошло. Защото не е изключено, вѣрвейки изъ тази биологична насока на своите разбирания, официалната медицина да направи възможно разбирателство между тѣхъ и насъ. Днесъ за днесъ обаче, трѣбва да се резервираме, защото въ тѣхъ липсва още ясна представа за тази нова насока. Нѣщо което се доказва отъ постоянното мѣняване на начинитѣ и срѣдствата си, разбиранията медикаментитѣ и т. н. Това е едно познание, търсене, налучкване подобно на това на слѣпеца движащъ се въ тъмнината. Открие се едно срѣдство, ако се окаже негодно, изоставя се и се дири друго, ново и може би тъкмо съ противоположно действие. И тъкмо това „дири се едно средство за една и сжща цель, а се опитватъ такива съ съвсемъ противоположно нагаждане“ издава неориситираността.

Но фактъ неуспоримъ е, че между лѣкаритѣ цари голѣмо недоволство отъ лѣчебнитѣ срѣдства. Това ги е накарало да диратъ все повече и повече скута на хирургията. Единъ познатъ професоръ казва: „Медицината трѣбва да стане все повече и повече „хирургична“. Този операционенъ бѣсъ не е само у насъ, той е въ Англия, Франция, па и другаде. Имаме редица човѣшки органи, които сж ежедневно обектъ на рѣзване. А извънредно усъвършенствуваната техника ни до тамъ доведе, че днесъ всѣки моментъ хирурга е готовъ да ти направи каквато и да е операция само съ чисто диагностична цель. Тоестъ безъ да допринася каквато и да е лѣчебна стойность.

Въ хирургията се олицетворява материалистичното мислене на медицината. Тукъ се просто размѣнятъ причината съ действието. Често болестта се е разиграла на съвсемъ друго мѣсто отъ това, което е станало видимо. Ножа маха видимото, като често оставя непожтнато истинското заболяване.

Природосъобразното лѣкувание има за ржководна нишка вѣрата въ природолѣчебния процесъ. Ние всячески се стремимъ да подкрепимъ лѣчебния процесъ, да усилимъ неговитѣ външни прояви (температура хиперемия и т. н.) и премахнемъ всичко онова, което би спъвало неговия естественъ ходъ. Нашето лѣкуване е насочено винаги къмъ причината, никога къмъ симптомитѣ, то е винаги общо неспецифично, никога локално и специфично. Ние никога не целимъ мѣстно преобразование, напротивъ чрезъ общо въздействие на свѣтлина, движение, вода, искаме посрѣдствено да въздействуваме и подтикнемъ органитѣ къмъ работа. Нашитѣ прецелни точки сж винаги и преди всичко кожата, мускулитѣ, кръвообрата и веществената обмѣна. Нашето особено е и това, че прилагаме и много ценимъ отводнитѣ приложения (отводнитѣ бани на Луи Куне иматъ сжщата целъ. Ето тѣхното удобрение отъ дипломиранъ лѣкаръ — на вниманието на Д-ръ Тодоровъ, който нарича Куне шарлатанинъ и дюлгеринъ). Чрезъ тѣхъ ние освобождаваме болния органъ, освежаваме го и така способствуваме за отвеждането и излъчването на натрупалитѣ се въ него чужди вещества, които сж и първопричината за заболяването. Но намъ е присжщо изкуството да дочакваме и не пребързваме съ интервенцията. А това очакване е често отъ решающе значение за изхода на болестъта. Има болести, които иматъ нужда т. д. к. отъ дозрѣване и преди него не бива въ нѣкой случай да се интервенира. Така напр., едно възпалително подуване или единъ ставенъ ревматизъмъ изискватъ щото да се почака известно време и чакъ тогава противодействува. Старитѣ египтяни сж инстинктивно познавали това и при тѣхъ е сжществувалъ специаленъ законъ за лѣкуването: „Въ първитѣ дни на болестъта не бива да се даватъ никакви лѣкарства.“ После ние не даваме никаква храна при температурни заболявания. Ние отхвърляме, даже ненавиждаме т. н. „усилваща храна“ която се тѣй горещо препорѣчва отъ официалната медицина. Ние не се нуждаемъ отъ никакви медикаменти или серуми. Свѣтлина, въздухъ, вода, движение, си оставатъ както отъ древността, едни отъ най-важнитѣ лѣчебни срѣдства. И тѣ никога нѣма да загубватъ решающото си значение. Нашия учителъ и почетенъ членъ на лѣкарското д-во за физикално-диетично лѣчение професоръ Швенигеръ казва: „Намъ е добре дошло всѣко срѣдство, което наистина иде въ помощъ на болния, па било то химическо, диетично, физикално или каквото и да е друго“. И понеже опита и практиката ни многократно увѣряватъ въ несъстоятелността на днеска практикуванитѣ медикаменти, ние ги напълно отричаме.

Възгледитѣ ни по въпроса за сжщността на болестъта е единъ характеренъ отличителенъ белегъ между насъ и медицината. Последната признава самолѣчителната сила на ор-

ганизма, но само за известни болести. За всички останали тя я отрича. Тя е напълно обезневѣрена въ науката за природолѣчението. Въ много медицински книги ще четете: „болестта е едно ненормално жизнено проявление на определени клетки“ или „тя е навлизане на ненуждни, безмислени нарушения на здравето“. Или съ други думи казано тя е „нѣщо чуждо“ дошло и навлѣзло въ тѣлото отъ вънка. А това разбиране ние трѣбва най-енергично да бичуваме. За насъ всѣка болестъ е сжщевременно лѣчебенъ процесъ, колосална работа отъ страна на организма, едно нагаждане всички функции на болестното състояние, една реакция срещу болестотворното дразнение. Самата болестъ не е нѣщо безсмислено и глупаво, а се развива по силата на строго определени природни закони, и щомъ като е така, тя не може да бжде случайно дошло ненормално състояние, а е проявление на специално за целта създадени приспособления. Имаме да различимъ три начина на самопомощъ. Първия лѣчебенъ процесъ е лѣчебното възпаление. Тукъ проличава много ясно какви смислени и чуд и приспособления притежава кръвта, когато стане нужда да се унищожатъ болестотворнитѣ организми или други нарушения. Втория е лѣчебната температура. Хипократесъ казва: „температурата пречиства тѣлото като огънь“. И действително тя пречиства. И най-сетне трети лѣчебенъ процесъ е извърлянето на чуждитѣ вещества, отровитѣ, микробитѣ чрезъ изпотяване, разни течения, хракки, диария, изриви по кожата и т. н. Всичкитѣ лѣчебни излъчвания сж абсолютно необходими за пълното оздравяване. Тѣхното потискане е катастрофално, вредно за бждащото здравословно състояние. Защото „безъ пречистване нѣма излѣкуване“. А ако искаме да се изразимъ съ думитѣ на „диюгерина“ Луи Куне, трѣбва да прибавимъ: „Само-чистотата може да лѣкува“.

Ние се противопоставяме на стремежа на хирургията да заеме колкото се може повече отъ интерниста. Необходимо е тъкмо обратното — голѣма частъ отъ това, което е въ ржцетѣ на хирурга, трѣбва да се отнеме и предаде въ тѣзи на интерниста. Всѣки органъ има своето предназначение, всѣко отнемане на такъвъ единъ органъ нѣма да остане ненаказано. Затова тази жажда за операции, трѣбва на всѣка цена да се напада отъ всѣки нашъ последователъ. Само нѣкои единични случаи можемъ да оставимъ въ сила като неизбежно необходими. Напримѣръ, стомашни операции бива да се направятъ само тогава, ако всички други природни лѣчебни фактори не сж дали оздравяване. Операции на женскитѣ полови органи само тогава, ако отводнитѣ разни процедури не сж довели до оздравяване. Такива сж: отводни бани, масаж и диетични нареждания и т. н. Нашата цель е замѣняне хирургията съ вътрешната медицина. Азъ не бихъ се възпрѣлъ

отъ това да твърдя че, 90 процента отъ операциитѣ сж излишни и вредни. Затова се обръщамъ къмъ всички лѣкари: Направете всичко възможно да ограничите до минимумъ операциитѣ, ограничете правата на хирурга. Въ лѣчебното изкуство хирургията стои на най-последно мѣсто. — Назадъ къмъ вътрешната медицина.

Още по важно отъ лѣкуването е предпазването отъ заболѣване. Въ това отношение медицината полага неимоверни усилия и трудъ, убедена въ безсилието и палиативността на своята лѣчебна частъ, тя се стреми на всѣка цена да предпази отъ заболѣване. Тя дири серуми и чрезъ ваксинации и инжекции се мжчи да имунизира отдѣлния индивидъ противъ отдѣлни болести. Препоръчва даже и натрапва „силна“ храна и всичко това съ доброто желание да предпази отъ заболѣвания. Тукъ пакъ прозира нейното материалистично разсѣждане. Усилената храна увеличава числото на отаратително пълнитѣ. Ваксинациитѣ осигуриха народитѣ предъ шарка, тифусъ и нѣкои други, нѣщо което се и твърде лесно оборва. Едва въ последното време започна да препоръчва въздухъ, слънце, вода, когато това е било идеала на природолѣчението отъ неговото създаване.

Движението въ полза на природолѣчението, работи сжщо така въ това направление. Нѣщо по вече, за него надъ всичко стои предпазването. Неговата дейность обаче, въ полза на тази профилактика, се коренно различава отъ твзи на официалната медицина. Това движение се е всецѣло посвѣтило на това да проучи човѣшкия родъ къмъ сближаване съ природата. То иска една коренна реформа на живота, въ смисълъ на строго природосъобразенъ. До като на медицината сж оставени грамадни суми за целта, ние работимъ и творимъ само съ оскѣднитѣ частни такива, събирани изъ празднитѣ джобове на нашитѣ идейни последователи. И въпрѣки всичко, направеното отъ насъ е много по вече отъ това, което е направено официално. Съзнавайки, че въ предпазната медицина най-важната роля ще изиграятъ пакъ свѣтлината, въздуха, водата, диетата и движението, сжщитѣ които стояха на първо мѣсто и при лѣкуването, ние въпреки оскѣднитѣ средства сме построили и първи създали стотици мѣста за въздушни слънчеви и водни бани. И то тогава, когато официалната медицина не само, че ни познаваше и не ни съдействуваше, а напротивъ чрезъ властѣта, на всѣка цена ни пречеше. Не рѣдко намъ е бивало забранявано отреждането на такива мѣста подъ предлогъ, че сме били секта, било не морално или ако ни го разрешаваха, то е ставало при условие да се ограда съ седемъ метрови (?) огради, нѣщо което материално не е могло да се понесе отъ беднитѣ ни членове. А съ това ние сме направили неоценими заслуги на това човѣчество и ще продължаваме да правимъ и вървимъ

предъ науката. Когато тя умува въ своитѣ лаборатории, ние работимъ въ практиката. Когато излезе въ практиката, ние сме вече готови съ безчетни придобивки.

Отъ разликата между официалната лѣчебна наука и природолѣчението ставатъ ясни и познатитѣ резултати отъ излѣкуванията на болнитѣ. Въ края на краищата, не лабораторната приемливостъ, а резултатитѣ сж, които даватъ преценка за стойността на единъ лѣчебенъ методъ. А нашето природно лѣкуване стои несъмнено надъ медикаментното. И всички лѣкари отъ нашето течение потвърждаватъ сжщото. Тѣ съ особено възхищение разправятъ какъ болни, следъ като сж ходили при десетина лѣкари и професори, сж напълно оздравяли веднага следъ като сж измѣнили начина на лѣчение. И какъ може да бжде лошъ този начинъ на лѣчение, съ помощта на който азъ за две години съмъ спестилъ стотина операции на мои болни, чийто болести съмъ излѣкувалъ съ чисто природни срѣдства. Като приематъ за благодатното и щастливо природосъобразно лѣчение, нека бжде преведено следното: 1870 година на многобройнитѣ измръзнали войнишки крака, трѣбваше да се ампутиратъ на повечето отъ тѣхъ. Въ европейската война измръзванията не бѣха по малко. Благодарение на пореднитѣ горещи и студени бани, азъ съмъ успѣлъ да възстановя нутритивнитѣ условия въ замръзналитѣ крака и спася отъ осакатяване безброй годни за работа войници.

Съ това се надѣвамъ да е станало ясно, че различията между медицината и насъ сж доста голѣми, макаръ единични сближавания да сж сжщо така фактъ. Ние имаме радостното пълно увѣрение, че природолѣчението е наука и то така екзактна, както и математиката. Ние имаме въ нея строго опредѣлени принципи на които се подчинява всѣко заболѣване, а отъ друга страна чисто научно биологична система на лѣкуване. Въ нашата наука лежи ключа на едничката правилна лѣчебна наука. Това богато точно познание, което ни дава нашата наука, прави задачата ни трудна. Намъ предстои да извършимъ една културна мисия отъ епохално значение. Наистина въ нашата просвѣтна работа срещаме и днесъ още подигравателни усмѣхи и безпощадни гонения, но това не бива да ни възпира отъ побѣдоносния походъ. И ако ние не биваме признати още въ началото, съ това ние преживяваме сждбата на всички реформатори въ разнитѣ области на живота. Да разбивашъ партина въ високитѣ преспи снѣгъ, изъ непроходими местности, е работа тежка но благородна, защото създавашъ нови пѣтища за движение. Азъ лично съмъ изпиталъ едната и другата лѣчебни системи и въ резултатъ съмъ се опредѣлилъ къмъ природолѣчението. А въ практиката се убеждавамъ все повече и повече въ правотата на моето становище и

стойността на тази едничка наука за здравеопазването. Радостта и любовта къмъ лѣкарската си професия, отъ деня на това ми опредѣляне къмъ природолѣчението, ме каратъ да се застъпя съ всички сръдства въ полза на него. И ако поради нѣкакви вънкашни съображения бѣхъ се отказалъ да върша това, бихъ извършилъ престѣпление спрѣмо болното човѣчество. Нека не се забравя отъ всички, че положението на единъ природенъ лѣкаръ е много тежко. Той трѣбва да се откаже отъ любезния поздравъ на своитѣ колеги (защото го ненавиждатъ) и да търпи бойкота, който му се налага отъ всички медицински лѣкари, защото се биль предаль на „не научни“ възгледи. Но дветѣ ни университетску клиники и Приснищаусъ ще докажатъ научната стойностъ на тази наука, която ще се наложи, но дано не е късно!

Знаменити лѣкари и професори на страната на природното лѣкуване.

Медицинскиятъ съветникъ Д-ръ Ф. Бахманъ

Роденъ на 21 юний 1856 г. е синъ на обикновенъ майсторъ — строителъ (дюлгеринъ). Следъ кратковременно упражняване лѣкарската си практика и безшумното научно изследване, изведнажъ и ненадейно става достояние на медицинския свѣтъ; че този на гледъ, тъй скромнъ лѣкаръ, държи едно такова революционно положение по отношение на господствуващата медицинска наука. Още въ 1895 год. издава първия наученъ трудъ „Реформата на медицината върху биологичната основа“. Главнитѣ прецелни точки на неговата борба бѣха да се събори материалистичното гледище на медицината въ лицето на основателя ѝ **Вирхозъ**, да се провалятъ тъй пакостнитѣ за правилния развой на човѣшкото здравеопазване **бактериологиченъ** сериуменъ бѣсъ, а съ това се намали даже премахне страха отъ заразата. Сжщиятъ реформаторъ застъпи най-енергично новата наука за храненето на човѣка, като дойде въ пълно противоречие съ старата (бѣлтъчна) наука, съ основатели **Воатъ**, **Рубнеръ**, **Флюгге**, стана единъ отъ най-ревностнитѣ противници на разнитѣ ваксинации и най-настоятелно искаше отъ медицинския свѣтъ възвръщане къмъ старата хипократова наука за **соковетѣ и кръвта**. Тоестъ онази наука, която ни учи, че основата на всички заболявания е замърсяването на тѣлеснитѣ сокове и кръвта и истинско лѣкуване може да има само чрезъ радикално пречистване на омърсеното тѣло. Имен-

но и това е легнало въ основата на цѣлата нова лѣчебна наука на Луи Куне, върху която се гради днесъ научното природно лѣкуване и която се напълно отрича отъ официалната медицина.

Цѣли 25 години се бори въ името на тѣзи реформаторски искания и въ тази борба е бивалъ най-безпощадно атакуванъ отъ колегитѣ и официалнитѣ представители на отживялата медицина.

Измежду 1200 творения, много цененъ е труда му на тема „Провалянето на училищната медицина, реставрирането ѝ като научно народно лѣчебно изкуство“.

И така неуморно работи този великъ професоръ на природното лѣкуване, за да свърши скоропостижно на 70 годишна възраст и остави незамяними спомени всрѣдъ борцитѣ за природно лѣкуване.

Friedrich Weiss

За нашитѣ сказки

Както е известно на нашитѣ съдейници и читатели, д-во „Природолѣчение“ въ Варна развива трескава дейность въ защита на природното (физикално-диетичното) лѣкуване и природосъобразния животъ. Такава усилена работа, такъвъ неуморенъ трудъ не е познатъ на никое д-во у насъ. Вече три години, подъ трѣсъка на барабаненъ огънь отъ разни страни, нашето д-во не прекъсва своитѣ редовни сказки. Всѣки вторникъ 6 и пол. часа вечеръта, въ салона на младежкото хр. д-во при Евангелската църква ул. „Драгоманъ“ въ Варна, любителитѣ на знанията и науката слушатъ убедителното слово на нашия председателъ и редакторъ. Чисто научнитѣ му сказки будятъ небивалъ интересъ. Тѣзи, които ценятъ здравето си, тѣзи, които жадуватъ да чуятъ гласа на науката по разнитѣ здравни въпроси, не убиватъ времето си въ суетни празноти или изъ прашнитѣ локали, а редовно слушатъ и се учатъ на все по-нови и нови истини, които имъ се откриватъ за първи пѣтъ въ живота. Всичко онова, което по традиция се е държало въ тайна отъ широкитѣ народни маси, днесъ се вече разбулва. И много тайни на здравната наука сж вече достояние на маса слушатели, които получаватъ съвсемъ друга и нова свѣтлина по тѣсно свързанитѣ съ здравето имъ въпроси. Сринатъ е вече монопола за здравеопазването и сочатъ се нови пѣтища на спасяване, пѣтя чрезъ масова и пълна (откровена) здравна просвѣта на широкитѣ народни маси къмъ истинско здравно спасяване. Не всѣки моментъ при лѣкаря, а всѣки моментъ готовъ да бждешъ свой лѣкаръ. Това е принципа легналъ въ

основата на науката за природното лѣкуване. Трѣбва тукъ да подчертаемъ, че вече открито се говори за максимално ограничаване границитѣ на позволеното да се изнася предъ обществото. Изка се да се посочи точно, кое бива да се изнася въ здравнитѣ списания и сказки, и кое не бива. Казва се, че не бивало широката публика да знае всичко по здравнитѣ въпроси. Трѣбвало да имъ се прави достояние само онова, което е за тѣхъ, а всичко останало да не имъ се прави достояние, а се оставятъ да го дирятъ отъ правоимеющитѣ по здравеопазването. За сега това сж само мнения на отдѣлни личности, които протестирайтъ заедто ние носителитѣ на здравната просвѣта „сме отивали много далечъ“ и сме учили читателитѣ и слушателитѣ си на всичко, което медицината познавала, даже и какъ да лѣкуватъ болеститѣ си! Това не бивало да става, защото насаждало страхъ отъ заболяване. Безъ да зная какво становище ще взематъ болшинството отъ интересуващитѣ се и читящитѣ здравната литература, сѣитамъ се за длъженъ да подчертая:

Тѣзи, които искатъ истински да служатъ на народното здраве, трѣбва да положатъ всички грижи за максималното запознаване маситѣ съ здравнитѣ въпроси, включая тѣхнитѣ тайни. Криенето на каквито и да е частици — е, и ще бжде въ вреда на народното здраве. Всички пъкъ които жадуватъ за знания и искатъ да овладѣятъ напълно не само собственото си здраве а и всѣки моментъ да бждатъ въ състояние да сж полезни на близкитѣ си, трѣбва да се борятъ съ всички срѣдства противъ този опитъ на ограничение. Това становище се застъпва отъ всички лѣкари и професори на природното лѣкуване. Д-ръ Виншъ разправя една случка: Една компания насядали на обща маса. Между тѣхъ сж хора съ разни професии. Завежда се разговоръ по въпроса, какво трѣбва да знае обществото по въпроситѣ отъ компетентостта на тѣхната професия. Всички сж се изказали, че просвѣтата всрѣдъ народнитѣ маси трѣбва да стигне до тамъ, че всѣки да знае колкото се може повече отъ разнитѣ отдѣли на науката. Най-сетне извз реда на компаниста-лѣкаръ. За очудване на всички, той като изключение отъ общото настроение, застава и ревностно защитава становището си, че обществото не бива да знае много по здравнитѣ въпроси, защото не е по тѣхнитѣ сили. Всичко трѣбвало да се предостави на предназначениятѣ и подготвени за това — лѣкари. На край Д-ръ Виншъ се очудено пита: „Тѣй банбашка (своеобразно — ейгенартикъ) отъ толкова хора на науката, само лѣкаря прави тѣй рѣзко изключение“ — Изъ сп. „Природенъ лѣкаръ“ — Берлинъ).

Следъ горното кратко изложение, което изнасяме безъ

каквито и да е коментарии, ние каваме всичко будно, всичко интелигентно, всичко жадно за знание и истински милещо за собственото и това на народа здраве, да посещаватъ редовно сказкигѣ ни. Тѣзи отъ провинцията при случайно посещение Варна, да използватъ случая и посетятъ поне една. Другигѣ отъ провинцията да следятъ кога редоктора ни ще посети тѣхния градъ или близко селище и непременно да го посетятъ. А варненецъ, който не ги посещава върши пресгѣпление къмъ собственото и това на семейството си здраве. Даже и тѣзи, които сѣ приятели на лѣкарствата, нека ги посещаватъ, защото ще дойде день, когато и тѣмъ ще потрѣбваме!

Отъ дружеството

Да бждемъ искренни е нашъ свещенъ дългъ.

Винаги и навсѣкжде трѣбва да сме искренни. Никоя професия не търпи неискреността. Всѣка неискреностъ се отразява зле или върху този, който я прилага или върху този, комуто се прилага или най-сетне е и съ вредно влияние за по-големъ кръгъ хора отъ дадено общество, даже и за цѣль народъ, респективно — цѣлото човѣчество. Къмъ последното спада неискреността въ общественото здравеопазване.

Ако азъ като лѣкаръ не съмъ искренъ въ упражняване своята практика; дадени сѣ следнигѣ възможности: 1) Тя ще стане причина да спечеля повече. 2) Да спечели повече и друго, респективно други лица; 3) Да бжде ошетенено материално лицето по отношение на което я прилагамъ; 4) Да се увреди на това лице чрезъ подвеждането му изъ пѣтища опасни за здравето му (поне тогава когато тѣзи пѣтища се вървятъ безогледно и безъ предпазителнигѣ мѣрки, които то лице не ще вземе, защото не знае, че азъ въ момента не съмъ искренъ); 5) Да се отклони сѣщото лице отъ правия и истински за неговото спасяванд пѣтъ. 6) Да стана причина за нещастия въ което ще бжда обвиненъ като виновникъ поради неискреността си. Ако обаче азъ съмъ искренъ тогава горѣказанитѣ точки ще се сбжднатъ, само, че тълкувани въ обратна смисль. Тоестъ, азъ не ще спечеля толкова много материални сръдства. Никое друго лице нѣма сѣщо да спечали. Болния не ще бжде ошетенъ материално и т. н.

При това подчертавамъ; че последствията ще бждатъ съвсемъ еднакви, независимо отъ това дали неискреността е била умишлена или несъзнателна (неволна). Отъ тукъ пѣкъ поуката, която трѣбва да извлека: Никогатъ и въ никой слу-

чаи да не бивамъ неискренъ защото това може да струва голѣми нещастия на довѣрлия ми се боленъ. Въ желанието си да бжда искренъ никога да не пребрзвамъ, а предварително да обмислямъ добре дали „не ще скрия истината несъзнателно“.

Поводъ да напиша тѣзи нѣколко реда ми даде единъ откъслекъ отъ статията „За попикиването“ помѣстена въ единъ здравенъ вестникъ. Тамъ е казано между другото (следъ като подчертава, че за излѣкуването трѣбва преди всичко да се премахне причината съ което и ние сме съгласни и то е едничкия праваленъ пѣтъ) тамъ е казано:

„Едно е утешително — че медицината има сигуренъ лѣкаръ противъ това зло. . .“ А малко по-горе изброява като лѣкарства противъ него зло нервно успокояващи лѣкарства, какодилатови инъекции (нуждни 30—40 въ една серия), атропинъ, антипиринъ стрихнинъ (съ който се тровятъ кучетата по улицитѣ) беладонка.

Драги съидейници и читатели, желая да кажите какво извлечение ще направи читателя отъ горното и какви послѣдствия ще има приложението на извлечението на практиката? Моето мнение е следното.

Читателя следъ като прочете изброеинтъ по горе лѣкарства и види тѣй категоричното подчертаване „сигурния лѣкъ“ на медицината, ще се убеди напълно въ това, че има наистина сигурно лѣкарство противъ тази болестъ и то не може да бжде другаде освенъ между гореизбранитѣ или темъ подобнитѣ. Следъ това ще почне опитването на всичкитѣ по редъ (макаръ и чрезъ лѣкаръ). Какви ще бждатъ послѣдствията отъ тѣзи опитвания? Много просто: Болния ще ходи отъ лѣкаръ на лѣкаръ. Всѣки ще му предприше едно или две отъ горнитѣ лѣкарства. Липсата на какъвто и да е резултатъ ще го влече последователно по разни други лѣкари и така ще реди различнитѣ лѣкари, различнитѣ лѣкарства, а и ще почне да ги повтаря защото излѣчение не тѣй лесно ще намѣри. Това пѣкъ значи прѣскане на значителни суми и гълтане въ изобилие отрови (и то силни отрови, както ги нарича и въпросната редакция). А защо става всичко това? Защо се лута болниятъ? Защо чете неискрени изявления?

Преди всичко непознатата причина на болестята ни ясно говори, че не ни сж познати и лѣкарствата. Медицината не само не познава никакъвъ „сигуренъ“ лѣкъ противъ напикаването, но може да се каже, че това заболѣване е едно отъ онѣзи, при които медицинската наука за сега е още почти безсилна. За да се увѣригъ въ това, позапитайте родители, които сж имали нещастieto да опитатъ този „сигуренъ лѣкъ“ и Вие ще видите, че лутанията сж били безкрайни, срѣдствата не твърде малко, а резултата е билъ

този, че съ време, при подходящъ режимъ, детето „отсамо-себе си“ престава да се напикава. Нищо чудно, може да намѣрите и такива случаи, кждето следъ употребяването на разни лѣкарства (разбира се доста продължително, въ какъвто случай времето допринася, а не лѣкарствата) болестъта да е изчезнала. Има такива случаи, но това сж случайни съвпадения или пъкъ резултата се дължи на прилаганитѣ едновременно физикални срѣдства или, което е най-вероятно, той се дължи на **сугрестирането на детето чрезъ даването на лѣкарствата**. Но да се мисли, че получения въ тѣзи единични случаи резултатъ (въ по-вечето случаи времененъ) е дѣло на даденитѣ и изброени по горе лѣкарства, е абсуртъ. Още по голѣмъ е, ако това заблуждение се насажда отъ страна на вещи по въпроса.

Нѣщо пакъ като неискреностъ е твърдението на друго едно списание, въ което се твърдеше, че **медицинската наука била „сигурна“ и „абсолютно“** положителна наука. И както всѣка друга неискреностъ, така и тази, рано или късно ще окаже вредното си влияние върху тѣзи, които дръзнатъ да я следватъ слѣпешката. Азъ не зная дали ще се намѣри другъ лѣкаръ, освенъ редактора на този вестникъ, който лѣкаръ да има смѣлостъта да твърди, че медицинската наука била сигурна, положителна наука? Едва ли има човѣкъ който да не знае, че медицинската наука е много относителна, несигурна и абсолютно неположителна наука. Имено това ѝ състояние е накарало законодателитѣ да предвидятъ щото никому да не може да се натрапва единъ лѣчебенъ методъ на сила. Даже и това, което се смѣта за най-положително и сигурно въ тази наука — операцията, не може да се натрапи никому, именно защото е все още не положителна и несигурна.

Безъ да искамъ съ това да отричамъ малкото сравнително положително въ здравеопазването, длъженъ съмъ да обърна вниманието особено на съидейницитѣ ни, които сж надрастнали времето, освободили сж се отъ суевѣрията, че **медицинската наука е неположителна**, тя се мѣни ежедневно, днесъ едно се хвали, утре сжщото се отрича. Всѣко лѣкарство не само, че не е положително, но и **всѣкога опасно**. Отъ тукъ и нуждата, щото ние носителитѣ на здравната просвѣта да бждемъ искрени и да казваме истината открито, колкото и тѣжна да е тя.

Само признаването и съзнаването на грѣшкитѣ и безсилието ни, сж гаранция за нашия прогресъ!

Морфиумътъ е една отъ най-силнитъ отрови. Той е и най-страшното нѣщо, което човѣшкия умъ можа да измисли за болния човѣкъ. Неговата пагубность е двукрака. Първо, той е страшно вреденъ и отравя всѣка жива клетка и тъканъ, макаръ и въ най-малко количество да е докосналъ и второ, той е и още едно зло. А именно, честото му употрѣбяване води къмъ навикване на организма къмъ него и дохаждане къмъ т. н. **морфинизмъ**. Тази страшна болѣсть причинена отъ „лѣкарството“ **морфиумъ** е взела застрашителни размѣри. За нейното лѣчение има създадени специални институти наречени **ентциунгсанцалтенъ** или заведения за отвикване отъ навика да се употрѣбява отровата. Въпросътъ съ борбата съ тази самосъздали я болѣсть, занимава ученитъ доста сериозно. И все пакъ резултатитъ сж доста неуспокоителни.

Но защо се явява това зло? Ето главнитъ причини. Най-ефикасното действие на морфия се състои въ това да премахне съ свѣткавична бързина и най-силиитъ болки да приведе болния въ едно **ойфорично** (весело) състояние. Като така изпиталитъ го веднѣжъ болни, го търсаятъ и лесно намиратъ, като облекчаватъ тежкото си състояние. Дохажда обаче време, когато вземената доза не действува вече и трѣбва да се прибѣгне къмъ по-силна. И така се стига до доста силни дози, при които само се поддава болния организмъ. И така продължавайки, организмъ привиква къмъ тази силна отрова. Тя става тъй да кажемъ, негова съставна частъ, безъ която не е възможна никаква правилна функция. При това всѣка клетка и тъканъ сж силно отровени и бавно но сигурно се топятъ и гинатъ. Линѣе и слабѣе. Всѣки опитъ за отказване отровата води къмъ пълненъ безпорядѣкъ въ всички тѣлесни функции. Настава страшна картина, която трае до тогава, до когато се даде повторно отровата и то въ задоволително висока доза. Ако въобще може да се прави нѣкакво сравнение то бихъ могълъ да окачествя картината съ тази на силни пушачи и пиячи, които направятъ опитъ да се откажатъ. Разбира се, че това е сѣнка отъ онова страшно, което преставлява картината на морфинизма. Това състояние води винаги и сигурно къмъ смъртта . . .

Както въ началото казахъ, лѣчебнитъ изгледи сж доста обезпокоителни. Едно доста интересно съобщение, пуснато въ медицинската литература, което вѣроятно е пресилено и, че нѣкой си **Д-тъ Каале** въ **Кьолнъ**, открилъ нѣкакво **Вундерхайлунгъ** (чудновато лѣкуване). Той привеждалъ болнитъ въ едно полусънно състояние въ което оставали 5 дни, следъ което се събуждали напълно излѣкувани отъ страшната болѣсть. До колко е това истина и възможно, азъ не съмъ въ състояние да кажа, тъй като не ми се е паднало на рѣка по-подробно за четене. Дано тѣзи ми нѣколко реда подтикнатъ нѣкого да ме допълни.

ПРИРОДЕНЪ ЛЪКАРЪ

МЕСЕЧНО СПИСАНИЕ ЗА ПРИРОДНО ЛЪКУВАНЕ,
ПРИРОДОСЪОБРАЗЕНЪ ЖИВОТЪ
И ЗДРАВНА ПРОСВЪТА.

Год. абонам. 75 лв. ————— Отдѣленъ брой 8 лв.

Редакторъ: Д-ръ Кирилъ Йордановъ бул. Мария Луиза № 34

Силата на природолѣчението.

D-r A. Brauchle — Berlin.

Старчески коженъ сърбежъ.

(Болниченъ листъ № 9).

Предистория: Прекаранъ отдавна ревматизъмъ. До днесъ запекъ. За сега страда 82 годишния старецъ отъ силенъ коженъ сърбежъ по цѣлото тѣло. Вследствие сърбежа абсолютно невъзможенъ сънь. Сжщевременно чувствува ревматизмални болки въ лакатната и колѣнна стави, както и по цѣлия гръбъ.

Лѣчението се състоеше въ четири пжти седмично по една топла цѣла баня съ отвара отъ борови листа (игли). Ежевечерно измиване на цѣлото тѣло съ воденъ разворъ отъ лимонова киселина. Изобилно въздушни бани — слънце. Строга вегетариинска храна.

Въ резултатъ на това лѣчение, което трая 56 дни старецътъ оздравя напълно.

Контроленъ прегледъ следъ почти две години. Болниятъ е напълно здравъ. Самия той твърди, че е много по жизнерадостенъ и като подмладенъ.

Заклучение: Сполучливо излѣчение на старчески коженъ сърбежъ. Сравнително дългото лѣчение се наложи не поради неговоио състояние, а поради това на сжщевременно лѣкуващата се негова жена, която той искаше да дочака. Иначе много по-рано би напусналъ клиниката оздравѣлъ.

D-r A. Branchele — управ. болницата „Priessitzhaus“.

Акна по лицето и гърдитъ.

(Болниченъ листъ № 10).

Предистория: Силенъ запекъ. Хранилъ се е предимно съ месо, яйца; кафе; какао, бѣлъ хлѣбъ, малко зеленчукъ. 19 годишния боленъ страда отъ своята 16 годишна възраст отъ

познатитѣ т. н. пуберитетни пъпки по лицето и гърдитѣ. По-големѣ, по-малки, червени, гнойни и прочіе. Мазно лице.

Лѣчението се състоеше въ преди обѣдъ: Три пѣти седмично електрическа баня въ специаленъ сандѣкъ съ следващо тричетвъртово овиване за изпотяване. Мѣнявано съ това парни бани на лицето и гърдитѣ, а и четкови цѣли бани. Три пѣти седмично свободни телесни упражненія на открито. Следъ обѣдъ: Три пѣти седмично менѣщи душише. Три пѣти седмично планинско слънце. Изобилно свѣтло-въздушни и слънчеви бани. Предимно вегетарианска храна.

Резултатъ: Следъ 26 дневно лѣкуване възстановяване на храносмилането и почти пълно излѣчение на кожното страдание.

Контроленъ прегледъ следъ 7 месеци: Кожното страдание е напълно изчезнало и то за винаги. Домашното лѣкуване довърши клиничното.

Заключение: Едно три годишно страдание отъ Акна биде излѣкувано само за 26 дни по природния методъ и не се повтори вече. Характерното тукъ е неправилия начинъ на хранене и запека. И двата фактора сж причина за вътрешното замърсяване. Отровитѣ (чуждитѣ вещества) които би трѣбвало да се излѣчатъ презъ червата търсятъ изходъ презъ кожата и това излѣчване е и страданието. Но вътрешното замърсяване уврежда правилната функция и развой на половитѣ жлѣзи и така проявяването на болестъта става най-често въ годинитѣ на половото узрѣване.

Б. Р. Едно потвърждение на Луи Куне.

Гласъ на науката.

Апелъ къмъ лѣкаритѣ въ Германия.

Отправенъ отъ лѣкаритѣ и професори на природното лѣкуване, противницитѣ на ваксинацитѣ, сдружение — частъ отъ интернационалната лига.

— „Подъ влиянието на нещастieto въ Любекъ, при което 76 надгробни камани говорятъ единъ сериозенъ говоръ, а още 123 невинни жертви на едно „научно невидение“ носятъ петното и хилавостъта на новия противотуберкулозенъ „фуражъ“, излѣча се изъ лѣкарскитѣ срѣди единъ лѣкарски кружокъ, образува отдѣлно дружество и си поставя за цѣль да се бори и да образува единъ Отбранителенъ фронтъ противъ така насоченото здравоопазване. Такива и много още други недѣзи на медицинската наука, не сж въ състояние да усилятъ вѣрата на обществото въ лѣчебното лѣкарско изкуство, а напротивъ убиватъ и последната следа отъ довѣрие.

Днесъ преживяваме страшна стопанска криза, но още по страшна е кризата въ медицината, а тъкмо тукъ се налага едно коренно промѣнение въ насокитѣ на дирене излѣчение.

Съзнавайки голѣмата отговорностъ, която носимъ като лѣкари, ние образувахме новото лѣкарско сдружение съ единичката целъ да се боримъ за премахването на каквито и да е ваксинации, като не позволимъ официалното израждане на общественото здравеопазване въ опасната за човѣшкия родъ ваксинационна профилактика

. . . Наредъ съ смъртностната ваксинация въ Любегъ, още множество хиляди осакатени отъ една погрѣшна и неоориентирана ваксинационна наука, викатъ за Сорба въ защита на човѣшкия родъ. Апелираме къмъ всички лѣкари, които съзиратъ голѣма опасностъ отъ масовото възприемане на този начинъ на лѣкуване, онѣзи, които иматъ присърдце идеалното, безвъзмездно служене на народното здраве, да се отнесатъ до нашата централа въ Дрезденъ № 6 „Königsbruckerstr. 15.

За Impfgegner — Arztbund.

D-r Steintel, Eckhard, Wegener, Winsch, von Wiessen и geh. med. kat Kichter.

Всички лѣкарства сж вредни.

На всички е известно, че при язва на стомаха, особено при киселини, се вадятъ изобилно сода, магнезии и тѣмъ подобни, неутрализиращи киселинитѣ, лѣкарства. Това се смѣта за полезно и неизбежно прилагане — потвърдено положително и препоръчано отъ лѣкарствената наука.

Науката за природното лѣкуване отрича прилагането на сода при язва въ стомаха или като изключения нѣкога съвсемъ рѣдко и малко и то при особено настояване на болния.

Но ето и официалната наука, най-сетне кандисала, че даването на сода и темъ подобни сж не само безполезни, но и крайно вредни за болния. Професоръ G. E. Konjetzny пише въ „Therapie d'Gegenwart:

„... Тъкмо съ даване на алкалии (сода и др.), споредъ моето мнѣние, се довежда до едно влошаване на състоянието на болния. Становището на науката, споредъ което се твърди, че лѣкуването съ алкалии язвата въ стомаха и въобще неутрализиращето действие при тѣзи болни било правилно, е съвсемъ фалшиво. Професоръ Калкъ и профес. Ланге доказаха отдавна, че даването на сода наистина неутрализира киселинитѣ, но затова пъкъ следъ това настѣпва още по-силно излѣчване на такива киселини. Споредъ първия професоръ, това влошаване и увеличаване киселинитѣ, следъ даването алкалии, се дължи на едно катарално състояние на стомаха, като резултатъ отъ вредното действие на даденитѣ лѣкарства. Това вредно действие на лѣкарствата е

доказалъ и професоръ Блатеръ. Той е предизвикалъ катаръ въ стомаха при кучета, следъ като имъ е давалъ натриумъ бикарбонатъ. Следъ редица систематически изследвания въ своята клиника, професоръ фонъ Бергманъ е доказалъ, че алкалитъ при лѣкуването на язвата трѣбва да се изхвърлятъ. Той доказва сжщо така, че даването на содата, освенъ че е безполезна, вредна, но още и съвсемъ излишна, тъй като целесъобразното прилагане на другитѣ фактори сж достатъчни да намалятъ киселинитѣ и като така не става нужда да се прибѣгва до каквито и да е неотролизиращи лѣкарства.

А професоръ Moulinъ отива още по-далечъ като твърди, че не само трѣбва да не даваме алкалии при такива болни, а напротивъ поставя въпроса, дали даването на киселини (тъкмо противни на първитѣ лѣкарства) не ще бжде по-целесъобразно.

Но горното иде да покаже на нашитѣ читатели, че лѣкарствената наука е съвсемъ неположителна, пълна съ колебания и противоречия. — тъкмо противното на твърдението на Д-ръ Ефремовъ — че медицинската наука била „положителна“ (!) Азъ не познавамъ другъ лѣкаръ, който да твърди, че е положителна и вѣрвамъ и последниятъ го писа по редица други съображения, но не и въ интересъ на истината.

Златнитѣ правила на живота

— Всѣка сутринъ, а и вечеръ прави тѣлесни упражнения. Играй или работи физич. работа до леко заморяване и добро затопляне на ржцетѣ и краката.

— Не пуши — тютюнътъ е отрова!

— Яжъ изобилно растителна храна. — тя пречиства кръвта.

— Дъвчи добре дъвкането е основата на здравето.

„Появата на единъ палячо въ града е отъ по-голъмо здравно значение за гражданитѣ, отколкото десетъ магарета натоварени съ медикаменти“.

Д-ръ Сиденхамъ.

„Истинскиятъ лѣкаръ поставя цѣлата природа на разположение на болния, а лекомислениятъ го изпраща въ аптеката“.

Д-ръ Зондеретеръ.

Добра далавера — лошъ признакъ коштуемата цена на единъ килограмъ salvarsen (лѣкарство противъ сифилиса) съ 200 марки (германски) продажната му била 8,000 лева. Изъ „Das Neue Naturheilverfahren“ Bilg. стр. 175 томъ I.

„Ако лѣкуването стане изключително право на лѣкаритѣ, човѣчеството ще погине, защото ще изгърве кормилото на живота. Ние трѣбва да се научимъ сами да се лѣкуваме — иначе винаги ще сме болни“.

Д-ръ Gredek.

Д-ръ Капфереръ-Майнингенъ — Берлинъ.

Заразителнитѣ болести и тѣхното лѣкуване по принципитѣ на природното лѣкуване.

Отъ нѣмски Д-ръ Кирилъ Йордановъ.

II.

Какъ става предотвратяването имъ.

Както по всѣко друго протежение на науката за здравеопазването, така и въ това на предпазването отъ заразяване, царя пълно разногласие, противорѣчия и враждебность между лѣкарствената наука и тази за физикално-диетичния начинъ на лѣчение, въ по-широкъ смисълъ, науката за природолѣчение.

„Да предпазимъ, е много по-лесно отколкото да лѣкуваме“ е намѣрило всеобщо признание. Но по въпроса за лѣчищата по които трѣбва да стане това лесно предпазване, царя пълно разногласие и съмнения. Споредъ едни представители на медицинската наука, най-доброто сръдство е „доброто хранене“ на организма, за да може той да стане „силенъ“ и неподатливъ къмъ заразяване. Други пъкъ мислятъ, че само чрезъ внимателно отстраняване на заразителния материалъ и избѣгването на какъвто и да е контактъ съ него, ще можемъ да се запазимъ отъ заболѣване. На това държи най-вече официалната медицинска наука, която вѣрва, че чрезъ напрѣсквания, дезинфекции, серуми и прочие, е въ състояние да гарантира на човѣчеството предотвратяване. Има и такива, които държатъ най-вече на това, да се пазимъ отъ простудяване, измокряне, „течение“ и подобни.

Споредъ науката за природно лѣкуване, всичкитѣ тѣзи предлагания, получили официалность начини, сж отчасти безполезни, а отчасти и вредни. Споредъ сжщата, едничкия начинъ за предпазване отъ заразяване е личната хигиена въ духа на природолѣчението и тѣлесна култура въ сжщия духъ. 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-големитѣ епидемии ще остане незасегнатъ и не ще заболѣе. 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, умѣреностъ въ яденето и пиенето, предимно вегетарианско хранене, строго ограничение на месото, тлъстинитѣ и най-сетне чрезъ грижливото поддържане въ изправность всички органи на излѣчването и обезотравяването.

А знаемъ, че очистителнитѣ приспособления на тѣлото сж кожата, бѣбрецитѣ, червата и бѣлитѣ дробове.

Вървейки по пѣтя на гореказаната профилактика, спазвайки горнитѣ златни правила на живота, всѣки отъ насъ е не само въ състояние да се предпази отъ една или друга заразителна болести, но за него е сигурно, че не ще заболява въобще отъ никакви болести. Но гореказаното кали тѣлото ни и така го прави неподатливо къмъ простудявания.

Както виждаме, предпазването отъ заразителнитѣ болести не изисква никакви научни или скъпи апаратури, нито ваксинации, нито серуми и тѣмъ подобни. То изисква само следването на старитѣ народни поговорки: „Тамъ кждето слънцето влиза, тамъ лѣкарътъ не влиза“ и „работа, умѣреностъ и почивка, затварятъ на лѣкаря вратата“.

Въ следващитѣ броеве на списанието, когато разглеждаме всѣка болестъ подробно, когато ще Ви стане ясно естествения процесъ на самолѣкуването, тогава ще стане ясно за всѣкиго, даже и за този, който не иска да разбере, че истинскитѣ лѣчебни методи при температурнитѣ заразителни болести сж тѣй прости, тѣй обикновени и достъпни за всѣкиго, че противоречащия на самолѣчебната работа на природата лѣкарственъ методъ, трѣбва да бжде изоставенъ отъ всѣки който искрено желае своето оздравяване.

(Следва)

Пакъ за децата които не ядатъ. Едно явление при децата, което трѣбва да се знае отъ всѣка майка е следното: Въ втората и третата година срѣщаме деца, които безъ доловима причина отказватъ да ядатъ два три дни. Следъ това наново почватъ да се хранятъ, безъ за това да сме правили каквото и да е. При това тѣ нѣматъ никакви признаци на нѣкакво заболѣване, сж добри весели игриви. Щателни проучвания въ такива случаи сж показали, че понѣкога сж яли нѣщо скрито отъ родителитѣ. Въ други случаи не сж били намѣрени никакви причини. Знае се обаче съ положителностъ, че въ такъвъ случай, никога нѣма нѣщо сериозно и че не бива да се дава насила на детето, защото става хроническо безапетитие — привикнато. Въ такъвъ случай давайте на детето всѣки 4 часа и при отказъ — оставете го. Така третирано и канено отъ време на време то следъ день два ще прияде.

Гроздоберъ



Група наши съидейници, бератъ „храна и лѣкарство“, златния природенъ даръ, — грозде. Това е на лозето на нешия съидейникъ И. Т., гр. Станимака.

Въ интересъ на дѣлото, молимъ всички наши читатели и последователи, които въ здрави или болни дни сж постоянствували и прилагали нѣкои отъ препоръчванитѣ отъ насъ природни приложения, да ни донесатъ своевременно кога, какъ и въ какви случаи е ставало това приложение, какъ е бивало понасяно и какви резултати сж получаваши. Не искаме сжщо така да се скриватъ и онѣзи случаи, когато приложението не е дало никакъвъ резултатъ, а сжщо така и тамъ, кждето не се е понасяло, даже и увредило. Такива несполучливи прилагания не бива и не може въ никой случай да се преписватъ на самото приложение, защото въ основата си иматъ винаги или неправилно нагаждане на тѣлеснитѣ сили или неподходящъ подборъ

Възможно ли е оздравяването на дифтеритъ безъ противодифтеритенъ серумъ. Общо е вѣрването, че оздравяването на дифтерита безъ инъекции съ противодифте-

ритенъ серумъ е възможно. Общъ е стремежа, както отъ страна на лѣкаритѣ да го предлагатъ, така отъ страна на болнитѣ да го диятъ при всѣко едно заболѣване, било то и най-лекото. Науката за природособразното лѣкуване е на мнение, че както всички други, така и тази болѣсть може да оздравѣе безъ инжекции, съ помощта на естественитѣ сили на организма. Това може да стане при всички по леки случаи, даже доста тежки.

Има наистина много тежки форми при които болнитѣ не оздравяватъ—но сжщитѣ умиратъ и въпреки инжектирането на серума, д-ръ Виншъ Берлинъ. Възможността да оздравѣе дифтеритъ безъ серумъ се е оспорвала по рано на всѣка цена отъ официалната медицинска наука. Напоследкъ се твърди отъ много страни, че това не е вѣрно и че природно излѣкуване на дифтерита е много лесно възможно и се среща на всѣка крачка. Въ това направление особени щателни изследвания е направилъ професоръ Намбургеръ . . . и се е добралъ до следното: Той казва: Въ продължение на 6 години азъ правихъ най строги наблюдения и за това време съмъ лѣкувалъ 17 деца отъ дифтеритъ безъ да имъ правя серумни инжекции. Въ резултатъ на това, за мое очудване и това на цѣлата медицинска наука, всичкитѣ тѣзи оздравяха напълно, безъ да остане никаква следа отъ болѣстта, както това става често при серумно лѣкуванитѣ болни.

Разбира се казва той, че тѣзи излѣкувания се дължатъ на природнитѣ сили на организма. Освенъ тѣзи бактериологически доказани случаи, той е наблюдавалъ два други, възрастни, при които прекаранъ дифтеритъ оставя парализа и двата безъ да бждатъ инжектирани сж оздравѣли. Сжщитѣ изследвания на тѣзи деца професорътъ е правилъ по отношение за количеството серумъ, който се инжектира и резултатитѣ отъ разнитѣ количества. Убеждението, което е получилъ при това г-нъ професора е било такова, че той завършва съ следното заключение:

„Оздравяването на дифтерита безъ и-жекции, съ серумъ е сигурно възможно. Не е само специфичния антитоксинъ, който докарва оздравяването, а има още други отбранителни срѣдства въ организма, непознати на науката още, които водятъ борбата безъ и съ помощта на специфичния антитоксинъ. И ако единъ организмъ не е способенъ да образува тѣзи други, непознати на наука, отбранителни тѣла, то той заболѣва въпреки предпазното инжектиране. И така предложението да се инжектиратъ съ профилактична цель здравитѣ въ време на епидемия, нѣма да има практическо значение и трѣбва да се отхвърли“ . . .

Или съ други думи казано, всемощния до сега противодифтеритенъ серумъ е съ разклатени основи и може би не

ще бжде далечъ деня, когато ще бжде изоставенъ, като не-ефикасенъ, даже забраненъ като вреденъ. А това ще бжде сигурно тогава, когато природолѣчението бжде издигнато до култъ, възприето напълно отъ официалната медицинска наука. Когато то измѣсти медиколѣчението, въ основата на което здраво сж легнали суеверието и спекулата.

Гласъ на науката

У насъ покрай другитѣ злини, човѣкъ като че ли не може и не трѣбва да има разбирания по други отъ тѣзи на официално признатитѣ. Трѣбва да вървишъ. Щешъ нещешъ по отжпкания пѣтъ, макаръ да виждашъ, че това е въ разрѣзъ съ общественния интересъ и като така личния — разбира се — не игоистиченъ.

Писа се и се потвърждава отъ лѣкари и професори, че лѣкуването съ лѣкарства има лоши последици, когато може да се помогне и подтикне организма да се бори съ отдѣлни заболявания. Обаче все по-вече хората се превикватъ къмъ лошия навикъ да имъ се предписватъ лѣкарства и мислятъ, че безъ такива не могатъ да бждатъ излѣкувани, съ което се излиза до задъntenата улица на разнебитени нерви и разклатено здраве.

Кжде да се дири злото? Може би въ това, че лѣкарската професия е съпроводена съ изразходване много срѣдства и години на голѣмъ умственъ трудъ, та по-вечето лѣкари не смѣятъ да се откажатъ отъ рецептата съ много и разнообразни лѣкарства и специалитети. Но не стига това, но нѣкои и по-вече не искатъ и да чуятъ за безлѣкарственното лѣкуване и сж готови да презиратъ този, който по свои научни разбирания и инстинктивно отбѣгва лѣкарствата, особено взетитѣ вътрешно.

Задаваме си въпроса — нима лѣкарската наука трѣбва да бжде достояние само на лѣкаря и въобще само той да има разбирания по тези въпроси? Обществото ще има полза, когато тѣ престанатъ по срѣдновѣковна традиция да се назоватъ миропомазани чада на Ескулапа. Кжде остава тогава индивидуалното при лѣкуването, щомъ лѣкаря иска пациента му само да изпълнява? Не трѣбва да гледатъ прочее отгоре на нещата, и отъ гледище на егоистичнитѣ смѣтки. Лѣкаритѣ трѣбва съ отворени обятия да посрещатъ всѣко едно движение, което застъпва хигиена и предпазна медицина. Не правятъ честь на лѣкари и съсловие, ония ежби за дѣлене на мегданъ у по-вечето лѣкари, а стимула да бжде повече народно здраве.

Както днесъ всѣки разисква и изказва мнение по икономически въпроси, безъ икономиститѣ, да си запазватъ

правото за себе си, та по медицинскитѣ въпроси трѣбва лѣкаритѣ да сърадватъ, когато хората се интересуватъ.

Ние интересуващитѣ се отъ тѣзи въпроси искаме да чуемъ нѣкой противопоставяния на безлѣкарственото лѣкуване, вмѣсто съ ненавистъ да се пречи на едно движение отъ подобенъ характеръ. Защото нека се запомни, че зрителя въ такъвъ случай е на страната на идейното ново, понеже той излиза съ открито чело.

Изъ „Поповски Новини“.

ПОСТЪ И ЗДРАВЕ.

Не може да се отрече, че много религиозни повели, народни навици и етични правила сж прѣко свързани съ човѣшкото здраве, каквото напр. е постенето. Въ всички религии има периоди и дни на постене и гладуване, което има несъмнено значение за народното здраве. Специално въ нашата религия сж предвидени следнитѣ дни: „Велики пости“ 56 дни, Коледнитѣ пости 42 дни, Петрови 27 дни, Богородични 15 дни — всичко 140 дни. Като прибавимъ къмъ тѣхъ още два дни въ седмицата, срѣда и петъкъ, на останалитѣ 32 седмици т. е. още 64 дни, всичко получаваме 204 постни дни, а блажни само 161 дни.

Презъ постнитѣ дни храната на народа е строго вегетарианска: главно хлѣбъ, ошавъ, зеле, фасулъ, лукъ, оризъ, празъ, шарлаганъ, отчасти и риба.

Такава една храна на гледъ, споредъ старитѣ медицински схващания, е много „слаба“, т. е. съдържа много малко бѣлтѣчни, а тѣхъ мнозина още учени и медици смѣтатъ като най-главната съставна частъ на храната. Това схващане на Фойтъ (118 грама бѣлтѣчни), възприето отъ мнозинството физиолози и лѣкари отъ старитѣ школи все още доминира и днесъ въ медицинската наука, въпреки множеството опити отъ видни физиолози, направени следъ създаване на тѣзи формули, които смѣтагъ за здравословно и съгласно човѣшката природа приемачето на 30 — 40 — 50 грама бѣлтѣчини (Читенденъ, Хинхиде, Келогъ и др.) Здравословното влияние, което поститѣ съ своя много намаленъ бѣлтѣкъ въ храната и съ липсата на месо, сирене, яйца, млѣко и др. бѣлтѣчни храни, се сблѣсква съ старата формула на Фойта и съ общовъзприетата днесъ, отъ официалната медицина твърдение, за голѣма полза отъ месния режимъ, за да ги опровергае и дветѣ по чисто емпириченъ пжтъ. Съ вѣкове тия религиозни повели подържатъ единъ природобразенъ, простъ и здравъ режимъ на хранене у народитѣ, и тази храна, комбинирана съ физическия трудъ на чистъ въздухъ и въ слънчева атмосфера сж давали на хората здраве, енергия и дълголѣтие.

И до като българскиятъ народъ строго е спазвалъ тия религиозни повели, той се чувствувалъ много по-здравъ и по-работоспособенъ. Наредъ, обаче, съ проникване на цивилизацията всрѣдъ народа, проникватъ и всевъзможни новости, които се отразяватъ зле и върху здравето му. Замѣстване на простата селска храна съ месна храна, заедно съ усилената консумация на алкохолни напитки постепенно допринася за израждането на маситѣ и появяването на болести, които не сж сжществували по-рано между тѣхъ. Преяждането, гуляитѣ и нездравословната храна докарватъ нервни болести, парализации, апандисити, стомашни язви, ракъ, бжбречна болестъ, затлъстяване, мозъчни кръвоизлияния, сърдечни заболявания и др.

Едно частично гладуване, или полугладуване, съ което се пречистватъ всички натрупани въ кръвта и органитѣ на човѣка вредни вещества, плодъ на неправилно хранене и неправилни химични реакции, при обмѣната на веществата е отъ голѣмо здравословно значение. Много заболявания днесъ могатъ успѣшно да се лѣкуватъ съ гладъ.

А постътъ естествено представлява единъ режимъ на пречистване организъма отъ всички обмѣнни отрови.

Не бива обаче следъ поститѣ да се отдаваме на неразумно преяждане на месна, блажна храна, защото ще преуморимъ храносмилателната система и всички органи.

Изъ „Витл. Звезда“.

Не може вече при това състояние на днешната медицинска наука, да се говори, че вегетарианскиятъ режимъ не е здравъ ражимъ на хранене — и затова трѣбва да го препоръчаме горещо за всички волеви натури, които не сж поклонници на стомаха си, за да добиятъ единъ здравъ и издържливъ организъмъ.

Изъ в-къ „Знаме“

Гласъ на науката.

Безсилнето на лѣкарствата.

... За лѣкарственото лѣкуване на пилороспазмата у кърмачетата можемъ да се изкажемъ накратко: Отъ лѣкарствата ние не само не сме видѣли никакви оздравителни резултати, но и въобще липсвало е каквото и да е повлияване на болестъта. На сжщото мнение сж и повечето отъ авторитѣ. На възраженията на нѣкои фармакуюози, даваме краткия отговоръ, че атропина даже увеличава тонуса на пилорусната мускулатура! (а това е тъкмо противно на нуждитѣ на болния.

Изъ Th. g. 1929. Bischoff.

Б. Р. Драги читателю, ние Ви питаме: Щомъ като е така, защо ще давате на кърмачетата си лѣкарства, когато повръщатъ? — и Ви оставаме сами да си отговоритѣ!

Да кажемъ: „Прощавай мракъ!“

„ . . . И до днесъ, ние не познаваме нито диета, нито пъкъ лѣкарства, съ които да можемъ да повлияемъ върху болестния процесъ, при повръщанията у кърмачетата“. (Pylorospasmus) . . . Изъ Sh. g. 1929. Seifert.

Б. Р. Още една болестъ, за която и до днесъ не сж открити лѣкарства. Ние оставяме родителитѣ сами да се произнесатъ: бива ли да даваме лѣкарства на крехкитѣ кърмачетата, или не. Ако да, защо?

Споредъ Францъ Опеухаймаръ, следъ 4000 години на селението на земното кълбо ще се толкова увеличи, че ще имаме пренаселяване (повече отъ възможното за земното кълбо)

Споредъ американеца Еастъ, земята е въ състояние да изхранва 5 и половина милиарда човѣци. А споредъ професоръ Пенкъ, даже 8 милиарда. Б. Р. И все пакъ човѣчеството отдавна е почнало да се самоизяжда, защото шепа ненаситни човѣшки сжщества сж заграбили толкова, което може да изхрани даже и свърхнаселението на земята. И все пакъ смѣемъ да се надѣваме, че ще дойде опомняне, че право е на всички родени на земното кълбо да иматъ право на сжществуване и тѣмъ трѣбва да се даде нужното. И понеже въ природата нищо не се създава и нищо не се губи, не остава нищо друго освенъ частъ отъ заграбеното да се отстъпи на гладнитѣ. Това ще рече всички да се върнатъ „назадъ къмъ природата“ — къмъ опростения природосъобразенъ животъ.

Хранителността на меда.

Трѣбва да се съжалева, че медътъ, който все повече и повече се измѣства отъ наводнителата на пазара фабрична захаръ (цвеклова и трѣстена), заема днесъ второстепенно мѣсто въ храната на народа.

Както е известно, за първобитнитѣ и културни народи въ древността, той е билъ единственото сръдство за подслаждане и консервиране. Мечтата на евреитѣ е била да иматъ страна, богата съ млѣко и медъ, и затова тѣ сж мжка сж се раздѣлили отъ брѣговетѣ на Нилъ, кждето медътъ е билъ въ изобилие. Въ стария Египетъ медътъ е игралъ голѣма роля не само въ храната на народа, но и въ медицината. Сжщо така и индийцитѣ, римлянитѣ, гърцитѣ, германцитѣ и славянитѣ сж го високо ценили. Първата храна, която Индра е получилъ следъ рождението си, е била медъ. Зѣвъ е билъ храненъ съ медъ, а сжщото се разправя и за Бакхусъ. Жертвоприношенията на гърцитѣ отначало сж се

състояли само отъ плодове и медъ. Главната храна на питагорийцитѣ е била хлѣбъ и медъ. Но стига история. Въ какво се състои споредъ науката голѣмата ценностъ на меда и кое го прави по-хранителенъ и по-полезенъ отъ фабричната захарь?

Докато рафинираната цвѣклова и тръстена захарь представлява единъ химически чистъ вжглехидратъ, свободенъ отъ всѣкакви други вещества, медътъ се отличава съ своето съдържание на ценни минерални вещества, като желѣзо, фосфоръ, калций (0,1—0,3%), които играятъ важна роля при изграждането на тъканитѣ въ тѣлото. Освенъ това, той съдържа бѣлтъчини (0,35%) и органични киселини (мравчена, ябълчна и млѣчна, — 0,1—0,2%).

Тръстената и цвѣклова захарь, могатъ да се приематъ отъ организма следъ усилена храносмилателна дейностъ, докато различнитѣ видове захарь въ меда (инвертна 70—80%, гроздена, овощна и захароза 5%) преминаватъ направо въ кръвта. По този начинъ организмътъ ни спестява сила. Logand съ право препоръчваше още преди години меда като храна на хора съ слабо сърдце.

Благодарение на високото си съдържание на захарь, медътъ дава топлинна енергия, която е около три пѣти по-голема отъ тая на месото и два пѣти по-голема отъ сжщото количество яйца. Това качество на меда, както и неговата лесносмилаемостъ, правятъ отъ него една храна, съ която мѣчно може да съперничи друга.

Онова обаче, което придава на меда особена ценностъ, то сж нѣкои фактори въ него, които не могатъ да се измѣрятъ по наученъ пѣтъ, но които, въпрѣки това, сжществуватъ и отъ които сж лишени всички други видове захарь. Това сж на първо мѣсто ферментитѣ и ензимитѣ въ меда, които подпомагатъ храносмилането и които водятъ произхода си навѣрно отъ излѣчването на жлезитѣ у пчелата.

Различнитѣ видове захари, които пчелата събира отъ нектарниците на цвѣтоветѣ, отъ медната роса на клонкитѣ и листата, и отъ сладкитѣ плодове, се подлагатъ въ тѣлото ѝ на измѣнения подъ действието на ферменти, — преди всичко на животинската инвертоза, така, че натрупаниятъ въ килийкитѣ медъ, представлява вече преработенъ продуктъ на събраната захарь. Въ храносмилателния каналъ на човѣка тѣзи ферменти допълнятъ храносмилателнитѣ сокове и усилятъ тѣхното отдѣляне. Въ меда сж доказани сжщо и ферменти, които улесняватъ смилането и на бѣлтъчнитѣ вещества и вжглехидратитѣ.

Наистина, медътъ е лишенъ отъ витамини, но като продуктъ на цвѣтоветѣ, той съдържа хормонални и ферментни вещества, както и други неопредѣлени химически фактори, които, макаръ да се намиратъ въ него въ много малки количества, му предаватъ несъмнено голѣма и етична стойностъ. Това сж ароматнитѣ вещества, етеричнитѣ масла, които произхождатъ сжщо отъ нектара на цвѣ-

товетъ и придаватъ вкуса на меда. Ароматътъ на меда зависи отъ цвѣтоветъ, отъ които е събиранъ. Най-много се ценятъ липовиятъ, ябълковиятъ, черешовиятъ и др. видове медъ.

Caillas е установилъ сжщо присѣтствието на радий въ различнитъ видове медъ. Благотворното влияние на този елементъ върху здравето, ни е известно отъ минералнитъ води съ радиева еманация.

Още отъ най-стари времена медътъ се е употрѣбилъ при лѣкуване на нѣкои болести. Египтянитъ сж го ценѣли много като пикочогонно и слабително срѣдство, употрѣбавали сж го при обща слабостъ и въ разни мехлеми, напр., противъ изгаряния и пр. Сжщо и старитъ гърци и римлянитъ сж го употрѣбили при различни болести. Така, напр., Галенъ го е препорѣчвалъ особено за старитъ хора, а Диоскоридъ го стоменува като отлично срѣдство при ухапвания отъ куче и отравяния.

И днесъ още народътъ употрѣбва меда, разтворенъ въ горещо млѣко, като добре действащо срѣдство противъ кашлица (бронхиаленъ катаръ).

Много добри резултати сж постигнати при лѣкуването съ медъ на малокръвни деца. Съдържанието на хемоглобина въ кръвта (главната съставна частъ на червенитъ кръвни тѣлца) се повишава, и общото самочувствие се подобрява.

Употрѣбата на медъ е препорѣчителна за нервозни и страдащи отъ безсъние хора при сърдечни болести, хронически запекъ и др. За бременнитъ жени, той е незамѣнима храна.

Хора, които страдатъ отъ киселини въ стомаха (хиперацидитетъ), често пжти не могатъ да го понасятъ. Вследствие на високото съдържание на захари той предизвиква отдѣляне на много киселини въ стомаха и причинява понѣкога дори болки. На какво се дължи тази чувствителностъ на нѣкои хора, още не е доказано.

При нѣкои хора медътъ действува доста слабително, особено когато се взема сугричъ преди закуска, или, за усиление действието му, като се разтвори въ вода и се подкисели съ лимонъвъ сокъ и се изпие веднага следъ ставане отъ сънь. Слабителното му действие се приписва на овощната захаръ, която се съдържа въ него.

Изброенитъ до тукъ ценни качества на меда, извънъ неговата целеностъ сж достатѣчни, за да покажатъ, че той има една рѣдко голѣма хранителностъ, която го издига високо надъ много други храни, и особено надъ фабричната захаръ. Ето защо трѣбва да се стремимъ тамъ кждето това е възможно, да го предпочитаме предъ последната, и въобще да го поставимъ на първо мѣсто въ нашата всѣкидневна храна.

Изъ „Здраве и живогъ“.

Д-ръ Кирилъ Иордановъ Ганевъ — Варна.

Простуда и онаследяване.

Ние лѣкаритѣ въ ежедневната си практика, не рѣдко, чуваме да се отдаватъ разнитѣ заболѣвания на едно обикновено простудяване. За обикновената обществена мисль, да се заболѣе следствие истиване, е обикновено явление.

На това народно вѣрване, отъ лѣкарска страна, не само, че не се възразява, но и пълноно сподѣля.

Отъ научна гледна точка обаче, въпроса стои малко поиначе, че причината за едно заболѣване може да бжде простудяването, науката не отрича. Въ своитѣ научни издирвания, да открие ичтимната връзка между простудата и последвалата отъ нея болестъ, тя се е добрала до данни, които не ѝ позволяватъ пълното сподѣляне народното вѣрване.

По-рано, разнитѣ лѣкарски школи сж били на разни мнѣния. Докато едни сж твърдели, че първопричината на всѣка инфекциозна болестъ е по-слаба или по силна простуда, други сж отричали всѣкаква връзка между едната и другата. Днесъ разбиранията сж малко по други. Безъ да се отрича значението на едно простудяване за манифестирането на болестъта, твърди се съ положителностъ, че това не е достатъчно за пълното проявление на каквото и да е заболѣване.

По-малко научнитѣ лабораторни умувания, повече ежедневнитѣ наблюдения и практика, сж ни довели до следнитѣ необорими факти:

Споредъ това, какъ реагиратъ на студа, хората можемъ да раздѣлимъ на следнитѣ групи. Първата сѣставляватъ онѣзи хора, които при едно простудяване заболяватъ отъ болеститѣ на бѣлитѣ дробове. Други, при сжщата причина, реагиратъ съ разстройство на хранителния каналъ, а трети, съ този или онзи видъ ревматизмъ. Този фактъ иде да ни наведе на мисълта, че има вътрешно предразположение, една онаследена диспозиция, която дава т. д. к. тонъ на тѣлесната противореакция при евентуално прсстудяване. И понеже тази тѣлесна слабостъ или това предразположение се придава по наследство, то наклонността къмъ това или онова заболяване при евентуална простуда е заложена още въ новороденото. И деца, които сж обремѣнени съ това или онова предразположение, носятъ отъ ранна възраст явни признаци, които издаватъ предадената имъ по наследство, слабостъ. Имаме една група деца, които и на най-малкото охлаждане реагиратъ съ катаръ на дихателната система, тѣ иматъ увеличени сливици, страдатъ отъ разни екземи, подуване лимфатичнитѣ жлези и т. н. Други реагиратъ на студа съ тази или онази форма ревматизмъ. За тѣхъ казваме, че страдатъ отъ ревматизмална диятеза и най сетне имаме

една трета група, която дава признаци на заболяли органи на нервната система.

Следъ като науката доказва тази строга зависимостъ на реакцията вследствие простуда и „специфичната“ онаследеностъ, се занима и съ въпроса, дали простудата съ помощта на диспозицията сж достатъчни фактори за манифестирането на болестта, или пъкъ къмъ тѣзи две, трѣбва непременно да бжде присъединена инфекция, ако искаме да бжде напълно ясна цѣлата картина на заболяването. Тѣзи именно проучвания доказаха, че само простудата, безъ инфекция, не е достатъчна причина за кое да е заболяване. Така че първитѣ се явяватъ като подпомагащи инфекцията обстоятелства.

Но сжщитѣ тѣзи научни изследвания сж ни доказали и наклонността къмъ инфекциознитѣ заболявания е сжщо така наследствена. И сжщо така може да се обясни груповото заболяване въ даденъ родъ отъ известна инфекциозна болестъ. Нѣколкото заболявания въ едно и сжщо семейство отъ туберкулоза, дифтеритъ, скарлатина и др. иде да ни потвърди горното. А това пъкъ предразположение, къмъ тази или—онази заразителна болестъ, се обяснява съ това онаследено слабия организъмъ не е въ състояние да произвежда достатъчно отбранителни тѣла за дадената болестъ. Въ връзка съ разгледаното тукъ простудяване, трѣбва да подчертаемъ, че всѣко истодяване увеличава вродената слабостъ и намалява способността да образуваме отбранителни тѣла.

И най-сетне чувствителностъ къмъ простудяването е въ зависимостъ не само отъ наследената тази или онази слабостъ, но и отъ придобити предразположения. Така наприкладъ, ние българитѣ страдаме много често отъ растройство на храносмилателния каналъ по най-разнообразни причини. Тази придобита, чрезъ прегръщения по отношение на храненето, слабостъ на храносмилателния каналъ, е причина, щото при простудяването да реагираме съ разстройството на стомаха. Отъ тукъ и нуждата, всѣки съ придобита слабостъ на стомаха, да се гриже за достатъчно затопляне на коремнитѣ си органи. И дали обичая да се носятъ пояси (топло огъване на кръста и корема) не е въ тясна връзка съ тази придобита слабостъ на стомаха, остава единъ откритъ въпросъ.

И така намъ става ясно, че споредъ онаследената и придобита слабостъ, човѣкъ заболява вследствие простуда отъ тази или онази болестъ.

А196 До _____
Градската Библиотека

гр. Варна