

MAGYAR NÉPEGÉSZSÉGÜGYI SZEMLE

Egészségügyi, embervédelmi és népnevelő folyóirat.

Redactor responzabil:

Dr. BELA SCHMIDT

Colaboratorii: **Dr. Ladislau Koleszár és Dr. Andrei Nagy**

ELŐFIZETÉSI ÁRA: Egy évre ... 120 Lei. Egyes szám 15	REDACȚIA Târgu-Mureș — Marosvásárhely Str. Mihail Eminescu 4, (Tócai-ucca)	ADMINISTRAȚIA: Târgu-M.-Vásárhely Str. Sft. Gheorghe 20.
---	---	---

Megjelenik minden hónap 15-én.

TARTALOM:

Dr. Horváth Jenő: Az orvos és a lelkipásztor
Jó tudni...

Dr. Moesz Gusztáv: Mire figyeljenek a gombaszedők

Dr. Ágoston László: A csecsemő és kisgyermek
tisztántartása

Dr. Faragó Ferenc: Egészségügyi kalandárium

Dr. Parádi Kálmán: Vasárnapi iskola: A tüdővészről
VI. Tanulságos esetek.

Érdekes adatok a cigányokról. A tüdővész elleni vaccinálás Romániában. Az ujszopás következményei. A házassági probléma az Északamerikai Egyesült Államokban. Hírek.

MÁRIA SZEPLŐKRÉM, MÁRIA PUDER, MÁRIA SZAPPAN,

tökéletes és az egészségre teljesen ártalmatlan. Egészségügyminiszterileg engedélyezett kozmetikai szerek.

Gyógyszertárakban kaphatók, vagy postán megrendelhetők:

KOVÁCS ANDOR GYÓGYSZERTÁRA TÂRGU-MUREȘ

Málnási Mária Forrás

Természetes alkalikus sós gyógyviz. A legjobb nyálkaoldó gyógyszer! Gyomorégést azonnal megszüntet.

Mindenütt kapható.

Kútkezelőség Brașov.



Vigyázat

Vannak utánzatok, amelyeket mint aspirint akarnak eladni, holott ezeket nem szabad aspirinnek nevezni. Órizkedjen ezektől! Kérjen mindig

ASPIRIN

T A B L E T T Á T

o »Bayer» KERESZTTTEL

Biotonikum: az élet erőforrása!

A legolcsóbb és legjobb tonikum! Kérdezze csak meg háziorvosát. Ő ezt a vérszegénység, idegbántalmak, emésztési zavarok, gyengeség és kimerültség eseteiben fogja előszeretettel rendelni, mert a Biotonikum különösen hatásos összetétele: a vas- mangan- és phosphornak. Kellemes íze következtében igen élvezetes és még a gyermekek is nagyon kedvelik.

BCU Cluj / Central University Library Cluj

KALMOPYRIN

fájdalom csillapításra

(fogfájás, fejfájás, reumatikus
fájdalmak stb.) 1—2 tableta.

Meghűléseknél naponta 3—9 tableta.

RICHTER GEDEON vegyészeti gyár
BUCUREȘTI.

M A G Y A R

NÉPEGÉSZSÉGÜGYI SZEMLE

Egészségügyi, embervédelmi és népnevelő folyóirat.

Szerkeszti:
Dr. SCHMIDT BÉLA

Főmunkatársak: Dr. Koleszár László és Dr. Nagy András

Inregistrat sub No. 842. din 7 Maiu
1938. la Trib. Mureş, Secţia II. Mureş

Az orvos és a lelkipásztor

Dr. HORVÁTH JENŐ, ref. lelkész. Aninósza

Érdekes, de semmiesetre se véletlen dolog, hogy a világ külmissziói munkáiban a legeredményesebb, legáldottabb munkák olyan misszionáriusok nevéhez fűződnek, akik nemcsak a lelki hanem a testi nyomorúság gyógyítására is elkötelezték magukat. Elég itt a régiek közül a glasgowi doktorra, a legsötétebb Afrika hős misszionáriusára és felfedezőjére, Livingstone-ra, a maiak közül a hős lamberenei doktorra, Schweitzer Albertre utalnunk. Bizonyára nagyon világosan látták maguk előtt az örök példát: a világ Megváltója földi életére, szolgálatára mi sem jellemzőbb minthogy a lélek szabadításával párhuzamosan a testi nyomorúságokat is gyógyította.

A két egyébként annyira ellentétes hivatásnak ezt a mélyben gyökerező kapcsolatát, sőt egységét minden igazi orvos és lelkipásztor érzi.

Krisztus egyháza mindég és mindenütt különös gonddal fordult a betegek felé, igyekezett kórházat létrehozni: apácái és diakonisszái kétségtelenül a legodaadóbb ápolóknak bizonyultak. A zömében a falusi népet pásztoráló magyar papok pedig a betegségek elleni küzdelemben nemcsak látogatói és vigasztalói voltak népünknek, hanem első tanácsadók is és a népegészségügynek nem egyhelyen élharcosai mindmáig. Különösen olyan elrugaszkodott helyeken, ahol nemcsak helyben, de még a közelben

sincs orvos. Jellemző és valóban az életből vett, egyszersmind a lelkipásztor szociális felelősségére élesen rávilágító tény az, hogy a Makkai legutóbbi regényében, a „Holttenger“-ben, a falusi pásztor sorsa abban vált tragikussá, hogy a pusztító járvány ellen a babonás és nemtörődöm hivekkel való meghasonlás árán is felvette a harcot. Egészségügyi tanácsaival, sőt nevelésével egyébként, hiszen nemcsak kötelességből, hanem szíve szerint is szolgál minden lelkipásztor, nem is szólva azokról, akik a gyógyszerterápiát nélkülöző falvakban saját házipatikájukkal végeznek felbecsülhetetlen szolgálatot.

Az elmondottakból világos, hogy egy nép pásztorának nemcsak külső szükségékből adódólag vannak egészségügyi kötelezettségei és felelőssége, hanem mélységes belső indok is készíteti rá, hogy ne csak az emberek lelkével, hanem testével is törődjék, még pedig nemcsak a negatív óvás, hanem a pozitív gyógyítás tekintetében is. Krisztus tanítványainak e parancs mellett: „Tegyetek tanítványokká minden népeket!“ letagadhatatlanul az is szólt: „Betegeket gyógyítsatok!“

Másfelől az is bizonyos, hogy a testi gyógyításra hivatott orvos sohasem hagyhatja figyelmen kívül, hogy a paciensek lelke is van. Épen e lap hasábjain írta le e sorokat Ádám Lajos: „Az orvosi tudomány éltető eleme a szeretet, amittől még messze állunk.“ Mi ez, ha nem határozott és örök tiltakozás az ellen, hogy az óvandó vagy gyógyítandó testet csak egy mechanizmusnak tekintsük, egy többé-kevésbé hibás gépezetnek, melynek egyébre nincs szüksége, mint hogy rossz kerekét pusztán a beavatkozó kézzel helyreállítsuk?! Így dolgozhatnak egy órák, rideg kézzel nyúlva a beteg órához, de még talán ő se veheti meg a tárgya iránti szeretetet, különben egy-kettőre megúnja, félreteszi vagy földhöz vágja azt, helyrehozás helyett. Ám az orvosi tudomány hivatásos, sőt az igazi orvos számára egyenesen éltető eleme az a szeretet, ami a lelkipásztori munkának is nélkülözhetetlen alapja. Az az alázatos vallomás, hogy ettől az orvosok még messze állanak, csak kétségtelenebbé teszi, hogy itt ugyanarról a szeretetről van szó, ami a papot is pásztorrá teszi s amihez, pusztán azért, mert többet kénytelenek beszélni róla, még nem állanak okvetlenül közelebb a papok sem.

A szeretettel szolgáló és lelkeket is ápoló orvos mindazonáltal nem csupán követelmény. Az időt, fáradságot nem kímélő, jogos honoráriumot és önmagát ellefejtő orvosokon túl utalok arra, ami az orvosi működésben éppolyan elsődleges fontosságú és elmaradhatatlan, mint a kórisme vagy a hallgatócső: a szeretettel és

festvéri lelkülettel való odafordulás, lehajlás a beteghez. Több ez, mint a szíves szó és jó kedély, több mint módszer (bár annak is legjobb!), több az elvárható emberi együttérzésnél és szeretetnél is: a lélek festvéri kitárulása a lélek előtt. Az, ami alfája és omegája az orvosi hivatásnak is, a lelkipásztornak is egyaránt. Ismerek orvost, aki munkája nagyobbik, igazabb felét ezzel végezte el: páciensei testi nyomorúságukat, amikből az ő segítségével szabadultak, régen elfeledték, el a testi talpraállásuk örömét is, de ezt a „szent ráadást“ nem felejtik el soha.

Orvos és lelkipásztor . . . Kevésnek adatik meg, hogy mindkettő lehessen. Senkinek se ajánlható, hogy akár orvos, akár lelkipásztor létére belekontárkodják a másiknak felkészültséget igénylő munkájába. De minden igazi orvos lelkipásztor is egy kicsit és minden lelkipásztornak pásztorolnia kell a rábizottaknak testét is, mert ezen a földön sem élő emberi test nincsen lélek nélkül, sem élő emberi lélek test nélkül. A két hivatás két külön hivatás, mint ahogy két külön valóság a test és a lélek, de magasabb egységet Valaki biztosítja, még sokkal inkább, mint a test és lélek egységét az ember.

Érdekes adatok a cigányokról. Érdekes, hogy a vizsgálatok szerint a cigányok csecsemői életük első esztendeijéig sokkal életrevalóbbak, mint általában a falusi lakosoké. Ebben az időben a halálzásuk fél annyi, mint kb. a polgári lakosság csecsemőinek. Ezzel ellentétben az első és hetedik év között másfélszer annyi cigánygyermek hal meg, mint más kis gyermek. 7 éven túl a cigányok halálzásása egyharmaddal kevesebb, mint a többi lakosságé. Hogyan lehet ezt magyarázni? Egyszerű a dolog, mert a cigány csecsemő egyéves koráig anyatejen kívül mást nem kap. A mesterseges táplálást nem ismerik s így ellenálló képességük is igen nagy. Egy éven túl azonban a táplálkozás hibás, a ruházkodás rossz, lakásviszonyaik teljesen alkalmatlanok s ezért a cigány gyerekek jó része könnyen elpusztul. Az ki ezek ellenére a hetedik évét eléri az már fokozott ellenállással bír. Érdekes az is, hogy a cigányok igen érzékenyek a meghülés iránt. Egyötödük tüdő-és mellhártya-gyulladásban pusztul el. Nagy a halvaszülöttek száma is, amit a vérbaj erős elterjedésének lehet tulajdonítani. Végeredményben azonban a cigányok szaporodása majdnem 100%-kal nagyobb, mint a többi népeké.

JÓ TUDNI...

hogya az ideges alapon fellépő náthát egyszerű forró lábfürdővel lényegesen megkönnyíthetjük. A közönséges és általánosan ismert meghűlésből eredő náthán kívül ismerünk ú. n. ideges náthát is, amely olyan egyéneknél fordul elő, kik könnyen befolyásolható érrendszeri idegrendszerrel bírnak; por, nedvesség, füst, különféle gázok vagy a levegő összetételének hirtelen, valamelyes okból való megváltozása egy igen gyorsan fellépő, heves és különösen kínzó náthát váltanak ki, amely néha csak órákig tart. Ezt az ideges alapon fellépő náthát gyakran erős könnyezés és nyugtalanság kíséri. Gondos vizsgálatok és megfigyelések eredményezték azt a tényt, hogy egyszerű forró lábfürdők, melyeket a roham alatt alkalmazunk igen jelentős megkönnyebbülést okoznak.

hogya hányásnál kiváló jó eredményt adnak a gyomor tájra alkalmazott borogatások. Ideges hányásnál hideg borogatást vagy jégzacskót használjunk. Lázzal vagy lázas állapottal járó hányásnál a jó meleg borogatás lesz eredményes. Hányingernél a koplálás hasznos. Hosszabb ideig tartó hányásnál enyhe teát vagy nyálkás levest adunk. Ha a folyadékot a gyomor nem tűri, meg kell kísérlni kis adagokban pépes ételeket adni.

hogya a konyhasó hasznos háziszser kimerült lábak erősítésére. Nagyobb fáradtság után a lábat sóoldattal lemosva, az feltűnően erősítően, frissítően hat.

hogya a kéznek kifogástalan szép felharséget úgy tudunk adni, ha 40 gramm tiszta lanolint, 20 gramm kámfor-szesszel és egy gramm bergamotteolajjal összekeverünk. E keverékkel este lefekvés előtt enyhén bekenjük kezünket. Napközben is hasznos mindjárt kézmosás után, mikor a kéz még kicsit nedves, könnyen e kenőccsel bekenni a kezét, ezzel a sikert fokozzuk és gyorsítjuk.

hogya Magyarországon 1930-ban a magánlakások száma 2.103.949 volt, melyekhez 7.442 828 lakóhelyiség tartozott, vagyis 100 lakóhelyiségre 115 lakós jut.

hogya a saláta egyike a legértékesebb táplálékoknak, vas, cukor, vitamin, zsír, víz és cellulóze tartalma igen gazdag. Celluloze tartalma a bélműködést serkenti.

Mire ügyeljenek a gombaszedők?

Irta : Dr. MOESZ GUSZTÁV, ny. muz. igazgató Budapest

A városi ember télen-nyáron könnyen juthat hozzá a kitünő csiperkéhez, amit francia neve után sampinyon-nak is szoktak nevezni. Árulják a vásárcsarnokokban és az élelmiszerkereskedésekben. Aki nem ismeri a gombákat és e mellett gond és félelem nélkül akarja

a gombát élvezni, az elégedjék meg a csiperkével és azokkal a gombákkal, amelyeknek árusítását a városi hatóságok megengedik és ellenőrzik.

Baj azokkal szokott megesni, akik vagy nem jutnak ilyen gombához, vagy akik ingyen akarják megszerezni a gombacsemegét. Kimennek a szabadba és boldog örömmel szedegetik a szép gombákat; odahaza elkészítik illatos, ízletes ételnek és csak órák múlva derül ki, hogy az örömből szerzett életszerűség lett. A könnyelmű gombaszedésnek gyakran halált szenvedő áldozatai szoktak lenni. A halálos gombamérgezésekről statisztikát nem vezetnek; éppen ezért nem is tudjuk, hogy évente hányan halnak meg. Az újságok közléseiből sejtethetjük, hogy az áldozatok száma nem lehet jelentéktelen.

Nem volna azonban helyes az embereket a gombaszédéstől elriasztani. Kár volna azt a tömérdek jó gombát, amit az erdő, a mező és a legelő terem, felhasználatlanul otthagyni! Inkább buzdítani kellene, különösen a szegényebbeket, hogy szedjék

a gombát, fogyasszák és szerezzenek vele pénzt. Nehány mérges gomba miatt nagy hiba volna a jó gombák sokaságát veszendőbe hagyni.

Népünket azonban nemcsak buzdítani, hanem tanítani is kellene arra, hogy felismerje a jó és rossz gombát. Ilyen oktatás



1. Sima gyilkos galoca. (*Amanita verna*) Kb. harmadára kisebbítve. Alul jobboldalt még teljesen fejletlen, gumóalakú, fehérszínű gomba. Baloldalt a gomba már áttörte a burkot, melynek alsó része, mint hüvely (H) visszamaradt a tönk tövében. A tönk felső részében már látható a gyűrű. A kalap alsó részében a sugarasan haladó fehér lemezek is láthatók. Ez a két fiatal alak nagyon hasonlít a csiperkéhez. A kifejlett gombáknak karcsú tönkje van; ennek tövében a hüvely (H) felső részében a gyűrű (G) látható. A kalap (K) kiterült, gyakran kissé bemélyedt; sima, fehér vagy közepén igen halványan sárgás. Lemezei (L) állandóan fehérek.

nélkül nem volna szabad a gombaszedést erőltetni. Csak az szedjen gombát, aki biztosan fel tudja ismerni a fontosabb, jó és mérges gombákat. Elemi kötelességünk, hogy ismerjük azt, amit enni akarunk. A jó és rossz gombák megkülönböztetése olykor kényes feladat. A nehézséget az okozza, hogy a gombák közt gyakran igen nagy a hasonlatosság. A köztük meglevő eltérések sokszor oly csekélyek, hogy azok észrevétele nagyobb figyelmet és gyakran szakértelmet is kíván. Gyakorlott gombaszedők észreveszik a kis eltéréseket is. Azok, akiknek nincs még nagy gyakorlatuk, kerüljék azokat a gombákat, amelyek könnyen összetéveszthetők a mérges gombákkal.

Vannak olyan gombák is, elég bőven, amelyek, bár nem mérgesek, még sem élvezhetők. Ilyenek a fás, taplós, rágos húsú gombák, továbbá a keserű ízűek, a bűzösek, a nagyon lágy gombák és azok, amelyek szétporlanak. (Utóbbiak közül azok, amelyeknek húsa a szétporlás előtt szép, fehér színű, ehetők.) Gyakorlati szempontból elhanyagolhatók a nem mérges, de igen apró gombák, mert gyűjtésük nem fizetődik ki. Körülbelül 550 gombát lehet gyakorlati szempontból figyelembe venni. Ezek között van 48 kifűző, 164 jó, 303 kevés értékű, 12 gyanús, 17 kevésbé mérges és 6 halálosan mérges gomba. Gyanúsak azok, amelyek lehetőségéhez még szó fér.



2. Sárga gyilkos galoca (*Amanita mappa*) Kb harmadára kisebbítve. Hasonló a sima gyilkos galocához. A kalap felszíne azonban a sárga szín különböző árnyalatait mutatja (szalmasárga, zöldessárga). A kalap felületén hártvás foszlányok vannak, a lemezek fehérek. Hozzá hasonló a zöld gyilkos galoca (*Amanita phalloides*); kalapja határozottabban zöldesszínű.

Látjuk tehát, hogy a gombaszedő legfontosabb feladata a hat halálosan mérges gombának biztos felismerése. Ismernie kell természetesen a többi 17 mérges gombát is. Hangsúlyozom, hogy orvosi segítségre minden mérgezés esetében szükség van. A beteg rendszerint nem is tudja megmondani, hogy milyen gombát evett. Vigasztalásul említem, hogy a legtöbb esetben a halálosan mérges gombákkal is meg tud az orvosi tudomány küzdeni.

A halálosan mérges hat gomba a következő: 1. a zöld gyilkos galoca (*Amanita phalloidea*); 2. sima gyilkos galoca (*A. verna*); 3. a sárga gyilkos galoca (*A. mappa*); 4. a fehér gyilkos galoca (*A. mappa* varietas alba); 5. a sárgásbarna légyölő galoca

(*A. muscaria* var. *regalis*); 6. a téglaveres susulykagomba (*Inocybe Patouillardii*).

Az a körülmény, hogy a legmérgeesebb gombák, a susulyka kivételével, a galoca (*Amanita*) nemzetségébe tartoznak, nagyon megkönnyíti felismerésüket. Aki biztosan felismeri a galocákat, az már mentesül is a legnagyobb veszedelemtől. A galocák ismertető jelei a következők: lemezeik fehérek vagy sárgák, de sohasem lesznek rózsaszínűek, barnák vagy feketék; a tönk felső felében gyűrű, alsó részében hüvely van; a tönk töve duzzadt, a hüvely gyakran csökevényes, pikkelyszerű foszlányokból áll. Nagyon fontos, hogy ezeket a tulajdonságokat jól megfigyeljük. Azok, akik a gombát nem szedik ki teljes egészében a földből, hanem csak letörik vagy elvágják, nem tudják, majd megállapítani, hogy volt-e a gombának hüvelye, vagy nem? A hüvely jelenléte különbözteti meg a gyilkos galocát a még fejletlen csiperkétől. Utóbbinak ha töve duzzadt is, soha sincs hüvelye.



3. Mezei csiperke gomba. (*Psalliota campestris*) Kb. harmadára kisebbítve. Alul egészen fiatal, még zárt példányok. Középen egy példány, melynek gyűrűje éppen leválk a kalap széléről. Ilyenkor kezdenek a lemezek rózsaszínt ölteni. A legfejlettebb példány lemezei (L) már sötétszínűek (barnák vagy feketék): A tönkön látható a gyűrű (G). A tönk töve bár duzzadt, de hüvelyt nem visel.

csiperke helyett szedik. Szükséges tehát, hogy a gombaszedő alaposan ismerje meg a galocaféléket, de a csiperkefajokat is. Meg kell jegyeznünk, hogy nem mindenik galoca mérges. Vannak közöttük nagyon jók is. Méltán szeretik a császárgombát (*Amanita caesarea*), melyet könnyű felismerni narancsszínű kalapjáról, tojássárga lemezeiről, sárga tönkjéről és gyűrűjéről; fehér hüvelyéről.

Hozzá hasonló a mérges légyölő galoca (*Amanita muscaria*).

Kalapja szintén narancsszínű vagy élénk piros; lemezei azonban fehérek. A légyölő gombának barnás színű változatai (umbrina és regalis) szintén mérgesek.

Helyénvaló volna most a gyilkos galocák, a többi mérges gomba és a fontosabb ehető gombák ismertetése. Sajnos erre nincs hely. Az iskoláknak volna a feladata a lakosság minél nagyobb számát megtanítani arra, hogy hogyan védekezzen a mérges gombák veszedelme ellen. Az első figyelmeztetéseket már az elemi iskolában kellene megadni a gyermekeknek. A 10 éven felüli ifjúságnak évente kétszer, tavasszal és ősszel megfelelő magyarázat kíséretében be kellene mutatni a legfontosabb mérges és ehető gombák jól sikerült képeit és ha lehet, mintáit is.

Sok mérges gombáról kiderült, hogy mérgező hatását bizonyos kezelés után elveszti. Egyeseknek le kell nyúzni a bőrét; másokat le kell forrázni és a vizet el kell önteni, mert a mérgező a vízbe ment át; ismét másokat ecetbe kell tenni. Van olyan gomba is, mely már aszalás után is ehetővé válik. Így vagyunk azonban sok mindennapos ételünkkel is. Amíg asztalunkra kerülnek, keresztül kell jutniuk a konyhán. A természet nyers termékeit itt tisztogatják, hámozzák, áztatják, főzik és sűtik, hogy élvezhetőkké váljanak. A nem gyakorlott gombaszedőnek mégis azt tanácsolnám, hogy csak olyan gombákat szedjen, amelyek előzetes kezelés nélkül is főzhetők vagy süthetők. Nem élünk olyan inséges idők, hogy a mérges és rosszízű gombákra is szorulnánk. Ismeretes, hogy ugyanaz a gomba egyik embernek árt, másoknak nem árt. Ilyen esetben tehát az ember gyomrának egyéni természetén múlik a gomba mérges vagy ártatlan volta. Nagyon kényelmes volna helyzetünk, ha a természet a gomba mérgeességét valamely feltűnő jelhez kötötte volna. Sajnos ilyen áruló jelt nem ismerünk. Sem a gomba húsának színeváltozása (például gyors kékülése), sem a főző gombaételekbe mártott ezüstkanálnak vagy hagymának megfeketedése nem jelzi a mérgeességet. Tévednek azok is, akik azt hiszik, hogy a csigától megrágott gombának jónak kell lennie, mert bizony a csigák minden baj nélkül lakmároznak a legmérgeesebb gombából is.

A gombák megismerésére fáradságosabb útat kell választani: hozzáértőktől vagy könyvekből meg kell tanulni a gombák felismerésének csinját-binját. Egyenként kell megismerni a gombákat és csakis azokat szedjük amelyeknek jóságában nem kételkedünk.

Megnyugtatóan szolgáljanak a következő útmutatások. Nem kell félni a fából kinövő gombáktól. Ezek ha nem taplósak és ízük

MI A HELYES?



1) Terhes nőnek jól táplálkoznia. Nem szabad elfelejtenie, hogy a magzatot is táplálnia kell. Foggyasszon tápláló, erőt adó ételeket.

2) Terhes nőnek állandó orvosi felügyelet alatt állni. Vizsgáltassa meg időről időre állapotát, ne hanyagolja el a szükséges analiziseket!



TERHES NŐNEK VIGYÁZNI KELL EGÉSZSÉGÉRE

Sok zavarnak, veszélynek van kitéve, szervei nem működnek normálisan. Bélműködése gyakran renyhe. Székletét azonban nem szabad elhanyagolnia, de csak enyhe hashajtót szedhet. Erre a célra az Artin dragée ideális. Biztos a hatása de enyhe, nem okoz görcsöket, mellett a szervezet még huzamosabb használat esetén sem szokja meg.

Artin

a terhes nő ideális hashajtója

A Dr. WANDER üzemek készítménye.

A Mayák birodalma – a malária áldozata

Az időszámításunk szerint 580 – 630 között megsemmisült Maya-birodalom szomorú története, melynél a Maya nép utolsó maradványai is kivándoroltak a birodalomból, a mai napig a történelem egy megoldatlan talánya volt.

Wythe Cooke, amerikai geológus sok évi hosszasan tanulmányai alapján a birodalom eltűnésének titkát, valamint a Maya kultúrának megsemmisülését nagy malária járványok számlájára kényszerül írni.

Midőn a Mayák Guatemalába bevándoroltak, ott érintetlen őserdőket találtak számos tóval. Megkezdték az erdőt a tavak partjáról kiirtani és kukorica ültetvényt helyeztek oda. A vizek és tavak melyek egymással összeköttetésben állottak, terményeik szállítására szolgáltak. Hogy nagyszabású templomépítkezéseiket véghez vigyék és hogy még építésre alkalmas területet nyerjenek, mind több és több erdőt irtottak ki, mikor is a kukorica ültetvények terasz szerűen a magas felé haladtak. Guatemala azonban egy tropikus vidék, ahol egy fél évig mindennap felhőszakadásos nagy esőzések vannak. Ezek a vízáradások magukkal sodorták a tavakba a termő talajt és idővel ezek elposványosodtak, eliszaposodtak úgy, hogy iszapos mocsárakká váltak.

A Mayákat az ily módon fenyegető veszély meggondolásra vezette. Wythe talált is valami gátszerű építkezéseket, amelyek a tavak elmocsárosodásának megakadályozása céljára szolgáltak. Ezek azonban már nem tudták megakadályozni, hogy az esős időszakban a termőtalaj ne sodortassék le a tavakba és így a tavak elposványosodása tovább tartott.

A mocsaras helyeken a maláriát terjesztő Anopheles szúnyog petéi olyan hihetetlen módon szaporodtak el s végül is a Mayák birodalmának sikságát úgy ellepték, hogy lehetetlen volt a földet letelepedésre használni.

Az utolsó Mayák kivándorlása pánikszerű volt, mivel tömeges halálozás elől való menekülés képét hordta magán. A nép ereje megtört mivel Yákatan-ban, hová a legtöbb Maya húzódott nem voltak képesek az előző kultúra szintet elérni.

Milyen más lett volna a Mayák sorsa, ha ismerték volna a Kinint, ezt a természetes készítményt és naponta 0.4 gr. kinint használták volna megelőzésre, vagy ha betegeiket napi 1—1.3 gramm kininnel kezelték volna 5—7 napon át, mintahogy azt a népszövetség malária bizottsága előírja.

jó, nyugodtan ehető. Legfeljebb a kénvirággomba (*Hypholoma fasciculare*) okozhat kisebb mérgezést, ha saját levében készítik el. Nincs biztató külsejük a tentagombáknak (*Coprinus-félék*), mert kalapjuk nagyon hamar fekete tentává folyik szét, pedig fiatal korukban kitűnő ételt adnak. Útak szélén, kertekben és szemetes helyen nőnek, többnyire csoportosan. A közönség mellözi a pöfetegeket is (*Lycoperdon* és *Calcatia*). Kár, mert fiatal korukban, amíg húsuk hófehér, nagyon élvezhető. Vannak ököl, sőt fejnagyságú pöfetegek is. Egyetlen ilyen nagy gomba jól laktatna egy családot. Az emberek azonban tudatlanságukban felrugják és agyontapossák. Ezt cselekszik különben az emberek a legelőn termő csiperkéekkel is. Amikor a pöpeteg megérik és belseje porszerű sporatömeggé válik, már nem ehető. A gerebengombákról (*Hydnaceae*) sem kell félni. Nem mérgesek, egy részük csakis azért ehetetlen, mert húsuk keserű vagy kemény. Ugyanezt kell mondanunk a korallgombákiról (*Clavariaceae*). Ágas-bogos termetűkről azonnal felismerhetők. Van azonban közöttük bunkóalakú is. Kitűnő gombák a tavasszal megjelenő kucsragombák (*Morchella-félék*). Ezek rokonságából csak a papsapkafélék (*Helvella*, *Gyromitra*) okozhatnak mérgezést. Ennek megelőzése érdekében ezeket a gombákat is le kell forrázni és a vizet el kell önteni. A földben rejtőzködő gumóalakú szarvasgombák, más néven trüflák (*Tuberaceae*) is a jó gombák közé tartoznak; közülük csak a keserű ízűek és a kemények ehetetlenek. Ritkán kerülnek szemünk elé. A közönség nem ismeri a fekete színű trombitagombát (*Craterellus*), pedig bizalmat nem kellő alakja és színe ellenére is jó gomba.

Legyünk óvatosak a következő esetekben. Ha a tejelő gombát (*Lactarius*) találunk, figyeljük meg a kalap felszínét és izleljük meg a húsát vagy tejnedvét. Ha a kalap felszíne vagy karimája többé-kevésbé szőrös, akkor ne együk meg, mert az ilyenek közt ártalmasok is vannak. Érdekes kivétel a keserű gomba (*Lactarius piperatus*), melynek íze nagyon csípős és mégis ehető. Nagytermetű tisztafehér gomba. Az erdőkben is elég gyakori. A székekelyek parázson sütik. A galamcikákat (*Russula*) is tanácsos előbb megízlelni. A csípős íz gyanússá teszi őket. A nyers gomba ízét úgy próbáljuk ki, ha húsából borsónyi darabkát megrágunk. A megrágott darabot köpjük ki. A csöves gombák közül kerüljük azokat a vargányokat, más néven tinorukat (*Boletus Tubiporus*), melyeknek likacsos felülete és tönkje piros. Bár köztük jók is vannak, de mert ezek alig különböztethetők meg a mérges és gyanús fajoktól, azért legyünk inkább óvatosak!

Fogadjuk meg, még a következő tanácsokat is. Esős időben vagy fagy után ne szedjünk gombát. Ázott, fagyott, meglágyult, fonnyadt, öreg és kukacos gomba bajt okozhat. Nagyon fiatal gomba pontos felismerése nehéz vagy lehetetlen, ezért jobb ha ott hagyjuk. Nőjjön tovább, 1—2 nap múlva már kibontakozik természete. Csak olyan gombát készítsünk el, amelyet pontosan ismerünk. Az olyan gomba, amelynek valamelyik része hiányzik, meghatározásra gyakran alkalmatlan. A gombát már a gyűjtés helyén tisztítsuk meg a talaj maradványaitól. A gombákat úgy csomagoljuk, hogy össze ne nyomódjanak és össze ne töredezzenek. Legcélszerűbb a kosárba vagy dobozba való gyűjtés, a hazahozott gombákat azonnal szét kell rakni. Ha a gombák az nap el nem készíthetők, hűvös helyen lazán rakva, másnapra eltehetők. Elkészítés előtt minden egyes darab megvizsgálandó, a megpuhultak, kukacosak és gyanúsak eldobandók. Felfrissítés céljából a gombát nem szabad vízbe tenni. Annyi gombát készítsünk el, amennyi egyszeri étkezésre elegendő. Gombaételt ne tegyünk el másnapra. A legjobb gomba étel is mérgezhethet másnapon. Gombával mértékletesen éljünk; ne együnk hozzá más nehéz ételt, ne igyunk hozzá sok vizet, még kevésbé szeszes italt. Gyenge gyomrúak legyenek különösen óvatosak! Vannak, akiknek már a jó gomba is megárt.

Mivel az egyes gombák különböző mérges anyagokat más-más mennyiségben tartalmaznak és mivel az emberek is természetük szerint nem egyformán viselik el a mérgek hatását, azért a mérgezés jelei és következményei is különbözőképpen mutatkoznak. Tapasztalták, hogy a család tagjai közül azok akik kevesebbet fogyasztottak a mérges gombából, könnyebben gyógyíthatók meg.

A mérgezés tünetei olykor hamar, máskor nagyon későn jelentkeznek. Ha a mérgezés 8 órán túl, esetleg csak 24—38 óra múlva jelentkezik, akkor a helyzet igen súlyos. Ilyen mérgezést a gyilkos galócák szoktak okozni. Amikor a mérgezés első jelei mutatkoznak, azonnal orvost kell hivatni. A rosszullet első tünetei: émelygés, hányás, gyomorfelfuvódás, kellemetlen érzés a torokban, derékfájás, fáradtság és szomjúság. Addig is, míg az orvos megjön, rajta kell lenni, hogy a beteg gyomra és belei kiürüljenek. Gyors hányást lehet az újjnak a garatba való lenyomásával előidézni. Hajtószerűen ajánlható 1—2 evőkanálnyi ricinusolaj és beöntés. Előzetesen itassunk meg a beteggel sok tejet vagy vizet. Ecet és olaj itatása árt. Ha kéznél van, állati szénpor, adjunk be a betegnek. A fájdalmak csillapítására rakjunk a gyomor és a has tájékára forró borogatást, mégpedig 1 órán át 10—15 percenként. A súlyosabb tünetek, mint a szívgyengeség, hidegrázás, görcsök, csillapíthatatlan hányás és eszméletlenség már a vég kezdetét jelenthetik.

Aki megfogadja az itt közölt jó tanácsokat, az a gombákban jó ismerősöket és nem ellenségeket fog látni. A jó gombákat meg fogja enni, a mérgesek mellett fölényes mosollyal elhalad. De akár jók, akár rosszak, változatosságuk, testük alkotása és életük a hozzáértőt mindég szórakoztatja.

A tüdővész elleni vaccinálás Romániában

Cantacuzino tanár kezdeményezésére 1926-ban kezdték el az országban a tuberkulózis elleni küzdelem során az ú. n. BCG vaccinálást. 1936 év végére 352.000, s 1937-re 448 000-re rugott a beoltottak száma. Ezen oltásokat 660 helységben végezték. A szükséges anyagot a bucaresti és jasií intézetek készítik és osztják szét. A vaccinálás szájon keresztül történik hatósági orvosok ellenőrzése mellett. Bucurestiben az újszülöttek 65 - 70% -át oltják be. Az eredmények a kezelés hatásos voltát bizonyítják és így annak általános kötelező elrendelését örömmel kell fogadni.

Az újszopás következményei. Gyermekek káros rossz szokása az újszopás, nevezetesen a hüvelykújj — leggyakrabban a jobboldaliaknak — gyakori, huzamos ideig tartó szopogatósa. Az engedékeny, hajlékony állcsontok alak és helyzetváltozást szenvednek, ettől a felsőállcsont keskeny, magasan boltozott és előreálló lesz, míg az alsó fogsor egymáshoz való rendes viszonya is megváltozik. Mialatt a gyermek a hüvelykújját szopja, az alatt a többit az orrán tartja, ennek az orr elferdülése lesz az eredménye. Az orrüregét úgy ez, mint a kemény szájpád fölemelkedése szűkíti, ami a lélegzést rontja, de az agyalap keskenyítésével az intelligenciára is káros. A szopogatott hüvelyűj piros és bunkossá válik. Ha a gyermekeken észrevesszük az újszopogatósa valamely tanújelét, kellő kioktatással rejtentsük el annak folytatásától.

A házassági probléma az Észak-Amerikai Egyesült Államokban. Megdöbbentő mértékben szaporodnak az Észak Amerikai Egyesült Államokban a gyermektelen házasságok. A film itt a közfelfogást sokkal inkább vezeti, mint bárhol másutt és mivel az amerikai filmekben sok gyermekes anyák egyáltalában nem szerepelnek, még ennek a körülménynek is nagy befolyása van a házasságok gyermek ellenességére. Legtöbb házasságban az asszonynak házasság után is kereső munkát kell folytatnia, s úgy a magán, mint az állami munkaadók pedig a házasságot ellenzik, ezért gyakran fordul elő, hogy a házasságot a munkaadók tudta nélkül, titokban kötik meg. Ilyen esetekben már egyetlen gyermek születése is felmondásra ad okot, tehát a házasság gyermektelen marad. Nemcsoda tehát, ha minden oldalról a sok gyermekes színes fajok törnek elő, ezzel szemben tehát minden gyermektelen anya óriási felelősséget visel a fehér faj amerikai uralmának fentartása szempontjából.

A csecsemő és kisgyermek tisztántartása

Irta : Dr. Ágoston László, főorvos, Budapest.

A nemzetek egymás közötti versengésében különféle statisztikákat hoznak fel felsőbbrendűségük bizonyítására. Egyik ilyen statisztika a szappanfogyasztás nagyságát állítja be a kulturáltság fokmérőjének. Minket gyermekorvosokat azért érdekel ez a beállítás, mert a szappanfogyasztás nagysága és a tisztaság valamint a csecsemőhalandóság között szoros összefüggést találunk. Ez mindennél jobban bizonyítja mennyire fontos a csecsemő és kisdéd tisztántartása. Ha valaki a címet olvassa, azt gondolhatja, annyira közismert már ez a kérdés, annyira átment már a köztudatba, a csecsemőápolás egyik legfontosabb része, hogy felesleges erről beszélni is. Azok azonban, akik népes csecsemőrendelőket vezetnek, látják, hogy még mindig mennyi kívánnivaló van ezen a téren, mennyi bajt, betegséget okoz még ma is a hiányos tisztaság.

Azt gondolhatná az ember, hogy a tisztaság pénzkérdés csak. Akinék szappanra bőven telik, az meg is veszi és fordítva. Hogy ez nem így van, megint mi látjuk, akik az intézeti rendelkezés a legszegényebb néposztály gyermekeivel foglalkozunk. A tisztaság, az egész család harmoniája egyesegyedül az édesanya természetétől függ. Nagyon szegény asszonyok tartják példás rendben és tisztaságban családjukat, viszont a sokszor lényegesen vagyonosabb családnál a piszok esz meg mindent.

No, de térjünk a tárgyra, kérem főként a kezdő mamákat, gondosan olvassák gyermekük érdekében az alábbi tanácsokat. Hiszen a kis újszülött, majd fiatal csecsemő olyan törekény kis virágszál, hogy ennek az ápolására nem lehet elég gondot fordítani. Főként az újszülöttre kell vigyázni. Az édesanya méhében olyan meleg és puha fészük volt nekik, hogy ebben a világban minden érintés valóságos bántásszámba megy náluk. És mégis elég erélyesen kell hozzákezdeni az első alapos tisztábatevésükhöz. Az anyaméhben ugyanis folyadékban, a magzatvizben fekszik a magzat. S ennek a magzatviznek felpuhító hatása ellen faggyúszerű magzattmáz védi a bőrt. Ezt onnan el kell távolítani. Jól beolajozzuk a csecsemiőt, majd puhavászonnal vagy flannellel ledörzsöljük és a tudósnéni a siró-rivó kis piros jószágot beleteszi az első fürdőbe. Ennek a fürdőnek különösen tisztának kell lenni. Ajánlatos a vizet előbb felforralni és úgy lehűteni 38 C. fokra. Nagyon gondosan ki kell

a forró vízzel tisztítani a fürdetéshez használt edényt. Ez legjobb, ha zománcos csecsemőkádacska, de akinek erre nem telik, megfelel egy kis tiszta teknő, vagy nagyobb mosdótál is, csak az a fontos, hogy nagyon tiszta legyen és másra ne használják. Nagyon de nagyon fontos, hogy a fürdőteknőnek és egyáltalán mindenkinek, aki a csecsemőhöz hozzányúl, frissen és jól mosott legyen a keze. Hány merevgörcsben, orbáncban, vagy vérmérgezésben elhunyt kis csecsemő léphetne fel vádlóként fertőzött kezű gondozója ellen! Vigyáznunk kell, hogy a fürdővize ne jusson a kicsi szemébe és szájába. Viszont a baba néni meg semmi körülmények között el ne feledje az ezüstnitrátos szemcsöppentést. Az elsőfürdés után a köldökcsomk beszáradásáig, ami rendszerint a 6—8 napon következik be, jobb nem fürösztetni, csak lemosni a csecsemőt, mert így az a beszáradás gyorsabban következik be.

Az egész kezdő mamák számára talán nem lesz felesleges elmondanom, a fürösztés technikáját. A fiatal mamák előtt a fürösztés valami igen nagy dolognak látszik. Hiszen igaz, a kis babához hozzányúlni alig mernek, porcellán játékbábujuk jut az eszükbe, s félnek, hogy ez is eltörik.

Fontos, hogy a kádban elég sok legyen a 36 C. fokos víz. Röviden szólva a kis gyermek nyakig vízbe legyen. Bal karral a hátát megtámasztva bal kézzel a hóna alatt megfogva a kicsit, jobb kezünkkel beszappanozzuk a mellét, hasát, karjait, lábait, majd megfordítva a hátát is. Külön jól be kell szappanozni és lemosni a fejét is. A kézre ajánlatos mosdókezttyüt húzni, mert ezzel a bőr porusai, kis bemélyedései jobban kitisztíthatók. Nem okvetlen szükséges, hogy drága csecsemő szappanokat vegyünk, de fontos, hogy a szappan ne legyen lúgos. A szappanozás után alaposan leöblítjük a babát, szappan habnak nem szabad rajta maradni sehol sem. Az arcot külön tiszta vízzel lemoszuk, legjobb ezt külön forralt vízbe mártott vattával elvégezni. Az egész fürösztés ne tartson 5 percnél tovább. Fürdetés után előzőleg megmelegített lepedőbe takarjuk a kicsit míg a forró víz utáni izzadás elmúlik. Nagyon fontos, hogy alaposan szárassza töröljük a babát. A hajlatoknál, ahol két bőrfelület egymást éri, különös gonddal ügyeljünk a tisztaságra és a bőr megszárlására is. Ilyen helyeken ne takarékoskodjunk a hintőporokkal, mert ellenkező esetben a bőr könnyen kipálik, ami bizonyos, hogy a kis babának fájdalmat, a mamájának pedig sok gondot szerez.

Fontos, hogy a fürdőszoba hőmérséklete 23—24 C. fok legyen. Ahol a tüzelő anyagokkal nagyon takarékoskodni kell, inkább

elégedjünk meg a másodnapenkénti fürdővel, de ez legyen jó meleg, közben pedig a kényes részeket langyos vízzel mossuk le többször is.

A mindennapi fürdő nem teherterhelés a gondos szülőknek, hanem szinte szórakozás. A kisbaba rendszerint nagyon élvezni a fürdetést, hangosan sikít az örömtől, nagyokat rúg, lubickol, mondhatom, a gyermek szerető felnőttek számára megkapó és kedves jelenet az ilyen fürdőtés. Fel kell még hívnom a kis mamák figyelmét a köröm ápolására is. A kisbabának gyorsan nő a körme, amit gondosan le kell nyírni, mert különben összekarcolja magát, ezeken a karcolásokon keresztül könnyen fertőződik, ami után jönnek a különböző kelések és más fertőző bajok. A szegény népnél hihetetlenül elterjedt az a babona, hogy nem szabad a csecsemőkörmet levágni ollóval, mert tolvaj lesz belőle, inkább lerágják az édesanyák. Nem győzzük eléggé magyarázni ennek a rossz szokásnak visszataszító voltát.

A mindennapi fürdetés ajánlatos nemcsak a csecsemőkorbán, hanem az egész kisgyermekkorban is. A gyermek roppant szeret négykézláb járni, földönfekve hancurozni. Estére már olyan, mint egy igazi kis malac. Nehezen képzelhető el, hogy az ilyen gyermeket tiszta fehér ágyba tegyék fürdőtés nélkül. A kisgyermek fürdőtésének vize 33—34°C fok legyen, a fürdőtés tekintetében szappanosítás alaposabb voltára már 8—10 percig is tarthat.

Azoktól a bizonyos edző hideg fürdőtől azonban óvakodjunk. A gyermekek rendszerint félnek tőle és a nagy félelem még csak rontja idegeiket, nemhogy erősítené őket.

A csecsemő tisztántartásánál azonban nemcsak a fürdőtés a fontos, hanem a gyakori tisztába tevés is. Egy jól táplált csecsemő naponta 15—20 pelenkát is benedvesít és egy-kétszer széklete is van. Már pedig különösen a kissé kényesebb bőrű gyermek azonnal kipálk, ha hosszabb időn át nedves pelenkában fekszik. A kisbaba bőrének nagyon rossz szolgálatot tesznek a gumipelenkák és nadrágok, különösen ha rosszul alkalmazzuk őket. Igaz ugyan, hogy védik az ágyneműt, de ha a babát jobban becsavarjuk gummiba, az ott keletkező pára nagyon ártalmára van a bőrnek. Jórávaló csecsemő sírással jelzi, ha vizes. Vannak azonban gyerekek, akik nem jelentkeznek, ilyenkor így ezeket csak a nagyon gyakori meg-nézéssel lehet ellenőrizni. A pelenka anyagának jó vízszivónak és puhának kell lennie, hogy ne dörgöljön. A vizes pelenkát gondosan ki kell mosni szappannal, de nem maró anyagokkal, mert ez ártana

a kicsi bőrének. A széklet után gondosan tegyük tisztába a kicsit és mindég előlről hátrafelé töröljük meg.

A gyermek erőbeli állapotához képest a 8—10 hónapban kezdjük a bilire ültetést. Ez a kis gyermekkorban olyan fontos edény ajánlatos, hogy üvegből legyen, hogy így hamarosan láthassuk, ha a kis gyermek a dolgát elvégezte. Alánlatos a bilire tevést korán elvégezni, minél későbbben kezdjük, annál nehezebben szokja meg, s úgy járunk majd, hogy órákat ül bilin játszva, körül útazza rajta az egész lakást, s amint levettük róla, azonnal elvégzi a kis és nagy dolgát a pelenkába. A rendre és tisztaságra szoktatás az édesanya gondosságának egy jó fokmérője.

A kicsit nagyobbacska gyermek tisztántartásánál különösen a szabad, ruhától nem védett testrészek ápolása okoz nagy gondot. Kezdjük a fejen. A gyermek szeret fedetlen fejjel a szabadban lenni. Ez nagyon helyes, de a por, piszok belepi kis fejét. Naponta többször fésüljük át sűrű fésűvel, de különösen a hosszúhajú gyermeknél 5—6 napnál sűrűbben ne mossunk fejet. A tisztántartás miatt bizony kívánatos lenne minél tovább rövidre nyírni a haját, de hát ebbe beszésszól a mamák hiúsága és a kisgyermek néha igen szép göndör haja is.

A fülek és orr tisztántartását talán nem szükséges külön hangsúlyoznom. Legjobb olajos, vazelinés vattával tisztítani az orrot. Az orr tisztántartásával kapcsolatban pár szót a zsebkendőkről. Minden gyermeknek legyen zsebkendője, a családi közös zsebkendő használata igazán nem lélekemelő. Úgyszintén arra is legyen gondunk, hogy a piszkos zsebkendőt kicseréljük. A gyermek ugyanis mindent a zsebébe dug, aminek következtében, a zsebkendő igen hamar piszkossá lesz és még középiskolás gyermeknél is látni néha egészen lehetetlenül piszkos zsebkendőt, ami bizony nem jó fényt vet a mamák gondosságára. Szoktassuk le a gyermekeket arról is minél előbb, hogy mindent a szájához vigyen. Milyen sok esetben látunk fertőzést kiindulni a piszkos tárgytól megsértett szájnyálkahártyájából és mennyi ijedtséget okozott már a sok véletlenül lenyelt pénzdarab, gyűrű és más apró tárgy. Vigyázzunk nagyon, nehogy ujj szopására rászokjon a kicsi, mert erről leszoktatni ugyancsak nehéz. Néha még felnőtt korban is satnya marad a kisgyermekkorban éveken átszopott újj. A gumiszopokát is még csecsemőkorban el kell venni tőle.

Nagy gondot fordítsunk a fogak ápolására. Naponta kétszer, reggel és este okvetlenül mossák meg puha fogkefével a kicsi fo-

gait, nagyon ajánlatos ezt megtenni minden étkezés után is. Ezzel nagyon sok rothasztó baktériumtól vesszük el a táptalajt s mentesítjük a tejfogakat a korai szuvasodástól, ami a maradandó fogak szempontjából bír igen nagy fontossággal.

A kezek és körmök tisztántartása ugyancsak nem kis feladat. A gyermeknél még nincs kifejlődve a tisztaságérzés, ezt a nagyon elfoglalt, vagy pedig kevésbé gondos mamák sokszor keservesen tapasztalhatják. A magára hagyott kicsi gyakran rajzol térképet az általa termelt festőanyaggal, sőt még attól sem riad vissza, hogy az ilyen bébifestékes kézzel saját magát tetoválja. Gyakran látni az utcán játszadozó kis gyermekeket a csatorna piszkos vizében vidáman tapiskálni. Csak borzadva gondolhatunk ebben a szennyvízben jelenlevő fertőző baktériumokra, különösen a kis gyermekort annyira fenyegető tuberkulózis bacillusaira. Itt megint csak a rendre szoktatás segít. Ne engedjük meg, hogy a kicsi a szájába dugja a kezét, vagy orrát piszkálja s gyakran nyírjuk rövidre a különben soha tisztán nem tartott körmöket.

Tovább menve nagy gondot fordítsunk a nemi szervek tisztántartására kisfiuknál, de még inkább a kisleányoknál. Ami pedig a lábakat illeti, néha egyenesen rejtély, hogyan tudják rövid idő alatt azokat annyira bepiszkolni. Ha azonban látjuk őket lóvacskázni, lehetőleg nagy pórfelhöket csinálva, vagy különös gonddal felkeresni minden pocsolyát, törődünk bele, hogy nekünk csak a gyakori alapos tisztántartás lehet a részünk.

Az eddig elmondott dolgok kizárólag az egészséges csecsemőre, illetőleg kis gyermekre vonatkoznak. Vannak kiütésre és különféle bőrbajokra hajlamos gyermekek, akiknél ajánlatos kikérni az orvos tanácsát.

Befejezésül legyen szabad hangsúlyoznom, hogy mily nagy fontossága van a kisgyermekek tisztántartásának. A jól ápolott tisztán tartott gyermek testileg is szellemileg is jobban fejlett. Gondoljunk csak a kis virágokra. Ha gaz burjánozza körül őket, bizony alig-alig fejlődnek, sokszor már a virágzás előtt elfonnyadnak szegények. Így van a kis gyermek is. Nem elég, hogy megszületett, hanem ápoljuk, gondozzuk, hogy derék, egészséges ember legyen belőle, családjának és hazájának öröme, ne pedig tehetélt jelentsen az amúgy is szociális gondokkal agyonterhelt társadalom számára.

Ha az ember mosolyog, s még sokkal inkább ha nevet: hozzátesz valamit arasznyi életéhez.

STERNE.

„Egészségügyi Kalendárium“

Dr. FARAGÓ FERENC, Budapest

Amikor a mindennapi kenyérért imádkozunk, akkor átvitt értelemben nemcsak egész élelmünkre, hanem magára a kenyérré is gondolunk. Mi magyarok el sem tudjuk képzelni, hogy a mindennapi kenyér elmaradhasson az asztalról. A mi életünkben a kenyérnek igen jelentős szerep jutott és ezért nagyon fontos, hogy *ez a kenyér egészséges is legyen.*

Melyik a legjobb, legegészségesebb kenyér? Legjobb az a kenyér, amely jóízű és tápláló. Könnyű így felelni, de nehéz megmondani, hogy melyik a legjobb ízű és legtáplálóbb kenyér? Hogy kinek milyen kenyér ízlik, az nemcsak a kenyértől, de a fogyasztástól is függ. A megszokás igen sokat jelent. De a változatosság is fontos és nincs minden tekintetben igazuk azoknak, akik szerint az ember azt a kenyeret szereti legjobban, amelyet megszokott.

A kenyér íze sokmindentől függ. Elsősorban attól, milyen gabonából készült. Azután finom-e és egészséges-e a liszt, a kelesztéshez élesztőt használunk-e, vagy kovászt, vagy pedig más anyagot (nevezzük azt száraz kovásznak, komlós kovásznak, párnak, riblinek, sütnivalónak, vagy bármi másnak), mennyi sót teszünk bele, vegyítünk-e köményt, vagy ízesítőt a tésztaába, mennyi ideig kelesztjük, hogyan sütjük? Ám az is fontos, vajjon krumplival készítjük-e, vagy anélkül és hogy friss-e a kenyér, vagy pedig száraz?

Régebben azt hitték, hogy a kenyér tápláló voltát tisztán a liszt minősége szabja meg. Azt gondolták, hogy minél fehérebb a liszt, annál táplálóbb a kenyér. És ezért érthető, hogy a búzatermelő magyar nép jórésze fehér búzakenyeret fogyaszt. Pedig nemcsak a liszt fehérségétől, vagy ahogy tudományosan mondanók: keményítő tartalmától függ, a kenyér tápláló volta. Ma már jól tudjuk, hogy a gabona héjában is fontos tápanyagok vannak. Különböző sók, azután vitaminok. Ezekre az emberi szervezetnek feltétlenül szüksége van. A fehér kenyér tehát, ha több keményítőt tartalmaz is, mégsem táplálóbb, mint a korpával kevert.

A kenyér íze igen fontos tényező. Mindnyájunknak legjobban a friss, fehér búzakenyér ízlik. Ez az igazi magyar kenyér, nélkülözhetetlen szalonnához, húshoz, főzelékhez. Sokan még a gyúrt tésztát is ezzel eszik. A friss, fehér búzakenyér minden csemegével vetekszik. Azonban sajnos, csak addig, amíg friss. Minél inkább

szárad, annál többet veszít jó ízéből. Pedig nagyon gyorsan szárad. A 4—5 napos búzakenyeret már nem lehet jóízűnek mondani. A városi ember megengedheti magának, hogy mindennap friss kenyeret fogyasszon, ám a falusi ember nemcsak 4—5, hanem 8—10 napra, sőt két hétre is egyszerre süti meg a kenyerét. A mindennapos friss kenyér nem igen célszerű. Az egészen puha kenyeret szervezetünk nehezebben tudja feldolgozni, megemésztetni, mint a már kissé szikkadtat.

Aki csak fehér búzakenyeret szokott enni, megszokta, hogy rendszerint szikkadt, sőt száraz, nem is gondol talán arra, hogy olyan kenyeret is lehet sütni, amely frissességét hosszabb időn át is megtartja. Azokon a vidékeken, ahol rozs is terem és a kenyeret búza és rozsliszt keverékéből, vagy tisztán rozslisztből sütik, mindig jóízű kenyeret esznek, mert a rozs, vagy rozsos kenyér nem szárad úgy meg, mint a fehér búzakenyér. Igaz, hogy az ilyen kenyeret egészen friss állapotban nem lehet fogyasztani. Legalább 1—2 napig állnia kell, hogy kissé megszikkadjon, de azután napokon át izletes marad. Hosszabb ideig friss marad a kenyér, ha burgonyával készítjük, nem szárad olyan gyorsan. Burgonyát azonban nem mindig célszerű a kenyérbe tenni, különösen akkor nem, ha meleg van és a kenyér sokáig áll. Ha a kenyéret nem tiszta fehér lisztből, hanem korpával kevertből készítik, akkor sem szárad ki hamar. A búzatermő vidéken tehát olyan kenyeret lehet sütni, amely nemcsak 1—2, hanem 8—10 napig is megőrzi friss, jó ízét.

Ujabbán mindig többet és többet emlegetik az úgynevezett egységes lisztet. Ez alatt olyan lisztet értünk, amely a gabonának csaknem minden részecskéjét magában foglalja. Egyes országokban már akként őrlik meg a búzát, rozstot, hogy alig 5—10%-a vész el. Ily módon 1 mázsza gabonából 90—95 kg. teljesen egyforma liszt lesz. És nem ok nélkül tartják ezt a lisztet kenyér készítésre a legalkalmasabbnak. Nálunk ilyen egységes lisztet még nem hoznak forgalomba. Elsősorban azért, mert nem volna piaca, hiszen nem ismerik, nem keresik. Reméljük azonban lassankint mindenki meg fog vele ismerkedni és megtanul bánni ezzel az egységes liszttel. Magtanuljuk, hogyan kell helyesen és célszerűen kenyeret sütni belőle. Ha ez nem is lesz olyan szép, mutatós, könnyű, mint a fehér búzakenyér, de jóízű lesz, frissességét, jó ízét, hosszabb időn át is meg fogja tartani és a keményítőtől kívül más tápanyagokat is fog tartalmazni. Joggal mondhatjuk majd el róla, hogy ez a legegészségesebb kenyér.

Már hallottunk arról, hogy a tejet forralt állapotban tanácsos fogyasztani, ha nem ismerjük a tej származását, azaz hogy megbízhatóan egészséges tehéntől származik-e, tisztán kezelték-e? A táplálkozás szempontjából nélkülözhetetlen tej ugyanis betegségek kórokozóit tartalmazhatja és ezek veszedelembé sodorhatják annak egészségét, aki a tejet elfogyasztja. Nézzük miként kerülhetnek az egészségre ártalmas baktériumok a tejbe.

A tej ártalmas baktériumokkal való fertőzésének egyik módja az, amikor a tejet kezelő egyén szennyezi az egészséges tehén tejét. Ilyen módon tífusz bacillus, a torokgyík és vörheny kórokozója kerülhet a kifejt tejbe. A másik esetben a tehén beteg és már fertőzött tejet ad. Gümőkórban szenvedő tehén teje pl. gümőkór bacillusokat tartalmaz. Most egy másik kevésbé ismert betegségről szeretnénk szólni, amelyet elsősorban beteg állatból származó tej okoz az emberben. A betegségnek több elnevezése van, de legáltalóbb az, amely „hullámzó láz“-nak nevezi. Felfedezésének helye után máltai láznak is nevezik. A betegség legjellemzőbb tünete ugyanis a láz, amely hosszú hónapokon keresztül gyötri a beteget, de időnként lázmentes időszakok vannak, hogy mikor a beteg már reméli gyógyulását, a lázhullám újra megsemmisítse reményét. A hosszú, hónapokra terjedő betegség igen erős testi leromlást okoz úgy, hogy a lázas időszakon átesett lábadozó még sokáig alig képes a munkára.

Ezt a kellemetlen betegséget kizárólag beteg állatoktól kapja meg az ember. A betegség egyaránt megtámad tehenet, kecskét, sertést és eközben a vemhes állat elvetél. A gazdák „Bang-kór“ néven ismerik ezt az állati betegséget. A beteg állat teje valósággal hemzseg attól a baktériumok világában is a legapróbbak közé tartozó bacillustól, amely kicsinyége ellenére is annyi bajt tud okozni: kárt okoz az állattenyésztőnek és bajt az embernek. Magyarországon főleg tehéntejet fogyasztanak, ezért elsősorban tehéntej útján terjedhet a betegség, míg más államokban, ahol nagyobb arányú a kecsketenyésztés, főleg kecsketej a fertőzés forrása. Beteg állattal való foglalkozás is veszedelemmel járhat. Aki beteg állat váladékával szennyezi kezét, megkaphatja a betegséget, mert a kórokozó az ép bőrön is képes athatolni. Ezért van, hogy tehénészek és állatorvosok között nem ritka e betegség. Állat-egészségügyünk fejlettségének köszönhetjük, hogy minálunk a betegség nagyobb arányokban nem fordul elő. A minden évben, ugyyszólván az egész ország területén elszórva jelentkező esetek azonban arra figyelmeztetnek, hogy állandóan leselkedik reánk a veszedelem. Ha a tejet felforraljuk biztosak lehetünk, hogy kizárólag a tej áldásos hatásában részesülünk és gyermekeink számára oly fontos, nélkülözhetetlen táplálék nem tartalmazza betegségek csiráit.

VASÁRNAPI ISKOLA

A tüdővészről. VI.

Tanulságos esetek

Dr. PARÁDI KÁLMÁN, Kolozsvár

A tüdővésztes megbetegedésekkel kapcsolatban számtalan érdekes és tanulságos esetet említhetnék fel. E közlemény keretében csak a legjellemzőbbeket írhatom meg. Mindazonáltal meggyőződésem, hogy ez a néhány betegségi leírás nemcsak az olvasó érdeklődését kelti fel, hanem a tüdőbetegségek megelőzésére és gyógyítására vonatkozó elképzeléseit is befolyásolni fogja. Remélem, hogy mindnyájan hasznosítani tudják ezeket a tapasztalatokat úgy a saját, mint ismerőseik érdekében.

A. 35 éves asszony. Egy év óta köhögött, mégsem ment orvoshoz. Közben állandóan fogyott. Végül mégis megvizsgáltatta magát. A röntgen-átvilágításnál látszik, hogy mindkét tüdeje már teljesen elromlott, tele nagy foltokkal és kavernás szétesésekkel. A kezelés kilátástalan. Tényleg meg is halt a beteg 2 hónap múlva.

B. 18 éves lány (anyja tüdőbajos volt). Teljesen egészségesnek érezte magát, amikor egyszer kevés vért köpött. Három nap múlva megröntgeneztette magát, amikor is kiderült, hogy az egyik tüdejében almanagyságú kavernája van. A légmell-kezelést azonnali megkezdtem és a beteg egy félév alatt tökéletesen meggyógyult. Azóta állandóan dolgozik, nehéz munkákat végez, anélkül, hogy a legcsekélyebb baja lenne. A „biztonsági kezelést” mindazonáltal szabály szerint két éven át folytattam, nehogy visszaesés következék be.

C. 30 éves asszony. Egy hónap óta köhögött s a vizsgálatnál már egy diónagyságú kavernás szétesést mutatott az átvilágítás. Légmell-kezelést ajánlottam, amit a beteg nem volt hajlandó elfogadni, mert félt a „beavatkozástól”. Ehelyett Famel-szirupot és más hasonló kanalas orvosságokat vett szorgalmasan. Másfél év alatt tizezer lejt költött el orvosságokra, miközben állapota váltokozva romlott és látszólag javult. Akkor láttam újból vizsont. Az átvilágításnál látszott, hogy mindkét tüdeje meg van támadva már, az egyik helyeit már csupán fekete foltokat lehetett látni. A beteg meghalt néhány hét múlva.

D. 28 éves lány. Egy hónapja köhögött és fogyott. Orvoshoz ment, aki nem világitotta át. „Hülést és vérszegénységet” állapított meg s ezek ellen kezelte. Az állapot tovább romlott. A következő hónapban egy másik orvoshoz ment, aki szintén nem röntgenezte meg. Hörghurutot állapított meg és az átvilágítást szükségtelennek mondotta. A beteg nem javult és a harmadik hónapban került átvilágításra. Az egyik tüdőben egy almanagyságú kaverna látszott, körülötte sötét foltokkal. A légmell-kezelést azonnal megkezdtem és a beteg hat hónap alatt 9 kilót hízott, a tüdő pedig teljesen begyógyult. Azóta eltelt 3 év, mialatt folyton dolgozott, néha kimerítő munkákat. Az ellenőrző vizsgálatok bizonyítják a teljes egészséget. A biztonsági kezelést az első két évben még folytattam.

E. 55 éves asszony. Mezei munka közben az egyik hátát leégette a nap. Az az oldala nyilalni kezdett, később köhögött és fogyott. Két hónap múlva került átvilágításra. A napégette tüdejében egy hatalmas szétesés látszott. A nyomban bevezetett légmell-kezelésnek csodálatos jóhatása volt. Már két hónap múlva eltűnt a kavernája és ezalatt 7 kilót hízott. Négy hónapi kezelés után szükségtelennek tartotta három hetenkint a városba jönni kezelés végett, amelyért még fizetnie is kellett. Annál is inkább, mert egészségesnek érezte magát és folytatta nehéz gazdasági munkáját. Másfél év után visszaesett a betegségbe és nemsokára meghalt. A férje nem volt hajlandó újra behozni vizsgálatra, mert szerinte „a tüdőbajt úgy sem lehet gyógyítani.” Nem hitte el, hogy az asszonynak súlyos tüdővése volt s abból gyógyítottam ki. Azt sem hitte el, hogy még ma is életben volna, egészségesen, ha a biztonsági kezelést két évig tovább folytattuk volna.

F. 22 éves férfi. Fogyni kezdett és lázai keletkeztek. A röntgenátvilágításnál — egy hónapi betegség után — már egy kisalmányi szétesése látszott az egyik tüdőben. A légmell-kezelés hatására már egy félév alatt tökéletesen meggyógyult és a biztonsági kezelést nem volt hajlandó tovább folytatni, „mivel hogy nem beteg többé.” Az eltelt 6 év alatt állandóan dolgozott és úgy látszik szerencséje van, mert még ma is egészséges.

G. 27 éves férfi. Három hónapja köhögött, fogyott, lázakat érzett. Végül elhatározta magát a vizsgálatra. A röntgenezésnél kiderült, hogy mindkét tüdejében kiterjedt foltok és szétesések vannak. Ezenközben bevallotta, hogy évvel azelőtt már köpött vért, de csak egy napig volt megijedve föle. Tehát nem ment orzoshoz. Most a helyzete reménytelennek látszott, mégis megkísérlettem a légmell-kezelést, amely sikerült is. A kétoldali légmell hatására mindkét tüdeje javulni kezdett és a betegség kiló hízott két hónap alatt. A köhögése is megszűnt. Ekkor elbizta magát, kiment a mezőre dolgozni, ahol megverte a jeges eső. Nagy lázak keletkeztek és a beteg meghalt egy hónap múlva. Betegsége tehát másfél évig is alig tartott s ezenközben állandóan együtt lakott hét családtagjával, akik közül kettőn meghaltak ezidő alatt. Valószínűleg tüdőbaj következtében. Orvos nem is látta őket. Az egyik gyereket később elhozták vizsgálatra. Mindkét tüdeje már olyan rossz állapotban volt, hogy minden kezelés kilátástalannak mutatkozott. A családtagok azzal búcsúztak el tőlem, hogy „Na ugy-e hogy nem lehet meggyógyítani a tüdőbajt.” Nem akarták elhinni még azt sem, hogy a betegséget egyik a másiktól kapta meg. Azt is hiába magyaráztam nekik, hogy mindnyájan életben volnának, ha korábban jöttek volna vizsgálatra és kezelésre. Még azt sem tartották célszerűnek, hogy a beteget külön szobában helyezték el. — „A vendégszobában senki sem szabad lakjék,” — volt a válasz.

H. 30 éves férfi. Évek óta köhögött időnkint, ezért néha krajcáros köhögéscsillapítókat vásárolt. Végül a hozzátartozók elhozták vizsgálatra. Ekkor már olyan gyenge volt, hogy négyen támogatták. Mindakét tüdeje tökéletesen romlott volt már, tele szétesésekkel. Ennek dacára két héttel azelőtt még a mezőn dolgozott, utolsó lehelletig. Nemsokára aztán meg is halt. Egy évvel azelőtt két gyermeke halt meg gümőkóros agyhártyagyulladásban. Még akkor sem gondolt arra, hogy a családja romlását saját maga idézte elő. Az egyetlen és utolsó vizsgálatra is erőszakkal kellett elhozni

a családtagjai. Azok is bizonyára csak azért, mert féltek a törvénytől.

I. 16 éves fiú. Három hónapja köhögött, gyengült, étvágytalan volt. Havonta 4—500 lejeket elkötött különböző, szirupokra, eredmény nélkül. Elment egy orvoshoz is, aki háromszor megvizsgálta, mindannyiszor „tüdőcsucshurutot” állapított meg és szintén szirupokat rendelt, amelyek azonban semmit sem használtak. Végül eljött átvilágításra, amikor is kiderült, hogy az egyik tüdejében sok folt és egy nagy szétesés van. A légmell-kezelést vonakodott elfogadni, mert azt hallotta róla, hogy sokba kerül és „attól meg szoktak halni”. Végül mégis beleegyezett. Ettől kezdve rohamosan javult és egy félév alatt teljesen rendbejött. Megelégedéssel tapasztalta, hogy előítéletei alaptalanok voltak, mert a szirupos kezelése kétszerannyiba került, anélkül, hogy hasznára lett volna.

K. 19 éves lány. Fertőzést apjától kapta. Egy testvére meghalt tüdőbajban, kettőnek pedig tüdőcsúcshurutja van. Ő maga megerőltető munka után magas lázzal megbetegszik. Két heti fekvés után orvos vizsgálja. „grippát” állapít meg, köhögéscsillapítókat rendel. Állapota tovább romlik. Hat hét múlva sem csökkennek a lázak. A hozzátartozók röntgen-átvilágítást kívánnak, amit az orvos elutasít, mint szükségtelent (az orvosnak nincs röntgenje). Másnap a beteget mégis átvilágíttatják és ekkor kiderül, hogy az egyik tüdő már majdnem teljesen tönkrement. A légmell-kezelés azonban sikerrel jár, mert egy év múlva a beteg tüdő teljesen gyógyult. A kezelés biztonság okáért még további két évig folytattam. Azóta újabb három év múlt el, mialatt a volt beteg állandóan dolgozott, anélkül, hogy valami baja lett volna.

L. 13 éves fiú. Apja és három testvére meghalt tüdőbajban. Egyiket sem vizsgálta orvos, csak amikor már halálukon voltak. Pedig vagyonosak. Most már ő az utolsó gyerek a családban, anyja mégis sajnálja a pénz orvosi vizsgálatra. A fiú már négy óta sápadt, Ez feltűnik a lelkészenek, aki a saját költségén elküldi a fiút átvilágításra. Ekkor már kiterjedt foltok vannak mind a két tüdőn, sőt az egyik tüdőben már három kaverna van. Anyja sajnálja a pénzt a kezelétesre, Végül mégis beadja a derekát. Kétoldali légmellet csinálók, amelynek várakozáson felüli jó eredménye van.

M. 25 éves asszony. Egy éve volt már beteg, miközben egy gyermeke halt meg (gümőkóros) agyhártyagyulladásban. Amikor állapota a nagy fogyás, lázak, stb. miatt már nagyon rosszra fordult, megvizsgáltatta magát. Röntgenezés nem történt s az orvos kanalas orvosságokat írt fel, amelyek nem használtak. Egy hónap múlva tüdőszakorvoshoz fordult, aki légmell-kezelést ajánlott. Ezt nem akarta elfogadni. Egy újabb hónap múlva tüdőszanatóriumba vonult, ahol egy hónapig tartózkodott. Ezen idő alatt calcium-injekciókkal kezelték és légmell-kezelést nem voltak hajlandók csinálni, mert „már késő, mivel mindkét tüdeje rossz”. Állapota tovább romlott s ekkor került hozzám. Meglehetősen kilátástalannak ígérkezett az eset. A kétoldali légmell mégis bevált, dacára annak, hogy a beteg azóta is folyton dolgozik, figyelmeztetésem ellenére. Egy influenza, majd egy terhesség visszavetették az állapotát. Újból fogyott, erősen köhögni kezdett. A terhességet csak egy hónapi rábeszélés után volt hajlandó megszakíttatni, amikor bizonyossá vált önmaga előtt is a helyzet tarthatatlansága. Azóta újból rohamosan javult. Teljes és végleges gyógyulást azonban várhatunk ebben az elkéselt és igen

előrehaladt esetben. Mindazonáltal ez is fényes bizonyítéka a légmell-kezelés eredményességének.

N. 60 éves asszony. Két hónapja volt beteg, egyre fokozódó gyengeséggel és emelkedő lázakkal. A vizsgálat alkalmával egy friss, nagy kavernája és szóródásos foltjai voltak az egyik tüdejében. Lázaí akkor 40 fok körül voltak és testsúlya 40 kilóra jött le. A légmell-kezelés hatására tíz nap alatt láztalanná vált. Hat hét múlva a kavernája eltűnt, hízott 3 kilót. Ujabb hat hét alatt hízott még 3 kilót és ekkor annyira jól érezte magát, hogy a nehéz háztartási munkákat egymaga végezte s nem volt hajlandó többé kezelésre járni. Egy félév múlva jött el újból, mert néhány hete visszaesett a régi állapotába. Sajnos, a légmell-kezelést az összenövések miatt nem lehetett újakezdeni, habár az új kavernája máshol keletkezett s nem ott, ahol a régi volt. Más műtétnek nem akarta magát alávetni. Három hónap múlva meghalt.

O. 18 éves lány. Két hónapja köhögött, sápadt volt. Anyja nem akarta orvoshoz vinni előbb, pedig már négy gyermeke halt meg „köhögés következtében”. Az orvos nála is tüdőbajt állapított meg s hozzám küldte kezelésre. Csak egy félév múlva jött el, igen leromlott állapotban. Az egyik tüdejében már több kavernás szétesés volt s a másik tüdő sem volt már ép. A légmell-kezelést mégis megkezdtem s eleinte volt is szemmel látható eredménye. De két hónap múlva egy hűlés következtében általános szóródás jelentkezett és a beteg hamarosan elpusztult.

P. 18 éves lány. Egy „tüdőcsucshúrutos” barátnőjével sokat volt együtt. Egy alkalommal szédülésről panaszkodott s megvizsgáltatta magát egy orrossal. Röntgenezés nem történt. Egy hét múlva újból megvizsgáltatta magát s az orvos most sem talált semmit. Ezenközben már kis hőemelkedései voltak és nem tudott aludni. Másnap vérköpése volt, amitől úgy megijedt, hogy azonnal átvilágította magát. Az egyik tüdőben már nagy, almányi kavernája volt, körülötte kiterjedt foltokkal, habár az egész betegsége mindössze 8 napja tartott és azelőtt soha semmitéle panasza nem volt. A légmell-kezelésnek rendkívül jó hatása volt. Négy hónap múlva a tüdőben levő beteg részek már teljesen begyógyultak. Azóta teljesen jól van, állandóan és sokat dolgozik.

R. 36 éves férfi. Hat év óta állandó emésztési zavarai voltak. Étvágytalanság, melynek következtében tíz kilót fogyott le rendre, továbbá puffadások, gyomorfájdalmak. Sok üveg gastro-d és más hasonlókat vett be sikertelenül. Több orvosnál is volt. A gyógyszerek időnkint használtak, majd újból előlről kezdődtek. Ekkor az egyik orvos ajánlotta a gyomorátvilágítást. Ekkor történt a csodálatos felfedezés; a gyomornak semmi baja nem volt, ellenben az egyik tüdőben ökölnagyságú szétesés mutatkozott. Az azonnal bevezetett légmell-kezelésnek rendkívül jó hatása volt, főként az emésztésre vonatkozólag. Attól a naptól kezdve megszűntek összes gyomorpanaszai és a beteg étvágya megjött. Már az első félév alatt 12 kilót hízott s azóta még ujabb 8 kilót, összesen tehát 20 kilót hízott. A tüdőbetegség az első félévben teljesen begyógyult, azóta dolgozik, semmi baja nincs többé. A biztonsápi kezelés befejezése óta egy ujabb év telt el.

Még számtalan esetet sorolhatnék fel. Legtöbbje főbb voná-

sokban hasonlítana az említettekhez, némelyik annyira különös és hosszadalmas volna, hogy csak orvos-szakembert érdekelne. Fontos azonban, hogy a lényegét jegyezzük meg a 16 felsorolt esetből:

1. Ha gyanúnk van tüdőbetegségre, azonnal világíttassuk át magunkat. Nem elégséges a röntgenezés nélküli vizsgálat sohasem.
2. Tüdőbetegség esetén vessük magunkat alá haladéktalanul a kezelésnek. Minél korábban kezdjük a kezelést, annál gyorsabb és biztosabb a siker. Minél inkább késlekedünk, annál inkább kitesszük magunkat a romlásnak.
3. Tüdőbetegek hozzátartozói, vagy a velük érintkezők évente többször is világíttassák át magukat, mert betegek lehetnek ők maguk is, amiről nem is tudnak.
4. A tüdőkezelést abbahagyni, vagy megszakítani nem szabad. (Vége)

HÍREK

A katolikus nagygyűlésről. 1939. június 30.-án, pénteken délelőtt 10 órakor a csikszeredai Főgimnázium rajztermében a katolikus nagygyűlés Orvosszakosztálya ülést tart, melynek *tárgysorozata a következő*: 1. Elnöki megnyitó. 2. Jelentés a Szakosztály elmúlt két munkaevéről. Dr. Nagy András, Csikszereda. 3. Az egyke lélektana. Dr. Roszkopf Béla, Nagyvárad. 4. Az egyke, mint a szelekció és kontraszelekció tényezője a társadalomban. Dr. Simkó György, Csikszereda. 5. Az egykezés eredményei számokban. Dr. Közepesy László, Nagyvárad. (Folytatolagos gyűlésen d. u. 3 ó.) 6. Gyermekvédelem. Dr. Schmidt Béla, Marosvásárhely. 7. Az anya egészsége és a gyermekáldás. Dr. Csiky János, Gyergyószentmiklós. 8. Iskoláink egészségügyének mérlege. Dr. Buzás Márton, Csikszereda. (További zárt ülésen, melyen csak orvosok és papok vehetnek részt): 9. Az orvosi ethika időszerű kérdései. Dr. Dombó József. S. J., Kolozsvár. Indítványok, kari ügyek stb.

*

A nagygyűlés szociális szakosztályának gyűlésén: Dr. Orbán Domokos, Székelyudvarhely: Összehasonlítás a sokgyermekes családok nevelési problémái között. — címmel tart előadást, a *Közgyűlésen pedig*: Dr. Nagy András Csikszereda: Népi kultúra — gyermekáldás-ról értekezik.

Ne mulasszuk el — rendezni előfizetésünket — hiszen ez kötelesség!

Maros-Vásárhelyi Szanatórium

TELEFON 111

Napi ellátási és ápolási díjak 100-, 200-, 300,- lei, III. osztályon 10 napra összes szanatóriumi költség 1.250-, szülőnőknek 1.875, sebészeti betegeknek műtét esetén 2.500.- lei.

Röntgen, Quartz, Diathermia, Elektrokardiograph,

Bél- és gyógyfürdők
Betegvizsgálat és felvétele egész napon át.

Lelkeszi hivatal által igazolt szegény betegek díjtalan orvosi tanácsban, gyógykezelésben, szükség esetén műtétben részesülnek.

Szabad orvosválasztás

Budapest

BCU Cluj / Central University Library Cluj

székesf. gyógyfürdői és gyógyforrásai

Szent Gellért gyógyfürdő és szálló

Budapest. I. Szt. Gellért-tér 1
47 C^o-os radioactiv hőforrások. Elsőrangú gyógyszálló, a fürdővel közvetlen kapcsolatban

Szent Imre gyógyfürdő

Budapest I. Hadnagy u. 8-10.

Gyógyít rheumát, köszvényt, idegfájdalmat érelmeszesedést, anyagcseremegbetegedéseket

Széchenyi gyógyfürdő

Budapest — Városliget
970 m. mélységből feltörő 74 C^o-os hőforrás.

Rudas gyógyfürdő

az Erzsébet-híd budai hídfőjénél
43—47 C^o-os, erősen radioactiv gyógyforrások.

Ivókúrák

az Erzsébet-híd budai hídfőjénél fakadó hőforrások vizével

HUNGÁRIA-FORRÁS, KÉNES-FORRÁS, RADIUMOS-FORRÁS

ERDÉLYI SZEMLE,

a magyar kisebbségi élet legrégebbi irodalmi, tudományos és társadalomszemléleti lapja.

Felelős szerkesztő: S. Nagy László. Munkatársai: Erdély legkiválóbb írói, tudósai, közéleti férfúi.

**Szerkesztőség és kiadóhivatal Cluj, Calea
Marechal Foch 13.**

Kedvezményes előfizetési ára lelkészeknek, tanítóknak, kis tisztviselőknek évi 200 lei.

„Erdélyi Múzeum“

Az Erdélyi Múzeum Egyesület kiadásában jelenik meg évenként 12 számban. A folyóirat az E.M.E. bölcsészeti-, nyelv- és történettudományi, természettudományi, jog és társadalomtudományi szakosztályának hivatalos lapja.

Előfizetési ára nem tagoknak 400 lei. Megrendelhető az „Erdélyi Múzeum“ kiadóhivatalában Cluj, Strada Baron L. Pop. 5. szám

BCU Cluj / Central University Library Cluj

**Államilag ólomzárolt here, lucerna, szarvaskerep,
baltacin, ecendorfi sárga-, vörös-
és cukorrépa, valamint**

fűmagok és az összes takarmány és kerti magvak

kicsinyben és nagyban haphatók

MOLNÁR FERENC

üzletében, Târgu-Mureș Piața Reg. Ferdinand 58. Telefon No. 285.

Hitelképes egyének őszi fizetésre is vásárolhatnak. Miniszterileg engedélyezett mag-árusítás.

Ha családja és saját egészsége kedves

akkor fogyasszon kizárólag

A Gazdasági és Hitelszövetkezetek Szövetségének

Tg.-Mureși Tejfeldolgozó Telepén készített

páztörözőt laboratóriumi ellenőrzéssel,

dán eljárás szerint készített

CSEMEGE VAJAT

Megrendelhető: Transylvánia Vajgyár Tg.-Mureș Str. Brațianu 37-39.