

# Higien'a si Scól'a,

## FOIA

pentru

**Sanetate, morbi, educatiune si Instructiune.**

<b>Maiu</b> <b>Nr. 5.</b> <b>1877.</b>	Ese in Temisiora odata intr'o luna 1 eóla. Pretiulu pe unu anu 2 fl., pe $\frac{1}{2}$ anu 1 fl. Pentru strainetate 3 fl. pe unu anu. Se póte prenumerá mai usioru prin asemnate postali la redactiune.	<b>Anulu alu</b> <b>doilea.</b>
--	---	------------------------------------

### Votiv'a tabl'a.

„Pana candu inca nainte de cateva decenia éra venesectiunea in fiacare spitalu, ba si mai in tóta mai estins'a praesa o intemplantare dilnica. ea totusi astadi a devenitu in multe locuri atatu de rara, incatu medicii tineri dabea mai suntu in practic'a usuantia a ei. Candu eram eu tineru spitalu asistentu, avém se facu in tóta dioa 3, 4, 5 venesectiuni. Curiosu, ca intorcerea sa intemplantu in unu punctu, candu erau omenii mai pucinu pregatiti la ea. La pneumonia, unde cutesetorie venesectiuni se considerau de midilocu absoluta de lipsa spre restituirea sanetatii, sa inceputu in spitalulu generalu din Prag'a, a observá naturalulu decursu alu morbului fara nici unu medicamentu. Omenii erau indestuliti cu aceea, a lasá bolnavii se fia partasi la binefacerea spitalului, adeca la aeru mai curatu, la o ingrijire mai buna, la o curetienia mai mare si la o paza dietetica alt'a nimica. Si totusi amu castigatu fórte favoritorie rezultate statistice. Prin acést'a a invinsu Fisiocrati'a — domni'a naturei — in contra Technocratiei — domniei tehnice — séu fisiiatri'a in contra medicinei cu recepte, si inca in momentul dintaiu in cea mai curata forma a nihilismului — adeca a nu face nimica.“

Prof. Dr. Rud. Virchow

despre poteriile sanative ale organismului.

## Despre positiunea diferitelor metode sanative.

### II.

Amu aratatu mai de multe ori in acésta foia devis'a lui Hippocratu: „Natura sanat, medicus curat morbum“. Acésta devisa este recunoscuta in teoria de ori ce medicu, tiena se elu de ori si ce sistema, ce inse insemneze ea in pracsă, ne vomu adoperá a aratá in urmatoriele siruri. Cá se potemu satisface acestei probleme, mai nainte de tóte avemu se ne interesamu despre conceptulu friguriloru si inflamatiuneloru séu aprindereloru. Daca noi dara afirmamu, ca aceste suntu conditiunile, prin cari saneze natur'a, in cari cauta ea asi ajunge scopurile sanative, póte ca se va paré unuia séu altuia unu lucru strainu. Cei mai multi dintre cetitorii nostri voru fi privitu frigurile si inflamatiunile de morbi, cari trebuescu combatuti si sufocati, éra nu nutriti si ingrijiti! Noi suntemu inse de alt'a opiniune si nu vomu intrelasá a aduce unele argumente, cá se dovedimu, pentru ce suntemu noi de alt'a opiniune. Nu ne indoimu, ca cetitorii nostri in generalu voru pricepe ce intielegemu noi sub numire de friguri si de inflamatiuni, adeca acele abnorme stari, ce le observamu in mare parte prin vedere si pipaire. Conditiiuni de erectiune in viati'a nerviloru si a sangelui. In fundamentu suntu acesti morbi — frigurile si inflamatiunile — asemenea, difereze numai in estensiune, caci pana candu inflamatiunile suntu o erectiune topica, locale in oresicare parte a corpului, frigurile se intindu peste totu corpulu astfeliu, incatu inflamatiunile s'aru poté numi friguri locali, éra frigurile inflamatiuni universalu. Noi scimu pré bine, ca daca in vreo parte a corpului nostru se afla inflamatiune d. e. unu buboiu, ea se arata prin mai multe semne, si adeca, loculu cuprinsu rosiesce, se umfla, dóre, se incorda, apasa, de multe ori cóce si puroiaze. — La friguri e cu totulu altufeliu, ele cate odatu niei nu se potu observá prin sémne esterne. Acésta se intempla de multe ori si la inflamatiuni interne.

Frigurile suntu dara o totala erectiune a sistemii nerviloru si a sangelui si se afla parte prin pipairea pulsului, parte prin termometru. Pulsulu nu ne da resultatu securu, pentru ca elu póte fi erectu fara friguri si vicevers'a; mai securu este dara termometrulu, care se pune subt limb'a, ori subsior'a pacientului. Caldur'a sangelui este la omu crescutu de  $29\frac{1}{2}$ — $30^{\circ}$  R. la copii ceva mai mare, la betrani ceva mai mica. Dupa cum dara se va sui termometrulu mai multu ori mai pucinu, vomu poté mesurá si gradulu friguriloru.

Despre acésta suntu toti medicii ori de ce sistema se voru tiené, in cea mai mare consunttia; ei inse diferescu tare dela olalta, daca vine intrebarea: Spre ce servescu frigurile si inflamatiunile? Pre-

cum amu aratatu de mai multe ori, medicin'a vechia — Alopathi'a si homeopathi'a — tiene cu pucine esceptiuni si astadi, ca frigurile si inflamatiunile suntu conditiuni morbóse, cari trebuescu combatute si sufocate. Dintre reprezentantii medicinei vechi suntu unii, cari nu vedu in friguri si inflamatiuni ceva periculosu, ci numai o trebuintia a actului sanativu. Unu Hufeland, unu Boerhave si alti renumiti medici mai vertosu din scol'a fisiologica, au fostu si suntu de parere, ca in friguri trebue se jaca cu totulu altu ceva, decatu pericolulu, ce s'a primitu de medici. Ba Dr. Reimann a disu, ca de aru fi in stare a produce friguri, elu aru poté curá si eloros'a. Elu a presupusu dara forte bine, ca daca s'aru fi aratatu frigurile in astfeliu de bóla, aru fi fostu o salutari'a esperintia, pe care elu aru fi nutrit'o mai de parte. Vedi bine, ca pe atunci nu se scia a produce friguri artificiose, unde ceré trebuint'i'a. Unu altu medicu a strigatu : „datimu unu midilocu a produce friguri artificiose si eu imi iau cutesantia, a ve curá toti morbi cronici!“ In aceste rare si singuratice dechiaratiuni ale renumitiloru medici jace orisicare presimtiu, ca aceea, ce se eugetá a fi periculosu in friguri si inflamatiuni si se paré ca aru trebue combatutu, mai tardiu se va vedé cá salutariu. Si acést'a mare inventiune, a fostu rezervata pentru doi barbati din poporu ne studiati, inse firaticii Priesznitz si Schroth, despre cari amu aratatu in altu locu.

Ambii acesti geniali barbati de si diferescu oresicum in metoda, totusi au devenitu la asemené si acelasiu resultatu, ca adeca morbiu cronici se potu saná numai prin friguri ori inflamatiuni. Destulu, ca pe terenulu medicinei sta acuma firmu, ca frigurile si inflamatiunile suntu aparitiuni salutari, prin cari trebue se tréca unu morbu, daca organismulu are se deviná éراسi sanetosu.

Characterulu de friguri si de inflamatiuni, ce'lu arataramu acuma pre scurtu, ne duce la conceptulu morbiloru acuti si cronici. Unu morbu cronicu este, in care omulu fara se jaca, simte, ca in corpulu lui nu e, cum aru trebui se fia, elu patimesce acusi mai multu, acusi mai pucinu, daru friguri ori inflamatiuni nu se arata nici decum séu numai in unu gradu neinsemnatu si neindestulitoriu, in catu corpulu nu se póte saná. Acést'a stare in sine de comunu nu e tocmai periculósa. Omulu póte patimi cu anii de morbu cronicu fara se móra. Inse mai nainte ori mai tardiu elu duce la mormentu, de multe ori cu mari incercari ale naturei a se eliberá de morbu prin friguri, inse in gradu ne ajunsu, incatu nu póte urmá sanetatea. Si aci este celu mai mare meritu alu aceloru doi tierani, caci ei au aflatu calea, care pana aci erá ascunsa, cum se potu saná morbi cronici cu securitate, ce atata insemneze, cum se se produca friguri si inflamatiuni artificiose.

Morbiu acuti se numescu aceia, in cari se arata friguri si inflama-

tiuni, ori si una si alt'a. De va capată cineva in vreo parte a corpului séu de odata o inflatura, o rosietia, durere. Acest'a este morbu acutu. Daca cineva d. e. patimesce de dureri de capu, cari vinu si trecu iute, elu patimesce de morbu acutu. Daca cineva se simte indispusu cu schimbări acusi de frigu, acusi de caldura, se intristeze, perde apetitul, simte ostenele in medulari i vine a se culcá, cauta odihna, fara se se arate alte manifestatiuni ale morbului, atunci omulu se pregatesce la unu morbu acutu, adeca incepu a se desvoltá frigurile, ori inflamatiunele. Cum se arata dara una séu alt'a din aceste aparitiuni, morbulu acutu e in adeveru aci. Pana la Priesnitz si Schroth se priveau astfelu de morbi acuti d. e. frigurile nervose, scarlatin'a, aprinderea creierului, a peptului, asia numetele friguri gastrice séu alte astfelu de stari, cá o intrare a unui morbu adeveratu, care totu de una aduce pericolu, daca nu se va sofocá si pentru aceea ori ce intreprindere in contra lui, se privea de justificata. — E dreptu, ca morbi acuti adeca frigurile si inflamatiunele potu fi periculosi pentru viatia, inse numai atunci, daca nu se voru tractá dupa principiale fisiatrice, ci dupa cele alopatiche si homeopatiche; caci alopathi'a face de regula pré multu, éra homeopathi'a pré pucinu fatia de aceste bóle. Cu acést'a nu vremu se facemu obiectiuni acestoru sisteme, daru esperinti'a a doveditu, ca pana dintre cei bolnavi tractati dupa principiele fisiatrice abea moru 10 din 100; dupa cele a medicinei vechi 50 si mai multi. — Asemené rezultate sau aratatu si la bolnavii de tifusu si de colera in spitaluri militari, lasarete si nosocomii mari si aru fi numai de miratu, cum de pe langa astfelu de rezultate nu sa latitu mai tare pracs'a fisiatrice? Amu aratatu in altu locu, ca prejudetiele, datin'a, necunosciinti'a corpului si relatiunea lui catre natura, increderea in autoritati suntu totu atatea pedee, ce se opunu latirei acestei pracsé, éra mai vertosu positiunea, ce ocupa alopathi'a astadi cá metoda predomnitoria si directiunea sanativa deja si in cele mai inalte regiuni, in spitalele publice si pe catedrele scientifice ale universitatiloru sprijonescu alopathi'a si se opunu fisiatriei, cá cum se opuneau fariseii si carturarii invetiaturei lui Christosu simple daru adeverate, asia precum e si natur'a simpla si adeverata. Daru precum radiele ei incalditorie au strabatutu prin tota negur'a norósa a carturariloru si sa latitu peste fatia pamentului, asia va strabate si fisiatri'a pentru ca e simpla si adeverata. Omenii voru cunosee cu incetulu mai bine natur'a si relatiunea loru catre dins'a, si voru vedé, ca aci nu se ceru sisteme si nu sciu ce sciintia, ci minte sanetósa si combinatiune rationabile.

Morbulu acutu nu e de a se numi periculosu pe cai fisiatrice. Elu este si se face numai atunci periculosu, candu concernintele patientu inainte de a veni la valóre si aplicatiune in elu principiele fisiatrice, a



fostu supusu unei tractari alopaticice ori homeopaticice cu medicamente si detragerea sangelui, séu — si aci putinu va ajutá si fisiatri'a — candu patientulu din tineretie aru fi traitu cu totulu in contra reguleloru sanitari. Infiuintiele civilisatorie ale seculului nostru suntu in adeveru pentru corpu astfeliu daunóse. incatu fia care omu trebue se apara mai multu ori mai pucinu morbosu. Se agramadescu in elu materii bolnaviciose din tineretie si este invederatu, ea bun'a natur'a, care ne a creatu, a prevediutu acést'a, si pentru aceea a creatu totu odata si friguri si inflamatiuni in diferite forme. Caci noi trebue se recunoscemu tocmai in friguri si inflamatiuni numai nisúinti'a naturei a curati si eliberá incetulu cu incetulu corpulu de materiele bolnaviciose. Noi daru nu avemu se ne speriemu, candu unu copilu capata un'a din aceste boale de devoltare servitorie spre curetierea corpului lui de materii bolnaviciose, fia ea pojaru, scarlatina, tusa magaresea, s. a. Boala, care o numimu asia nu e alt'a, decatu o trébuintia pentru copilu. Fara aceste acute bóle, aru trebui copilulu, care este espunu infiuintieloru daunaciose ale modulu de viatia modernu, se cadu séu in boale cronice, séu victim'a mortii. — Asia e si la cei crescuti. Si cei crescuti, cari prin modulu si traiulu vietii se implu de materii bolnaviciose, trebue se treca prin astfeliu de conditiuni, daca vréu se'si sustiena scump'a sanetate; si daca aru fi numai o tróchna, ori tusa, ori lungóre, aprindere de peptu, friguri reci séu ori ce forma de boale acute — ele suntu relative — vré se dica, conditionate de educatiunea moderna si viati'a moderna, necesarie conditiuni, cari trebue se le petrecemu, cá sé remanemu sanetosii. — Se ne dedamu dara a numai privi trigurile si inflamatiunile de periculóse in sine si pentru sine, ci numai conditionatu periculóse, si ca in praes'a fisiiatrica este usioru a dá friguriloru ori inflamatiunei caracterulu, calea, si directiunea, cá se fia de ajunsu asi implini problem'a, adeca a ne eliberá si cureti de bóle.

In decursulu anului ne vomu adoperá a face pe cetitorii nostri cunoscuti cu ambele soiuri de boale, adeca atatu cu cele acute, catu si cu cele cronice; despre bólele cronice avemu deocamdata se amintimu, ca ele suntu cu atatu mai complicate, cu catu au duratu mai multu, si atunci se cere si o mai mare incordare si cunosciantia, cá se le potemu invinge; éra despre cele acute, ne rogamu asi intipari oricine bine in memoria, ca ele nu suntu asia periculóse, precum se crede de comunu, ci ca ele mai vertosu suntu aparitiuni salutari, cei mai credintiosii amici ai corpului nostru, ai vietii nostre, prin cari ne ajutam a castiga deplinu erasi perdut'a sanetate; daca le vomu pricepe dreptu si le vomu tractá dreptu. — Unu esemplu nu va fi superfluu a justificá cele dise. Pe candu incepuse cur'a cu apa asia numit'a hidropathi'a, unu hidropatu cu numele Martini face cunosciantia cu o dama cu numele Gutkäs, cu

care a inceputu unu discursu despre cur'a cu apa. Ea i spusa ca si dens'a a facutu aci o esperintia pecatu de neasteptata, pe atata de imbucuratoria la o fetitia a ei de 9 ani. Copiliti'a sa bolnavitu de aprinderea matieloru astfelu de cumplitu, de nici unu midilocu numai vré se ajute. Incuiarea a fostu cea mai aprópe urmare daca nu si caus'a acestei bólc. Mediculu ii anuncia in un'a de díle, ca multu pana mane, beat'a fata va scapá de tote durerile prin morte, se fia dara pregatita. Vine dio'a si fat'a nu móre, de si biat'a mumasa éra pregatita spre acést'a trista intemplanare. Trece noptea si vine éراسi alt'a dioa candu fetiti'a trasarea de dureri. Inflamatiunea a luatú asia mari dimensiuni, incatu fetitia se vercolea cá unu verme de crancenele dureri. Intr' aceea mmasa adusa unu ciuberu cu apa in casa, cá se limpediésca unele rufe. Ea cugeta acuma despre bóla si in simplicitatea sa concludé, ca nu aru fi reu se puna pe pelea fetei, cea atatu de ferbinte pacintica apa rece si se o spele, cá dóra se va mai stemperá, in acést'a o intaresce si consciinti'a fiindu ca mediculu iá denegatu viati'a. Ea incede dara cu mana uda a spalá linu fólele umflatu, si fetiti'a incéta de a se vaietá si arata oresicare placere, prin acést'a se face muiarea mai catesatoria, spala si fréca mai cu efeptu fólele si in fine pune tot'a fetiti'a in ciuberu si o spala si fréca peste totu trupulu. Dupa vreo cincí minute se usiureze fetiti'a astfelu in catu mumasa se umple de speranti'a, ca'i va scapá. Dupa unu patrariu de óra urma o evacuare a matieloru forte insemnata, si cu ea inceta bóla si fetiti'a se vindeca. Vine mediculu si intréba, ce sa intemplanatu. Muiarea nu cutesa se'i spuna. Daru elu dice „bóla a pornitu spre bine; cauta de ea mai de parte“. Atunci biat'a muma plina de bucuria spune medicului ce a facutu!

## Educatiunea.

### 3. Etatea copilarésca.

(Continuare.)

Secund'a etate copilarésca, care se póte numi si etatea gradinei de prunci, cuprinde in sine alu 5, 6, la unii si alu 7 anu. Acést'a etate se distenge de cea dintaiu prin aceea, ca acuma se ivescu mai raru bólele si mortea, éra desvoltarea corporala si spiretuala purcede cu o mai mare repejune. Copilulu e acuma stapanu peste tóte misicarile sale si castiga in desteritatea vorbirei; inse creierulu lui este inca slabutiú si pentru aceea trebue crutiatu. De vreo pedépsa corporala, daca copilulu va fi educatu bine, numai póte fi vorba in etatea acést'a, ci numai amorea lui catre parinti, precum si simtiulu si mintea lui se se intrebuintia cá midiloe de educatiune. Pana ce copilulu in prim'a étate nu simte multa trebuintia dupa societate si se jóca bine singuru, cere a doua etate a se

crește în societate cu alți copii, vede bine cuvinciosu educați și sub buna priveghiere.

Acum'a este dăra timpulu — unde se pôte — a dá copilulu în grădin'a de copii s'eu cum o mai numescu, în școl'a de jucăria mai cu s'ema din acelu punctu de vedere, căci în etatea ac'est'a se cam neglige educațiunea acasă la părinți. Să disu, că astfelu de școlă aru înștrăină copilulu dela părinți, daru ac'est'a nu stă, și d'eca se întempla undeva, aceea provine dela tractarea rea a copiiloru! În școlă ac'est'a, firesce sub conducerea unei educătrice afabile și istetia, învătia copiii a conversă cu asemenii sei cuvinciosu și asi luă esemplu dela altulu și se potu scuti dela dădarea a se svădi, a învidiă, a fi egoisti, sumetiu și capriciosi. Afară de aceste se desvolută aicea mai de parte sensurile copilulu și se întărește corpulu prin esercitia gimnăstică potrivite, prin ocupațiuni istetice se desvolută mai bine spițetulu și astfelu castiga copilulu multu în desvolutarea sa corporală și spițetuală. Înse aci are se d'omn'esca bucuri'a și mișcarea liberă, ăra nici de cum pedăntic'a dădare a siedé în pace și a fi modestu.

Sustinerea copilulu în ac'est'a epocă, cere, că și în cea dintăiu, bucate idiferente, neiritătorie, nutritorie și usioru digestibile: lapte dulce și aeru, casiu, mamaligă cu lapte, legume, cătu se pôte de pucinu sarate și ac'rite cu otietu, p'ome; carne rară s'eu nici de cătu. Bentur'a se fia ap'a curatu, ori laptele, nici de cătu înse spirituose. Măncăriile se fia mai multu reci de cătu ferbinti. Se petr'eca în aeru curatu jucănduse și făcându totu feliu de mișcări. Se se tiena curatu spalăndulu în tote dilile cu apă rece dela creștetu până la talp'a. Se d'orma odihnită pe pilote de paie, ori de peră, astrucatu usioru. Se paz'esca simțuriile de preiritățiuni s. a.

La educațiunea copilulu în ac'est'a etate este problem'a educătoriuului de capetănia a d'esteptă în copilu pe langă ascultare și convingerea, că nu e condusu de mână debilă, care s'aru legăna la launele lui s'eu aru cedă la opozițiunea lui. Și ec'est'a convingere se pôte usioru efep-tui prin portarea consecință, uniformă a educătoriuului față de copilu. Peste totu acuma au părinții se tinteze întră colu cu acțiunile sale, că în copilu, care acuma are ochi ageri spre tote gresielile celoru, ce'lu încungiuță, se nu se sgăduie credinți'a cătră infalibilitatea mămăsa și auctoritatea tătă seu. Nimicu nu străbate asiă de linu și afăndu în sufletulu copilulu, că înfluiți'a esemplulu. Prin ac'est'a trebue copilulu se învătie acuma, a se rogă pentru totu, ce'i trebuesce, și a mulțemi pentru totu ce primescu.

Ce atinge educațiunea fisică, care încă trebue îndreptată după etatea primă, apoi trebue înainte de tote luate în s'ema mișcările deferite ale copilulu, cari au se fia astfelu îndreptate, că se se făcă totu cu mai

mare securitate, liniste, desteritate, cuvintia si gratia. La aceste misicari nu apertieniu numai miscarile picioreloru, maneloru, trunchiului, ci si acele ale corpului, fetiei si organeloru vorbirei. Asia d. e. la masa se nu sórba, se nu pleoscuie cu limb'a, mancarile vertose se fia bine mestecate. la mersu se aiba corpulu si picioarele o tienere buna, se nu se dedé a sclipi din ochi séu a contrade musculatur'a fetiei, limb'a se nu se desvolte eronea seu manca. Alergarile, seriturele se fia cu cumpatu si nu pré ostenitorie, daca se incaldlesce trupulu si se esiofése plumanii, se se pazésca de recéla si se odihnésca. Simtiulu pentru curetienia, ordine si punctualitate se se desvolte totu mai multu fiindu ca are mare influintia in viati'a mai tardia.

Educatiunea intelectuala, in catu acést'a atinge desvoltarea mintii, are se se ocupe inca cu escultivarea sensurilor, precum si cu fic-sarea atentiunei copilului asupra obiecteloru; se póte inse incepe a intre-buintiá impresiunile sensurilor (icónele creierului) care se producu prin obiectele naturei, spre cultivarea a cugetá; inse la acést'a spiretuala actiune este bine de observatu cvalitatea corporala a copilului. Silnici'a creierulni duce la bóle de creieri si la debilitatea spiretuala. Vointi'a se pote intari brin invingerea pedeceloru, fricei si altoru conditiuni neplacute, ea trebue desteptata inca in prim'a etate copilarésca. Daru se ne pazimu a infricá si spaimentá copilulu, caci spaim'a aduce frica, si acést'a face copilulu poltronu si fatiarnicu, firesce ca vointi'a trebue educata spre a face bine, spre filantropia. Mai usioru patimesce aci simtiulu séu anim'a, o educatiune întórsa va suscitá si sustiené actiunea de simtire in creeru, fara totu odata cuvincios'a suscitare a mintii si vointii. Cu acést'a cugeta unii a educá omeni plini de simtiementu, daru ei formeze fantasti sentimentali, ne apti pentru viati'a practica, cari nu suntu in stare nici sie, nici altoru a dá svatu si a ajutá. Tocmai asia de daunosu póte fi pentru viitoriulu copilului, daca prin naratiuni mai dese de priculici, duhuri necurate, lotri si alte asemené istorii se aru forma fantasi'a copilului contranaturalminte si saru face anim'a susceptibite pentru romantia si superstitiuni. In contra acestoru se potu pune unu fundamentu firmu daca vomu desteptá in copilu simtiulu de onore — nu de ambitiune — si consciinti'a, din cari celu dintaiu silesce pre omu a face, ce e dreptu si bine fara nici o tendintia pitulata si fara egoismu, numai din propria stima, éra celu depre urma este unu jude necorruptibilu la deliete. Unu omu onestu uu va incungiuará nici odata fapt'a rea de frie'a pedepsei si nu va face bine pentru premiu. — Acuma se pote pune copilulu cate odata la proba pentru amorulu de adeveru si de sinceritate, inse cu mare precautiune si circumspectiune, caci aci usioru cademu in erori. Se invetiemu copiii acuma a aretá atentiune catre altii si neprovocati.



Se pecatuesce in contra copilului desu prin bucate nepotrivite, bucate iritatorie, precum e carnea si gatirea ei piparata si serata, prin darea la beuturi spirtóse, la cafe'a, teiu, saharicale, prin prémare ingrijire si incrosinare a vestimentelor, prin remanerea séra mai lungu timpu, prin ducerea in locuri publice, prin pururea ajutoriu la tota intreprinderea lui, prin agramadirea cu jocuri, prin trecerea cu vedere a necuviintielor lui, prin patu pré caldurosu cu pene, prin negrijá de pele s. a.

## Aparatul sanativu.

### Ap'a.

Procesulu de viatia organicu in starea sa sanetósa depinde dela o pururea sie asemené remanenda caldura propria, pe care elu cauta a o tiené totudeuna in gradulu normalu ( $29\frac{1}{2}$ — $30^{\circ}$  R.). Daru starea normala a caldurei este conditionata erasi de actiunea nerviloru regulatu de curgatori'a, care sta sub influinti'a revarsarii electricitatei.

La acestu resultatu amu devenitu noi, candu amu tractatu despre ingrijirea de pele in Nr. 7 din anulu trecut, aci avemu numai se luamu in vedere tienerea caldurei proprie facie de apa. Ap'a rece, candu vine in atingere cu corpulu viu, in urm'a legei naturei, care acolo, unde doue deosebite grade de caldura vinu in atingere, canta ale complauá, ii detrage o parte din caldur'a sa. Cu acést'a dare de caldura apei din partea corpului, urmeze inse si totu odata retragerea sangelui dela partile, cari au venitu in atingere cu ap'a rece! Daru acést'a retragere a sangelui nu póte dura mai indelungatu si asia vedemu, ca in urm'a aratatei legi naturali, astfelu de incercari asupra corpului, éراسي se aplaneze si la o stare buna a sangelui, acést'a iute si cu mare energia se reintorna si inca in modulu acést'a precumpanesce restitut'a propri'a caldura perde-rea de mai nainte, adeca loculu acel'a devine mai caldu. Prin astfeleu de impresiuni reci se póte provocá actiunea vietii a corpului nostru spre mai mare energia; mai marea actiune a corpului nostru este inse asemené cu o mai vioniu redicat'a schimbare a materiei, séu a metamorfosei, vré se dica, cu o mai mare ei corespundietoria consumere a materiei.

Patimile cronice ale corpului nostru au tote caracterulu unei ruinate, pré lenesie actiune de viatia. Si fiindu ca noi posedemu in apa unu midilocu a redicá metamorfos'a séu a suscitá activitatea vietii, o potemu usuá in astfelu de bóle cu unu succesu favoritoriu.

Daru nunumai in bóle cronice cu debilitat'a energia de viatia póte se ne dé ap'a ajutoriulu doritu, ci si in boale iuti, in friguri si inflamatiuni. Aicea are adeca a veni in aplicare in prim'a linia numai lucrarea apei detragatori'a de caldura si impaciuitoria. Acést'a jace cu totulu in

man'a nostra prin aceea, caci noi prin mai lungu tienetoria aplicare a recei nu lasamu a se ivi a doua lucrare adeca cea suscitatoria a apei. Afara de acést'a trebuie aci insemnatu, ca vrendu noi a detrage caldur'a din trupu cu apa, noi numai aceea caldura avemu se detragemu, care intreze gradulu normalu. E lucrulu invederatu, ca nevetemandu noi corpulu in integritatea sa, elu nici nu se provóca la reactiune si prin acést'a se esplica lucrarea apei recoritoria si impaciuitoria, pe langa cea suscitatória, datatoria de caldura.

In morbi acuti, unde activitatea organismului a intrecutu normalulu gradu, unde masin'a miscatoria a vietii organice este pré accelerata in mersu si unde pentru acést'a este de temutu o desecare a poteriloru vitali, aci este la locu actiunea impaciuitoria si detragatoria de caldura a apei, cá se restrangemu nisuinti'a sanativa a corpului la trépt'a necesaria spre grabnic'a si secur'a sanare.

Astfelu s'aru paré, ca ap'a aru fi unu midilocu sanativu universalu, si contrarii fisiiatrici ne facu in priviinti'a acést'a si obiectiuni batjocuritorie. Daru noi le respundemu, ca apa nu e midilocu sanativu in sensulu medicinei, ci ca ea silesee numai poterea naturei sanativa, cá se iá tréba sanarii cu o mai mare energia. Ea imbia sprijonire nisuintiei corpului a lapadá materiile bolnaviciose si astfelu devine unu midilocu spre sanare inse nici de catu medicamentu. — Contrarii dicu mai de parte, ca ap'a este unu midilocu iritativu, care lucra daunaciosu asupra corpului nostru. Noi, ce e dreptu, nu potemu negá, ca ap'a e unu midilocu iritativu, inse ea apartiene intre iritatiunile vietii cá si aerulu, luminá, electricitatea s. a. fara cari nu aru poté existe viati'a animala si vegetabila. Daru ne vomu opune, daca ni se va dice, ca ap'a este unu midilocu iritativu in intielesu daunaciosu si actiunea iritativa a ei s'aru pune in unu siru cu iritatiunea medicamentelor. Negresitu, ca si ap'a póte produce iritatiune daunósa daca se va intrebuintiá forte rece si fara nici unu cumpatu.

Midilócele iritative medicinesti suntu pentru corpulu nostru materii straine pana candu ap'a formeze o parte constitutiva insemnata si nelipsinda a corpului nostru; mislócele iritative medicinesti, cá materii straine corpului nostru, nu se stramuta prin elu in carnea si sangele nostru, ci ele se depunu in casuri nefavorabili in elu tiermourite, din contra ap'a se intrebuintia de corpu atatu spre formare, catu si spre solutiune si curetiere. De aci se vede, ca daca unu midilocu iritativu are se imple scopulu invertosirei, apoi elu nu pote contiené in sine materii straine de corpulu nostru cum este acést'a la midilócele iritative medicinesti. Inse de si iritatiunile vietii, cari suntu absolutu de lipsa pentru corpu, adeca aerulu, lumina, ap'a, misicarea s. a. suntu salutari si sanative iritatiuni de viatia in contrastu cu nesalutariile iritatiuni medicamentóse, ele totusi potu deveni daunóse, daca se voru intrebuintiá fara cumpatu. Si normal'a

actiune a iritatiuneloru de viatia, pote lucrá la parere daunosu in acel'a, care in unu timpu mai indelungatu in modu normalu sa substrasu dela ele partialminte. Astfeliu d. e. pentru unulu, care nu e dedatu a face o primblare mai duratoria in aeru liberu, acést'a pote lucrá asia de iritatoriu asupra nerviloru lui, in catu se se nasca cele mai crancene dureri de capu. Si óre pentru acést'a se lapadamu noi miscarea in aeru liberu, conditiunea de lipsa pentru sustinerea sanetatii nostre, cá unu midilocu iritativu daunósu?

Nu potemu trece cu vederea, cá se nu aratamu in loculu acest'a catu de daunose potu fi spalarile si bai'a in ap'a calda.

Ap'a calda, incatu ea nu intrece temperatur'a sangelui nostru, discorda activitatea nerviloru, fléscana pelea, si in contrastu cu ap'a rece impedece metamorfos'a. Ap'a ferbinte produce momentalminte o mai imultita versare de sange pe locurile atinse cu ap'a ferbinte, care se póte cunosece si prin rosiati'a si umflarea concernitieloru parti de pele; inse acestei varsare de sange trebuie se urmeze necesarminte si o reintoercere a sangelui.

Reintoercerea ori retragerea sangelui din den afara in laintru, care prin aplicarea apei calde trebuie se urmeze, trage dupa sine cá o consecintia necesaria o discordare in activitatea pelei. Prin mai indelungat'a sistematie'a aplicare a apei calde spalandune cu dins'a ori scaldendune in ea urmeze o mai simtibila stare a pelei catre influintiile aerului, daca acést'a nu s'aru impedeacă prin aeru liberu si prin commotiune.

De aci se vedé apriatu, ca intrebuintiarea apei calde si ferbinti este in contra naturei, pentru ca dupa legile procesului de radiare, — care purcede din laintru in afara si se pote de sine singuru suscitá si efeptui, daca ilu retragemu dela productulu séu adeca dela caldura — dauneze metamorfos'a. Este tocmai o conditiune necesaria pentru sanetatea si prosperitatea corpului nostru, cá inviotori'a iritatiune a unei receli moderate se lucre asupra lui.

Cá unu midilocu impaciuitoriu se aplica necesarminte si ap'a calda fiindu ca ea sa aratatu in dureri crancene cá impaciuitoria de nervi si domolitoria de spasmi.

Esperinti'a ne a aratatu la aplicarea apei reci in morbi cronici a urmă dupa unele regule firmustatorie.

Fiacare forma de aplicarea apei se se faca numai la temperatura calda a concernintei parti a trupului, pentru ca numai atunci este corpulu in puseciune a recompensá detras'a caldura. Daca pelea aru fi rece, atunci ea trebuie incaldita prin frecare uscata, comotiune séu caldur'a patului, cá se se redice decadiut'a viatia a sangelui.

Dreptu aceea spalarea ori scald'a in apa rece este mai bine a se

intrebuintiá dimineții a candu ne sculam caldi din patu, pentru ca atunci pelea este bine incaldita si reincaldirea urmeze mai iute si mai securu. De aru si asudá pelea se nu ne tememu de vreo dauna, caci esperinti'a ne a aratatu din destulu cum copiii mici candu se boteze, nu patimescu daune, daca se scotu caldi din infasiurature si dupa cei afunda in apa rece, ori torna ap'a peste densii, se invalescu erasi iute, cá se se incaldiesca; inse candu dupa vreo comotiune mai mare, ori lucru mai greu aru fi plumanii esiofati prin erectiunea sangelui in vasale de sange ale loru, atunci firesce, ca trebue se asteptamu pana ce se impaciuiesce acést'a erectiune a sangelui.

Dupa intrebuintiarea apei, avemu se ne ingrijimu, cá corpulu nostru se se reincaldiasca prin comotiuni, lucru, frecare, ori caldur'a patului. In-nainte si dupa mancare, are se se eviteze ori ce forma de aplicare a apei, pentru ca ea luca atunci ruinatoriu asupra procesului digestiunei.

Unde poterile vietii nu suntu capace a recompensá detragerea caldurei, acolo nu se aplica ap'a, pana nu se va mari fundulu vietii prin urmarea altoru conditiuni sanative.

Cercetandu mai de aproape in cvalitatea apei, ni se imbuldiesce intrebarea: ore cea mai buna apa de beutu, trebue se aibe alta cvalitate cá cea mai buna apa de scaldatu? Intocmirele naturei si instinctulu omului ne dau celu mai nedubitatu respunsu la acést'a intrebare.

Fiindu ca ap'a, care o da natur'a tuturoru fiintieloru organice cá scalda, este rou'a si ploia, urmeze ca si pentru scald'a si spalarea nostra aru fi cea mai priinciosa apa, cea de ploia in catu ea va avé gradulu necesaru alu recelei, daru fiindu ca acést'a nu e indemana totu de una, avemu asemené apa in riuri si lacui, adeca in asia numit'a ap'a mole, caci la scalda se cere cá ap'a se fia rece si móle. — Daru nu e eschisa nici ap'a tare, adeca cea din fontani, putiuri si isvóra.

Cea mai buna apa de beutu este fara indoiala aceea, care mai bine place palatului nesticatu, adeca ap'a din isvora si din fontani, care pe langa o curetienia catu se póte de buna si receala potrivita se contiena si destula evantitate de gasu acidu carbonicu, caci acest'a gasu da apei recreatoria si placut'a aroma, carea a numitu o Hufelandu spiritulu fontaneloru.

### a) Intrebuintiarea interna a apei.

1. Beutura apei. Catatimea apei, ce aru avé se bé unu omu sanetosu pe di, se póte indigitá numai generalminte si adeca omenii sanetosi au se bé apa dupa cum simtu setea; afara de acést'a este forte priinciosu a bé diminéti'a pe nemancate unu paharu de apa, prospeta, apoi a se primblá, séu a lucrá ceva; pentru bolnavii in bóle acute ap'a e stamparatoriulu focului, si pentru aceea potu bé catu de multa, inse in

catatimi mai mici, bá inca trebuie imbiati bolnavii á bé apa, candu vedemu, ca nu ceru, si li se usuca gur'a si buzele. Pentru cei cu bóle cronice evantitatea apei, ce au de a bé, se indrepta dupa fondulu poteriloru de viatia si alu caldurei vietii si dupa desteptatulu instictu. Unii patienti suntu astfeliu desvatiati de a bé apa, si nervii dintiloru, limbei, stomacului, fólelui si ai spinarii loru suntu astfeliu de iritabili, in catu dupa cea mai mica evantitate de apa, capata dureri, spasmi, diarea; astfeliu de patienti au se bé apa cu tóta precautiunea, adeca in catatimi mici, cevasi stemperate, inse dese, cari cu incetulu trebuie marite, caci astfeliu se va tradi érase instinctulu si se voru vivificá érase nervi inghitietorei, ai stomacului si ai fólelui. Altii patienti pasiedu asia pucina caldura de viatia, incatu dupa cea mai mica inghitiere de apa, simtu fiori si frigu. Acesti'a au erasi a bé numai portione mici mai raru si numai atunci, candu se simtu mai caldi. — Generalminte nu e ertatu a bé erasi apa, pana nu a intratu reactiunea portiunelui dintaiu. Setea inse trebuie stensa totu deuna si candu s'aru aratá fiori si frigu d. e. in frigurile reci, pentru ca setea este o cerere instinctiva, ce sta cu natur'a omului in consunantia si nu in contradictiune. Unii dintre patienti cronici, dupa ce se tradiesce erasi instinctulu si intre simptome de escretiune critica beu uneori o catatime de apa necreduta (6—9 cupe) cu sete; si aci inca trebuie lasatu se lucre instinctulu.

Preste sète au se bee patientii, cari facu cura, fara exceptiune de trefori pe di, adeca diminetia, nainte de amedi si dupa amedi, dupa ce a trecut manipulatiunea cea lalta cu apa, cate unu paharu in intrevaluri dela  $\frac{1}{4}$ — $\frac{1}{2}$  óra. Aci inca trebuie luatu sema la cei mai slabanogi, si candu e tempulu mai recorusu. Cari se simtu bine, au mai multa energia si potu face comotiune de ajunsu, potu bé si doue si trei pahara peste sete la fiacare promenada de cura.

Unii medici se iutiescu in contra berei de apa la masa dicendu ca ap'a aru pré subtiá chimulu — mancarea in stomacu — si aru flescaná stomaculu. Ce nu sta, pentru ca ap'a rece da tonu stomacului si nn'lu discorda. Stomaculu se pote discordá prin zamuri subtieri si ferbinti, éra nici decum prin ap'a rece.

Temperatur'a apei de beutu are se fia dela 6—12° R. mai rece nu e consultu a bé, éra mai calda nu recreaze corpulu si nu stempera setea, si numai unii patienti au se bé apa mai stemperata la inceputulu curei.

## Bibliografia

„Veterinariulu de casa“ pentru cai, vite cornute, oi, capre si rimatori cu privire la Istori'a naturala, impartirea in rase, descrierea

raselor cunoscute, oterirea betranetiei, cunoscerea insielaciunilor, prasierea animalelor domestice, alegerea lor la prasire, modulu de nutrire si tractarea cu ele. Curarea celor mai principale morhuri interne si externe cu medicina de casa si adanse cu o multime de recepte din cele mai aprobate medicine dela cei mai renumiti veterinari. Oterirea timpului de garantare si regulele de politiea dictate prin lege. Lucratu pentru poporulu romanu de Basiliu Cornea Magistru de Chirurgia, Obstetricia si veterinariu. A esitu in Gherl'a, cu literile tipografiei diecesane 1877 si se vinde cu 2 f.

Ne reservamu recensiuinea acestei carti de mare interesu pana vomu trece peste cele scrise.

---

Cartile saténului romanu continue a esi in tota lun'a in Gherl'a in tipografi'a diecesana sub redactiune D. N. F. Negrutiu. Predicatoriulu contine: Preparatiunea trupurilor mortiloru pentru imormentare, una disertatiune multu interesanta; Predici pentru postulu mare; Predici la inviarea Domnului. Discursuri asupra Retoriceii sacre cu unele observari ale auctorului forte bine nimerite; „Fericirea“ si „Speranti'a“ „Poesii frumose“ de Petru Dulfu. Discursu idilicu pe mormentulu lui Jon Heliade Radulescu. Promemoria si anuciuri de carti. Iara in cartile saténului romanu aflamu „Betivulu“ poesia de Dulfu. „Inceputulu si Istori'a Romaniloru“ de Profesorulu Petrisioru. „Ce n' avemu“ poesia de H. Grandea. — Unele escerpte din „Veterinariulu de casa“. Despre stricaciunea vinarsului „N'am nimica“ poesia de S. Botizanu, si Proverbe poporale din Bucovin'a de S. Fl. Marianu.

Recomendamu aceste scripte periodice bine scrise si pline de inveniatura pentru poporulu nostru cu tota caldur'a cu atata mai multu cu catu si pretiulu este forte moderatu, semnu ca D. Redactoru Negrutiu nu cauta castigu materialu, ci se multiemesce cu castigulu moralu si intelectualu, ce'lu póte lati in poporulu nostru prin nefatigatele sale ostenei. Preotiemea nostra afla in predicele de serbatori, dumineci si ocasionali materialu destulu pentru indeletnicirea si perfectionarea sa fara multa osteneía.

---

## Post'a.

D. T. in S. Ne ati tramisu urmatóri'a cerere: Ve rogamu se aveti bunatate a dechiará in „Higien'a si Scol'a“ ca este folositoriu remediulu siguru in contra dureriloru de masele publicatu in „scol'a romana“ Nr. 7 a. c. si nu cumva acidum salicyle e stricaciosu sanetatiei? Respunsu: Articuluulu despre acestu acidu in „scol'a romana“ este scosu din alta foia. —



Acidulu salicyle se castigá mai nainte numai din plante, mai alesu din genulu salciloru, si erá forte scumpu. Drulu Kolbe in Lipsce'a a aflatu alu produce din materii minerali. Puterea lui antiseptica nu e de negatu, daru usulu lui asia de estinsu, precum vreu unii se'lu faca — va remané dupa mai multe probe restransu numai la midilóce cosmetice. Elu se solvesce numai in apa ferbinte in 300 parti, adeca la unu gramu de acidu salicyle trebuescu 300 grame apa fértá, si numai in 4 parti de alcoholu si pentru aceea acést'a se preferesce. In articolulu citatu se da urmatoriu receptu: Peste 10 parti de acidu salicyle se torna 24 parti amoniacu si inca 16 parti de acidu aceticu dilutu, adeca otietu. Aceste tote suntu materii, cari nu potu prii dintiloru. — Durerea dintiloru provine séu din nevralgia adeca durere de nervi, séu din reumatismu, séu din desgolirea nervului dintelui si déca la aplicarea acestui acidu, inceta durerea, cum se dice in acelu articulu, atunci elu amurtiesce ori omóre activitatea nervului si orice remediu face acést'a, elu nu póte fi priinciosu, cu atata mai pucinu mestecatu cu amoniacu si cu otietu, séu solvitu in alcoholu. Acidele tóte, daru mai cu séma cele minerali, cum e si acestu acidu, suntu venine pentru dinti.

Celu mai nevinovatu acidu póte ca ni se va paré otietulu si totusi si acést'a dupa experimentele ce a facutu cu dinsulu Dr. H. Oidtmann in timpul celu mai nou, e stricaciosu; intrebuintiarea lui mai désa lucra daunaciosu asupra nerviloru si vasaloru sangelui in gura si in stomacu si produce o morbósa discordare in aparatulu digestiunei, despre care inse la altu locu vomu vorbi mai pre largu.

Acidum silicyle cum vine acuma in comertiu, nu e mai multu vegetabilu, pentru scumpetea lui, ci mineralu, si acidile minerali móie tieseturile organeloru, cu cari vinu in atingere si conditioneze coustitiuni — arderi — in forma diluta; trecandu in sange lucra disolvindu asupra corpureleloru (globulei) sangelui si marescu serositatea sangelui. La o actiune mai duratoria se revarsa in sange, si conditioneze ruinarea globuleloru sangelui, irita organele indepartate, care servescu de colutorie, mai vertosu renichii si cauzeze inflamatiunea acestoru.

Noi tienemu dara acidulu salicyle, fiindu preparatu chemicu, si inca mineralu, de aceea ce este, adeca de nepriicisu sanetatii. — De mare lauda a lui, nu ne miramu, caci asia este cu tote corpurile chemice — si lumea usioru se insiala.

---

D. Unu prenumerantu in P. „Cum se póte delaturá mirosulu de gura provenitu din balosiarea gurei si a grumadiului? Cu unu receptu potrivit datu in foi'a P. S. Dvostre a ti face mare servitiu“. — Respinu: mai nainte trebui se scimu, de unde vine balosiarea gurei si a grumadiu-

lui. Stomaculu preiritatu prin diverse bucate si beuturi nepotrivate, digestiunea stricata, producerea de acreala in stomacu din caus'a acést'a, plumanii tuberculosi potu produce inbalosiarea gurei, si aci se cere o cura mai radicala a bólei, cá caus'a imbaloserii. — Daca inse mirosulu gurei aru veni dela bucatele putredinde intre dinti mai vertosu a carnei, apoi elu se póte redicá prin spalarea désa a gurei, mai vertosu dupa tóta mancare, prin curatierea dintiloru de particellele putrede a le bucateloru, prin mai rara intrebuintiarea carnei si frecarea dintiloru cu pravu de carbuni alcoholisatu adeca finu macinatu.

---

Domnului A. C. in C. Epilepsi'a se pote vindecá dupa principiile fisiatrice spre cari la cererea Dtale, le vomu impartasi catu de curendu in acést'a foia. Pana atunci me vei informá, candu a capatatu acelu fecioru, despre care imi scrii, acést'a bóla si sub ce impregiurari — fostau parintii lui asupriti de ea, fostau tata lui dedatu spre betia, nu a avutu vreo boala de pele, riiá, nu a fostu onanistu, nu sa spaimantatu, nu a lapadatu limbrici s. a.

---

Domnului F. in P. Imi scrii, ca o femeia patimesce acolo de unu morbu, care se manifesteze cu multe soiuri de insecte in pantece, adeca gónge mici si mai mari, pe lunge aceste mai are bróste micutele si pui mici de sierpi si este asia de grósa, cá candu aru fi ingreonata, pe aceste le evacua respectiva incepandu din lun'a lui Aprile pana in finea lui Juniu, mancarea in acestu timpu ii priesce numai laptele dulce si dintre beutute, numai vinarsulu! — éra dupa espirarea acestoru trei luni, nu'i este greu, de aru mancá orice bucate. Si ca in tienutulu acél'a mai multi patimescu de astfeliu de morbu. — Respinsu: Noi cunoscemu paraditi, adeca animale, cari se nascu si traescu in corpulu nostru urmatoriele: rii'a, filiaría medinense si vermele besiceí. Cela dintaiu se arata désupra pelei, alu doilea incepele perului, alu treilea in besica, daru suntu forte rari, afara de riiá, care e mai desa. In matie limbricii, pundravii si pantlic'a séu teni'a. In stomacu sarcina si pote vermuletii otietului aflati mai de curandu. In musculatura trichinele. Cá insectele si anume gongele, apoi bróstele si sierpii se pota trai in stomacu, sa negatu pana acuma prin facutele esperimente si pentru aceea noi tare ne indoimu, ca aceea muiere va evacua astfeliu de animale, daca nu cumva aru fi sarcinele, cari intru adeveru se inmultiescu forte tare la cei ce patimescu de acera'a stomacului, jigaraia, vomiri cronice. Deci patimasi'a aru fi se se esamineze de unu espertu si dupa aceea s'aru poté cevasi intreprinde cu ea. Morbulu in adeveru aru meritá tóta atentiunea.