

# HIGIEN'A SI SCOL'A.

F Ó I A

pentru

Sanetate, morbi, Educatiune si instructiune.

## Votiv'a Tabla.

„Cei mai renumiti representanti ai artei medice au fostu mai cu séma barbati *nobili*; ce faceau ei a fostu mai multu problem'a *consciintii* loru, decâtu a *sciintii* loru. La ei apare medicin'a cá o morala practica, si mediculu nu numai cá unu misericordianu, ci si cá unu trapistu, care intr'atât'a 'si sapa insusiu gróp'a, încâtu tóte lucrurile lui si cugetele lui erau atîntate spre aceea, a face cu nepotintia bolnavirea.“

*Dr. K. F. M. Marx in Götting'a.*

## Aparatulu genitalu omenescu.

*Calitatea lui anatomica, destinatiunea fisiologica a lui, bólele lui si tractarea fisiatrica a lui.*

(Urmare.)

Esplicarea fisiologica a actului impreunarii este urmatóri'a : La boldulu unei cereri secsuali se revérse sangele in tiesetur'a erectila a corporiloru gaunóse, din cari consta medulariulu barbatescu, prin acést'a elu se încórda si devine aptu a strabate in vagin'a femeésca. Contractiunea muschiloru asiediati la bas'a medulariului — muschi excitori — inca ajuta incordarea lui. Nervii sensibili in surfaci'a ghindei, cari prin frecare trecu in unu statu de cea mai mare iritatiune, impartasiescu acést'a iri-

tatiune creerului si meduvei spinarii, care apoi prin actiunea de reflexu casiuna in muschii incungiuratori de besicutiele seminali contractiuni spasmodice si ritmice si prin aceste se mana sementi'a, cu insemnata potere prin ducturile seminali si uretra in vagin'a femeei.

De óre-ce imediatu dupa menstruatiune este mai urcata voluptatea secsuala in femeia, se presupune, cà pe acestu timpu se efeptuesce mai usioru fecundatiunea — zemislirea — fiindu cà in timpulu acest'a afla sementi'a mai usioru oulu.

O Lege fisiologica de mare insemnatate si de valóre comuna in tóta constitutiunea nóstra este, ca fiacare organu, cá se fia tare si sanetosu, trebue se aiba o cuviintiósá mesura de activitate in modu normalu. Asia ochiulu trebue se aiba lumina, medularile miscare, mintea meditatiuni, poftele si pasiunele nóstre indestulirea loru, càci alt'cum se langezescu si bolnavescu. Atátu o activitate neamesurata, câtu si un'a defectuósá si prématura suntu daunóse. Cá se posedemu dara o armonica constitutiune corporala, trebue se ne supunemu acestei legi. Organele genitali suntu supuse loru asia de bine, precum ori-care altu organu, pentru aceea e datorinti'a si trebuinti'a nóstra a cascigá si loru o cuviinciósá activitate incependu dela timpulu perfecte maturitati a loru pana la decadinti'a loru. Déca acést'a se neglige, apoi ele se debilitéza de sí in unele casuri dupa alta lege fisiologica potu primí asupr'a sa o vicariala activitate pentru neglesele organe genitali alte organe ale organismului d. e. creerulu prin indreptarea spiritului spre alte cugetari, muschii prin o fortiata activitate a corpului in miscari insemnate, — totusi acést'a se intempla numai esceptionalminte si neperfectu si nu póte supliní nici decátu normal'a activitate. — Precum dara se díce despre unu umanu rege alu Franciei, cà ar' fi avutu de proverbiu: „*eu vréu cá fiacare din supusii mei se aiba duminec'a gain'a sa in óla;*“ asia ar' trebuí se fia unu Domnitoriu si mai umanu, care nu numai ar' dorí, ci ar' si ingrigí, cá fiacare din supusii sei ajunsu la maturitatea barbátésca se-si capete la timpu Ev'a s'a si fiacare Eva pe Adamulu seu, càci gain'a in óla nu e asia de lipsa, cá si normal'a si la dreptu timpu intreprins'a indestulire a boldului secsualu. Precum dara din o parte lips'a de normal'a indestulire este eronea, așia din alta parte si necumpetulu si abnormal'a indestulire

este daunaciósa, a-carei urmari rele nu remanu nepedepsite pentru-cà natur'a nu sufere deviatiuni dela legile ei; insasi Bibli'a amintesce despre cea de pre urma, si este multifaria, si adeca: *onan'a*, *tribaderi'a*, *pederastri'a* si *bestialismulu* séu *sodom'a*. In privinti'a daunacióseloru urmari ale escesiveloru gustari secuali, este de insemnatu, cà nu se potu dá regule despre drépt'a mesura pentru fiacare individu, fiindu-cà constitutiunile si relatiunele vietii suntu fórté diferite, atât'a inse este securu, cà celu-ce se misca in aeru liberu si pe langa acést'a póte traí bine si fora grija, va avé mai pucinu a patimí de relele urmari ale nemoderatului amoru, cá celu-ce lucra cu mintea si se cloceste in chilia. Luther a dîsu: „In der Woche zwier, macht im Jahr Hundert und Vier, schad't weder mir noch dir“ — si totusi nu e convenientu pentru ori-cine! In acestu punctu are fiacare a fi condusu de propriulu seu simtiu si decâte-ori se simte ori-si-cátu esiofatu adeca enervatu dupa gustarea secuala, elu se recunósca, ca a trecutu peste poterile sale naturali si se se mai modereze. In privinti'a acést'a se arata mari daune candu se iau in casatoría doi individi de constitutiuni diverse, precum se intempla acést'a fórté desu in casatorí; càci aci ruinéza séu muerea pe barbatu, séu barbatulu pe muere si partea cea mai slaba vine necontentitu in ispita a trece peste poterile s'ale.

Despre urmarile daunóse ale *abstinentiei secuali* suntu parerile mediciloru forte diferite; càci pre candu unii afirma, cà abstinenti'a secuala nu aduce neci o dauna, si in privinti'a acést'a citéza pre „Newton“ care a traitu peste 100 ani si a luat cu sine in mormentu feciorf'a si n'angaia pe abstinenti cu remuneratiunea in ceriu, cá si Mahomed pe aseclii sei cu 7000 de feciore in raiu; pre atunci altii nu se ostenescu a delinéa partea umbrósa a celibatului spontanu alu ambeloru secse cu cele mai posomoríte colori, din cari cevasi este si adeveratu. Éta ce dîce unu medicu de renume: „Se póte respunde la acést'a fapta, cà suntu adeca unii, cari remanu destulu de sanetosi si tari, de sí ei esercéza o strinsa abstinentia, acést'a póte fi adeveratu acolo, unde natur'a este tare, temperamentulu nu pré eroticu si ocupatiunea nu pré siedinda. Inse nimicu nu duce la o privire mai nefilosofica cá tocm'a acést'a idea, cumcà adeca aceea ce póte face unulu relativmente fóra pedépsa, aru

fi tocmai asia de securu si pentru altulu. Deplin'a abstinentia secuala este in totu casulu unu reu si deosebitu in anii urmatori dupa pubertate, pentru-cà atunci fantas'a despre obiectele secuale este mai vioue, si mai puternica atâtu pentru noutatea loru câtu si pentru instinctiv'a sensual'a directiune a celei vârste. In anii mai tardfi, candu corpulu este mai tare confirmatu si spiritulu a cascigatu o mai mare odihna si stapanire de sine, mai vertosu deca boldulu secualu a fostu indestulitu in timpu potrivit normalminte nu suntu asia de mari urmarile abstinentiei. La unii barbati tineri potu aceste urmari propasi pana la o mare debilitate a partiloru genitali si pana la perderea energiei corporali si spirituali; pana candu in cele mai multe casuri se aréta numai graduri mai mici de debilitate corporala si de iritabilitate spirituala cu o depresiune a animei si o lene a corpului, pe langa cari unu statu nadusitu si confusu alu spiritului este o simptoma forte deca si caracteristica. Dar' nici intr'unu casu nu va fi natur'a fisica si morala a unui omu de mare abstinentia asia de bine desvoltata, cum ar' fi fostu ea, deca s'ar' fi supusu unei gustari secuale moderate si amesurate boldului naturei.“

„Ce impedecea recunoscerea acestui nerestornaveru adevuru, este fapt'a, cà fiacare amoru afara de celu casatoritu, pe care junele nu-lu póte ajunge, dupa dominantele priviri morale asupra obiecteloru secuale, se privesce atâtu de desonoratoriu, încâtu junele, care s'a datu dupa elu, necesarminte este desonoratu pana in oresicare gradu, abstragându cu totulu dela aceea, cà elu se espune periclului de infectiune venerica, carea s'a tractatu pana acuma cu o infama neglgentia si despretiu. Junele are dara inaintea sa nefericit'a dilema: elu trebuie ori se eserceze abstinenti'a si prin acést'a se devina ticalosu, neindestulitu, bolnavu, suprimendu cea mai mare pasiune, dela a-careia regulare cuviintiosa atêrna total'a desvoltare a junetiei si barbatiei lui póte mai multu cá ori dela care alt'a in acestu timpu; si se fia necredintiosu si datorintiei sale si principiiloru religiuinei fizice, care cere cuviintios'a eserceere a tuturoru partiloru corpului; ori deca elu va urmá mandatului naturei sale, si trebuie se se predé unei amestecari secuale, care de obste, ba fora esceptiune se esecuta in unu modu mai dehonestatoriu, in care adevuratulu amoru, onórea, sinceritatea si simtiulu de

dreptu se respingu prin simtiuri venali, suspicióse, fora anima si prin intunecóse simtiemente de pecate si de despretiu; abstragându dela aceea, cà elu incurge pericolulu, a se molipsí de bóle venerice, cari potu ruiná tóta viéti'a lui; si pentru natur'a loru, radechin'a loru si pentru dehonestatóri'a lumina, in care le privesce societatea omenésca suntu cele mai infame si mai amare dintre tóte bólele.“

Pana aci mediculu nostru. Noi aretandu acést'a parere a lui, lasamu fiacarui'a a decide, cum se se pórté in acestu punctu alu punctului, dupa-ce i-s'a datu recerut'a indicatiune higienistica.

(Va urmá.)

## Gimnastic'a.

(Fine.)

In privinti'a gimnasticeii medicinali ori sanative avemu se insemnamu, cà dupa-ce profesorulu Dr. H. E. Richter insusi a mersu la Stokholm si a observatu acolo gimnastic'a svedica, acést'a a cascigatu preferintia inaintea altor'a. Éta ce dîce Drulu Richter despre ea:

„Se indreptamu cá medici o privire esaminatoria asupr'a esentiei acestei gimnastice svedice, si nu vomu poté a nu-i incuviintiá dreptatea cumcà ea este tocmai asia de intieleptu fisiologice fundata, câtu si in mare gradu potrivita timpului. Sistem'a muschiloru, sistem'a misicariloru voluntarie in deosebi, iáu in organismulu omenescu unu rangu cu multu mai inaltu si jóca o mai contienatoria rola in economi'a s'a, de cum se iá de comunu atâtu de medici câtu si de laici. Diومتatea toturor fibreloru nervóse se resfira in organele motorie, in muschi; diومتate dara de substanti'a alba a creerului si a meduvei spinarii compusa din tubuleti acestoru fibre nervóse consta din primitivele fibre nervóse motorie, — diومتatea aparatului celui mare de massa nervósa prestatatoriu de poterea, ce jace inpartita in intregulu corpu omènescu in milióne de tubuleti, cari se inóda in unu singuru centru, conditionéza si midilocesce mehanice unimea vietii sufletesci in omu si in clasele animaleloru mai inalte. Aceste fibre motorie stau cu ce'alalta parte, cu fibrele nervóse sensibile, in o continua, nonnegabila inainte



otarita actiune reciproca, in unu necsu mehanicu in laintrulu sistemei nervóse. Nici odata nu se va pune in activitate o sensibila fibra fora cá ea se nu propageze oscilatiunea ei pana la capetulu ei in creeru ori meduv'a spinarii, nici odata, incâtu ne este cunoscutu, fora cá acolo se se transporte impresiunea asupr'a unei ori mai multoru fibre nervóse motorie, si prin aceea se casiune in ele o descarcare catra muschi in forma de contractiune. Acést'a actiune nu se imparte in corpu voluntaria ori casualminte, ci dupa otarite legi spatiose, cari suntu basate in acelu modu, precum se atingu intre olalta capetele singuraticiloru tubuleti nervosi in centrulu sistemei nervóse. Aceste fapte ale fisicei de nervi noue suntu cunoscute de inechite timpuri, inse numai in rezultatele loru finali superficialminte infaciosiate sub espresiuni figurate. Ori-cine scie, ca minele si gesturile esprima otarite interne sensatiuni, care unu selbatecu pre care eu nu l'am mai vediutu, fora convorbire le pricepe tocmai asia de bine cá si amiculu meu. Inse pucini sciu, cá acést'a este o urmare necesaria a impartîrei mehanice a fibre-loru nervóse.

Mai departe deduce susu-laudatulu medicu dela necultivarea si ne-esercérea acestoru fibre de nervi motorie si sensibili prin o gimnastica rationabila, potrivita, o multíme de patimi si de bóle nervóse, psihice, „rele, in contra caroru“ — dîce elu mai departe — „mediculu nu póte prescrie nici unu medicamentu; càci singurulu antidotu „*a fi vioniu, liberu si voiosu*“ se afla nesmintitu numai in scól'a gimnastica, éra nu in apoteca. Aicea apartienu atâti'a bolnavi de anima, aici unu numeru maximu de candidati ofticosi, a-càroru plumani se vestejescu in cosiulu peptului apasatu, nici odata aeritu prin puternice miscari ale braciiloru. Aceste suntu astadi plagele, flagelulu genului omenescu, cea mai mare parte furisîtele, inse nu mai pucinu omoritoriele, ce au intratu in loculu miasmelorlu si contagiiloru pestilentiníe de mai 'nainte. Ele suntu pedépsa pentra civilisatiunea nóstra multu laudata, séu mai bine, cá se nu peatuescu in contr'a acestui cuventu nobilu — pedépsa pentru aceea, càci noi amu edificatu civilisatiunea nóstra pre fundamente unilaterali, pre opiniuni de magistri scolastici despre educatiunea, cultur'a si destinatiunea omenésca; — pedépsa pentru absurdulu spiritualismu, pe care l'amu vîritu in poporu

in contr'a naturei lui, pedépsa pentru aceea, căci sistem'a sociala a statelor mai n'oué este basata mai multu pe doctrine, fantasii si prejudetie, decâtu pe estimatiunea naturei si sciinti'a despre omu, pe fapt'a complinita a Antropologiei, Phisiologiei si statisticeii."

De sí gimnastic'a medicinala nu s'aru tiené strinsu de obiectulu nostru, totusi cá cetitorii nostri se véda, câtu pondu punu medicii si higienicii pre misicarile muschiloru si cum unilateralmente eserceati causéza multe defecte corporali si spirituali, amu aflatu consultu a le face cunoscutu si acestu ramu alu gimnasticeii.

Ne-a mai remasu a trei'a clasa a gimnasticeii, adeca *gimnastic'a architectonica* séu *ortopedica*, care are de problema, a indreptá, pre câtu se póte, diferitele deformatiuni si defecte in trunchi si extremitati escate casualmente, si se esecuta prin aplicarea unoru masine anume construite. Girjobirea, strimbarea columnei vertebrali, scurtarea vre-unui picioru, strimbarea manelor si picioreloru etc. suntu obiectele acestei gimnastice, si pentru aceea ne-amu tienutu de datorintia a o face cunoscuta cetitoriloru nostri, cá la o nevoia, cei ce potu, se scie unde se caute medela.

In privinti'a gimnasticeii mai avemu de insemnatu cá ea are se fia esecutata:

1. cea profilactica séu de chilia, unde concedu impregiurările in chilia érn'a incaldíta de 12 — 15° R. in pelea góla, ori numai in ismene de ínotatu; éra gimnastic'a scolaria séu asia numita *turnaria* in vestmínte usiore cu gítulu si peptulu câtu se póte desgolitu si desculti;

2. cari patimescu de congestiuni catra capu si peptu se intreprinda gimnastic'a cu multa bagare de séma si cum simtítescu suirea sangelui catra capu ori peptu de locu se incete;

3. asemené au se incete tote eserctiiele gimnastice, candu faci'a rosiesce tare, anim'a palpitéza mai repede si plumanii suntu esiofati;

4. candu incéta individulu dela eserctiulu gimnastecu tare incaldítu, se se imbrace si se se ferésca de tragerea aerului;

5. se pazésca la tóte schimbarile si nuantiele gimnastice o moderatiune cuvenita, ori ce sfortiare póte causá daune.

Invetiatorii se fie cu mare atentiune la eserctiiele gimnastice si cum observéza simptome mai susu aretate, de locu se admonieze pre scolariu a incetá ori a se moderá.



## Friguri esontematice.

Sub acestu nume ni-se infaciosiéza in generalu acele friguri, in cari natur'a aduce materiale bolnavitióse la pele si astfelii le dá inde-reptu lumei esterne. Ele suntu de comunu bóle de prunci, dar' câte odata nu crutia nici pre cei crescuti ba nici pre cei betrani. Dupa insusirea esontemelor si a aparitiuniloru morbóse, ele au diferite numiri, din cari cele mai cunoscute si mai estinse suntu: *versatulu* — bubele, *scarlatin'a* — scarlatu — si *morbili* — pojaru. — Cá caus'a acestoru friguri esontematice se iá obicinuitu unu contagiu, despre a-carui fintia si natura a remasu sciinti'a inca in intunerecu. Cumcá o materia inveninatoria din afara ajunge in corpu in oresicare modu, nu se póte negá, pentru-cá etatea copiiloru are se percurga séu tóte séu unele din aceste esonteme mai greu ori mai usioru câte odata pre nesimtíte, inse nici aceea nu se póte negá, cá mai marea ori mai mic'a dispositiune pentru acesti morbi si violenti'a, cu care ei se ivescu trebue se fia deosebita, dupa cum adeca concernintele copilulu, a avutu o educatiune, care a datu ocaziune la agramadirea remasitielor materialu in corpulu copilului. Astfelii vedemu, cá copíi, cari se crescú potrivitu naturei, usioru supórta acestu contagiu, pana candu la prunci cari aréta contrariulu in educatiune, patim'a se urca la atát'a furiositate, cátu sanetatea si viéti'a devine in pericolu.

1. *Versatulu* are caus'a sa in unu contagiu specificu si dupa evaluatarea lui elu se ivesce sub respectarea presenteloru relatiuni corporali cu mai mare séu mai mica violentia. Aci se deosebescu mai multe stadia cu totulu tiermurite dela olalta. *Primulu stadiu* cuprinde timpulu dela ivirea friguriloru pana la esírea bubelorú pe pele. Cu acestu stadiu suntu legate: dureri de spinare si lumboli, greatia, incuiere, ori urdinare, langedire, dureri de capu s. a. Cu decurgerea acestui stadiu, care de regula tiene 3—4 díle ese in pele esontem'a sub urcarea friguriloru. Acésta esontema, care purcede dela facia consta din *péte* mici in form'a linteii, rosii, cari dupa unu scurtu tempu trecu in *noduri* rosi-vênete. Acéste noduri au trebuintia érași de 4 díle, cá se se formeze in *besicutie* semiglobóse cá mazerea cu unu licuidu limpede. Acestu stadiu, in care formarea noduriloru trece in besicutie, se caracteriséza prin violente alaturea decurgatoriu aparitiuni, adeca: inflamatiunea gurei si a nariloru, a organelorú peptului, a stomacului, si matieloru. Dupa decurgerea cáu érași de 3 díle se usuca fluidulu puriosu alu besicutieloru si pelea respinge acésta uscatiune cá o scortia uscata.

Astfelii de esíre, precum aretaramu mai susu, nu au totudeaun'a bubele, ci de multe-ori se aréta felurite simptome, cari conturba favoritoriulu decursu alu versatului si adeca convulsiuni, somnurosia, simptome de tifusu si de torporu, inflamatiunea ochiloru etc.

*Cur'a* versatului pretinde asemené momente de sanare, precum am aretatu in anulu trecutu la „*friguri*.“ Procedemu *domolu* séu *intensivu paciuitoriu*, câte odata *suscitatoriu*, déca frigurile au caracteru sinocalu ori ereticu, le *impaciuimu* prin spalare, palituri la locuri inflamate, prin semi-



cupiu, invelire, clistire, la caracteru torpidu suscitatoriu. In deosebi este la esonteme, prin urmare si la versatu a luá séma, cá se nu se conturbe natur'a in nisuintiele sale si esontem'a se se retraga. Tienendu dara inaintea ochiloru esontem'a versatului, avemu se ingrijimu cu deosebire, cá inflamatiunea se nu tréca marginele. Nimicu nu lucra mai binefacatoriu si mai favoritoriu asupr'a procesului de sanare alu besiceloru trecatórie in puoire si domolesce in unu mare gradu mancarimea, ce se nasce din acést'a trecere, cá *invelirea in masoie ude bine stórse*; cáci prin caldur'a umeda, care desvolta ele, se arunca sangele si prin elu si materi'a morbosa la pele, prin ce apoi versatulu trece in o mai repede sanare si nu póte ajunge acé'a inaltime, care este legata cu destrugerea pelei, prin care se desvólta semnele de bubatu si in cele mai frumóse fecie.

Déca ochii aru fi inflamati apoi paliture, pre langa grumadiu suscitatórie voru trage materi'a morbósa in diosu. Éra déca in facia s'aru aretá mancarime, atunci trebuie faci'a spalata desu cu o cârpa uda, seau se se puna pre facia unu petecu udu, adeca moiatu in apa própéta, si binisioru storsu, cáci acést'a domolesce mancarimea si respinge sangele dela facia. Spre recorire si tienerea scaunului deschisu se dau clistire mici cu apa stemperata de 14—16.<sup>o</sup> R.

*Diet'a* se fia cea mai indiferenta, lapte póme. Aerulu schimbatu prin deschiderea ferestiloru si a usiei, mai de multe-ori pe di érn'a, éra vér'a au se fie ferestile pururea deschise séu bolnavulu se jaca in aeru liberu. Asternutululu trebuie schimbatu si aeritu de multe-ori, asia si rufele.

Cá cetitorii nostri se véda cum se tractéza versatulu, voiu aduce unu casu, care tocmai 'lu petrecui cu multa grija, dara multiamita ceriului, norocosu.

O fetitia de 5 ani a ficei mele s'a bolnavitu vineri in 15 fauru c. n. la amédi dintrodata. Mam'a s'a a pus'o in patu si fiendu-cá a inceputu a túsí i-a pusu fomete la grumadiu si aretandu-se ferbintiéla — friguri — a spalatu-o de vre-o câteva ori, asia a trecutulu pana dumineca la amédi fora se se fia desvoltatu ból'a. Venindu eu atunci la pacienta o affái zabunita cu simptome nervóse, mai vertosu de creeru si de meduv'a spinarii, ochii impaingeniti, fránti, pupil'a latíta, buzele si limb'a uscate, din candu in candu se aretara convulsiuni si mai cu séma miscarea falcei de din diosu. Pulsulu érá iute si plinu, pelea uscata, picioarele mai pana la genunchi reci, candu si candu se aretá greatia mai vertosu candu i dedému cu linguriti'a apa. Viediendu eu acum'a pericolulu in unu gradu insemnatu, ordinái se se faca semicupiu de 24<sup>o</sup> R. si punendu fét'a asia dicúndu mai mórtá in vana, incepuramu ai frecá manele si picioarele cu ap'a din vana, éra eu tornái preste capu si spinare apa mai réce adeca de 22<sup>o</sup> R. dupa 2 minute o scóseramu din vana si o inveliramu in unu masoiu, frecandu-o érási cu acést'a preste mani si picioare si stergandu-o bine, o puseramu in altu masoiu uscatu si invelita bine in patu astrucandu-o bine, éra la picioare, unu urcioru cu apa calda invelitu in o cârpa uda. Ferést'a si usí'a deschisa. Astfeliu petrecú pacient'a in somnu 2 óre. Dupá 2 óre ferbintial'a crescú

si mai tare si cu ea si simptomele de convulsione. Acuma o inveliramu de graba in unu masoiu udu binisioru storsu puindu-i mai 'nainte carpe ude pre langa grumadi si brâulu lui Neptunu pre langa fôle si o astrucaramu bine si fêt'a adormi éراس. Dupa unu timpu cercái a vedé, déca s'a incalditu, si cu bucuría afláiu, cà caldur'a se desvólta regulatu, ce se aretà sî in facia. Asia invelita petrecù fetiti'a 2 óre, si dupa-ce aretà o nerabdare o scóseramu din invelitóre si o puseramu éراس in van'a cu semicupiulu acum'a de 22<sup>o</sup> R. si spalandu-o bine si frecandu-o pre mani sî picióre, tornandu-i si apa de 20<sup>o</sup> R. preste capu si spinare, o scóseramu si o inveliramu in unu masoiu uscatu, o puseramu in patu si o astrucaramu bine, cà se se incaldiésca éراس, si asia remasa biét'a bolnava dandu-i adese apa cu linguriti'a, pana la 10 óre nóptea standu noi langa dens'a in grigi'a cea mai mare, nesciindu, ce se va desvóltá de aci, càci de versatu nici nu ne aducému aminte, fiendu cà fat'a nu a esítu in afara. La 10 óre dupa-ce s'a incalditu bine, si ferbintial'a trupului s'a moderatu, deschisa ochii, si striga dupa muma-sa, toti alergaramu la dens'a si ea cautá cu ochi deschisi si limpedi catra noi si incepù a ride, cerendu se manance. I-amu datu pucintelu lapte, din care a mancatu cam 10 linguri, apoi observaramu vre-o câteva a pété rosii pre facia si pre mani. Nóptea trecù dormitandu, éra demanétia se aretà versatulu in tóta florea s'a. O puseramu éراس in semicupiu dupa care apoi se umplù pelea, éra mai vertosu faci'a astfeliu cu bube, încátu nu remasése locu fora de ele, dar' in facia trecura un'a in altele asia cá faci'a se devina numai o scórtia; dupa 2 dñle incepù puroirea cu o ferbintiala mai radicata si cu mancarimea pelei, si éراس dupa 3 dñle incepura a se uscá si a cadé astfeliu de umplé patulu. In totu decursulu acest'a nu facuramu alta, decátu i damu unu semicupiu demanétia, altulu catra séra, si brêulu lui Neptunu preste fôle, éra pre facia o cârpa uda binisioru stórta; deschiseramu ferést'a si usi'a desu, cà se aerimu chil'a, grijiramu pana atunci se fia bine acoperita, cà se nu recésca, schimbaramu in tóte dñlele comesiuti'a si asternutul, si ingrigiramu cá caldur'a in chilia se nu tréca 16<sup>o</sup> R. — Diet'a constá in apa, lapte si póme crude si ferte, mai vertosu mere, si astadi, dupa 14 dñle este pre picióre atátu de intremata cá si candu nu ar' mai fi fostu bolnava. Avemu si cea mai buna sperantia, cà nu voru remané nici semne in facia, fiindu-cà puroiulu subtiatu prin apa si-a perdutu poterea corosiva.

Din casulu acest'a invetiamu :

1. cà de sî morbulu a inceputu cu cele mai grele simptome, dar' fiendu fêt'a pana acum'a crescuta càtu se póte amesuratu naturei, si danduse naturei suprese prin apa recoritória ajutoriulu cuviinciosu la timpu, morbulu a luat decursulu celu mai normalu.

2. cà nu e téma cumcà ap'a ar' supprime bubele prin recél'a s'a, oi din contra cà ea, precum vediuramu, le impinge catra pele.

3. cà cu acést'a simpla cura s'a vindecatu unu morbu forte greu, usioru si cum se dñce in medicina : „bene, tute et imunde.“

E de insemnatu, cà totu in aceea dñ s'a bolnavitu o asemené de mare fetitia a unui profesoru de música, cu asemené simptome si a fostu trac-

tata de medici cu ghiatia pre capu si cu colomelu — preparatu de argintu viu — si a patr'a dî a fostu pre scandura spre cea mai mare dorere a parentiloru.

Cur'a fisiatrica este pentru mine cu atâtu mai grea, cu câtu lucru singuru in directiunea acést'a espusu calumneloru colegiali, cari la poporulu fora destula cugetare afla urechi deschise, dar' candu vedu resultulu, apoi stau cu gurele cascade.

Fiendu versatulu o bóla infricosiata, care nu numai cà aduce de atâte ori mórte, ci si candu remanu bolnavii si in viétia, devinu adese-ori orbi, surdi, ofticosi, rupti in facia si supusi multoru afectiuni cronice, cari cá se se evitéze, statulu a ordinatu *altuitulu* séu *poscítulu* cu vaccina, ne vomu adoperá a vorbí mai tardfu la loculu seu si despre acestu preservative fóрте dubiu din punctu de vedere a facuteloru esperintie de unii medici cu tóta esactitatea possibile.

## o Poterea mamei de familia in economi'a higienica a casei.

(Urmare.)

Asupr'a substantiei muschiloru luera otietulu cu multu mai otaritu cá acidulu muriaticu dilutu. Acidulu aceticu in celu mai dilutu statu — 1 parte in 5000 parti apa — face a se umflá si palí, cei mai fini snopsiori muschulari fóрте repede. Dupa o actiune mai indelungata — 3—4 zile — se aréta o destrugere a tieseturei muscularie, — Lehmann, descrie in „Fisiologi'a chemica“ a s'a in deta'u schimbarile microscopice in tieseture, cari se efeptuescu in fibrilele muschiloru prin inducerea acidului aceticu dilutu. Acést'a pathologica-anatomica observatiune ne descopere invederatu „efectulu palitoriu“ alu otietului asupra corpului viu, totu-odata ea inse ne admonéza a luá séma la pericolulu vietii, care se inoda de licairea otietului. — Datin'a rea asi debilitá fetele grase in floritóri'a rosiétia a obradiloru sei si a se face palide si sulégete prin berea de otietu, î-si isbândesce fóрте desu, de-sî incetu si neobservabilu, prin grelele urmari ale inveninarii sangelui.

Oesterlen descrie relele urmari, cari se potu nasce prin indelungat'a intrebuintiare de otietu in urmatóriele. — „Abstragându dela dirépt'a prima lucrare, care esercéza otietulu deja asupra matiului si se aréta prin díarea, venturi si colica si cari de multe-ori suntu usioru trecatorie, totusi vedemu cà la continuarea gustarii otietului se forméza unu iritamentu permanentu in organele digestionali, care nu raru degeneréza in inflamatiune lenta a matiului si a organeloru vecine. Inse nu numai ca digestiunea in sine este mai multu ori mai pucinu ruinata, ca se nasce asia numit'a debilitate digestionala, formarea de acréla s. a. ci si nutritiunea intregului corpu, metamorfos'a lui póte patimí mai multu ori mai pucinu. Cu deosebire se paru albuminatele in tieseturele corpului dintru-o parte defectuosu formate, din alta parte si cele deja esistinti in sange si in organe, érași se se fluidifice si se dispara. Se nareza despre casuri, unde astfelu de ómeni prin necumpetulu otietului au slabitu, perdutu mai multu ori mai pu-

cinu din poteri, si ca mass'a sangelui loru a fostu seraca de parti constitutive mai vertóse, mai alesu s'a aretatu lips'a de febrinu, si ca ea peste totu a devenitu subtír'-curgatoria apatósa.

Inse aci póte cà ni se va pune intrebarea, ce se numesce *esagerata*, ce *moderata* si ce *frugala* gustare de otietu? Unde este cumpan'a dietetica? Dorere, cà nici in cartile de bucataria, nici in pracs'a bucatareseloru, nici intre medici nu s'a aflatu cumpan'a pentru o facultativa cvantitate de otietu cá dresu alu bucateloru. Acést'a noi nu o cunóscemu si pentru aceea nici nu stimamu din destulu fisiologiculu efeltu alu otietului asupra corpului sanetosu si prin tacere causamu, fora se vremu, mari daune. Medicii favoréza nesciindu escarea multoru morbi cronici, pentru-cà ei nu ingrijescu de publicu a-lu scuti in contra acestoru factori de bóle.

Intre altele despre cumpan'a pentru efectulu inveninatoriu alu otietului stà lucrulu tocmai asia cá si despre efectulu inveninatoriu alu beuturilor alcoolice. Si aci avemu din o parte de lucru cu insielatoriile aparitiuni ale unei tolerantie parute, si a unei timpiri, din alta parte cu lentele si fortunósele lucrari de agramadirea reului, ne intrebamu la otietu cá si la rachiu: care este facultativ'a mesura pentru o gustare si care pentru repetírile ei? — La otietu cá si la rachiu cade tare in cumpana si individual'a dispositiune dupa etate, secesu, constitutiunea corpului.

In otietulu de kuhna precum si in otietulu preparatelor bucate, se areta preste nópte o schimbare: otietulu se turbura, acestu turbure otietu mucediesce — infloresce — se face vascosu, unu semnũ cà elu cu incetulu perdiendu aciditatea — acrimia — s'a, trece in putredire. Unu astfeliu de otietu cuprinsu in stricatiune nu e acuma mai multu aceea, ce a fostu elu inaintea inceperii acestei putrejuni, elu este partialminte cu totulu altu-cev'a, unu midilocu de placere mai periculosu. Acestu putredietoriu otietu, déca 'lu tienemu in paharu catra sóre, ne aréta o lume intréga de animalcule mici asia numite *angilele otietului*. Aceste animalcule, cari in otietulu resuflatu se aréta cu milioanele, au form'a fireloru de atia subtíre si forméza in vasale de otietu adese-ori unu sedimentu — drojde — reu numitu matc'a otietului — grosu filtrosu. Angilele otietului au insusírea de a se inmultí in celu mai scurtu timpu in unu modu imensu si prin acést'a a stricá si celu mai bunu otietu. O picatura din acestu otietu, incarcatu de angile, adusa sub microscopu ne descopere literalmente o lume de infusorii si de bureti, o armata a celoru mai mititele fiintie, din cari fiacare singuratica, asemené cá si trichinele, este unu invingatoriu inamicu de móрте a omului.

A descrie mai de-aprópe acést'a putreda fermentatiune a otietului nu e de lipsa, e destulu a face atente económele nóstre si pre toti, cei ce se intereséza, la acést'a aparitiune si la consecintiile inamice sanetatii nóstre causande prin ele.

Se nu cugetamu cà in otietulu intrebuintiatu in kuhna, s'aru intemplá rarú acést'a putredire. In econom'ia casei, unde se pastréza otietulu in urceore, ori butóie, ér' nu in uiegi, acolo este pericolulu de putredire a otietului pururea mare. Si déca odata otietulu a depusu pe fundulu va-

sului, in care se conserva, drojdele mai susu-aretate, atunci nu-i mai ajuta ori-ce spalare, căci animalculele si buretii otietului se propaga momentanu in ori-ce otietu nou.

De aci se vede cătu este de periculósa datin'a económeloru nóstre, tocmai a pastrá aceste drojde atátu de periculose pentru sanetate, cá o matca pentru otietu, cá se se acrésca mai iute.

(Va urmá.)

## Bai'a de lumina si de aeru.

(Urmare.)

*Aburimea* — esalatiunea, evaporatiunea — pelei adeca escretiunea gaseloru si aburiloru ale mórteloru si disolviteloru particеле de sange, se esecuta érași numai pre langa o corespondietoria caldura a ei. Acestu gradu de caldura se póte cascigá parte prin activitatea muschiloru — amblare, lucru, jocu — asia dara pe cale naturala, parte artificiosu — prin acoperirea, invelirea pelei, séu prin inducerea caldurei esterne, adeca in lumin'a sórelui séu prin aburi de apa calda in bai'a de aburi séu prin incalditul aeru in baia de aeru caldu. La evaporatiune ajunge partea serósa adeca polulu negativu alu sangelui — serulu sangelui — cu multu mai multu la miscarea periferica, decâtu corporelele sangelui; prin acest'a se móie si espendéza fibrele nervóse, si retielele vasaloru si ale ghinduleloru latíte in pele; asia dara la o caldura mai tienatoria pelea se discorda; pentru aceea atátu dupa unu gradu de caldura midilocíu mai lungu-duratoriú, cátu si dupa altulu mai scurtu-duratoriú inse mai inal'tiatu, adeca lá asudare, se aréta cá lucrare posterióra o mai mare ori mai mica recéla.

Ori-ce tienere caldurósa unilateralá, ori artificiósa a pelei prin chilia tare incaldíte, vestminte gróse, bái calde dese ori lungu-tiitórie, anume asudarea sub asternutu, in inveluirea umeda in baia de aburu, produce in ea o paliditate si languedíre prin predominirea serului sangelui in pele devenindu ea relativuminte seraca de globuleii sangelui. O minunata esceptiune dela acést'a regula face lumin'a sórelui, care din contra nu numai serulu, ci si globuleii sangelui f-i trage catra periferia, asia dara ea aréta mare adhesiune catra fluidulu sangelui integralu, dovada destula cá ea — adeca lumin'a nu póte nici lipsí nici a fi inlocuita prin altu-cev'a.

Nu mai dupa-ce artificiosu incaldít'a pele vine in contactu cu ap'a rece ori cu aerulu rece, pasiescu inainte corporeii sangelui eclatantminte si adeca cu atátu mai intensivu, cu cátu diferinti'a temperaturerei intre pele si midilococele recoritorie a fostu mai mare; ele apoi f-i casiuana o mai mare ori mai mica rosíatia, totu-odata inaintéza nutritiunea, tonulu — incordarea — si caldur'a sanetósa. Si acést'a e motivarea pentru-ce dupa tóta bai'a calda are se urmeze o scurta spalare cu apa rece, ori se se recorésca corpulu prin o stropitore in form'a ploiei.

Unu altu esemplu, cum artificiós'a încaldîre a pelei, cu eschiderea aerului si a luminei, atrage esentialminte numai serulu sangelui catra periferia, vedemu in formarea besicutieloru prin încaltiaminte anguste, ori in palme in urmarea unui lucru neobicinuitu; in acêste casuri nu se observa nici odata globuleii sangelui colorati de cruoru. Dreptu aceea prin îndelungat'a petrecere in chilia calda ori in patu caldu, precum si prin îmbracaminte précaldurósa continua, devine pelea neincungiuratu saraca de globuleii sangelui, adeca saraca de sange, circulatiunea sangelui periferica sanetosu încaldîtoría, legata de corporelele sangelui se conturba, pere, pelea palita este pururea mai simtibilá, frigurósa, si cere vestminte totu mai calduróse; cea mai ponderósa indoita functiune a pelei — inspirarea si espirarea ei — scade, se face insemnatu mai unilateralá, fiendu-cá exosmozele preponderéza endosmozele — adeca feltratiunea, stracurarea aburimei întrece imbibitiunea adeca absorbirea sucuriloru — in urmarea caroru sangele degeneréza mai multu ori mai pucinu.

Ce póte fi dara mai firescu lucru, decátu, ca prin astfeliu de cultura a pelei unilateralá se se nasca unu statu morbosu universalu, apoi se trediescu simptomele de reactiune, ce le numimu morbi, cari in casuri mai bune se voru infatiosíá cá catare ori reumatismi. In multe casuri inse, unde globuleii sangelui au tîntitu unu timpu mai îndelungatu catra organele interne si au produsu acolo congestiuni si deposité, iá pelea, in asemené proportiune mai slabu nutritá, celu mai mare gradu de debilitate; ea se misca acuma numai in extreme, adeca ea nu evaporéza nici nu asuda mai multu, séu ea lasa se mérga serulu sangelui fora nici o refienere, si acestu gradu de debilitate se caracteséza prin *sudori reci* ori *profuse*, cari suntu de cea mai rea prognósa. Asia d. e. stá lucrulu la offica si unele bóle de anima, creeru, grumadiu si alte patimi cronice. O rationalá pricepere a officiei demanda desarcinarea încarcatoru plumani, prin o puternica reinducere a globuleiloru de sange catra pele, vré se dica cu alte cuvinte o radicata bineintocmita respirare a pelei, in o metodica eserceare a radiarei si a aburimei adeca a o espune luminei sórelui góla.

Indoit'a functiune a pelei póte purcede intru totu numai atunci normalminte, déca formatiunele, din cari este ea construitá, se voru esercea corespundietoriu, adeca amesuratu naturei in contratiune cá si in expansiune. Cea mai deplina activitate si putere ajunge ea, candu radiarea si aburimea va funcioná totu odata cátu mai multu, adeca déca la fortiarea muschiloru ne vomu desgólí astfeliu, cá atátu lumin'a cátu si aerulu se aiba libera intrare la pele, si déca aci nu se va simtí nici recéla nici pré-mare caldura, séu cu alte cuvinte déca radiarea si aburimea 'si pastréza totu-odata ecvilibrulu. In privinti'a acést'a este cea mai priinciosa si binecuventata ocupatiunea economiloru de campu, — ei lucra îmbracati numai in rufe, desculci si cu capetele góle in sóre si in aeru si acést'a le sustiene sanetatea si véti'a.

Aci se opune perderei mari de caldura prin radiare, energie'a desvoltare de caldura interna astfeliu, cá in butulu îndóitei perderei de cal-



dura se nu p<sup>o</sup>ta intrá frigurosi'a, pentru-cá tocmai asia de puternic'a aburare se balantiaze cu radiarea; ambele unite, conditionéza o puternica circulatiune de sange periferica. Defectuos'a viétia periferica a nerviloru si a sangelui este caus'a — precum amu aretatu mai susu — a multoru patimi in organele interne, pentru-cá substanti'a organeloru séu nu se renoesce destulu de timpuriu, séu pentru-cá sгур'a sangelui este silita a se depune in acele organe. Tonulu fundamentalu, caracteristica toturoru patimiloru interne fora exceptiune precum si a ori-carui simtiu de debilitate, este totu-dé-un'a unu *statu congestivu* in caile nerviloru si ale vasaloru. Si naturei pucinu f-i pasa, déca noi acestu criteriu generalu alu ori-carui morbu 'lu vomu botezá cu nume germanu, latinu, grecu, romanescu, ori 'lu vomu lasá nebotesatu.

A saná, a inpoteri, nu insemnéza alt'a decâtu disolvirea congestiunei, mai dreptu regularea circulatiunei. — „*Ce mintea intieptului nu vede, cunoște de multe ori unu simplu sufletu copilarescu*“ — díce unu proverbiiu.

Si déca acést'a nu ar' fi asia, cum s'aru poté esplicá, cá formele de morbi heterogene dupa clasificatiunea medicinala d. c. inflamatiunile, si nevralgicle, tifusu si corea S. Vitu, hipocondri'a si ecsaltatiunea, iritatiunea spinarii si versatulu, sifilis si catarulu s. a. s. a. se se vindece cu un'a si asemené principiala procedura?

In strict'a simpl'a executare a principiului mai susu insemnatu, adeca in periodic'a rosiatia a pelei in lumin'a sórelui, alternandu cu recorirea in aeru si apa si in transpiratiunea ei prin diferite midiloco de interbintiala succede nu arare-ori a saná cele mai complicate probleme morbóse. Firesce, cá déca simptomele de congestiune prin o lunga d<sup>u</sup>rare ori vehementia ar' fi efeptuitu organice degeneratiuni — intaritur<sup>i</sup> ori moieture; — atunci amu trecutu si marginea sanarii; dara mam'a natura este rabdatória si lasa a premerge admonitori, pentru aceea cine vré se auda, auda!

Si fiindu-cá atátu radiarea câtu sí aburimea pelei involvéza perdere de caldura in corpu, care se p<sup>o</sup>te inlocuí numai prin deplinirea chilului — suculu nutritoriu — in sange si in substantia, precum si desformatiunea lui in materii de escretiune, este invederatu, cá o dietetica asemené ponderósa cultivare a radiarei si a aborimei, séu bai'a genuina atmosferica — de aeru si lumina — ne imbia celu mai bunu midilocu de despagubire si prin acést'a devine unu isvoru eminentu alu sanetatii. — Acést'a idea se afirma si intaresce, déca vomu luá in socotintia, ca la o puternica functiune a pelei, tóte celealalte organe si organele trebuie se tiená pasi paraleli.

Precum radiarea produce o de-a dreptulu recorire a pelei, dar' si unu urcatu simtiementu de caldura in lucrarea posterióra a sa, asia efeptuesce aburimea o de-a dreptulu incaldíre respective inferbintiala cu urmandulu simtiu de frigurosía. Ingrijirea ei armonica in ambele directiuni, este singur'a drépt'a pracsá; tóta esercearea unilateralá duce neincungiuratu la cái ratecite casiunatórie de daune, care trebuie se le observamu mai timpuriu ori mai tardíu.

(Va urmá.)



## Miscel.

*Folosulu medicamentelor.* Spaniolulu Antonio de Guevara a scrisu medicului de casa alu familiei s'ale Dr. Melgar, urmatori'a epistola :

„Jacându eu in anulu 1518 bolnavu in Osorvillo, ai venitü acolo, cá se me cercetezi. Atunci ai dîsu: „Iá bine séma parinte Guevara, ce ceri Dt'a dela mine; eu am dusu pe donu Sadronu, tatalu Dt'ale, donu Diego, unchiulu Dt'ale si donn'a Juez sor'a Dt'ale, si déca vréi se-i in-sociesci, me incredü in mine a te duce si pe Dt'a acolo, unde ei odih-nescu, cáci a te vindecá nu e lucru usioru.“ De sí Dt'a ai dîsu acést'a atunci numai in gluma, ea totusi a fostu in sine si pentru sine adeve-rata. Si de candu am audítu eu acést'a dela Dt'a, mi-am propusu a nu mai concede de a-mi pipái pulsulu pentru-cá medicin'a Dt'ale nu a adusu norocu genului Guevara. — Cei mai sanetosi omeni suntu acei'a; cari nu alérta dupa medici; cáci natur'a nóstra vrea se fia gubernata, inse nu tractata cu medicamente. Imperatulu Aurelianu, care a moritu in anulu 66, nu a luatü nici odata unu purgativu ori o venisectiune, ci a cercetatu in totu anulu o baia si a mersu in tóta diu'a o óra la prim-blare. Imperatulu Hadrianu, care in juneti'a sa a fostu necumpetatu in mancari si beuturi, a capetatu artritis si doreri de capu in betranétia. Si de aci inainte a intrebatu pururea medicii, cine inse vré se scie, ce i-au folositu medicii si ce i-au ajutatü medicamentele, póte acést'a vedé din epitafulu dela mormentu, care suna: *Perii turba medicorum* = am peritu de multímea mediciloru! — Dela Imperatulu Gallienus cetimu o istétia dechiaratiune, care merita a fi cunoscuta: Patimindu elu tare de parocsismu artriticu, a cercatu mediculu seu multe medicamente la elu. Si fiindu-cá nici unulu nu vré se ajute, i-a dîsu imperatulu: Iata, Fabatus, iá acesté 2000 sestertie, Eu 'ti dau acesti bani nu pentru aju-toriulu teu de pana acuma, pentru-cá tu nu m'ai ajutatü, ci numai cá se nu me curedi mai departe.“

Catra cáti medici s'ar' poté dice acést'a?!

*Anosmin* — *pulvere de petiore* dela Bernard O. din Vien'a. Se re-comenda prin diuarie cá unu mediulocu securu contr'a asudarei si mi-rosului greu a petioreloru. E o pulvere alba, dulce-amaría constatatória din amestecarea aloru 21 parti de pétra acra bene maruntíta si cernuta cu 1 parte de farina de secara. Una cutéia contine 6 decagrami de pulvere si se vende cu 2 fl. v. a., — pre candu pregatita acasa nu consta decátu 4 cr. v. a.

---

Redactoriu: **Dr. P. Vasiciu.** || Editoru: **N. F. Negrutiu.**

Imprimari'a Diecesei de Gherl'a 1878.