

222161

Imprimatur

23 JUN. 1918

Seria B.

Nr. 34

# CUNOSTINTE FOLOSITOARE

Seria B.

„SFATORI PENTRU GOSPODARI”

SUB DIRECTIVA REDACȚIONALĂ A D-LUI PROF. UNIVERSITAR  
I. SIMIONESCU



BCU Cluj / Central University Library Cluj

## INDRUMĂRI SPRE SĂNĂTATE

DE

Dr. ION BORDEA

Director General al Serviciului Sanitar

Seria B.

### CARTEA ROMÂNEASCĂ

Nr. 34

5305

Prețul Lei 3.

# CĂTRE CITITORI

Singura publicație de popularizare a științei este biblioteca „Cunoștințe Folositoare“, ce apare săptămânal câte un număr sub conducerea *D-lui I. Simionescu*, profesor universitar și membru al Academiei Române.

„Cartea Românească“, dând la lumină această bibliotecă scrisă pe înțelesul tuturor, a umplut un mare gol în publicistica noastră atât de lipsită, până la apariția bibliotecii „Cunoștințe Folositoare“ de orice lucrări de popularizare a științei.

Fiecare din cele patru serii, în care apar „Cunoștințe Folositoare“ cuprinde lucrări cu o anumită natură de cunoștințe, după cum se poate vedea din lista numerelor apărute:

## Seria A. „Știința pentru toți“.

- No. 1. **Cum era omul primitiv** de *I. Simionescu*, adică ce înfățișare avea omul în zorii vieții lui.
- „ 2. **Viața omului primitiv** de *I. Simionescu*, adică obiceiurile de hrană, locuință, vânătoare ale aceluiaș strămoș al tuturor.
- „ 3. **Gazurile naturale** de *I. Simionescu*, adică descrierea bogățiilor de acest fel cu care ne-a dăruit natura.
- „ 4. **Albinele** de *T. A. Bădărău*, sau minunata viață a harnicilor făpturi care strâng pentru noi ceară și miere.
- „ 5. **Diabetu, îngrășarea, gălbănirea** de *Dr. Căhănescu*: trei dintre bolile cele mai dese, dar cele mai nebăgate în seamă.
- „ 6. **Raze vizibile și invizibile** de *C. V. Gheorghiu*, sau puterea ce ne-o trimete soarele.
- „ 7. **Viața microbilor** de *Dr. I. Gheorghiu*, ființele mici care nu lasă în pace viața omului,
- „ 8. **Furnicile** de *T. A. Bădărău*, sau despre tovarășele albinelor în hărnicie, chibzuință și gospodărie.
- „ 9. **Viața plantelor** de *I. Simionescu*, din care se vede cât de trebuitor este să cunoaștem nevoile acestor ființe.
- „ 10. **Pasteur** de *C. Moțaș*, o privire generală asupra întregii activități a marelui om de știință.
- „ 12. **Soarele și luna** de *I. Simionescu*, o descriere a celor ce sunt și se petrece în ele.
- „ 13. **Telefonia fără fir** de *Tr. Lalescu*.
- „ 14. **Porumbelii Mesageri** de *V. Sadoveanu*.
- „ 15. **Planeta Marte** de *Ion Pașa*.
- „ 16. **Dela Omer la Einstein** de *General Sc. Panaitescu*.
- „ 17. **Cum vedem** de *Dr. I. Glăvan*.
- „ 18. **Bazele X.** de *Al. Cișmar*.

222161  
INDRUMĂRI SPRE SĂNĂTATE

de

Dr. BORDEA

Director General al Serviciului Sanitar

## DESPE IGIENA SĂTEANULUI

Cu toți nă dăm samă, că viața noastră nu curge lin, căci dacă pe acest pământ sunt multe lucruri bune, sunt destule și rele și primejdiile văzute și nevăzute ce ne amenință aproape la fiecare pas.

Omul cu judecată sănătoasă își dă samă, că față de rele și de primejdii trebuie să fie mijloace de apărare în toate împrejurările și că omului cu minte nu'i rămâne alt ceva de făcut, decât să caute să învețe neconținut, cum trebuie să trăească în viață și cum să înlăture relele și primejdiile „Cât trăește omul trebuie să învețe”, așa glăsuiește o înțeleaptă zicătoare din străbuni.

Așa de o pildă, dacă eu ași voi să fac o bună grădinărie de zarzavat, ar trebui ca om cuminte să mă duc, să învăț mai întâi la un grădinar încercat această meserie și pe urmă să m'apuc și eu de lucru, căci alminteri prăpădesc bani și muncă și chinuesc și pământul în zadar. Lucratul pământului nu e ceva ușor căci își are și el rosturile și învățăturile lui și ați văzut și D-voastră, că un pământ bine și la timp lucrat dă îndoit rod, față de cel dealătura, care e lucrat de un nepriceput sau nevolnic.

Dar ce să căutăm pilde străine când pe tot mai de samă o avem încă înaintea noastră. Oare D-învățător, acest vrednic tovarăș al D-voastră când a văzut primejdia ce s'a abătut asupra D-voastră nu a alergat dânsul la omul cu știință, la omul care a învățat ani întregi prin școli înalte nu numai cum să vîndice boalele, dar și cum să apere pe oameni de ele, și cu toți ați văzut, că prin măsurile ce le-am luat, am scos din ghiara morții multe vieți și am stărpit boala în sat. Cu toți ați văzut, că în fața nenorocirii ce crește

zi cu zi și vă amenința clipă cu clipă, D-voastră stăteaji înmărmuriți și întrebați pe Dumnezeu, că oare ce păcate aveți de ispășit?

De fapt nu erau păcate, ci o oarbă întâmplare, care a făcut, să treacă prin sat niște rămășițe de pribegi, căci nouă părți din ei muriseră pe drumuri de-o neprasnică boală, care se cheamă tifus negru. Făcându-vi-se milă de ei, i-ați adăpostit și i-ați hrănit, iar ei drept mulțumire, fără să știe sărmanii, v'au lăsat boala în sat și urmările le-ați simțit prea dureros.

Dacă la intrarea acelor pribegi în sat ar fi fost aici un om cu știință în ale boalelor și i-ar fi văzut în ce stare se află, numai decât s'ar fi gândit, că acești nenorociți cum erau murdari, nehrăniți și plini de păduchi, pot să aducă o primejdie în sat.

Și dacă i-ar fi întrebat de pățaniile lor și ar fi aflat că din o sută au mai rămas numai zece, căci ceil'alți au murit pe drumuri, atunci în mintea omului de știință nu ar mai fi rămas nici o îndoială, că tovarășii lor au murit de tifus negru sau cum se numește în știință tifus exantematic.

Omul cu învățătură însă mai știa un lucru foarte însemnat și anume: *că boala aceasta înspăimântătoare este dusă dela om la om de către păduche.*

Ajunge ca un păduche să fi pișcat pe un om bolnav de tifus negru și pe urmă să treacă să piște un om sănătos, ca să îi treacă omului sănătos împreună cu pișcătura și boala.

Cum omul învățat ar fi cunoscut toate acestea și ca atare ar fi văzut și primejdiile pe care D-voastră nu le puteați vedea, el ar fi fost tot așa de bun creștin ca și D-voastră și ar fi luat pe nenorociții pribegi și le-ar fi înlesnit puțința să se tundă, să se spele și să se ungă cu gaz. Le-ar fi băgat și rufele lor în gaz și pe urmă i-ar fi pus pe toți într'un loc, ca să nu vie în atingere cu alți oameni din sat.

'I-ar fi ținut câteva zile, până 'i-ar fi curățit și despăduchiat și pe urmă le-ar fi dat și un mic ajutor, sau i-ar fi îndemnat, să se apuce să muncească ceva.

În chipul acesta ar fi făcut o faptă creștinească, că le-ar fi venit în ajutor, dar ar fi făcut altă faptă și mai mare și anume:

*Ar fi scăpat satul de nenorocire, prin măsurile luate.*

Iată ce poate face omul cu știință.

Prin urmare lucrul de căpetenie este, că să întâmpinăm primejdiile și să nu le lăsăm să producă nenorociri, căci scânteia la vreme stinsă, scapă casa de foc.

Am spus la început, că pe pământ sunt multe lucruri bune. Aceste lucruri bune rămân bune, atât timp cât știm cum trebuie să le întrebuițăm, căci de multe ori lucrul cel mai bun devine foarte primejdios, dacă nu știm cum să'l întrebuițăm. Așa de pildă : „*Ce e mai bun pentru omul insetat ca apa.*”

Pare că îi dă sănătate obositului drumeț, când în toiul căldurei se oprește la umbra unui copac lângă o fântână cu apă răcoritoare și își potolește setea, ce'l arde. Dar dacă drumețul e prea obosit și asudat și bea apă cum ajunge la fântână și pe urmă se culcă pe pământ, se prea poate, să se îmbolnăvească și să se îmbolnăvească greu de tot, *căci nu e bine să bei apă, atunci când ești prea obosit și asudat, ci trebuie să stai mai întâi să te odihnești puțin și să îți ștergi sudoarea.*

Dar în afară de aceasta apa din fântânile rău făcute și rău întreținute este purtătoare de boli și ca atare foarte primejdioasă de băut. *Prin apă se poate răspândi holera, frigurile tifoide (lingoarea) și dizenteria (treapădul cu sânge).*

Iată deci, cum un lucru bun și folositor ca apa, poate deveni rău și primejdios în anumite împrejurări. Acei cari cunosc aceste primejdii, știu să se păzească de ele.

Dar cu hrana? Cu hrana noastră se petrece la fel ca și cu apa. De modul cum suntem hrăniți, când suntem în fașe de modul cum știm să ne hrănim mai târziu, atârnă nu numai sănătatea noastră, dar și puterea noastră de muncă și, prelungirea vieții.

Cu îmbrăcămintea se petrece cam la fel :

Să știi să păzești corpul de frig și să'l aperi de căldură iată toată înțelepciunea.

Curățenia corpului atât de lăsată în părăsire de către săteni, are o însemnătate neînchipuită în mintea d-voastră asupra sănătății.

Dar casele? Casele pot fi morminte dar pot să fie și rauiuri, în care sănătatea înflorește și viața să prelungeste. Atârnă și de felul cum le construim și de felul cum le întreținem. Prin urmare din cele spuse până acuma vedem,

*că este o știință, care ne învață, nu numai ce să facem și cum să trăim, ca să înlăturăm relele, adică boalele, dar mai mult, ne învață, cum să creștem copiii, cum să ne întărim corpul și să ne luminăm sufletul și cum să ne prelungim viața.*

Această știință se numește „Igienă”.

Cu toți știm că împrejurările de vețuire ale săteanului mai în toate privințele să deosebesc de împrejurările de vețuire ale orașului și ca atare și mijloacele de apărare de boale, de întărirea corpului, de păstrarea sănătăți și de prelungirea vieții se vor deosebi întru câtva unele de altele.

Vom avea deci o știință numită **Igiena orășanului și alta igiena săteanului**. Despre aceasta din urmă știință v'am vorbit eu până acuma și ca amintire a timpului ce l'am petrecut în mijlocul D-voastră, a-și dori, ca aceste puține și bine făcătoare învățături să rămână întipărite în sufletul D-voastră, căci de multe rele veți fi feriți.

Pare că oamenii rămăseseră tot sub farmecul frumoaselor și bine simțitelor învățături, căci toți stătură la locurile lor. Numai moș Gheorghe Bujoreanu se ridică în sus și îndreptându-și pașii spre inimosul Doctor, zise :

„Dumnezeu să bine cuvinteze pe aceia, cari ți-au dat viața și învățatură Domnule Doctor, iar pe D-ta A Tot Țiitorul să te țină în mijlocul nostru, căci așa am hotărât noi obștenii vorniceni, ca prin graiul meu, să te rugăm, să nu mai pleci din mijlocul nostru, căci prea ar fi mare golul ce ni l'ai lăsa. Avem noi grije, ca să îți dăm tot ceea ce îți trebuie și peste ceea ce îți trebuie, numai să nu pleci dela noi, căci D-ta ne-ai scăpat viața și tot D-ta ne arăți căile mântuirii.

Dornici suntem cu toți de lumină și de învățatură, *căci dacă până acuma n'a avut cine să ne învețe și să ne îndrumeze, ne-am lăsat ca ciocârliă în bătaia vântului.*

Așteptăm cu nerăbdare cuvântul D-tale.

În fața acestei dovezi de dragoste neașteptată Doctorul Făgețianu, adânc mișcat le răspunse îndată :

Sunt al D-voastră și în mijlocul D-voastră sunt hotărât să rămân.

Cum însă începutul trebuie să-l sfârșim, eu vă rog să veniți în fiecare Duminică și sărbătoare aici, ca să descoasem toate învățămintele din marea învățatură, care poartă numele de **Igiena săteanului**.

La ședințele viitoare vă voi vorbi despre *boli molipsitoare*.

*Vă voi învăța cum să vă păziți de ele și vă voi vorbi despre o lume necunoscută D-voastră, lume care produce aceste boale și care e locuită de cei mai mari dușmani ai omenirii, dușmani care se numesc microbi.*

Vă voi mai vorbi apoi și despre însemnătatea hranei, a apei, despre îmbrăcăminte, despre case, despre băuturile spirtoase și despre alăptarea și creșterea copiilor mici și pe urmă voi mai vedea ce voi mai face.

## LUMEA MICROBILOR

Nu mai rămâne nici o îndoială, că dușmanii cei mai mari, cei mai primejdioși și cei mai neîmpăcați ai omenirii întregi sunt *microbi*.

Mii și mii de ființe cad jertfa lor în fiecare, zi, cu toate că microbii sunt așa de mici, încât nu pot fi văzuți decât cu ajutorul unor ochiane, care poartă numele de *microscop*.

Aceste ochiane au puterea de a arăta lucrurile de sute și mii de ori mai mari decât sunt ele de fapt. Cu ajutorul acestor instrumente de mărire noi vedem pe unii microbi, ca niște punctulețe, *cum sunt microbii care îmbolnăvesc de brâncă, și cei cari fac puroi*; pe alții îi vedem ca niște bețișoare (liniuțe), *cum sunt cei cari îmbolnăvesc de anghină*; alții sunt ca niște liniuțe mai lungi, *cum sunt microbii dala-cului*; alții sunt umflați la un capăt ca o măciucă; alții sunt umflați la mijloc ca un fuior; unii sunt ca un rac de scos dopuri; alții sunt ca o virgulă *cum sunt microbii holerei și așa mai departe.*

Dela învățatul Pasteur încoace o mulțime de învățați de toate națiile s'au străduit în tot cursul vieții lor, ca să pătrundă cât mai bine lumea microbilor. Ca să vă puteți da întru câtva samă de mărimea lor, e de ajuns să vă spun, că cei mai mulți sunt de o miime de milimetru, adică dacă vom împărți un milimetru în o mie de părți, cum ar fi această liniuță (—) care e un milimetru, atunci un microb ar fi cât a mia parte din această liniuță. Vă puteți închipui că este peste puțină omenesă să îi vedem cu ochii noștri numai.

Învățații au descoperit, că aceste ființe așa de mici au viața lor, au culoarea lor și să înmulțesc îngrozitor. Dintr'un singur microb într'o singură zi se pot face mai multe milioane de microbi, care toți la rândul lor fabrică otrăvuri.

Unele din aceste otrăvuri sunt așa de puternice, încât omoară pe omul cel mai robust în câteva ceasuri. Vă dați prin urmare bine seamă, cu ce dușinani năprasnici au de luptat oamenii.

Dar microbii mai sunt foarte primejdioși și pentru mo-



Difterie  
Anghină (gălei cele)

tivul, că sunt răspândiți în toate părțile. Ei trăesc în aer, în apă, pe pământ, pe mâncăruri (lapte, brânză) în toate putreziciunile, în gunoaie, în odăi, pe haine, în gură, în nas, pe mâni, și așa mai departe.

Numărul microbilor din aer se schimbă după împrejurări. Invățații au arătat, că într'o odaie cu cât aerul e mai închis, cu cât numărul persoanelor, care locuiesc în odaie, e mai mare, cu cât necurătenia din odaie e mai vădită, cu atât numărul



microbilor e mai mare și ca atare cu atât boala e mai aproape. În aerul curat și bătut de soare microbii nu prea trăesc. Ei de altfel iubesc curățenia ca satana tămâia. În aerul dela munte nu prea să găsec microbi.

Sunt multe boli, care se pot luà prin microbi din aer. Așa este *Influența*, *Anghia*, *Tusea mägărească*, *Bubatul sau vârsatul negru*, *Scarlatina*, *Tuberculoasa* sau *năprasnica oftică* și câte altele.

Dintre toate acestea să arăt de pildă, cum să răspândește oftica : Un ofticos scuipe destul de des un fel de coptură. Impreună cu această coptură el dă afară din plămâni lui milioane și milioane de microbi.

Cum bolnavul scuipe pe jos, scuiatul se usucă, să ferimițează, se amestecă cu praful și se ridică în aer. Aerul acesta respirat de oameni este foarte primejdios, căci introduce microbii ofticeii în plămâni și îmbolnăvește oamenii.

Iată de ce este așa de primejdios, ca mai ales în casă să se scuipe pe jos.

Dar am spus, că și pe pământ să găsec destule feluri de microbi și mai ales în spre suprafața pământului, căci cu cât mergem mai în profunzime, cu atât microbii sunt mai rari și la o adâncime de 5 metri nu mai găsim microbi.

Dintre microbii de pe pământ cel mai primejdios este microbul dalacului. Știm că vitele zac de o boală, ce se numește dalac, și microbii aceștia se amestecă cu pământul. Oamenii au răul obicei, că dacă se taie la mână de pildă, iau un pumn de țărână și îl pun peste tăetură. Dacă în acea țărână se găsec microbi de ai dalacului, hotărât, că omul se îmbolnăvește și viața'i este în cea mai mare primejdie.

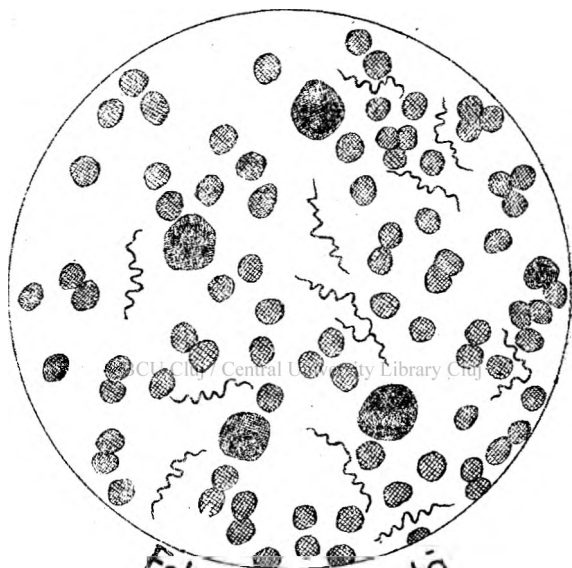
Iată unde ne duce neștiința.

Dar microbii de pe pământ pot fi duși și în apă. Ploaia curăță aerul și de praf și de microbi și îi culcă la pământ. Șiroaiele de apă curăță pământul de multe murdării în drumul lor și îl curăță și de microbi. Astfel aceste șiroaie duc cu ele zeci de milioane de microbi și multe murdării. Dacă aceste șiroaie apuc de se scurg într'o fântână cu apă de băut, boala pentru cei cari beau apă din o astfel de fântână e gata.

Apa când iese deadreptul din izvor nu are de loc microbi. În cursul ei se încarcă neconținut de microbi, pe care îi ia din aer și de pe pământ. Dar despre apă vom mai vorbi

noi și mai târziu. Am spus că găsim microbi în toate părțile și este lucru hotărât, că cu cât murdăria este mai mare cu atât și numărul microbilor este mai mare și cu atât și ei sunt de mai multe feluri.

Mânile noastre cu cât vor fi mai nespălate, cu atât sunt mai primejdioase, căci ele au microbi pe ele și noi ducem



Febra Recurentă  
(Spirille Obermeier)

mâna la gură sau o punem pe pâinea pe care o mâncăm, și iată că singuri ne introducem boala în corpul nostru.

Dar unghiile? Uitați-vă toți, cari aveți unghii mari, ce dungă neagră aveți sub unghii.

Această dungă este murdărie adunată și în ea sunt sute de mii de microbi. De câte ori nu se pomenesc oamenii cu brâncă sau cu altă bubă rea, fără să se știe de unde. „Iaca așa din senin m'am pomenit cu nenorocirea pe cap”, îți spune bolnavul, când îl întrebi, cum de s'a îmbolnăvit.

El nici nu își poate da samă, că scărpinându-se cu astfel de unghie murdară pe față sau pe gât, sau scobindu-se în nas, după cum au unii acest urât și primejdios obicei, puțin numai s'a sgâriat, fără să simtă, cu vârful unghiei și microbii au și intrat pe acea porțiță (sgârietură) și s'au pus pe lucru.

Dar în gură câți microbi nu pot intra neconținut. Bunul obicei ca omul să își spele gura dimineața, când se scolă și sara când se culcă, de multe rele îl poate scuti.

Rufele, hainele și chiar corpul nostru întreg cu cât este mai neîngrijit cu atât adăpostește mai mulți dușmani.

Prin urmare vedem, că mici locuitori ai acestei lumi nevăzute ne amenință pas cu pas și clipă cu clipă. Ei nu așteaptă decât ocazia prielnică, ca să poată, să răzbată în corpul nostru, și din nenorocire această ocazie prielnică mai totdeauna noi le-o dăm.

Chestiunea de căpetenie este : *Ce trebuie noi să facem, ca să nu lăsăm pe dușmani, să pună stăpânire pe corpul nostru, adică să nu lăsăm microbii, să intre în corpul nostru.*

După ce vom învăța aceasta, ne rămâne să învățăm : *Ce trebuie noi să facem, dacă simțim printr'o împrejurare sau alta, că s'au furișat în corpul nostru și încep să ne otrăvească, adică cele dintâi semne ale boalei începem să le simțim.*

Cu alte cuvinte :

1. *Ce trebuie să facem, ca să ne ferim de boale?*

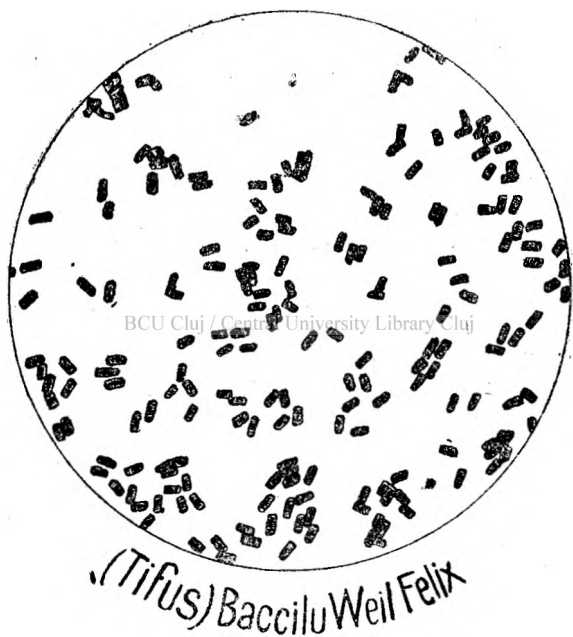
2. *Ce trebuie să facem ca să împiedecăm lăfșirea boalelor molipsitoare, dacă s'a strecurat vreuna în vreo casă.* Noi ne ocupăm numai de boalele molipsitoare, căci acestea seceră omenirea.

Nu pot termina cu învățăturile despre microbi fără să dau Cesarului ce este al Cesarului. Am descris până acuma numai o parte din lumea microbilor.

În afară însă de această lume rea și primejdioasă, este o alta pe care am putea-o numi chiar bine-făcătoare. Și lumea microbilor este alcătuită, ca și lumea plantelor și a animalelor, din două părți. Sunt plante otrăvitoare și sunt altele hrănitoare. Sunt animale sălbatice și primejdioase și sunt animale folositoare. Despre microbii cei răi cei primejdioși, despre dușmanii cei mai neîmpăcați ai omenirii am vorbit până acuma.

Dar în afară de aceștia mai sunt alți microbi folositori și nu strică, că să îi cunoaștem și pe aceștia.

Dacă v'ași spune, că mustul de vin nu poate ferbe fără ajutorul unor anumiți microbi și tot ar fi destul. Dacă am lua un tub cu must de vin și dacă am nimici toți microbii din el și dacă am astupa tubul de așa fel, ca să nu mai poată



pătrunde microbii în tubul cu must, atunci putem să păstrăm ori cât acel must, căci el nu se va schimba. Dar în afară de acestea pâinea nu ar putea dospi, laptele nu s'ar prinde și brânza nu s'ar putea face fără ajutorul altor seminții de microbi. În afară de toate acestea pământul s'ar umplea de hoituri, căci nimica nu putrezește fără ajutorul unor anumite neamuri de microbi.

O bucată de carne, în care omorăm toți microbii, poate fi păstrată într'un tub ori cât, fără să putrezească. Incer-

cări de felul acesta s'au făcut destul, așa încât nici o îndoială și nici o bănuială nu mai poate fi.

În timpul mai din urmă învățații au făcut amănunțite cercetări și au dovedit, că anumite neamuri de microbi au o înrăurire foarte mare în bine asupra sămănăturilor, căci ei înlesnesc legumelor, plantelor și celorl'alte sămănături puțința, ca să se hrănească în pământ.

Numai în treacăt am amintit despre ei, căci scopul nostru este să cunoaștem mai deaproape pe microbii, care ne sunt dușmani, căci de ei trebuie să ne păzim.

### Despre boală și boli molipsitoare.

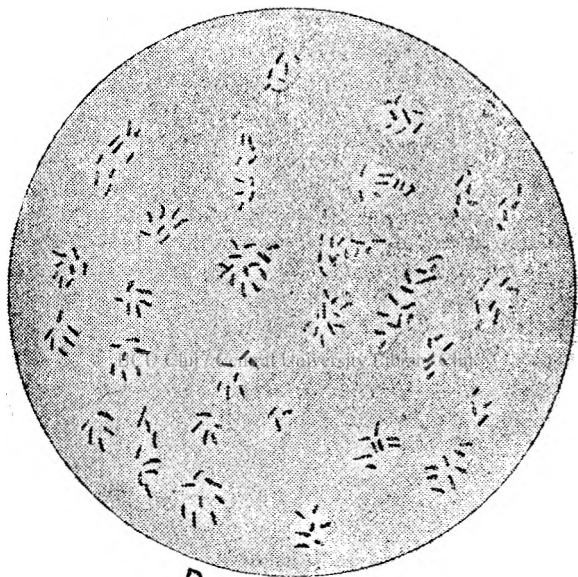
Ca să înțelegem, ce este boala, trebuie ca să căutăm, să ne dăm mai întâi samă de alcătuirea corpului omenesc. Ia priviți'l cu luare aminte și veți vedea, că corpul omului este alcătuit din *cap, gât, trunchi, mâni și picioare*. La cap sunt ochii, nasul, gura și urechile, iar gâtul leagă capul cu trunchiul.

Acestea sunt părțile văzute ale corpului, însă în afară de acestea în corpul omului mai sunt și alte părți mai turtura cunoscute. Așa în cap este creierul, care stă în strânse legături cu ochii, cu urechile cu gura și cu nasul. În gură sunt dinții și limba.

Din fundu gurei începe gâtleju, care se desparte în două părți; o parte se duce printr'o țevă în stomac, iar stomacul se leagă cu intestinele (mațele); o altă parte a gâtlejului se duce la plămâni, unde se află și inima. Lângă stomac și intestine în partea dreaptă se găsește ficatul: vine apoi splina în partea stângă: rinichii și beșica udului. În afară de acestea mai avem măduva spinării. Mai sunt niște tuburi răspândite în tot corpul numite arterii și vene, prin care curge sângele, și niște firisoare cu care simțim și care se numesc nervi. Iată pe scurt cum este alcătuit corpul nostru. Părțile acestea ale corpului omenesc se numesc organe. Organele din lăuntru corpului sunt acoperite cu învelișuri foarte subțiri, și sunt apărate de către oase, mușchi, piele și păr.

Aceste organe au un rost anumit și fiecare în parte trebuie să îndeplinească o anumită însărcinare sau muncă. Așa

de pildă dinții îndeplinesc o muncă, căci ei mestecă hrana, pe care o băgăm în gură și numai după ce au mestecat-o bine, hrana trece prin gâtleej în stomac. Stomacul la rândul său o mai macină și o trimite în intestine (mațe). Intestinele la rândul lor mai frământă hrana și după aceasta se pompează din ea toate sucurile de care are corpul trebuință.



Dizenterie  
Și aree cu sânge

iar rămășițele se dau afară. Iată ce însemnătate mare are fiecare organ pentru corpul nostru.

Limba la rândul ei ne ajută la mestecat, la vorbit și la gustat. Cu nasul nu numai că mirosim, dar prin el, introducem neconținut în plămâni aer pentru respirat. Inima e ● pompă puternică, care pe de o parte trage neconținut prin vine sânge din corp și îl trimite la plămâni, pentru ca acolo aerul să-l primenească și să-l curețe. Din plămâni sân-

gele se întoarce îndărăt la inimă, iar inima la rândul ei îl trimite prin artere (un fel de tuburi) în tot corpul nostru, ca să'l hrănească. Cu creierul judecăm și cu ajutorul lui ochi văd urechile aud nasul miroasă și limba gustă. Cu mâinile muncim și cu picioarele umblăm, și așa mai departe.

Când fiecare organ muncește și își îndeplinește chemarea ee-o are, ajutându-se unul pe altul, așa precum se cere, atunci omul e viu, are putere, muncește cu trageră de inimă, mănâncă cu poftă, doarme dus și se scoală vesel și noi zicem, *că este sănătos.*

Dacă însă un organ, dintr'o împrejurare oarecare, nu-și mai poate îndeplini sarcina ce-o are, atunci celelalte organe, care stau în legătură cu el sunt stingherite și ele în rostul lor și omul nu mai e viu, își pierde din veselie, nu mai poate munci n'are poftă de mâncare și nu mai poate dormi

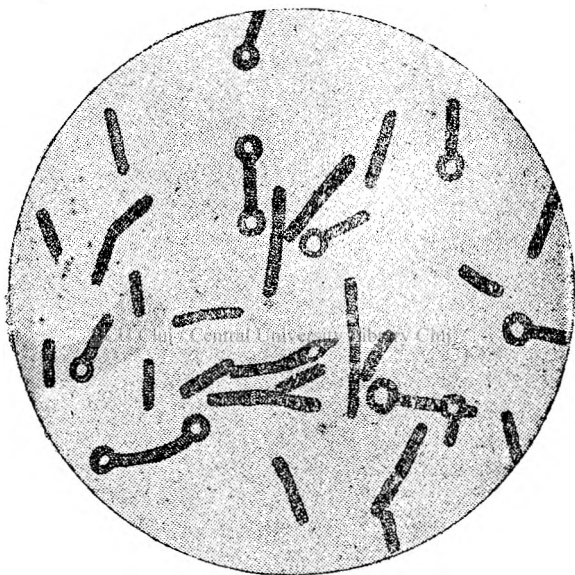
Corpul tânjește și noi zicem că *omul e bolnav.* Dacă depildă gura nu mai poate mesteca, atunci se resimte și stomacul și intestinele și toate celelalte organe. Puterea omului scade zi cu zi și nu mai poate munci. Dacă se rupe un picior, omul nu mai poate umbla, are dureri și stă lungit pe patul de suferință. Cu alte cuvinte boala este stânjenirea unui organ sau a mai multor organe, sau chiar oprirea lor, ca să își îndeplinească sarcina ce-o au. Boala e mai ușoară sau mai grea după cum stricăciunea ce s'a făcut la un organ sau la mai multe organe, e mai mică sau mai mare.

Din cele arătate până aici, vedem că nu greșim de loc, dacă asemuim corpul omului cu orice mașină. Când la o mașină se strică ceva noi alergăm la un om priceput, ca să ne-o repare. Ne ducem la mecanic. E bine oare, ca să punem corpul omenesc mai prejos decât orice mașină și să alergăm la babele, care abia pot să își poarte păcatele lor, pentru ca ele, nepriceputele și întunecatele, să repare stricăciunile corpului nostru? Nu este cuminte ca să ne ducem la omul priceput, la Doctor, care a învățat o jumătate de viață prin școli și care cunoaște boalele și mijloacele de îndreptare? Judece fiecare, cum este mai înțelepțeste de făcut, ca să își recapete sănătatea, când se îmbolnăvește.

Pentru ca să ne dăm și mai bine sama de boală este bine să

le împărțim în două clase și anume : 1. *Boli nemolipsitoare* și 2. *Boli molipsitoare*.

Boala nemolipsitoare supără numai pe bolnav. Nu e nici o primejdie, ca ea să treacă dela om la om. Așa de pildă un om își rupe un picior. Dânsul suferă amarnic, căci are dureri mari de tot și cade la pat. Primejdia însă e numai pentru dânsul, întru cât ori cine poate sta lângă dânsul,



Tetanus  
(Fălcarita)

ca să'l îngrijească, fără să se teamă, că se va molipsi de boala aceea.

Din nenorocire nu tot astfel se petrec lucrurile cu bolile molipsitoare.

Acestea trec dela om la om, sau unele dela dobitoace la oameni, fără să ne dăm sama cum. Ele sunt ca și focul. Ajunge ca o scântee din nebăgare de samă, să aprindă o pecuță într'o casă, pentru ca întreaga casă să ia foc, dacă



nu s'a stins petecuța la timp, și pentru ca întreg satu să se aprindă, dacă bate vântul și oamenii nu sar cu toții, ca să stingă focul. De altfel pilda am văzut-o și ați simțit-o cu toții aici în Vorniceni. Tifosu negru cuprinsese întreg satu, numai și numai pentru că nu a fost un om priceput, ca să ia măsuri dela început. Iată de ce bolile molipsitoare sunt așa de primejdioase.

*Bolile molipsitoare* să respândesc în mai multe feluri. Sunt, unele care trec de la om la om, fie pentru că stăm în aceeași odaie cu bolnavu și punem mâna pe el sau pe lucrurile lui și nuștim ce măsuri de pază să luăm, fie pentru că microbii sunt împrăștiți prin aer, fie că sunt duși prin apa de băut sau prin lucrurile de mâncat, fie că sunt duși la depărtări destul de mari chiar de către un om, care a fost și a stat într'o casă, în care eră o boală molipsitoare sau de lucrurile trimise dintr'o casă, în care se află o boală molipsitoare.

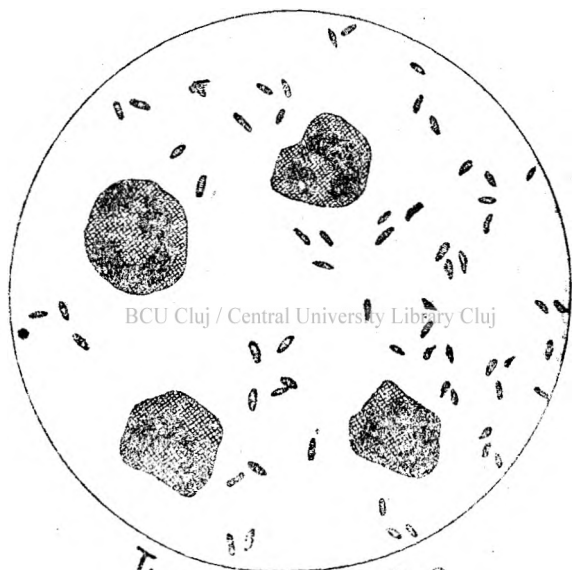
Bolile molipsitoare, care se răspândesc prin aceste mijloace sunt: *Holera*, *Febra tifoidă*, (*lingoarea*); *Dezenteria* (*treapădu sau urdinarea cu sânge*); *Variola* (*vărsatu negru, bubatu*); *Scarlatina*; *Pojarul* (*cori, vărsat de vânt*); *Anghina difterică* (*Gâlcile rele*); *Tusea convulsivă* (*tusea măgărească*); *Influența*; *Tuberculoza* (*oftica*); *Lepra*; *Erisipelu* (*brânca*); *Conjunctivita granuloasă*; *Tetanos* (*fâlcarița strâns*); *Sifilisul* (*cel perit, sfrinția*); *scabia* (*vâia*).

Sunt altele care trec dela dobitoace la oameni și anume: *Morva* (*răpciuga sau cărtița*); trece dela caii răpciugoși la oameni și omul care s'a îmbolnăvit moare. *Pustula maligna* (*dalac, buba cea rea sau beșica cea rea*); iar este o boală a animalelor și microbii dela un bou bolnav de dalac ușor trece la omul care vine în atingere cu bou bolnav. Chiar pielea jupuită de pe un bou mort de dalac și neargăsită poate să îmbolnăvească pe un om.

*Turbarea*, și copii știu, că dacă un câne sau orice animal turbat mușcă sau numai sgârie pe un om, boala trece dela animal la om și dacă cel mușcat nu aleargă numai decât la Doctor, moare în cele mai grozave chinuri. O altă boală molipsitoare foarte înfiorătoare și care a rămas de pomină este *Ciuma*. De această boală sufer guzganii (*șoarecii mari*) de prin Asia. Purecii trecând de pe guzgani bolnavi la om și pișcând trec omului și boala prin pișcătură. La noi în țară

această boală ar putea fi adusă de guzganii de pe vapoarele, care vin din alte țări îndepărtate, unde bântue ciuma.

In afară de acestea mai sunt și alte boli molipsitoare, care trec dela om la om numai prin ajutorul unei insecte. Aceste boale sunt: *Tifusu exantematic (tifusu negru)*; *Frigurile recurente și Paludismul (frigurile de baltă)*, numai și numai păduchele este acela, care trece dela om la om



Tusea Convulsiva  
(Microbul Bordet si Gengou)

tifusu exantematic și frigurile recurente. Pișcând păduchele pe un om bolnav de tifusu exantematic sugă împreună cu sângele și microbii de ai acestei boale și după aceea trecând la un om sănătos și pișcându-l îi trece și boala.

Frigurile de baltă sunt trecute de la om la om numai prin ajutorul țânțarilor.

Dacă stârpim păduchii și țânțarii, nu putem avea nici

tifus exantematic, nici friguri recurente și nici friguri de baltă.

Bolile molipsitoare pot trece dela om la om prin aer în felul următor: În mai multe chipuri pot cădea microbi dela un bolnav pe dușumele (podele) sau chiar pe pământ. Așa de pildă, bolnavul scuipă pe jos. Scuipatul se usucă, să fărămi, este în părțile mici de tot. Când se mătură în odaie cu mătura uscată praful se ridică în sus și împreună cu el să ridică și acele părțile mici de scuipat uscat, care conține microbi cu miile. Noi respirăm acel aer și 'l introducem prin nas și gură în plămâni. Impreună cu aer introducem însă și microbi și iată cum ne îmbolnăvim de oftică, de anghină, de tuse măgărească, de vărsat negru, de scarlatină și de pojar.

Prin apă și prin mâncare să răspândește holera, frigurile tifoide și dizenteria. Microbilor acestor boli le priește mai numai în intestine (mațe) și ca atare ei nu pot intra și ajunge în intestine decât prin gură și nu pot ieși din intestine decât atunci, când bolnavul își face trebuințele trupești (excremente și urina).

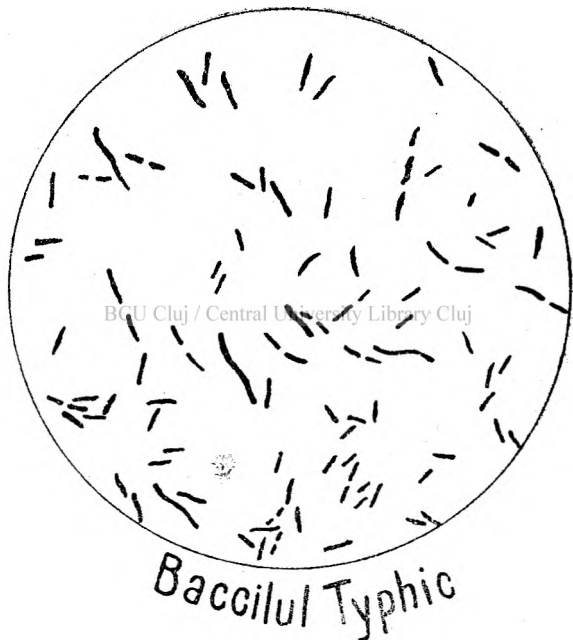
Prin urmare excrementele bolnavului atins de aceste boli sunt foarte primejdioase, căci ele conțin nenumărați microbi. Noi știm, că muștele se pun pe toate murdăriile și pe urmă intră și prin case și se așează pe lucruri de ale mâncării. Dar pe picioarele lor poartă mulți microbi, pe care îl lasă pe lucrurile de hrană, cum ar fi pânea și noi mâncăm o astfel de pâne și ne introducem dușmanii în corp.

Dar dacă excrementele bolnavului vin în atingere printr'o împrejurare sau alta cu apa dintr'o fântână, atunci apa aceea are microbi de ai holerei, de ai frigurilor tifoide, sau dizenteriei și bând apă din acea fântână, ne îmbolnăvim.

Uneori e de ajuns, să avem o rană sau o cât de neînsemnată sgârietură, ca să pătrundă pe acolo în sângele nostru microbi foarte primejdioși. Așa de pildă este o boală care omoară pe copiii inici cu nemiluita. Această boală numită tetanos (strâns sau fălcariță) o dau moașele fără școală, care taie buricul copilului cu foarfecele murdar. Pe foarfece sunt microbi de ai tetanosului și repede trec ei de pe foarfece în sânge prin rana dela buric și copilului 'i se înțep-

nesc fălcile și întreg trupul și moare. Otrava ce o fabrică acești microbi e foarte puternică.

Acești microbi sunt foarte numeroși și trăesc în pământ. Obiceiul ce'l au unii, de a'și pune țărână pe o rană, ca să oprească sângele e foarte primejdios. Erisipelul sau brânca îmbolnăvește pe om la fel, căci e deajuns să ai o sgârietură, pe care să nici n'o bagi în samă și să umbli cu mâna mur-



dară pe acolo, iar pe mână să se afle microbi de ai brânței, pentru ca boala să fie gata.

Dar să poate, ca un om, din cine știe ce sat, să aibă acasă copii bolnavi de scarlatină și să se ducă, cu vre-o afacere în casa vreunui om din alt sat. Fără să știe, el să ducă în casa omului îmbrăcat cu aceleași haine, cu care este acasă la el. Hainele lui însă sunt cu microbi pe ele și intrând în casa omului, îi ducă și boala. Trec câteva zile numai la mijloc și copilul creștinului nu se simte bine. Incepe să aibă

fiori, ferbințeală, durere de gât, durere de cap și după aceea i se înroșește pielea copilului, ca și când ar fi fost urzicată. Scarlatina e gata, și părinții copilului nu își pot da sama, de unde s'a îmbolnăvit odrasla lor. Se poate întâmpla ca copii omului, care a adus nenorocirea în altă casă, să scape cu viață, iar copilașul îmbolnăvit, fără să se știe de unde, să moară. Iată unde duce întunericul pe om. După vreo 7—8 zile pielea copiilor bolnavi de scarlatină se cojește și cade jos. Aceste coji însă sunt foarte primejdioase, căci ele adăpostesc microbi cu miile, și s'a întâmplat ca un bolnav de scarlatină, după ce s'a făcut mai bine, să scrie unui prieten al său dindepărtare. Fără să bage de samă, a căzut pe scrisoare o coajă de piele și a trimis scrisoarea prin poștă.

Prietenul lui a desfăcut scrisoarea, a cetit'o, și după câteva zile a căzut și el bolnav. Microbii din coaja de piele, care a trecut nebagată în samă, au făcut o nouă victimă.

Din cele spuse se vede cu prisosință, cât de amenințată ne este sănătatea noastră.

Neîmpăcații noștri vrăjmași ne pândesc pas cu pas și clipă cu clipă și nu așteaptă decât prilejul, ca să poată intra în corpul nostru. Ei bine, acest prilej noi nu trebuie să li'l dăm. Ca să nu le dăm însă acest prilej, trebuie să învățăm *Igiena* ca o rugăciune, și după cum am spus, noi trebuie să învățăm *Igiena săteanului*, căci prin această învățătură noi ne luminăm mintea, ne cruțăm sănătatea, și ne apărăm viața.

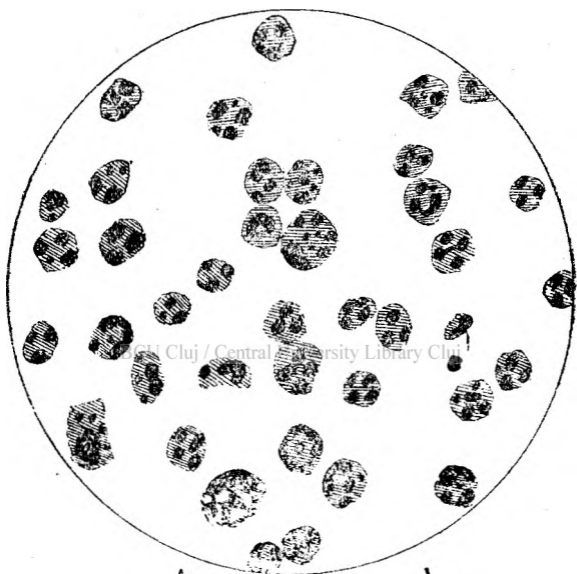
Să pătrundem deci tot mai mult tainele acestei științe și să învățăm, cum să ne păzim de boli molipsitoare.

### Cum să ne păzim de boli molipsitoare.

Sănătatea fiind cea mai mare comoară, pe care ne-a dat'o Dumnezeu, datori suntem, să învățăm cum s'o păstrăm și cum s'o apărăm de toate relele și de toate primejdiile.

Cum relele și primejdiile cele mai mari sunt bolile molipsitoare, suntem datori să învățăm mai întâi cum să ne păzim de aceste boli. Noi, știm, că microbii sunt aceia, care dau naștere acestor boli și ca atare de ei trebuie să ne păzim. Cum noi mai știm, că microbilor nu le priește curățenia și lumina soarelui, trebuie să ne obișnuim, să fim cât mai cu-

rați și să avem casa cât mai mult luminată de razele soarelui. Ce ușor este să fi curat și cu toate acestea ce puțini oameni să îngrijesc de curățenie. Apă a lăsat Dumnezeu în toate părțile și câte puțin săpun ar trebui, să se găsească în orice casă chivernisită. Prin urmare nu ne-ar mai trebui decât obicinuința de a trăi în curățenie și această obicinuință să



Meningococul

câștigă numai prin voință. De altfel și zicala ne spune, că curățenia corpului e sănătatea omului.

Oamenii obicinuți cu curățenia și îngrijirea corpului, nu se simt în apele lor, dacă 'i împiedecă ceva, ca să își îngrijiască corpul. Așa de pildă omul obicinit să își spele gura, dimineața când se scoală și seara când se culcă, dacă într'o zi nu și-ar spăla gura, simte, că are un gust și miros rău în gură și nu-și găsește locul, până nu 'și-o spală. Acest bun obicei nu cere nici cheltuială și nici pierdere de timp. Gura

bine clătită cu apă curată, iar gingiile și dinții bine frecați cu puțină cenușe și cu ajutorul degetului arătător drept și pe urmă iar bine clătită cu apă, de multe boli ne poate scăpa. Microbii primejdioși nu prea pot să își găsească culcuși într-o astfel de gură.

Pe urmă acest bun obicei ne cruță dinții. În timpuri grele, când bântue molima, e bine, să punem în apa cu care ne spălăm gura, câteva picături de oțet sau puțină piatră acră.

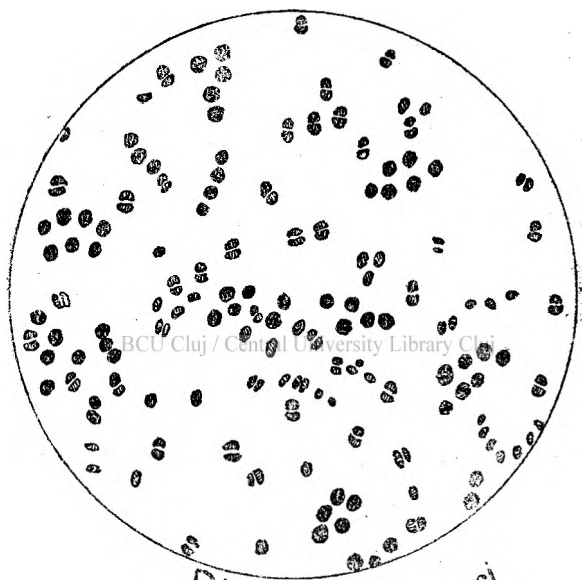
Dar spălătul mânilor, mai ales înainte de mâncare de câte primejdii nu ne scapă. Omul muncitor pe câte lucruri nu pune mâna și câți microbi primejdioși nu pot fi pe mâinile lui. Pune mâna pe mâncare, o duce la gură și duce și microbii de pe mâni în gură. Să pomeneste într-o bună zi, că cade la pat și zace dus de lingoare între viață și moarte 3—4 săptămâni și dacă scapă cu zile alte 3—4 săptămâni nu poate munci, din pricina slăbiciunii. Dece această năpastă pe capul bietului creștin? Pentru că nu eră obicinuit să se spele pe mâni înainte de a mânca.

Sunt unele lucruri care par așa de neînsemnate, încât cei mai mulți oameni le lasă, să treacă nebagate în samă. Ia priviți-vă unghiile D-voastră și vedeți, că mai toți aveți sub ele o dungă negricioasă.

Această dungă e murdărie adunată sub unghie și în această murdărie sunt microbi cu miile și printre acești microb pot să fie unii foarte primejdioși. Se scarpină cineva pe obraz, pe gât s'au se scobește în nas cu o astfel de unghie. Cu vârful ei se poate face o neînsemnată zgârietură. Prin această zgârietură intră microbii în sânge și de odată ne pomenim cu brânca în față sau cu o altă bubă rea. Și ne dăm sama că nu e nici o greutate, să ne tăem unghiile, și cu o așchie ascuțită să ne curățim murdăria de sub ele și să înlăturăm brânca sau bubă rea.

Când facem o scaldătoare și ne spălăm bine corpul cu apă caldă și cu săpun și după aceasta turnăm peste noi vre-o două căldări de apă rece și ne priminim cu rufe curate, oare nu ne simțim mai ușori și mai înviorați? „Parcă ne'am născut a doua oară”, zice românul, după ce face o bună scaldătoare. Ce însemnează aceasta, dacă nu sănătatea? De câte mii și mii de microbi nu se curăță corpul nostru prin scaldătoare și ce ușor este de făcut! Câteva căldări de apă caldă

cu o bucățică de săpun ne dă sănătate și ne păzește de boale. Pe câte lucruri vătămătoare sănătății nu cheltuesc oamenii bani mulți, cum este pe băutură și tutun, și ce puțină cheltuială se cere pentru paza acelei comori neprețuite, care se numește *sănătate*. Imbrăcămintea stând în cea mai strânsă legătură cu corpul nostru, e mai totdeauna la fel ca și cor-



Blenoragia  
(Gonococi și streptococi)

pul. Pe omul murdar nu se prinde nici cămașa și nici haina curată, căci acum i-o dai, cum o murdărește.

Omul curat în ruptul capului n'ar putea suferi pe el ● cămașă sau haină murdară, căci nu s'ar simți de loc în apele lui. De altfel, cine nu știe, ce îmbăcsite sunt rufele și hainele murdare, ce miros greu au și pare că nu-ți vine să le atingi nici cu degetul și e bine, să nu le atingi, căci nu numai că sunt îmbăcsite, dar sunt și tixite cu microbi.

Oamenii petrec o parte din timp în casă. Iarna dorm în



casă și cum iarna se înserează de vreme, toți ai casei intră de vreme, în casă. Ce însemnătate are deci casa asupra sănătății noastre este ușor de închipuit. Dealtminteri și simți înrâurirea bună sau rea, de cum intri în casă.

Parcă 'ți-a dat cu ceva în cap și te-a amețit, când ai intrat într'o odaie murdară cu pereții nevăruiți, cu dușumelele s'au podelele nemăturate, cu lucrurile din casă înbâcșite de murdărie și asvârlite în toate părțile, cu un pat de scânduri acoperit de niște sdrențe murdare, cu o lampă mică și fumegândă și cu un aer ce nu'l mai poți respira. Cei din casă sunt murdari și ofiliți de 'ți-e mai mare mila de ei. O astfel de casă este mormânt și e foarte primejdios să intri în ea, căci nu știi cu ce boală te trezești. Femeea acelei case nu mai poate fi numită gospodina casei ci boala casei. Cum în altă parte vom învăța despre înrâurirea ce-o au casele asupra sănătății, este bine de știut de o cam dată, că microbii în casele curate nu prea stau și ca atare nici bolile nu prea intră.

Lumina și căldura soarelui nu priesc de loc microbilor. Scoțând lucrurile din casă în bătaia soarelui și lăsând ferestrele deschise, ca să intre în odăi aer curat și lumină multă alungăm microbii.

Cu apa ne potolim setea, dar putem să ne introducem și boala în trupul nostru. Totul atârnă dela felul cum sunt făcute și îngrijite fântânile, din care luăm apă. Despre apă vom mai vorbi și în altă parte. Băltoagele și mlăștinile din apropierea caselor sau din apropierea satelor, sunt cele mai prielnice culcușuri pentru țânțari și noi știm că țânțarii ne dau frigurile de haltă.

Din cele arătate, se vede, cu câtă ușurință și cu ce neînsemnată cheltuială se poate întreține curățenia și cât de lesne putem ocoli bolile molipsitoare.

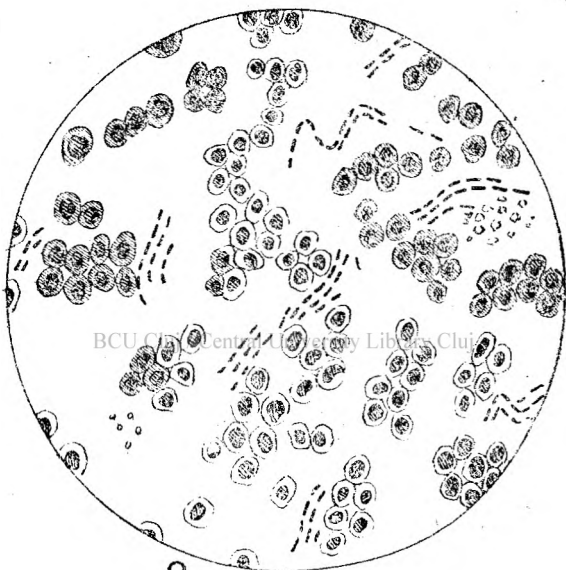
### Despre vaccinare

Pe timpuri o boală năprasnică bântuiea omenirea. Variola (bubatul sau vărsatul negru) băga groaza în satele, în care se ivea. Moartea secera pe bolnavi fără milă și ici colo unde scăpă câte unul, rămânea cu obrazul stricat sau

ciupit de **v**ărsat. Contra acestei boale s'a găsit un leac de pază, care e cunoscut tuturor.

Acest leac de pază este *vaccinarea (ultoirea sau altoirea)*. Să vedem c'am ce însemnează acest leac.

Noi am învățat, că microbii după ce pătrund în corpul nostru, se apucă să fabrice otrăvuri, care trec în sânge și îmbolnăvesc pe om. Nici microbilor nu le este însă tocmai



Sancru moale  
(Streptobaccili Ducrey)

ușor la început, căci de cum intră în corpul nostru o luptă pe viață și pe moarte se încinge între microbi și între santinelele de pază ale corpului nostru, care sunt niște *mici celule (globule)*. Microbii se înmulțesc și fabrică otrăvuri, iar globulele din corpul nostru tăbărăsc pe ei și îi învăluie. Microbii în toial acestei lupte fabrică neconținut otrăvuri, ca să slăbească puterile noastre și firește, că în cazul acesta slăbește și puterea de luptă a globulelor noastre și atunci

microbii ajung stăpânii situației, căci ei sunt învingători. Foarte des însă se întâmplă, că globulele de apărare ale corpului nostru dela început reușesc să învâlească microbii și să îi omoare și atunci noi suntem învingători și boala nu poate pune stăpânire pe noi. Spre acest scop însă nu trebuie să li se dea răgaz microbilor ca să ne otrăvească sângele și *vaccinarea (ulțoarea sau altoirea)*, tocmai pentru aceasta se întrebuintează. Cu alte cuvinte noi știm, că dacă sunt otrăvuri, sunt și leacuri ce se dau în contra otrăvirilor. Dacă un om se otrăvește, nu mai decât începe să se vaite căci durerile i'l dau gata. Repede se aduce Doctorul și dă nenorocitului o contra otravă și îl scapă cu viață. Dacă acestui om i s'ar fi dat mai întâi o contra otravă fără să știe el și pe urmă ar fi luat otrava, atunci nici dureri n'ar fi avut și nici nu'i-ar fi fost primejduită viața, căci otrava ar fi intrat în stomac, ar fi dat peste contra otravă și i'ar fi tăiat puterea. Vaccinarea (ulțoarea sau altoirea) e o contra otravă a otrăvii vărsatului negru, pe care noi o introducem în sânge și această contra otravă introdusă în sânge are putere 9—10 ani.

Dacă în acest timp microbii de ai vărsatului negru intră în corpul nostru, de geaba fabrică otrava, ca să ne doboare, căci otrava lor întâlnește contra otravă dela vaccinare și nu are tărie. În acest timp globulele noastre neputând să fie slăbite de otravă luptă cu nădejde și învâlească microbii și vărsatul nu poate pune stăpânire pe noi.

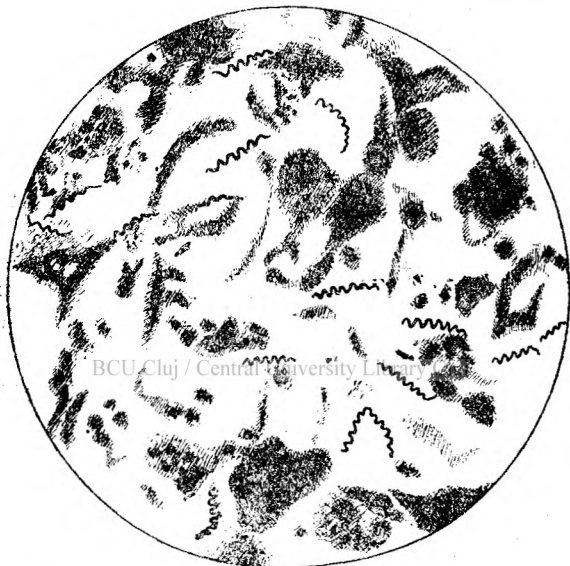
Iată ce însemnătate mare are vaccinarea și din cauza aceasta s'a și făcut o lege ca să silească pe toți oamenii să-și aducă copiii la vaccinare. În primul an după naștere toți copiii se vaccinează.

Contra otravă ce le intră în sânge are putere până la 10 ani.

La această vârstă copiii trebuesc din nou vaccinați și contra otravă își ține puterea până la 20 de ani. Cu această neprețuită măsură, adusă la îndeplinire foarte deseori cu de-a sila, am ajuns aproape să nu mai vedem vărsat negru.

Omenirea a scăpat de una din cele mai înfiorătoare plăgi. Când oamenii știu, că a venit timpul vaccinării, ar trebui să alerge dânșii după Doctor, ca nu cumva să le scape copilul nevaccinat. Dealtminteri oamenii luminați plătesc Doctorului, ca să vină și să le vaccineze copii, căci ei știu

că odată vaccinați, de vărsat negru nu se mai pot îmbolnăvi. Cam acestea sunt măsurile ce trebuiesc să le luăm, ca să ne păzim de boli molipsitoare sau mai bine zis, ca să nu lăsăm să ne intre în casă bolile molipsitoare. Aceste măsuri însă ar trebui aduse la îndeplinire nu numai de un om sau de o familie, ci de satul întreg și nu numai de un sat, ci de toate satele și de toate orașele. Din nenorocire lucrurile



## Sifilis (*Treponema Pallidum*)

nu se petrec întocmai așa, căci sunt oameni și oameni și o boală molipsitoare după cum am învățat, ne poate fi adusă în casă chiar, de către o rudă, un prieten sau chiar de un străin, care cine știe cu ce treabă, ne intră în casă, venind din o localitate bântuită de molimă. Prin urmare datorii suntem, să învățăm și ce trebuie să facem, dacă boala a intrat în satul nostru, sau chiar în casa noastră. Măsurile ce trebuiesc luate în astfel de împrejurări sunt de două feluri :

## Măsuri față de bolile molipsitoare

1. Măsuri pe care le luăm și le îndeplinim noi din propriul nostru imbold, după învățăturile ce le avem.

2. Măsuri pe care le ia omul de știință adică Doctorul, și pe care ar trebui să le aducă la îndeplinire cu sfințenie fiecare om, în ceea ce'l privește pe fiecare și administrația comunală în ceea ce privește obștea. *O! ce fericită ar fi omenirea, dacă fiecare om și-ar face datoria.*

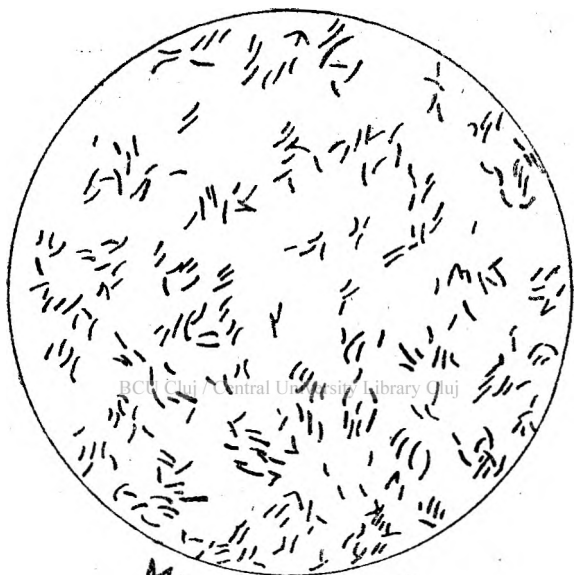
Dar să vedem, ce trebuie să facem noi dacă ne cade bolnav vreunul din casă?

Prima măsură ce o luăm, este, să despărțim numai decât pe bolnav de ceilalți membrii ai familiei. Pe bolnav îl punem singur în odaia cea curată, în care îi pregătim patu, punând un ciarciaf, (prostire, lepedeu) curat pe pat și altul pentru acoperit. Il spălăm pe bolnav, ca să fie curat, și îl culcăm în pat curat. O grijă deosebită trebuie să se dea muștelor. O muscă nu trebuie să rămână în odaia bolnavului, căci noi am învățat, că muștele poartă microbii dela un loc la altu.

De altfel, cred, că mulți dintre Dv. ați băgat de samă, cum tăbărăsc muștele pe omul bolnav. O singură persoană va sta lângă bolnav, ca să-l îngrijească și este bine, ca acea persoană să se îmbrace pe deasupra hainelor cu o cămașă curată, pe care s'o desbrace, când este silită, să iasă din odaie. Cu un tulpăniș își leagă capul astfel, ca părul capului să nu se vadă.

Un lighenaș sau o covățică cu puțină leșie e bine, să fie totdeauna în odaie, pentru ca îngrijitoarea să-și poată spăla mâinile ori de câte ori le pune pe bolnav. Din când în când să pună pe bolnav, să se clătească bine în gură cu puțin oțet. Nasul, urechile și ochii de asemenea trebuiesc spălați de îngrijitoare. Trebuințele trupești (excrementele și urina) trebuiesc adunate în o oală sau alt vas în care să se afle puțin var proaspăt stins sau dacă nu este la îndemână var, să se pună leșie bine fiartă cu cenușe. După ce bolnavul își face trebuințele trupești, trebuiesc aruncate în privată sau dacă nu este privată, să sapă o groapă în un loc foarte retras din curte sau grădină și să aruncă acolo acoperindu-le cu pământ, în caz că nu este var. În timpul când gospodina

casei sau fata casei, sau în lipsă de amândouă o rudă chemată în grabă, se ocupă cu toate aceste binefăcătoare lucruri, un alt membru din familie aleargă după Doctor, dacă este în comună sau, dacă este în altă comună pune caii la căruță și să duce să-l aducă, sau aleargă dea dreptul la Primărie și aducând la cunoștința autorității întâmplarea, roagă,



Microbul holerei

să se anunțe Doctorul prin telefon, ca să ia o trăsură pe socoteala gospodarului, care îl chiamă, și să vie în comună, pentru ca dânsul să vadă despre ce boală e vorba și ce trebuie făcut. În timpul acesta bine înțeles, că în sat se răspândește vorba, că cutare a căzut bolnav și oamenii cumiți nu mai intră în casa aceea, până la venirea Doctorului, iar copiii din casă sunt împiedecați, de a se duce la școală.

În odaie stă numai bolnavu cu îngrijitoare și e bine, ca dela început mai toate lucrurile să fie scoase din odaie. Patul bolnavului și un colț de odihnă pentru îngrijitoare,

o masă și două scaune este tot ceace trebuie în o astfel de odaie.

Bolnavului nu trebuie să i se dea decât lapte, ciai, și apă. Dacă are febrințele mare e bine să i se pună șervete muiate în apă rece și bine stoarse, pe cap, și pe pânțele. Cu aceste bune și înțelepte pregătiri se așteaptă sosirea Doctorului, care vine și foarte mulțumit de ceace vede, de bună rânduială și curățenia care domnește, să apucă și examinează bolnavul cu multă luare aminte.

Zic, că-l examinează cu multă luare aminte numai în astfel de împrejurări, căci cine ar putea oare cere unui Doctor ca pe un bolnav murdar, plin de păduchi, culcat în un pat murdar cu o cămașă murdară pe el, să își pună urechea sau chiar să umble cu mâinile pe acel bolnav? Doctorul este și el om și se molipsește și el, căci nu e greu să fie pișcat de un păduche și să capete *tifusu negru*.

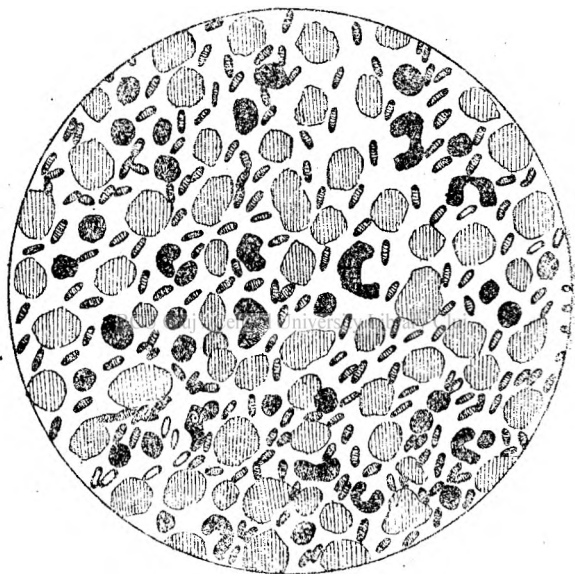
În astfel de cazuri datorite de cele mai multe ori nesimțirii, Doctorul ia măsuri, ca bolnavul să fie dus la spital sau la infirmerie, unde mai întâi urmează să fie curățit, priemenit și pus în pat curat și pe urină examinat.

Dar în împrejurarea dintâi, Doctorul examinează bolnavul acasă și dacă constată, că bolnavul este atins de scarlatină, de febră tifoidă, de desinterie, de anghină, sau de altă boală molipsitoare, atunci ia măsurile, ca bolnavul să fie dus la spital în condițiuni cât mai bune. Lucrul de căpetenie, după trimiterea bolnavului la spital, este desinfecțarea locuinței, adică, distrugerea microbilor, care au rămas în odaia, în care a zăcut bolnavul până la venirea Doctorului. *Toată desinfecțarea constă în o curățenie strașnică a casei.* Toate lucrurile trebuiesc scoase din casă. Cojacele, căciulele, țoalele (velințele) și alte lucruri de lână trebuiesc întinse pe frânghie și lăsate în bătaia soarelui.

Lucrurile de lemn scaunele, mesele, lăițele ușile și cofele (donițele) trebuiesc bine spălate cu leșie ferbinte; dușumele de asemenea. În timpul acesta se stinge var și se văruesc bine pereții, iar dacă pe jos este lut în loc de dușumele se spoiește și pe jos cu un strat de var.

Timpe de mai multe zile, după cum va spune Doctorul, cei din casă, e bine, să se supravegheze de aproape, căci se poate, ca boala să mai fie încuibată și în altul și să is-

bucnească. Se poate ca Doctorul să oprească pe copii pentru câteva zile, ca să nu se ducă la școală. Se mai poate, ca să vaccineze pe copii cu contra otravă de anghină, dacă cumva bolnavul a fost atins de anghină, căci un mare învățat a descoperit o contra otravă față de otrava ce o fabrică microbii anghinei diferitece. Această contra otravă însă nu își păstrează tăria cu anii, cum și-o păstrează a vărsatului



## Ciuma

negru și pentru aceasta contra otrava anghinei se introduce în sângele mai ales al copiilor sănătoși, cari au venit în atingere cu un copil, care s'a îmbolnăvit de anghină.

Dacă însă bolnavul pe care l'a văzut Doctorul este un ofticos, atunci se poate, să-l trimeată într'un spital de ofticoși, dacă se găsește loc, dar se poate, să-l lase și acasă, ca să fie îngrijit de familie, așa după cum a spus Doctorul. Oftica însă este o boală foarte primejdioasă, de oarece e



molipsitoare, și pentru această trebuiesc membrii din familie, să îndeplinească cu multă sfințenie măsurile, ce le ia Doctorul.

### Cum să ne păzim de Oțică

Nici vorbă nu încape, că *bolnavul trebuie să doarmă singur într'o odaie.*

Rufele lui murdare trebuiesc luate numai decât și trebuiesc bine fierte în leșie, căci numai astfel pot fi nimiciți microbii de pe ele.

Bolnavul trebuie să aibă farfuria lui, cănița lui, lingura și furculița lui și șervețelul lui. El trebuie să mănânce singur și după ce a mâncat, toate ale mesei trebuiesc bine opărite.

Scuipatul bolnavului, după cum am mai învățat, este o mare și neconținută primejdie. Miile de microbi ce se află în el, sunt tot atâți dușmani, cari pândesc prilejul, să ne atace. De aceea trebuie să facem pe bolnav să înțeleagă, că face cel mai mare păcat dacă scuipă pe jos. O strachină cu puțin var pusă în un colț al odăiei, 'i va servi drept loc de scuipat. Când ese pe afară, e bine, să aibă o ulcicuță cu puțin var pe fund și să scuipe în ulcică. Chiar un șervețel 'i poate servi pentru a scuipa în el, cu condiția însă ca să'l pună la fiert. Scuipatul din strachină sau din ulcică trebuie aruncat în o gropiță, care să astupă numai decât cu pământ. Dacă cumva nenorocitul moare, casa și lucrurile din casă trebuiesc desinfectate cu cea mai mare băgare de samă după cum am învățat. Hainele lui nu trebuiesc date de pomană, ci ceace se poate ferbe, să se fearbă, iar ceace nu se poate ferbe, să se păstreze în o lădiță până la sosirea Doctorului, ca dânsul să povățuiască, ce să se facă. Măsurile, de căpetenie ce trebuiesc luate în lupta față de bolile molipsitoare cam aceste sunt.

După timp și împrejurări, după localități și după numărul bolnavilor Doctorul totdeauna își dă sama, dacă mai trebuie de făcut ceva.

Am spus însă că și administrația comunală trebuie să-și facă datoria și să îndeplinească anumite măsuri, ce se iau.

Administrația trebuie să îngrijiască, ca să fie var și gaz în comună, pentru desinfectarea caselor; trebuie să dea ajutoare acolo, unde se simte lipsă și trebuie să îngrijească,

ca ulițele, maidanele (locurile nelmprejmuite) și localurile publice să fie foarte curate.

Fântânele să fie bine întreținute și dacă Doctorul ordonă, să fie curățite cu var și pe urmă sleite.

E bine ca cu frunțașii din sat să se țină consfătuiri și toți să ia cunoștință de măsurile prescrise de Doctor. Preotul în biserică, după terminarea sfintei slujbe e dator să răspândească povețele și măsurile Doctorului, îndemnând pe drept credincioși, să le aducă la îndeplinire cu toată sfințenia. Invățătorul este obligat să se intereseze de sănătatea școlarilor de curățenia corpului și îmbrăcăminteii lor. Cu un cuvânt e bine, să își facă fiecare datoria, și unde se vede o mică abatere să se aducă la cunoștința autorității, ca să se poată lua măsuri față de cei neascultători. De altminteri legea chiar pedepsește aspru pe aceia, cari nu voesc să îndeplinească măsurile luate de Doctor pentru oprirea bolilor molipsitoare, ca să nu se lățească. Și este bine, că să aplică pedepse, căci neascultarea unuia poate să aducă un mare rău altuia.

Omul are libertate de a face ceea ce voește, atât timp cât prin faptele sale nu păgubește pe altul. Așa de pildă, dacă cineva și-ar face departe în mijlocul unei câmpii o casă mare și frumoasă și într'o bună zi i-ar veni gustul să-i dea foc, i-ar da foc; ar arde casa și lumea 'i-ar zice, că e nebun. Fapta lui 'i-ar aduce numai lui pagubă.

Dar dacă cineva are o colibă în sat și îi dă foc, legea îl pedepsește aspru, nu pentru paguba ce și-a făcut'o sie însăși, ci pentru paguba ce ar fi putut'o face altor oameni, căci dela coliba lui ar fi putut să se aprindă și alte case. Tot așa este și cu bolile molipsitoare. Din cauza neascultărei sau nesupunerei unuia, boala poate intra în casa altuia și poate secera viața capului de familie și rămân copii orfani și aceasta e o nenorocire mai mare ca focul.

Iată, de ce spun necontentit, că povețele Doctorului trebuie îndeplinite cu sfințenie.

Cu aceste învățăături numai, noi n'am isprăvit cu igiena, căci noi dela început am spus că igiena ne învață cum să ne îngrijim corpul și cum să ne păstrăm sănătatea.

Cum hrana stă în strânsă legătură cu sănătatea, datori suntem, să învățăm și cum să ne hrănim.

## Seria B. „Sfaturi pentru gospodari“.

- No. 1. **Ingrijirea păsărilor** de *C. S. Motaș*, Dacă s'ar socoti câtă pagubă se aduc gospodinelor prin moartea păsărilor de curte, această cărțuție n'ar lipsi din nici o casă de gospodar.
- „ 2. **Despre tovărășii** de *Preot C. Dron*, ca leac împotriva speceleii și a scumpetei.
- „ 3. **Despre scarlatină** de *Dr. I. Gheorghiu*, și alte boli care omoară pe copii, se dau sfaturi folositoare în această cărțuție.
- „ 4. **Livada de sămburi** de *G. Gheorghiu*, cum poate să-și o fa a fiecare gospodar.
- „ 5. **În jurul casei** de *M. Lușescu*, acareturi; cum să-ți orânduiești te învață cărțuția aceasta.
- „ 6. **Casa** de *I. Simionescu*, Cum s'o faci și cum s'o ții, te învață cărțuția.
- „ 7. **Morcovul și alte legume** de *P. Roziade*, sau cum să le cultivi ca să culegi mult pe pământ puțin.
- „ 8. **Sifilisul** de *Dr. E. Gheorghiu*, este o boală care roade sănătatea celor în vârstă ca și a copiilor.
- „ 9. **Temeiul îmbunătățirii vitelor** de *Th. Chițoi*, stă în cunoașterea și îngrijirea lor.
- „ 10. **Votul obștesc** de *Ă. Gorovei*, e acum dreptul tuturor. Cum să-l îndeplinești te învață această cărțuție.
- „ 11. **Creșterea porcilor** de *Ă. Oescu*, e și ușoară, dar și grea. Boli sunt multe. Cărțuția îți arată leacurile și îngrijirile de dat.
- „ 12. **Viermii de mătăsă** de *V. A. Bădăran*, sunt o bogăție de care nu ținem seamă.
- „ 13. **Ofiica sau tuberculoza** de *Dr. E. Gheorghiu*, este boala cea mai grozavă care ne amenință pe toți.
- „ 14. **Pelagra** de Prof. *V. Babeș*, de ascimenea bântuie la țară.
- „ 15. **Alegerea semințelor** de *C. Lacrimișanu*, este operația cea mai nelipsită pentru a căpăta rod bun.
- „ 16. **Creșterea păsărilor** de Prof. *C. Motaș*, interesează pe orice gospodină.
- „ 17. **Rătăcirile bolșeviste** de *Maior I. Mihai*, trebuiesc stărpite dintre noi.
- „ 18. **O stupină dintr'un roin** de *N. Nicolaescu*, cine n'ar dori-o? Cum se poate ajunge, stă scris în cărțuție.
- „ 19. **Cum se întemeiază o vie** de *D. M. Cădere*; nu mai merge cu obiceiul vechiu; cum trebuie să se facă trebuie de știut.
- „ 20. **Răsadnița și Plantele din răsad** de *V. Sadoveanu*, ne arată cum se reușește să se cultive legume primăvaratice.
- „ 21. **Leiuza de di.** *E. Gheorghiu* ne arată cum trebuie să fie îngrijită femeia înainte de naștere și la naștere.
- „ 22. **Meșteșugul vopsitului cu bürneni** de *Art. Gorovei*
- „ 23. **Cum orbim** de *I. Glăvan*.
- „ 24. **Păstrarea cărnei de porc** de *G. Gheorghiu*
- „ 25. **Calul** de Prof. *E. Udrischi*.
- „ 26. **Doctorul în casă** de *Dr. O. Apostoi*.
- „ 27. **Cum trebuie să ne hrănim** de *E. Severin*.
- „ 28. **Lămurirea legii dărilor** de *Ionu Păscu*.
- „ 29. **Beția** de *Dr. Emil Gheorghiu*.

- No 30. **Lămurirea Constituției** de *Artur Gorovei*.  
 „ 31. **Boale parazitare la animale cari tree la om** de *C. Moțaș*  
 „ 32. **Folosințe nesocotite în gospodărie** de *I. Simionescu*.  
 „ 33. **Mama și copilul**, de *Dr. Manicatlăde*.  
 „ 34. **Indrugări spre sănătate**, de *Dr. Bordea*.  
 „ 35. **Cum să ne îngrijim**, de *Dr. Bordea*.

**Seria C. „Din lumea largă“.**

- No 1. **Ucraina** de *G. Năstase*, este țara din spre răsăritul nostru.  
 „ 2. **Ceșoslovacia** de *I. Simionescu* este țara tot vecina nouă, care a dovedit închegarea ei prin muncă și hărnicie.  
 „ 3. **Munții apusei** de *M. David*, ne sunt scumpi. În ținutul lor trăiesc Motji vestiți.  
 „ 4. **Finlanda** de *I. Simionescu*, este o țară minunată, căci oamenii au făcut minuni de muncă.  
 „ 5. **Bucovina** de *I. Simionescu*, «veselă grădina», este descrisă cu tot ce are.  
 „ 6. **Basarabia** de *G. Năstase*, ne era puțin cunoscută deși dragă. E datorită fiecăruia să cetească această cărțuție.  
 „ 7. **Dobrogea** de *C. Brătescu*, Bulgarii zic că e a lor; cât neadevart ține această spusă, se poate vedea din cărțuția pomenită.  
 „ 8. **În spre polul sud** de *I. Simionescu*, Muncă și jertfă omenească s'a cheltuit pentru a cunoaște această parte de pământ.  
 „ 9. **Olanda** de *Ap. D. Culea*, e țara muncii și a minunilor pe care ea le aduce.  
 „ 10. **Viața în adâncul mărilor** de *C. Moțaș*, era încă acum o taină.  
 „ 11-12. **A. Saguna** de *I. Luțaș*.  
 „ 13. **Către Everest** de *I. Simionescu*.  
 „ 14. **Românii de peste Nistru** de *V. Harea*.  
 „ 15. **Ardealul** de *I. Simionescu*.  
 „ 16. **Lituania**, de *G. Năstase*.  
 „ 17. **Câmpul Transilvaniei**, de *Ion Popa Cămpianu*.

**Seria D. „Știință aplicată“.**

- No 1. **Fabricarea săpunului** de *A. Schorr*, este ușoară. Fiecare gospodină poate să o săvârșească. Cum? Cărțuția îi arată.  
 „ 2. **Motorul Diesel** de *Ing. Căseti*, este astăzi întrebuințat pretutindeni.  
 „ 3. **Industria parfumului** de *E. Severin*.  
 „ 4-5. **Aerul lichid** de *Ilie Matei*.  
 „ 6. **Industria azotului** de *L. Caton*.

Toate aceste cărțuții se pot strânge și în volumașe, fiind paginate în acest scop. Se pot face și abonamente.

În fiecare săptămână va apare câte un număr ce cuprinde 32 pagini și se vinde cu 3 lei.

Se pot face abonamente pentru 20 numere, trimițând 50 lei prin mandat postal la Societatea „CARTEA ROMÂNĂSCĂ” — București, Bulevardul Academiei, 3.

De vânzare la toate librăriile și depozitari de gazete din țară.