

ZDROWIE,

ORGAN WARSZAW. TOWARZYSTWA HYGIENICZNEGO,
 Redaktor **Dr Józef Jaworski**, ulica Zielna Nr 13.
 Administracyja w Kancelaryi Tow. Hygien. (Krak. Przedm. 66); telef. 38-10.

HEMOGEN
 Dla dorosłych. Dla dzieci
MAGISTRA
KLAWE
 Środek krewotwórczy,
 zwiększa apetyt, przy-
 wraca siły wzmianco-
 waniu nerwowym.
 Skład główny:
 10, Plac sw.
 Aleks. Apłtha

Medale złote na Wystawach Hygienicznych.

50% OSZCZĘDNOŚCI OPAŁU
 ————— USUWA WILGOĆ —————

patent. **Multiplikator Ogrzewania**
 oraz **PIECE ŻELAZNE MULTIPLIKATOROWE.**

D-r W. P. Kłobukowski, Inż. chem., Warszawa, Al. Jerozolimska 71. Tel. 1502.

Elixir do zębów
„Glossa”
 O przyjemnym smaku, nie
 ustępujący tego rodzaju zagranicznym
 środkom.
 Wyrabia apteka **E. GESSNERA**
 w Warszawie, Jerozolimska 27.

MARKA FABRYKAN

UDOSKONALONE

SYNAPIZMA

(GORCZYCZNIKI)

STRZELECKIEGO

NIE USTĘPUJĄ NAJLEPSZYM WYROBOM ZAGRANICZNYM.
SZEROKI ZBYT ZA GRANICĄ.

Warszawa.

Sienna 33, telefon 48-90.

A. WETTLER Sen.

Biuro Instalacyjno-Techniczne

FABRYKA PRZYRZĄDÓW SANITARNYCH

Warszawa, ulica Hoża Nr 59. Telefony 98 i 19-98.

Filja w Łodzi, ul. Piotrkowska Nr 121.

Kąpiele ludowe i fabryczne. Urządzenia sanitarne w szpitalach.
Wodociągi i kanalizacje. Ogrzewanie centralne. Wentylacje.
Biologiczne oczyszczanie ścieków.

WARUNKI PRZEDPŁATY NA MIES. „ZDROWIE“:

w Warszawie: rocznie Rubli 4, półrocznie Rubli 2. Na prowincyi
i w Cesarstwie: rocznie Rubli 5, półrocznie Rubli 2 kop. 50. Za gra-
nicą: rocznie 5 flor., 10 mar., 14 fr., półrocznie 3 flor., 5 mar., 7 fr.
Ogłoszenia do „Zdrowia“ przyjmują się na warunkach następujących.

	Strony zewnętrzne	Strony wewnętrzne
Cała strona . . .	rub. 15	rub. 12
Pół strony . . .	„ 8	„ 7
¼ strony . . .	„ 5	„ 4

Przy ogłoszeniach półrocznych i rocznych robią się znaczne ustępstwa.

90040

**BIURO INSTALACYJNO-TECHNICZNE
I WARSZTATY
KOMARNICKI, MIERNOWSKI i S-ka**

Warszawa, Ordynacka Nr 9, telef. 65-55.

Adres telegraficzny: „Bios“, Warszawa.



Budowa stacji biologicznych własnego systemu, do biochemicznego oczyszczania ścieków domowych i fabrycznych, patent. przez Ministerjum Przemysłu i Handlu.

Kanalizacja, wodociągi, ogrzewanie centralne i wentylacja. Urządzenia kąpielni, łaźni parowych, szpitali, rzeźni i t. p. i t. p.

UWAGA: W dziale kanalizacyjnym specjalny system prowadzenia ścieków, oczyszczonych bez zarażenia wylizwaniami powietrza i zanieczyszczenia gruntu szkodliwymi dla zdrowia bakteriami. — W dziale wodociągowym zaopatrywanie mieszkań w wodę specjalnym systemem wprost ze studzien.

**Szybkie i tanie przygotowywanie wody gorącej
do potrzeb domowych i ogólnych.**

MĄCZKA
NESTLÉ
MLECZNA

Mączka Mleczna NESTLÉ'A

STOSUJE SIĘ NIEMOWŁĘTOM JAKO SUROGAT
MATCZYNEGO POKARMU I W OKRESIE ODSTA-
WIENIA OD PIERSI, A TAKŻE DOROSŁYM CHOROZYM
NA ŻOŁĄDEK I REKONWALESCENTOM.

Sanatogen Bauer'a

wskazany jest w wypadkach anemii, blednicy,
w okresie rekonwalescencji po chorobach płuc,
serca lub żołądka, jako środek wzmacniający
nerwy i organizm.

Sz. Panowie Lekarze zechcą zwracać się
z żądaniem bezpłatnego przesłania prób i ściśle
naukowej literatury do wyłącznego przedstawiciela

Fabiana Klingslanda, w Warszawie, ul. Marszałkowska 129.

Warszawskie Towarzystwo Akcyjne handlu towarami
aptecznymi dawniej Zjednoczeni Aptekarze i

ŁUDWIK SPIESS i SYN



Warszawa — Senatorska 24
" — Plac Teatralny 18
" — Marszałkowska 140
" — " 99
" — Miodowa 8.
Łódź — Piotrkowska 107.



POLECA:

**Towary apteczne, produkty chemiczno-techniczne,
środki opatrunkowe.**

WARSZAWSKIE TOWARZYSTWO AKCYJNE

„MOTOR“

ULICA MARSZAŁKOWSKA Nr 23

Oddział Wód Mineralnych

TELEFON 4-91.

POLECA:

WODY mineralne sztuczne.

NAPOJE gazowe, LIMONADY owocowe.

SOLE do kąpieli mineralnych.

WODY normalne lecznicze prof. d-ra **W. Jaworskiego.**

WODA atoksylo-żelazista.

WODA destylowana na balony.

TREŚĆ ZESZYTU 12.

Artykuły oryginalne: Artykuł wstępny (str. 861). — *Dr Med. Władysław Chodecki*. Jak należy urządzić życie codzienne, aby długo pozostać zdrowym i zdolnym do pracy (str. 865). — *F. Bruśnicki*. O kąpielach ludowych w gub. Kaliskiej (str. 882).

Dział sprawozdawczy. Choro**by zakaźne.** *Günther i Böltcher*. Epidemia tyfusowa w Hubertusburskim zakładzie (892). — *G. Zirolia*. Spostrzeżenia nad przewlekłością wydzielania się wibryonów cholerycznych u rekonwalescentów (893). — *Calhoire, Cadiot, Henry*. Łasieczniki dyfteryczne prawdziwe i rzekome (893). — *Kelsch*. O drętwyce karku (studjum krytyczne nad przyczynami tej epidemii (str. 894). — *Hygieną szkolną i wychowawczą*. *L. Piesen*. Niepożądane następstwa przesadnie prostego szkolnego siedzenia (896). — *O. Marcus*. Wykłady ratownictwa w szkołach (str. 896). — „Schol Hygiene“ (str. 896). — *Sorger*. Statystyka krótkowzroczności w szkołach średnich (898).


Sprawozdanie ze Zjazdu. Pierwszy międzynarodowy kongres pedologiczny w Brukselli, napisała *Dr M. Stefanowska* (899).

Skrzynka do listów. List otwarty do redakcyi „Zdrowia“ w sprawie wody do picia w Ciechocinku (905).

Wspomnienie. Ś. p. *Dr Stanisław Markiewicz* [z portretem] napisał *Dr A. Majewski i Dr J. Bączkiewicz* (str. 905).

Wiadomości bieżące: Epidemia tyfusu brzuszego w Warszawie (909). Epidemia tyfusu w Mławie i w Ciechanowie (910). — Epidemia tyfusu w Ząbkowicach (910). — Epidemia ospy w Warszawie (str. 911). — Budowa rzeźni centralnej (911). — Zebranie publiczne Tow. Naukowego Warszawskiego (912). — Hojna ofiara na szkołę (str. 912). — Z Towarzystwa Szkoły Ludowej (912). — Redukcyja budżetu szkolnego (912). — Szkoła dla dziewcząt wiejskich (913). Wzorowa gmina co do szkół (913). — Ludność Łodzi (str. 914). Ludność Włocławka (914). — Urządzenia sanitarne w domach kolejarzy w Kaliszu (914). — Propaganda trzeźwości na kolejach (914). — Budowa kamery dezynfekcyjnej w Lublinie (914). Gospodarka miejska w Kowalu (914). — Komitet Sanatorium w Rudce (915). — Zaprzepaszczoney szpital na Kujawach (915).

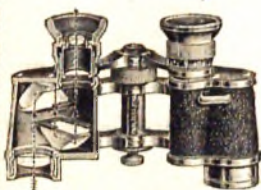
Spis rzeczy tomu XXVII.



MAGAZYN OPTYCZNY

G. GERLACH

Warszawa, Czysta № 4, telefon 1-77



POLECA

Komplety szkieł dla p. p. Okulistów. Termometry lekarskie, lampki elektryczne kieszonkowe. Szkła wszelkich systemów dla oczu. Daszki higieniczne na lampy. Mikroskopy szkolne. Aparaty projekcyjne. Przybory rysunkowe.

WYŁĄCZNA REPREZENTACYA
Mikroskopów Hartnack'a.

**Aparaty asenizacyjne, higieniczne
wozy i skrzynki do śmieci poleca**

NAGRODZONA 42-ma WYŻSZEMI NAGRODAMI

Fabryka Pomp, Sikawek i Narzędzi Ogniwych

JÓZEF TROETZER i S^{ka} W WARSZAWIE.

ZAKŁAD PRZYRODOLECZNICZY

D-ra J. ŁUCZYŃSKIEGO

w Warszawie, ulica Smolna Nr 10, telefon 139-22.

Hydropatja i elektroterapia. Kąpiele świetlne i elektryczne. Masaże.

Gimnastyka lecznicza. Arsonwalizacja. Gabinet Roentgena.

Leczenie chorób przemiany materji oraz nerwowych:

Oddział kąpeli powietrzno-słonecznych przy ulicy Agrykola
(vis-à-vis Łazienek).

Urządzenia zakładowe pozwalają na prowadzenie kuracji zimą i latem.

ZDROWIE,

ORGAN WARSZAW. TOWARZYSTWA HYGIENICZNEGO,
POŚWĘCONY HYGIENIE PUBLICZNEJ I PRYWATNEJ

Warszawa, w Grudniu 1911.

Od paru miesięcy w Warszawie, a także w niektórych miejscowościach kraju naszego, szerzy się epidemia tyfusu brzusznego na ogół z ciężkim przebiegiem i z dość znaczną śmiertelnością. Nawet tam, gdzie tyfus brzuszny wywołuje bardzo nieznaczną śmiertelność, jak np. w Prusach, gdzie umiera 1 lub 2 osoby na 10,000 ludności, to i tam występowanie okolicznościowe choroby z charakterem epidemii wywołuje zwykle wielkie zaniepokojenie wśród ludności. Zaniepokojenie takie w Warszawie, nie mówiąc już o prowincyi naszej, jest tembardziej usprawiedliwione, ponieważ omal cała ludność najuboższa leczyć się musi w domu, a w najlepszym razie na salach szpitalnych ogólnych, przeznaczonych dla wszelakiego rodzaju chorych. Oddziały bowiem szpitala dla zakaźnych chorych w Warszawie w tych czasach, jak się okazuje, całkowicie były zajęte przez chorych na ospę, której epidemia współcześnie z tyfusem w Warszawie wybuchła. Ze względów powyższych niezbędnem jest uświadomienie dokładne o sposobach szerzenia się tyfusu brzusznego, albowiem tem samym staje się wiadomą i profilaktyka.

Jako najpoważniejsze źródła zakażenia, jak wiemy, zasługują na baczną uwagę nasamprzód, kał i mocz chorych tyfusowych. Wobec tego, że laseczniki tyfusowe zarówno w stanie suchym, jak i na wilgotnem podłożu żyć mogą całemi miesiącami wspólnie z saprofitami, to niewątpliwie źródła zakażenia rozszerzają się dalej niż np. przy cholercze. Zarazki tyfusowe znajdować się mogą

akc. 185-52-50

nie tylko na bieliźnie, ubraniu, lecz w dołach kloaczych, na powierzchni gruntu, nawożonej roli. Z powierzchni ziemi laseczniki tyfusowe dostać się mogą do studzien, do rzek i zakażać wodę do picia i użytku codziennego. Ztąd mogą laseczniki przedostawać się do pokarmów, np. do mleka, przez używanie, np. wody do mycia naczyń, na jarzyny, przez skrapianie wodą zakażoną.

Jako drogi przenoszenia zarazków służą tutaj dotknięcia źródeł zakażenia, a z drugiej strony dotykanie się zakażonymi palcami ust. W mieszkaniach prywatnych, a nawet w szpitalach ten sposób przenoszenia się choroby stanowi bardzo poważny % wszystkich zakażeń.

O ile wyżej wymienione sposoby przenoszenia zarazków tyfusowych są powszechnie znane, to natomiast sprawa zarażania się przez zdrowych „nosicieli“ różnemi zarazkami chorobowymi, a w pierwszej linii tyfusem brzusznym, jest mało znana, niestety, nawet pewnym wziętym lekarzom-praktykom wielkomiejskim, o czem podczas obecnej epidemii mieliśmy możność przekonania się. Tymczasem sprawa, t. z. „Nosicielei zarazków“, „Porteurs des germes“, „Bacillenträger“, zdaniem Priggego, ze stanowiska higieny publicznej jest sprawą socyjalną.

Niebezpieczeństwo ze strony „Nosicieli zarazków“ dla otoczenia tem staje się większe, że nikomu nie przychodzi na myśl przedsięwziąć w stosunku do nich, jakiegokolwiek ostrożności. Tymczasem jednym z najważniejszych sposobów walki z chorobami zaraźliwymi, musi być ich wykrycie i unieszkodliwienie.

Zadaniem—walki z nosicielami zarazków jest to, aby osobników takich zdrowych pod względem klinicznym, uczynić zdrowymi i pod względem bakteryologicznym. Obecnie ustalono, że źródłem całego szeregu chorób zaraźliwych, a w liczbie tej i tyfusu brzusznego, bardzo często bywają zdrowi nosiciele tych chorób. Naprzykład Niepraschek określił ilość laseczników tyfusowych w moczu jednego „nosiciela“ i znalazł, że w ciągu doby wydzielilo ich się około czterech miliardów (3,750,000,000).

Epidemiologiczne znaczenie nosicieli bakterii zostało za pomocą badań odnośnych ustalone, a fakt ten, że zarażenie i zachorowanie są zjawiskami różnemi, że można nosić w sobie zarazek,

udzielać go innym osobom, a samemu nie zachorowywać, nie ulega dzisiaj żadnej wątpliwości.

Wszystkich nosicieli zarazków chorobotwórczych dzielią zazwyczaj na następujące kategorie, których charakter już nazwy same określają bliżej. Nosiciele czasowi:

I. Nosiciele poprzedzający (gdym stwierdzić można zarazki już w okresie inkubacyjnym, dla tyfusu na 10—15 dni przed istotnym zachorowaniem); 2) nosiciele rekonwalescencji: a) — czasowi, b) chronicy (Dauerausseidei).

II. Nosiciele stali (Bacillentraeger): 1) nosiciele zdrowi (nigdy niechorujący); 2) — którzy przenieśli chorobę w formie lekkiej.

Odnosnie do tyfusu brzuszego według *Lentza*, każdego nosiciela, który wydziela laseczniki po 10 tygodniach od chwili wyzdrowienia, należy uważać za nosiciela-chronika. Według *Froscha* laseczniki tyfusowe w międzyczasie 10—12-go tygodnia znajdują się w 4,62%, a według *Drigalskiego* w 4,7% u wszystkich rekonwalescentów.

Priester znajdował laseczniki tyfusowe w moczu u 50% wszystkich, którzy przebyli tyfus, inni autorzy tylko u 21—17%.

Oceniając znaczenie takich nosicieli ozdrowieńców, łatwo można sobie wyobrazić, w jakich rozmiarach może przez nich szerzoną być choroba po powrocie ze szpitala, lub wogóle po opuszczeniu łóżka. Wszak zazwyczaj i najczęściej tyfusowi w tydzień po spadku ciepłoty, jako „zdrowi“ wypisywani bywają ze szpitali, a tymczasem w znacznej % przypadków jeszcze w ciągu 3—4 tygodni roznoszą wokoło zarazę.

Według wyliczeń pewnych autorów na 150, wypisanych ze szpitala tyfusowych, 45,6% opuściło go w okresie przekazania zażarzenia otoczeniu. Z 70 nosicieli — 17 osób wydzielało laseczniki z kałem i moczem, 40 tylko z kałem, a 13 tylko z moczem. Nadto, zwłaszcza okazuje się nader ważnym fakt, że właśnie cięższe przypadki tyfusu dawały mniejszy % nosicieli (41,4%) niż przypadki lżejsze (57,7%). Zjawisko to zdaje się niewątpliwie wskazywać na niestosunek powrotu do zdrowia pod względem klinicznym i bakteryjcznym ozdrowieńców.

Faktów, wskazujących na rolę nosicieli tyfusu istnieje obecnie w nauce bardzo wiele, lecz sprawa ta wymaga niejako spe-

cyalnej organizacyi epidemiologicznej, mianowicie dłuższego nadzoru nad ozdrowieńcami i dokładnej kontroli bakteryologicznej.

Jest to zasługą R. Kocha wykrycie tego czynnika epidemiologicznego. Poczynając od r. 1903 w Niemczech wykonano pod tym względem dużo prac i nie tylko została wyjaśniona istota kwestyi tej, lecz także wypracowano sposoby i środki do walki z tem złem.

Dzięki pracom Froscha i Drigalskiego wyjaśniona została istotna przyczyna, t. z. „domów tyfusowych“. Już dawniej przyczynę takich epidemii tyfusowych domowych upatrywali w warunkach niekorzystnych sanitarno-hygienicznych, w zanieczyszczeniu gruntu, lecz naukowo stwierdzić tego się nie dawało. Pewny związek przyczynowy ustalony został, co do zanieczyszczenia wody do picia przez laseczniki tyfusowe. Dopiero Frosch zdołał wykryć istotnych winowajców tych epidemii domowych: winowajcami tymi byli najczęściej nosiciele tyfusu chroniczni. Nadto, zauważono, że osoby stale zamieszkałe w domach takich niejako zyskują odporność, co do tyfusu, zapadają zaś głównie mieszkańcy nowi. W czasach ostatnich w Niemczech południowych stwierdzono 276 niewątpliwych zarażeń od takich nosicieli tyfusu.

U nas w kierunku tym organy sanitarne, z natury rzeczy do tego powołane, żadnych poszukiwań nie czynią i wogóle żadnych zarządzeń poważniejszych w celu wykrycia źródeł zarazy i jej zwalczania nie przedsięwzięły.



Jak należy urządzić życie codzienne, aby długo pozostać zdrowym i zdolnym do pracy.

(Odczyt dnia 18/I r. b. w Wydziale Hygieny życia codziennego).

Podał d-r Med. **Władysław Chodecki.**

Z rzadką jednomyślnością poświadczają wszyscy uczeni, że ostatnie 100 lat przedstawiają dla umysłu ludzkiego wyjątkowo świetny punkt w historii nauki, sztuki i techniki. Nazwano wiek XIX-ty, w którym ujrzeli światło dzienne tacy genialni mężowie jak Darwin, Heckel, Helmholtz, Lister, Koch, Virchow, Donders, Edison, Roentgen, Wagner, Dubois-Reymond i wielu innych, wiekiem kultury i cywilizacji. Umysł ludzki lotem orla wdziera się w niedostępne dotąd dla niego krainy, rozwiązuje zagadki i wykrywa nowe prawa przyrodzone rozwojowi istot żyjących.

Ze szczególnym jednak podziwem przyglądają się współcześni postępowi nauk lekarskich. Gdy jednak zdobycze chirurgji wdzierającej się nawet w granice medycyny wewnętrznej i neuropatologii, obudzają powszechne zdumienie, to mniejszem uznaniem cieszą się najnowsze zdobycze medycyny wewnętrznej, ponieważ terapia okazuje się bardzo często bezsilną wobec wielu cierpień prześladujących srodze ród ludzki. Należy jednak podnieść zdumiewające zaiste postępy diagnostyki chorób wewnętrznych i dokładność metod współczesnego badania, bez których chirurgja nie mogłaby święcić tak olśniewających tryumfów. Należy także zaakcentować tutaj wybitne zasługi szkoły berlińskiej z niedawno zgasłym prof. Leydenem na czele, kładącej główny nacisk w leczeniu na metody dyetetyczno-fizykalne i racjonalne pielęgnowanie chorego.

W tym niewątpliwie orlim locie nauk lekarskich, wysuwa się powoli na miejsce naczelne jedna młoda stosunkowo gałąź medycyny, mianowicie *hygieny*, opierająca się na najnowszych postępkach chemji i bakteryologii. Jej to zdobyczom zawdzięcza ludzkość olbrzymie zmniejszenie się śmiertelności, ona to usiłuje za-

pobiegać chorobom w myśl hasła: „*prévenir vaut mieux que guérir*“. Przez staranie o dobrą kanalizację i czystą wodę do picia, przez zapobieganie zanieczyszczeniu gruntu, przez nadzór i odpowiedni wybór pokarmów, przez stosowanie aseptyki przy wykonywaniu operacji chirurgicznych, przez izolację chorych na choroby zakaźne, przez staranną dezynfekcję wszystkich przedmiotów, które stykały się z chorym i przez cały szereg innych środków zapobiegawczych, a zwłaszcza przez należyte zrozumienie zasady czystości, do którego utorowała drogę współczesna bakteryologia, uratowano życie tysiącom jeżeli nie milionom ludzi i zapobieżono skutecznie strasznyemu cierpieniu ludzkim. Musimy tutaj wspomnieć z wielką wdzięcznością o nazwiskach takich, jak Semmelweiss, Pettenkoffer, Lister, Pasteur, a zwłaszcza Koch, który nam wskazał nie tylko drogi, metody i środki racjonalnego badania drobnoustrojów chorobotwórczych, ale nauczył nas równocześnie, jak należy skutecznie zwalczać choroby zakaźne. Od czasu też epokowych badań Kocha śmiertelność z chorób zakaźnych zmniejszyła się znacznie, a choroby takie jak dżuma, cholera, tyfus plamisty pokazują się w krajach ucywilizowanych tylko w przypadkach zawleczenia zarazka z krajów ościennych. Z badań o wpływie rozmaitych czynników na stopień śmiertelności, wyłonił się bardzo ciekawy fakt, a mianowicie, że ilość drobnoustrojów znajdująca się w powietrzu, wywiera wpływ bardzo znaczny na procent śmiertelności. I rzeczywiście powstaje w umyśle naszym pytanie, czy to wzmocnienie, to pokrzepienie, jakiego doznaje nasz ustrój w wysokich górach i nad brzegiem morza, nie jest chociaż w części wynikiem i tego faktu, że z powodu aseptyczności powietrza, organizm nasz ma na pewien czas zapewniony spokój od walki z czyhającymi na jego zdrowie i życie miliardami drobnoustrojów?

I jest to rzeczą właśnie higieny, rzeczą racjonalnej profilaktyki tak zwiększyć odporność ustroju ludzkiego, by nie uległ w codziennej walce z czyhającymi na jego zdrowie i życie drobnoustrojami. W ostatnich jednak czasach rozlegają się coraz potężniejsze a ostrzegające nas głosy wybitnych higienistów i lekarzy, iż jeżeli dzięki postępom higieny publicznej zmniejszyła się znacznie śmiertelność z chorób zakaźnych, to jednak człowiek współczesny wskutek anormalnych warunków bytu, zerwania z na-

turą, nadmiernych wymagań, jakie stawia kultura naszemu układowi nerwowemu, jednostronnego odżywiania się i nadużywania środków podniecających i narkotycznych, wyczerpuje się i starzeje szybko, podlegając przedwczesnemu zwyrodnieniu układu krwionośnego prowadzącemu szybko do śmierci.

Lekarze konstatują, że oprócz modnej neurastenji, obrzydzącej życie, podkopującej prawidłową twórczość jednostki i znoszącej wolę, rzadko jednak kiedy skracającej życie, występują na plan pierwszy u jednostek w sile wieku sprawy miażdżycowe w tętnicach z ich poważnymi następstwami dla mięśnia sercowego, mózgu i nerek. Rozmaite towarzystwa ubezpieczeń podają, że stwardnienie tętnic staje się coraz częściej przyczyną śmierci, tak np. w ostatnim roku w 25%. Większość lekarzy (Huchard, Romberg, Senator) upatruje przyczynę tego przedwześnie występującego cierpienia układu krwionośnego we wzruszeniach umysłu, powodujących znaczne wahania w ciśnieniu krwi i przyspieszenie działalności serca, w jednostronnem odżywianiu się mięsem wywołującym lepkość krwi i przeładowanie jej szkodliwymi produktami przemiany materji ciał białkowych, jak leukomajny, ptomajny i kwas moczowy. Nadto substancje wyciągowe mięsa jak kreatinina drażnią nabłonek nerkowy wywołując w końcu białkomocz i cierpienia śródmiaższowe nerek, które często przy objawach mocznicowych (uremicznych) kładą kres życiu chorego. Nie mniejszą rolę grają i nadużywania tytoniu zaczynające się często już we wczesnej młodości, a na które rodzice i wychowawcy nie zwracają należytej uwagi. Powodują one skurcz drobnych naczyń, przyspieszenie działalności serca a przez to podwyższenie ciśnienia krwi z następnymi sprawami, zwyrodniającymi w układzie krwionośnym. Nadmierne używanie mięsa w wieku młodzieńczym prowadzi do tak często obserwowanej nerwowości, wywołuje dojrzałość przedwczesną umysłu i ciała, zaparcie stolca i uporczywe wysypki ustępujące szybko przy zmianie diety. Mocne rosoly tak u nas popularne zwłaszcza w domach zamożnych, a zawierające znaczną ilość substancji wyciągowych i drażniące wskutek tego układ nerwowy i nerki, nie powinny tak często pokazywać się na stołach naszych i ustąpić miejsca raczej zupom mlecznym i kleistym. Powinniśmy uleść instynktowemu żądaniu dzieci potraw mącznych, jarzyn i owoców. Aż do 12-go roku życia wystarczy

jedno danie mięsne do $\frac{1}{4}$ funta. Szczególniej ostrożnymi w spożywaniu mięsa powinni być potomkowie rodziców cierpiących na poważne zaburzenia w przemianie materji. Wyłączna dyeta mięsna przy cukrzycy zmniejsza wprawdzie szybko ilość cukru w urine, ale przedstawia zresztą bardzo słabe strony, przyspieszając powstawanie spraw miażdżycowych w układzie krwionośnym, wywołując podagrę i nerwowość. W bardzo bliskim związku ze sprawami zwyrodniającymi w układzie krwionośnym pozostają ciężkie zaburzenia przemiany materji jak podagra, cukrzyca i otyłość, które łączą i wikłają się z sobą.

Prof. Leyden w licznych pracach swoich, „O stwardnieniu tętnic“ akcentuje, że pobudzenia psychiczne i gorączkowość współczesnego życia, odżywianie się przeważnie mięsem przy braku ruchu, nadużywanie alkoholu i tytoniu i to przeważnie mocnych gatunków, prowadzą do spraw miażdżycowych w zakresie tętnic wieńcowych serca, co wywołuje znany obraz „duszniicy bolesnej,“ kładącej kres życiu wielu jednostek inteligentnych, wyczerpujących, przedwcześnie siły w walce o byt.

Według klasycznego orzeczenia prof. Charcot'a długość naszego życia zależy przede wszystkim od stanu serca i tętnic, a to oprócz innych czynników podlega nieubłaganemu prawu dziedziczności.

Skłonność do przedwczesnych spraw zwyrodniających w układzie krwionośnym, jest po większej części odziedziczona.

Ale i tutaj możemy przez właściwe zachowanie się zmniejszyć, złagodzić do pewnego stopnia ów szkodliwy czynnik dziedziczności, przez wielkie umiarkowanie we wszystkim, dietę roślinno-mleczną z niewielkim dodatkiem mięsa, unikanie wszelkich środków podniecających i na koniec ćwiczenia fizyczne od najmłodszej młodości aż do starości i to na świeżem powietrzu. Ćwiczenia fizyczne doprowadzają do krwi w większej ilości tlen, krążenie jej staje się żywszem, a przez to odżywianie narządów lepszem. Nadto krew zawierająca znaczną ilość kwasu węglowego, staje się lepka, krąży wolniej a przez to cierpieć musi i odżywianie narządów. A nadto przy lepkości, przy zgęszczeniu krwi, zwiększa się jej tarcie o ściany naczyń; zwiększa się jej uraz t. j. ciągle drażnienie ścianki naczyń; co musi sprzyjać powstawaniu sprawy miażdżycowej.

Neurastenja tak często rozpoznawana, jest zwłaszcza po latach 40, bardzo często sprawą miażdżycową układu krwionośnego, prowadzącą do wadliwego odżywiania ośrodków nerwowych.

I dla tego powtarzam w ciągłym ruchu na świeżem powietrzu, w ćwiczeniach oddechowych wzmacniających mięsień sercowy, w skromnem przeważnie roślinno-mlecznem odżywianiu się upatrywać musimy do pewnego stopnia eliksir wiecznej młodości. Dyeta roślinno-mleczna zmniejsza gęstość, lepkość i nadmierną kwaśność krwi, ułatwia przez to jej krążenie, a nadto nie obciąża zbyt cieżko czynności wątroby i nerek, owych narządów usuwających z ustroju zbyt cieżkie a nawet szkodliwe produkty przemiany materji. Mleko zaś działa moczopędnie, nie drażniąc nabłonka nerkowego, przez co sprowadza zbawienne opróżnienie układu krwionośnego i zmniejszenie się ciśnienia.

Wszystkie środki działające leczniczo na zwyrodnienie układu krwionośnego jak np. tak zachwalany w ostatnich czasach jod, działają przeważnie przez zmniejszenie lepkości krwi i ułatwienie przez to jej krążenia.

Jeden dzień w tygodniu zwłaszcza w wieku późniejszym powinniśmy odżywiać się wyłącznie mlekiem, owocami i użyć więcej ruchu na świeżem powietrzu, by usunąć szkodliwe produkty przemiany materji, zatruwające krew naszą. Te posty raz na tydzień, obserwowane w kościele katolickim, mają wysokie znaczenie higieniczne zwłaszcza dla ludzi pełnokrwistych i dobrze odżywianych. Niezmiernie interesujące są badania doświadczalne znanych uczonych Yosuégo i Roger'a wykonane na zwierzętach. Pokazały one niezbicie, że te zwierzęta, które przez pewien czas poszczą, a następnie przyjmują zwykłe pożywienie, są daleko odporniejsze na działanie drobnoustrojów chorobotwórczych, wywołujących zapalenie aniżeli te, które zawsze przyjmowały pokarm. Tak skuteczne w cierpieniach przewodu pokarmowego, wątroby i nerek kuracje w Karlsbadzie, działają pomyślnie na nasz ustrój przedewszystkiem przez higieniczny tryb życia, ranne wstawanie a wczesne udawanie się na spoczynek, nader umiarkowane spożywanie pokarmów a zwłaszcza mięsa, wykreślenie z jadłospisu środków podniecających i ruch na świeżem powietrzu. Ustrój nasz, krew naszą, oczyszcza się w ten sposób od szkodliwych produktów przemiany materji, staje się więcej płynną, przez co krążenie jej zostaje ułatwione, jak i pra-

ca odtruwająca wątroby i nerek. Tylko zauważyć wypada, że taki tryb życia należy zachować i w domu, by uniknąć występującego w końcu samozatrucia ustroju z jego szkodliwymi następstwami dla układu krwionośnego.

W Niemczech zdobył sobie Lahmann, twórca znanego sanatorium pod Dreznem, niewątpliwie wielką zasługę przez to, że energicznie zwalczał jednostronne poglądy o wartości odżywiania się białkiem. Zawarte w pożywieniu roślinnym, a zwłaszcza w jarzynach, sałatach i owocach sole, (sodowe, potassowe, żelazo) są nie tylko użytkami, ale są niezbędne dla normalnego składu naszej krwi i grają w odżywianiu naszego ustroju nader ważną rolę. Powinny pamiętać o tem osoby mające odziedziczoną skłonność do zaburzeń w przemianie materji. Substancje wyciągowe mięsa wywierają w dodatku wpływ drażniący na układ nerwowy i ściankę naczyń, powodując do pewnego stopnia chroniczne zatrucie krwi, które powinniśmy usuwać od czasu, do czasu przez dietę roślinno-mleczną i forsowniejszy ruch na świeżem powietrzu.

Starzejemy się szybko, ponieważ żyjemy gorączkowo z ciągłym napięciem układu nerwowego, ponieważ jemy wogóle za wiele, gdy już zaczyna cierpieć energia przemiany materji i sprawność narządów trawienia, a używamy za mało ruchu, aby ustrój mógł sobie przyswoić spożyte pokarmy. U osób należących do warstw zamożnych i odżywiających się nadmiernie, używających zwykle mało ruchu a podlegających często wzruszeniom psychicznym, sprawa miażdżycowa w układzie krwionośnym występuje często z poważnymi zaburzeniami w przemianie materji już to węglowodanów jak cukrzyca, już to ciał białkowych jak podagra. Neura-stenja, występująca często na tle skazy moczanowej, łączy się także czasami ze zmianami w układzie krwionośnym. Zasługuje na uwagę, że w wielkich miastach miażdżycza naczyń występuje częściej, aniżeli u ludności wiejskiej, odżywiającej się przeważnie pokarmami roślinnymi, mlekiem i gdzie niema tak szkodliwych wzruszeń umysłu, powodujących zwiększone napięcie w tętnicach. Między ludźmi długo żyjącymi zaledwie możemy znaleźć 50% takich, którzy obficie spożywali mięso.

I tak musimy zalecić każdemu po przekroczeniu 40-go roku życia, by myślał o możliwem pojawieniu się miażdżycy tętnic, a to tem bardziej, że cierpienie to przebiega początkowo często skrycie

i dotknięte niem jednostki oddają się bez miary uciechom życia, przekraczają miarę w jedzeniu i picu, aż nagle zjawiające się objawy duszności przy najmniejszym ruchu, lub bóle pod mostkiem i okolicy serca wskazują wyraźnie na zwątpienie tętnic wieńcowych. Od tego to okresu życia wskazaniem jest wielkie umiarkowanie w jedzeniu i picu, by nie powiększać zbyttnio pracy serca i ciśnienia w układzie krwionośnym, wskazaniem jest zupełne wykluczenie alkoholu, tytoniu, wszelkich środków pobudzających i koniecznym jest wielki spokój umysłu.

U klas zamożnych, prowadzących przeważnie życie siedzące przez trwałe przekroczenie ilości dziennej 140—150 gramów białka, powstaje skłonność do podagry, objawiającej się zwiększoną kwasnością moczu i zwiększoną ilością kwasu moczowego, przy przekroczeniu zaś dziennem 85 gramów tłuszczu powstaje skłonność do otyłości, a przy przekroczeniu 450 gramów węglowodanów—do cukromoczu i cukrzycy.

W codziennem naszym pożywieniu unikać należy przypraw ostrych, sosów korzennych, dziczyzny, konserwów, obarcza to bowiem zbyttnio nerki, a drażni niepotrzebnie błonę śluzową żołądka. Rzadko można spożywać wątrobę, nerki, gruczoły, z powodu obfitej zawartości w nich ciał purynowych. Musimy się również liczyć z zawartością soli kuchennej w pożywieniu, albowiem duże ilości chlorku sodu, na co pierwszy zwrócił uwagę prof. Bunge, stanowią pewne podrażnienie dla nabłonka nerkowego. To też w ostatnich czasach H. Strauss radzi, by nie solić zbyttnio pokarmów.

Trzeba pamiętać o tem, że starość zależy od trzech czynników, a mianowicie: 1-o zmniejszenia się energii przemiany materji; 2-o dążności do wytwarzania się tkanki łącznej na miejsce zdrowego mięszu narządów i 3-o na zmniejszeniu się czynności organów usuwających szkodliwe produkty przemiany materji, jak nerek i wątroby. Ta ostatnia zwłaszcza zdolną jest do pewnej przeobrażającej czynności. unieszkodliwia ona bowiem jadowite związki powstające w kiszkach.

Dzieje się to prawdopodobnie bez udziału żółci, lecz raczej dzięki czynności pewnej samego mięszu, którą możemy uważać za wydzielanie wewnętrzne. Wątroba bierze pewien udział w powstawaniu kwasu glikuronowego, którego rola w ustroju

polega na zobojętnieniu jądów. Jest też bardzo prawdopodobnem, że w wątrobie zachodzą sprawy hamujące rozwój a c i d o z y, co też czynią i węglowodany.

Mylą się więc zupełnie ludzie starzy sądząc, że jedząc dużo powiększają swoje siły, w rzeczywistości bowiem przeciążają tylko pracą wyczerpaną i mniej sprawne narządy i zatruwają ustrój. Wogóle gdy zbliżamy się do lat 50 i energia narządów słabnie, dobre mleko, jaja, jarzyny i owoce stanowić powinny podstawę naszego pożywienia. Szczególniej kolacja powinna być bardzo skromną; najlepiej zupełnie bez mięsa.

Na jeden błąd higieniczny popełniany przez szerokie warstwy naszego społeczeństwa, muszę zwrócić tutaj uwagę: oto piją u nas wogóle bardzo mało wody, głównie z obawy przed b a k t e r y a m i, dając pierwszeństwo wodom sztucznym nasyconym kwasem węglowym zwiększającym ciśnienie i to bardzo znacznie w układzie krwionośnym. Nie nie zastąpi zdrowej wody do picia i człowiek obejść się bez niej stanowczo nie może. Na ten punkt w wielu chorobach przemiany materji radziłbym zwrócić baczną uwagę; u nas w Warszawie woda nie pojawia się na stołach, a zamiast niej ukazuje się syfon z wodą Vichy lub też inną wodą alkaliczną. Takie alkalizowanie soków trawiennych podczas jedzenia jest dla pewnych osób stanowczo szkodliwe i jest wskazane tylko w pewnych przypadkach. W wieku późniejszym ostrzedz musimy i przed nadmierną ilością płynów i wysoką temperaturą pokarmów, powiększa się bowiem zbyt przez to ciśnienie w układzie krwionośnym, a przez nadmierną ilość płynów rozcieńczają się soki trawienne i rozszerza żołądek. Ilość płynów nie powinna przekraczać dziennie 2 $\frac{1}{2}$ litrów; w pokarmach samych przyjmujemy około 50% wody.

Pokarm przeważnie mięsny sprzyja powstawaniu spraw gnilnych i fermentacyjnych w kiszkiach; pożywienie mleczne przy rozwijaniu się kwasu mlecznego dezynfekuje do pewnego stopnia kiszki. I dla tego to przedstawia ono tę korzyść, że niszczy te szkodliwe dla ustroju naszego produkty trawienia kiszkowego. Mleko więc pod wszelkimi postaciami, a zwłaszcza mleko kwaśne, tak gorąco zalecane przez prof. Miecznikowa, zapobiega samoza-

truciu ustroju, a w ten sposób zapobiega i miazdżycy układu naczyniowego.

To samo mniej więcej stosuje się i do węglowodanów. Prawie wszystkie, obok wartości odżywczej, rozwijają i działanie antyseptyczne w kiszkiach, zmniejszają one mianowicie gnicie białka w przewodzie kiszkiowym, przechodzą bowiem w kwas mleczny, octowy, masłowy i inne kwasy organiczne, które przeciwdziałają czynności bakterii rozkładających białko. I już z tej chociażby przyczyny pokarm nasz powinien składać się z substancji białkowych i znacznej ilości węglowodanów.

W późniejszym wieku po skończonych latach 40 należy zawsze energicznie walczyć z rozpoczynającą się otyłością, która często łączy się z poważnymi zaburzeniami w przemianie materii jak cukrzyca i podagra, wywołuje zmiany zwyrodniające w układzie naczyniowym, prowadząc w końcu do ciężkich zaburzeń w krążeniu. Zwiększanie się wagi ciała w tym okresie życia uważać należy za wynik słabnącej energii ustroju, leniwej przemiany materii i zwolnienia procesów utleniania, a bynajmniej nie za wynik zwiększonej sprawności, jak to wielu błędnie uważa. W tych przypadkach, w których sprawa zwyrodniająca w układzie krwionośnym nie jest zbyt posunięta i mięsień sercowy nie ucierpiał jeszcze, wycieczki górskie działają rzeczywiście odmładzająco na ustrój a przedsiębrane dwa razy do roku w zimie i na wiosnę po 3—4 tygodnie. Powinniśmy je łączyć ze zmniejszonym przyjmowaniem pokarmów i płynów, by pobudzać ustrój do czynności, wydalić zużyte produkty przemiany materii i skłonić tkanki do nowej asymlacji. Zwykle po takich wycieczkach traci się 3—5 funtów na wadze, ale odzyskuje się je szybko. Tego rodzaju wycieczki zmuszają do głębokiego oddychania, pobudzają krążenie krwi, nadają nową elastyczność klatce piersiowej, ilość czerwonych krążków krwi zwiększa się i ustrój jakby czarodziejsko odmłodzony zyskuje na energii i sile. Niewątpliwie pobudzającym czynnikiem tutaj jest obfitość słońca i światła, a piękność i majestat górskiej przyrody działają kojąco na umysł i układ nerwowy, pobudzając do nowej pracy i twórczości. Doświadczyłem sam na sobie zbawienego wpływu tego rodzaju wycieczek górskich, które są stanowczo przeciwwskazane przy rozszerzeniu serca. Robiłem je w Zakopanem, w Gastein, Arosa (w Szwajcaryi), karmiąc się przy-

tem umiarkowanie. Po dłuższych wycieczkach odpoczywałem zawsze dni parę. Wyjeżdżałem z Warszawy zmęczony, wyczerpany nerwowo i zniechęcony, a wracałem jakby odrodzony na duchu i ciele. Waga ciała zmniejszała się przytem zawsze o kilka funtów, znikła tkanka tłuszczowa, ale układ mięśniowy zyskiwał na elastyczności i sile. Koniecznym warunkiem dobrego wpływu tego rodzaju wycieczek górskich, jest zupełny spokój umysłu, zostawienie wszystkich trosk i kłopotów w domu i rozkoszowanie się pięknnością przyrody. Nadto przy tego rodzaju wycieczkach górskich zostaje pobudzoną energicznie i wydzielina potu, a z nim zostają usunięte i szkodliwe produkty przemiany materji. Nadto opróżnia się także i układ naczyniowy, naczynia bowiem wskutek utraty płynu zawierają mniej krwi. A dalej wskutek napięcia mięśni krążenie krwi zostaje pobudzone i znikają zastoje w naczyniach. Wogóle nadmienić muszę, że osobniki znajdujące się w pierwszym stadium stwardnienia naczyń, gdy zapobiegać musimy, by sprawa się nie rozszerzała, doznają znakomitej ulgi i odświeżenia ustroju po właściwie dozowanych ćwiczeniach mięśniowych; dotyczy to zwłaszcza jednostek krwistych, przywykłych do życia siedzącego. W tych przypadkach zaś, w których sprawność mięśnia sercowego cierpieć zaczyna, wskazaną jest naturalnie wielka ostrożność. Ale i tutaj odpowiednio do właściwości ustroju zastosowane ćwiczenia fizyczne jak lekka gimnastyka Zander'a z przyrządami, gimnastyka szwecka mogą ułatwić krążenie krwi obwodowe, usuwać zastoje i przyczynić się w ten sposób do odmłodzenia ustroju. W takich razach, gdy mięsień sercowy traci na energii, doskonale usługi oddają ćwiczenia oddechowe z głębokim wdechem i zupełnym wydechem wykonywane dwa razy dziennie po 3—5 minut. Stopniowo zwiększamy głębokość wdechu i czas zatrzymania go i przeciągamy tego rodzaju ćwiczenia do 10 a nawet do 15 minut. Wdychamy powietrze w pozycji stojącej z podniesionymi do góry ramiarami przy zamkniętych ustach, przy wydechu zaś pochylamy tułów w ten sposób, że palcami dotykamy podłogi. Te tak proste ćwiczenia wykonywane przez czas dłuższy oddają wędnącemu już ustrojowi znakomite usługi, krzepią i podnoszą odżywianie mięśnia sercowego, naczynia bowiem płucne i sercowe rezszerzają się.

Jest to rzeczą racjonalnego wychowania zaszczerpić w młodości zamiętowanie do ćwiczeń fizycznych na świeżem powietrzu,

powstrzymujących niewątpliwie od alkoholu, rozwiązłości obyczajów i zadymionej knajpy. Młodzież nasza przedwcześnie postarzała wstępuje w życie... Ćwiczenia fizyczne, prostota i skromność w życiu, umiłowanie piękna przyrody, dają siłę zdrowie i młodość, życie siedzące i jednostronny intelektualizm wytwarzają przedwczesną dojrzałość umysłową, przedwczesne starzenie się ustroju. My Polacy uprawiamy wogóle za mało ćwiczeń fizycznych, za mało sportów, a większość cały czas wolny od zajęć zawodowych poświęca się grze w winta w zadymionych dusznych pokoikach. Karcjarze twierdzą zwykle, że gra w karty jest zapomnieniem i odpoczynkiem dla strudzonego umysłu. Ale mylą się pod tym względem bardzo i szkodzą swemu zdrowiu. Bo czyż można nazwać odpoczynkiem przesiadywanie po kilka godzin w dusznej zadymionej atmosferze, przyczem wypala się papierosów lub cygar bez liku, i męczenie już i tak wyczerpanego umysłu, gdy ustrój nasz potrzebuje koniecznie swobody, powietrza i ruchu!

Gra w karty przynosi tylko nowe podrażnienie, w duszy budzi nowe a niezdrowe żądze, a zamiast dać układowi nerwowemu tak pożądaną spokój i ukojenie, rozdrażnia go jeszcze więcej. Dodajmy do tego, iż zwykle przy kartach wypijają znaczną ilość kawy czarnej lub herbaty oprócz win mocnych, przyspieszających działalność serca i podnoszących ciśnienie krwi, a łatwo pojmujemy, że sami pracujemy gorliwie na zastoje krwi w jamie brzusznej, na hemoroidy, że sami wywołujemy przedwczesne stwardnienie tętnic ze wszystkimi jego groźnymi następstwami!

W Niemczech i Anglii starzy czy młodzi oddają się gimnastyce i uprawiają gorliwie ćwiczenia fizyczne na świeżem powietrzu. Biermy z nich przykład i popierajmy gorąco, my higieniści, wszelkie towarzystwa sportowe, a wypowiedzmy otwartą walkę wszelkim klubom karcjanym, zabijającym umysł i ciało!

Do trucizn, przyspieszających niewątpliwie starzenie się naszego ustroju, należy najprzód alkohol. Obniża on wogóle sprawność komórki, zwalnia sprawę przemiany materii, zmniejsza własności bakteryobójcze krwi i nakoniec paraliżuje ośrodki psychiczne w korze mózgowej. Nie ma jednak dotąd zgody między badaczami co do roli, jaką gra alkohol w przyczynowości stwardnienia tętnic. Niektórzy lekarze twierdzą, jak np. d-r Burwinkel

w Nauheim, że umiarkowane użycie alkoholu nie ma nic wspólnego ze sprawami zwyrodniającymi w układzie krwionośnym. Jako przykład cytują żydów bardzo umiarkowanych w używaniu napojów alkoholycznych, którzy jednak, jak to stwierdza większość poważnych klinicystów, zapadają na ciężkie postacie zwapnienia tętnic. W tych krajach, jak np. w Skandynawii, gdzie spożywanie alkoholu w ostatnich czasach zmniejszyło się bardzo, liczba cierpiących na sprawę miażdżycową w układzie krwionośnym raczej się zwiększyła. Naszem zdaniem nie należy popadać w przesadę abstynentów i twierdzić, że każda kropla alkoholu jest dla naszego ustroju gwałtowną trucizną, ale opierając się na ściśle naukowych podstawach powiedzieć możemy, że nadużywanie napojów gorących, do którego zaliczyć należy i systematyczne używanie chociażby małych ilości, musi stanowić wybitną przyczynę zmian degeneracyjnych w układzie krwionośnym.

Alkohol bowiem wywołuje zapalenia chroniczne z obfitem wytwarzaniem się tkanki łącznej, jak to często widzimy w wątrobie i nerkach; posiada specyficzne działanie toksyczne; podwyższa ciśnienie w układzie krwionośnym, dalej napenia go nadmierną ilością płynu i nakoniec wywołuje zwyrodnienie tłuszczowe komórki. Proff. Eulenburg i Edgreen wspominają w ostatnich czasach, że alkohol i przez to działa na nasz ustrój szkodliwie, że pobudza drobne naczynia krwionośne do skurczu, przyspieszając jednocześnie działalność serca, podwyższa więc ciśnienie krwi na raz z dwóch przyczyn.

Tak częste występowanie stwardnienia tętnic u żydów, objaśniłbym raczej szkodliwymi wpływami nerwowymi, wysiłkiem umysłowym i walką o byt, utrzymującymi układ nerwowy w ciągłym napięciu. Właśnie u żydów spotykamy ciężkie formy miażdżycy tętnic w połączeniu z cukrzycą, a przyczyną ich nie jest bynajmniej sposób życia, ale szkodliwe wpływy ze strony układu nerwowego. U żydów właśnie i to względnie w młodych latach spotykamy się z objawami przedwczesnego starzenia się, z miażdżycą tętnic wieńcowych serca, napadami dusznicy bolesnej i astmą sercową. Obserwacje te potwierdzają i lekarze praktykujący w Nauheim.

Dla czego tutaj najprzód tętnice wieńcowe ulegają cierpieniu, na to pytanie odpowiedzieć nie możemy; to tylko jest pewnem,

że wzruszenia umysłowe, troski i kłopoty najwięcej sprzyjają powstawaniu cierpień tętnic wieńcowych. Prof. Leyden przypisuje nawet wysiłkom umysłowym i wzruszeniom psychicznym wpływ szkodliwszy, aniżeli nadużywaniu wysokości. Jako główną przyczynę napadów duszniczy bolesnej prof. A. Frenkel uważa stany osłabienia serca, wywołane przez długotrwałe wzruszenia duchowe.

Przytoczyłem naumyślnie przykład tak pouczający żydów, a tak wymownie ostrzegający nas i dowodzący, że jednostronne zajęcia spekulacyjne, oderwanie się od natury, wysiłki umysłowe, troski i kłopoty powodują przedwczesne starzenie się ustroju, ciężkie zaburzenia przemiany materii, jak cukrzycę i poważne zmiany w układzie krwionośnym. Ustrój człowieka dla zupełnego zdrowia wymaga oprócz pracy umysłowej i pracy fizycznej, która mając powinna należne jej miejsce w wychowaniu. Człowiek podlega z y r o d n i e n i u, nabywa skłonności do rozmaitych form chorób nerwowych i umysłowych, przedwcześnie starzeje się i schodzi ze świata, jeżeli pracuje tylko mózgiem. Zmarły niedawno znakomity pisarz rosyjski Tolstoj akcentował w pismach swoich konieczność równowagi między mózgiem a mięśniami i życiem swoim dowodził, że praca fizyczna na roli nie przeszkadza bynajmniej tworzeniu podniosłych utworów literackich, zajmujących pierwsze miejsce w literaturze wszechświatowej.

Lekceważą zwykle w codziennem życiu szkodliwość tytoniu. Mówię naturalnie o nadużywaniu, oddziaływającym stanowczo szkodliwie na serce i układ krwionośny. Lekarze ordynujący w Naheim, dokąd z całego świata zjeżdżają się chorzy cierpiący na miażdżycę tętnic, akcentują zgodnie wielką szkodliwość tytoniu i dowodzą cyframi, że w 25% nadużycie stało się przyczyną cierpienia tętnic wieńcowych serca i gwałtownych napadów duszniczy bolesnej. Nadużywanie tytoniu łączy się zwykle z drugim nałogiem, a mianowicie nadużywaniem alkoholu. Zatrucie nikotyną wywołuje bladeść twarzy, chłód kończyn, zawroty głowy, bóle po za mostkiem i silne bicie serca. Są to objawy kurezu naczyń. Rozmaite i to nieraz ciężkie cierpienia naczyń krwionośnych występują u nałogowych palaczy, jak np. „dysbasia arteriosclerotica“ opisana dokładnie przez prof. Erb'a. To samo dotyczy innego cierpienia tak zwanego „chromania przestankowego“, którem tak gorliwie zajęli się w ostatnich czasach lekarze-neuropatolodzy. Naj-

nowsze badania doświadczalne Hesseg'o, zamieszczone w „Deutsches Archiv für klin. Medicin“ w tomie 89, wykazują niezbicie, bo doświadczalnie szkodliwość palenia. Sprowadza ono przyspieszenie działalności serca, wzmocnienie ciśnienia skurczowego i akcentację drugiego tonu w aoreie. Szczególniej szkodliwym jest wciąganie dymu w płuca: gazy te bowiem ulegają wessaniu tutaj przez naczynia włoskowate i wywołują wpływ szkodliwy na skład krwi. O ile się zdaje, najmniej szkodliwym jest palenie z fajki. Najnowsze prace d-ra Otto, ogłoszone niedawno w „Medycynie“, wykazują, że zastrzykiwania nikotyny wywołują chroniczne zmiany natury zapalnej w mięśniu sercowym, że więc one tłómaczą nam łatwo skargi nałogowych palaczy na bicie, drżenie i bóle w okolicy serca, jak i na niemiarowe (arytmiczne) tętno. Przedwczesne palenie nałogowe tytoniu u młodzieży szkolnej powstrzymuje rozwój fizyczny organizmu, sprowadza osłabienie pamięci, brak apetytu i nerwowość. Chłopcy ci wyglądają blado i mizernie, twarz przybiera wygląd starczy, a cały ustrój młodzieży więdnije i starzeje się przedwcześnie.

Sz. słuchacze! Jedną z najczęstszych przyczyn przedwczesnego starzenia się naszego ustroju należy upatrywać w przymiocie (syphilis). Toksyny krętka bladego (spirochete pallida) wywołują tu nie tylko ciężkie nieuleczalne cierpienia układu nerwowego, jak wiał mlecza i paraliż postępowy, ale także sprawy miażdżycowe w naczyniach, sadowiące się przeważnie w aoreie wstępującej i w łuku aorty. Sprawa ta przechodzi często na zastawki półksiężycowe aorty i tętnice wieńcowe serca. Sprawy zwyrodniające w układzie krwionośnym łączą się często z tętniakami (aneurisma), schnięciem mlecza i paraliżem postępowym. Ale nie tylko toksyny drobnoustrojów przymiotu wywołują zmiany w tętnicach, badania bowiem doświadczalne Sałtykowa, wykonane na zwierzętach, wykazały, że toksyny wielu bakterii chorobotwórczych wywołują stwardnienie tętnic. Toksyny przymiotu wywołują uszkodzenie przedewszystkiem błony średniej w naczyniach.

Także i kuracje merkurjalne nie są obojętne dla ustroju i powodują niewątpliwie prędkie wyczerpanie się komórki. Prof. Donner przypisuje merkurjuszowi wpływ wysoce szkodliwy na komórki krwi, który określa jako „hämocytolysis“, podobnie do ołowiu, którego znaczenie dla powstawania spraw miażdżycowych w ukła-

dzie krwionośnym podniósł niedawno prof. Noorden. Często mamy do czynienia z tak zwaną „marskością nerek“, t. j. chronicznym zapaleniem śródmiąższowem, wywołanem przez sprawy zwyrodniające w układzie krwionośnym. Z drugiej strony nawet i przy pierwsiakowem zapaleniu nerek nagromadzają się szkodliwe produkty przemiany materji ciał białkowatych, które zmieniają własność krwi w jej składzie morfologicznym i chemicznym.

Lekarze praktykujący w Nauheim podają, że w 40% przymiot był jedyną przyczyną zmian miażdżycowych w układzie krwionośnym; kuracje jodowe i miejscowe kąpiele dawały bardzo pomyslny wyniki. Widzimy więc z tego, jaką wagę hygiena przypisywać musi zapobieganiu zarażenia się przymiotem. Śmiertelność syfilityków jest od 30 do 75 procent większą, aniżeli innych ludzi. Czystość płciowa aż do czasu zawarcia związków małżeńskich, wczesne ich zawieranie i unikanie wszelkich stosunków przelotnych, zapobiegają skutecznie złemu.

Musimy koniecznie od młodości nawet w 20-ym i 25-ym roku życia wymagać pewnego dobrowolnego *ascetyzmu*, jeżeli nie chce być do niego zmuszoną w 40-ym i 50-ym roku życia. Nie fałszywego nad hasło: „młode piwko niech się wyszumie“, a owocem jego jest przedwczesna starość i zniechęcenie. Tolerujemy wybryki młodości przeciwko higienie i moralności, bo młode piwko musi wyszumieć... Siły należy oszczędzać i w młodości, by w wieku męskim wydać je na wielkie cele życia. Dla zachowania długiej młodości należy utrzymać miarę i umiarkowanie we wszystkim, unikać wszelkich sztucznych podnieć, te bowiem sprowadzają przedwczesne wyczerpanie układu nerwowego i starzenie się, a naturalnej podnieć szukać należy w pięknie przyrody, w sztukach i literaturze pięknej, odświeżających umysł po pracy zawodowej, w pracy twórczej i poświęcaniu się dla wielkich celów życia. Ciągła systematyczna praca byleby dokonywana bez pośpiechu i nie gorączkowo, byleby przynosiła zadowolenie wewnętrzne, utrzymuje człowieka młodym i świeżym, ćwiczenie bowiem jest ważnym bodźcem rozwoju naszego ustroju. Pamiętajmy życie całe o tych pięknych słowach: „praca uszlachetnia“. Sławnymi się stały słowa Carlyle'a do wątpiących: „Pracujcie, a nie wątpcie!“

Bezczynność i nuda są źródłem przedwczesnego starzenia się

i wielu cierpień nerwowych mających źródło w chorobliwych wyobrażeniach.

Jak już nadmieniałem, długa młodość i długowieczność, jak to już zaznacza Hufeland w swej „Makrobiotyce“, są po większej części o d z i e d z i c z o n e. Osobom starzejącym się w sile wieku, u których przedwcześnie przychodzą objawy wyczerpywania się energii ustroju i zmiany w układzie krwionośnym, radziłbym pobyt na wsi w okolicy suchej i lesistej w połączeniu z umiarkowaną pracą fizyczną, zimą zaś—pobyt w słonecznym suchym klimacie i ruch codzienny na świeżem powietrzu. Przy opuszczaniu zajęcia, będącego źródłem przykrych wpływów nerwowych, trzeba koniecznie coś umiłować, oddawać się pewnemu rodzajowi pracy dającej prawdziwe zadowolenie; zupełna bezczynność i zbytne zwracanie uwagi na stan zdrowia przyczyniłyby się tem więcej do przedwczesnej starości i hypochondryi. W późniejszym wieku ustrój nasz nie potrzebuje zbyt długiego snu; 6 — 7 godzin wystarczą w zupełności. Zbyt długi sen wywołuje zwolnienie processów przemiany materji, ospałość i skłonność do o t y ł o ś c i, czego właśnie unikać powinniśmy. Lepiej jest wogóle dla naszego zdrowia kłaść się wcześniej spać i rano wstawać.

Hartowanie skóry, wzmacnianie układu krwionośnego i nerwowego przez chłodne nacierania, kąpiele powietrzne i słoneczne wzmacniają energję przemiany materji i dopomagają ustrojowi do pozbycia się szkodliwych produktów rozkładu ciał białkowatych.

W godzinach rannych po spokojnie przespanej nocy, jak tego dowodzą badania prof. Kraepelina, sprawność naszego umysłu jest największa i praca nam rażno idzie. Dodać tu jednak muszę, że jak łuk nie może być zawsze napięty, tak i nadmierna praca wywołuje przedwczesne starzenie się, stwardnienie drobnych tętnic mózgowych, których pęknięcie wywołuje znany obraz apopleksyi.

Skromność, prostota w życiu, poprzestawanie na małym, unikanie zbytku, dają zdrowie ciału i duszy. Skromność i prostota powiększają naszą radość z życia, nie obciążają nas zbytmi obowiązkami, a tkwi w nich pewna siła wychowawcza, wychodząca na pożytek przedewszystkiem naszemu układowi nerwowemu. Dla młodzieży naszej prosty i skromny tryb życia, prostota w wychowaniu, przedstawiałyby wielką wartość. Jestem przeko-

nany, że najlepszym środkiem dla zwalczania nerwowości naszego wieku i prawdziwym talizmanem dla dzieci na ich późniejszą drogę życia, jest uproszczenie sposobu życia i wychowania.



L I T E R A T U R A.

D-r A. Lorand: Das Altern. Leipzig 1909.

Prof. d-r Naunyn: Allg. Patholog und Therapie des Greisenalters. Stuttgart. 1904.

Prof. d-r Köwesi: Über den Eiweissumsatz im Greisenalter. Centralblatt für innere Med. 1891.

D-r Herrmann Weber. Die Verhütung des frühen Alters. Leipzig 1906.

Schwalbe. Lehrbuch der Greisenkrankheiten Stuttgart 1906.

Prof. d-r Pflüger: Über die Kunst der Verlängerung des menschlichen Lebens. Bonn 1899.

D-r Friedmann: Die Altersveränderungen und ihre Behandlung. Wien 1902.

Edgreen. Die Arteriosclerosis. Leipzig 1898.

Prof. d-r Ewald: Die Autointoxication. Berlin 1909.

Metschnikoff: Etudes sur la nature humaine. Paris 1901.

D-r A. Smith: Die Gefässentartung. Berlin 1909.



O KĄPIELACH LUDOWYCH W GUBERNII KALISKIEJ

Referat na Zjeździe Hygienicznym w Kaliszu dnia 9 września 1911 roku

F. Bruśnickiego.

Przystępując do zdania sprawy ze stanu kąpeli ludowych w gub. Kaliskiej, spotykam się z wielką trudnością, wyływającą z ubóstwa materiału, jaki ma być podstawą tej pracy.

Ściśle mówiąc, kąpeli ludowych, to jest zakładów kąpielowych, przeznaczonych dla ludu wiejskiego w gub. Kaliskiej do dni ostatnich, nie było zupełnie. Pod tym względem ziemia Kaliska nie zajmowała odosobnionego stanowiska w całym kraju.

Wiadomo powszechnie, interesującym się higieną ludu naszego, że tego rodzaju kąpeli mamy bardzo mało. Według referatu, wygłoszonego przez d-ra Puławskiego na Zjeździe higienistów w Lublinie w 1908 r., na obszarze Królestwa było do ostatnich czasów tylko pięć kąpeli publicznych we wsiach: w Józnowie, Pszczelinie, Cieleśnicy, Wieniucu, oraz kąpiele tanie im. Bolesława Prusa w Nałęczowie. W ostatnich czasach ten ubogi szereg wiejskich kąpeli ludowych w naszym kraju został powiększony o jeden zakład kąpielowy w Liskowie.

Jest to pierwszy zakład tego rodzaju w gub. Kaliskiej i powstał on dzięki zabiegom znanego działacza na polu społecznym ks. Wacława Błazińskiego przy materialnem poparciu ze strony Warsz. Tow. Hygienicznego.

Drugim znamionym momentem w tej sprawie było wybudowanie przez Kaliski oddział Tow. Hygienicznego kąpeli ludowych w Kaliszu, przeznaczonych przeważnie dla ludu robotniczego.

Odkładając szczegółowy opis i historję powstania tych dwóch zakładów kąpielowych do końca niniejszej pracy, na tym miejscu zajmujemy się przeglądem dawniej powstałych w gub. Kaliskiej tego rodzaju zakładów, które jakkolwiek nie mają charakteru wiejskich kąpeli ludowych, to jednak tak ze względu na miejsce,

w którym powstały, jak również przez wzgląd na cel, do którego dążyli inicjatorowie tej budowy, najwięcej są zbliżonemi do typu kąpielni wiejskich.

A więc, przed 15 laty (w roku 1896) z inicjatywy i staraniem D-ra N. Godlewskiego w Wieruszowie, osadzie pow. Wieluńskiego, wybudowana została przy gmachu Straży Ogniowej łaźnia parowa kosztem osady, przy materialnej pomocy ś. p. Antoniego Myszkowskiego, właściciela dóbr Galewice. Koszty budowy tej łaźni wynosiły 1000 rb.

Zakład kąpielowy mieści się w budynku murowanym i składa się z następujących ubikacji: z poczekalni, rozbieralni i właściwej łaźni (parówki); w rozbieralni umieszczono 3 wanny; dwie cynkowe z piecykami i jedną drewnianą; natrysków niema. Wodę do budynku kąpielowego przeprowadzono z pobliskiej pompy; parę dobywa się z kamieni.

Cena kąpeli w łaźni wynosi 5 — 10 kop. cena wanny 30 kop. Liczba kąpiących się (ściślejszej statystyki nie prowadzono) jest, niestety, bardzo nieznaczna. W pierwszych latach po otwarciu kąpiele w Wieruszowie były czynne co dwa tygodnie; następnie wobec nieznacznej frekwencji, — kąpiele zredukowano do 2, wyraźnie dwóch dni w roku: przed świętami Bożego Narodzenia i przed Wielkanocą.

W tej nieznacznej liczbie kąpiących się przeważają mężczyźni; kobiety prawie że nie korzystają z kąpeli; (przeważnie kąpią się rosyjanki), dzieci zaś wcale kąpeli nie używają.

Budynek kąpielowy pozostaje pod zarządem Straży Ogniowej, która wobec braku kąpiących się, nie może znaleźć dzierżawcy. Obecnie budynek kąpielowy jest w przeróbce i wobec tego kąpiele zawieszono.

Przyczyn zaniedbania kąpeli w Wieruszowie nie udało mi się zbadać. Należy przypuszczać, że oprócz znanej powszechnie niechęci ludu naszego i sfer biedniejszych do kąpeli, przyczynił się do tego stanu i wyjazd inicjatora D-ra Godlewskiego, który, jako szczerze oddany tej sprawie, niewątpliwie dołożyłby starań, aby dzieło jego zmarnowaniem nie zostało.

Przypuszczenie to opieram na tym fakcie, że drugi zakład kąpielowy, również w osadzie znajdujący się, którego inicjator w tej samej osadzie dotąd zamieszkuje, cieszy się większą, jakkol-

wiek niedostateczną frekwencyą. Mam tu na myśli zakład kąpielowy w osadzie Zagórowie pow. Słupeckiego, wybudowany kosztem miejscowego Towarzystwa Pożyczkowo-Oszczędnościowego, z inicjatywy i staraniem D-ra Lidmanowskiego. Po kilku latach zabiegów i zmuśnej pracy udało się D-rowi Lidmanowskiemu wyjednać od Tow. Poż.-Oszczędn. w Zagórowie fundusz na budowę łaźni 2000 rb., a gśada przeznaczyła na ten cel jeden ze swoich wolnych placów. We wrześniu 1903 r. przystąpiono do budowy, a 1 grudnia tegoż roku zakład kąpielowy w Zagórowie został otwarty. Zakład mieści się w budynku murowanym, postawionym kosztem 2105 rub. 8 kop., i składa się z poczekalni (5×5 łokci), rozbieralni (6×6 łokci) i mydlnicy (8×6 łokci); w rogu mydlnicy umieszczono natrysk, z którego za pomocą specjalnego urządzenia można puszczać wodę dowolnej ciepłoty. Z mydlnicy wchodzi się do parnicy z ławkami z dwu stron. — po trzy stopnie mającemi. Z poczekalni osobne wejście prowadzi do sionki, z której wchodzi się do dwóch pokojów z wannami miedzianemi. W sionce jest paliwo do pieca z kamieniami, znajdującego się w parnicy i przeznaczonego do wytwarzania pary; w sionce też również umieszczono piec kaflowy, ogrzewający 2 parniki z wannami. W mydlnicy urządzono hermetycznie zamkniętą studnię, z której wodę za pomocą ssąco-tłoczącej pompy przeprowadza się do kadzi, umieszczonej na strychu budynku kąpielowego. Kadź ta ma trzy wyloty, przez jeden z nich woda doprowadza się do kotła szczelnie zamkniętego, z kąd, po rozgrzaniu, przez rurę, urządzoną w pokrzywie kotła, doprowadza się do wanień i natrysków. Drugi wylot z kadzi służy do przeprowadzenia wody zimnej do natrysków w parnicy; trzeci wylot wreszcie do zaopatrywania wanień w zimną wodę. Podłoga tylko w rozbieralni drewniana; zresztą wszędzie cementowa, a żeby zaś podłoga nie ziębiła nóg kąpiących się, wszędzie rozłożono chodniki drewniane.

Co się tyczy frekwencyi kąpeli w Zagórowie, to w pierwszym roku ich istnienia pod tym względem pisał D-r Lidmanowski w *Czasopiśmie Lekarskiem* № 3 z r. 1904 co następuje:

„Tytułem próby postanowiono oddać łaźnię do użytku 2 dni w tygodniu — w piątki i soboty. Dotąd próby wypadły nie dość pomyślnie. Opał, oświetlenie i usługa w łaźni dziennie wynosi trzy ruble minimalnie, więc należałoby zebrać jednego dnia 3 rub., aby nie dokładać do łaźni. Z prób, dotąd robionych, okazuje się,

że soboty (przy opłacie 10 kop. za kąpiel parową z natryskiem i 25 kop. za wannę) dają dochód wystarczający na pokrycie kosztów opału, światła i usługi: piątki zaś i tego pokryć nie mogą. Ponieważ zaś, oprócz wydatków na utrzymanie łaźni, dochód powinien pokryć i procent, jaki Tow. Pożyczkowo-Oszczędnościowe płaci osobom wkładającym, czyli razem dochód powinien wynosić dziennie 5 rub. 50 kop., to próby dotychczasowe wykazały, że takiego dochodu niema“.

Ponieważ z biegiem czasu frekwencya nie wzrosła, zarząd łaźni zmuszony był zredukować liczbę dni kąpielowych do jednego w tygodniu i to tylko podczas miesięcy zimowych; i przy tej liczbie dni, jak o tem niedawno komunikował mi D-r Lidmanowski, dochód wystarcza na pokrycie kosztów usługi, opału i światła, — reparacye muszą być pokrywane z innych źródeł.

Musimy tu zaznaczyć jeden bardzo znaczny fakt, zastosowany w łaźni Zagórowskiej, a mianowicie: w łaźni tej raz na miesiąc kąpią się dzieci ze szkoły w Zagórowie, przy czem zaprowadzono w tej sprawie pewien ład i system: dzieci kąpią się pod dozorem nauczycieli, a przed kąpielą są badane przez lekarza. Nie ulega zdaje się wątpliwości, że dzieci te, przyzwyczajone do kąpeli, będą jej używały i w wieku późniejszym, a w ten sposób ludność osady z czasem przyswoi się do kąpeli, a więc i do większej czystości i kulturalności i cel i usiłowanie założyciela kąpeli uwieńczone zostaną pomyślnym rezultatem.

Oprócz wymienionych dwóch osad — Wieruszowa i Zagórowa w innych osadach i miasteczkach gub. Kaliskiej (jeżeli nie będziemy brać w rachubę mykw) żadnych kąpeli publicznych nie ma. Były jeszcze usiłowania założenia kąpeli w osadzie Stawiszynie pow. Kaliskiego; mianowicie, przed kilkunastu laty powstał tam projekt wybudowania gmachu na pomieszczenie narzędzi straży ogniowej i jednocześnie na urządzenie w tym budynku kąpeli, jako pożytecznych pod względem higienicznym, oraz jako mogących dawać dochód na zamortyzowanie budowy. Zebrano na ten cel 1000 rub., a ponieważ fundusz ten okazał się niewystarczający, — starania zaś o zapomogę od Tow. Ubezpieczeń speliły na niczem, więc za te 1000 rub. kupiono sikawkę, a budynek i kąpiele odłożono do lepszych czasów.

Przechodzimy z kolei do typu kąpiei ludowych, przeznaczonych specjalnie dla robotników fabrycznych. Pod tym względem również spotykamy się z ogromnym ubóstwem, harmonizującym w zupełności z ogólnym stanem kąpiei ludowych w gub. Kaliskiej.

Pomimo licznych zakładów fabrycznych i przemysłowych, w gub. Kaliskiej, tylko cztery zakłady te mają kąpiele dla robotników — mianowicie: Cukrownia Zbiersk (Zbiersk) w pow. Kaliskim, cukrownia Leśnierz (Leśnierz) i Młynów w pow. Łęczyckim, oraz fabryka tkacka Schlöserów w Ozorkowie (pow. Łęczycki.)

Kąpiele w Zbiersku urządzono w r. 1900 w specjalnie na ten cel wystawionym budynku (w przybudówce przy gmachu fabrycznym). Początkowo urządzono dwa oddziały — męski i żeński; w każdym z tych oddziałów urządzono łaźnię parową, wanny i natryski. Ponieważ jednak łaźnia nie miała zwolenników wśród robotników, przed kilkoma laty skasowano jedną z łaźni i urządzono tam wanny i natryski wyłącznie dla urzędników cukrowni. Obecnie więc cukrownia Zbiersk posiada specjalnie dla robotników: łaźnię, wanny i natryski; łaźnia zaopatrzona jest w piec z kamieniami do puszczania pary i oprócz tego posiada specjalną rurę do doprowadzania pary wprost z kotłowni; w łaźni są półki, umywalnia i natryski; z łaźni wychodzi się do rozbieralni, ogrzewanej w chłodnej porze roku; z rozbieralni można przejść do parowni z 2 wannami cynkowymi i natryskami, woda gorąca i zimna doprowadza się do wanien i natrysków rurami. Z kąpiei korzystać mogą tylko robotnicy cukrowni i przy tem zupełnie bezpłatnie, podczas kampanji kąpiele mogą być wydawane w każdej porze dnia i nocy i wtedy brać robotnicza chętnie z nich korzysta; używają jednak robotnicy wyłącznie wanien i natrysków; łaźnia i obecnie zwolenników nie ma. W czasie remontu kąpiele są wydawane za specjalnem zezwoleniem dyrektora, gdyż umyślnie na ten cel trzeba ogrzewać wodę.

Co się tyczy ludności okolicznej to ona korzystać z tych kąpiei nie może; cukrownia Leśnierz dla robotników (800) i urzędników posiada 6 wanien — cukrownia Młynów (400 robotników) ma wanien pięć. Wanny metalowe z natryskami czynne są podczas kampanji codziennie, a latem raz na miesiąc. W fabryce tkackiej Schlöserów w Ozorkowie jest 6 wanien metalowych z natryskami, z których mogą bezpłatnie korzystać robotnicy tej fabryki raz na tydzień.

Kąpiele więc przy cukrowniach w Zgiersku, Leśnierzu i Młynowie, oraz w fabryce Schlösserów w Ozorkowie, mają już charakter zupełnie ludowy, lecz przeznaczone są tylko dla ludu robotniczego. W ostatnich czasach powstają w gub. Kaliskiej, we wsi Liskowie, kąpiele, przeznaczone dla ludu wiejskiego. Kąpiele te zawdzięczają swoje powstanie miejscowemu proboszczowi — ks. Blizińskiemu, któremu również zawdzięcza Lisków cały szereg instytucji społecznych i ekonomicznych niezmiernie doniosłego charakteru, do nich należą: dom ludowy z biblioteką, czytelnią i salą odczytową i teatralną, Tow. Pożyczkowo-Oszczędnościowe, włościańskie warsztaty tkackie, fabryka zabawek, wykonywanych przez dzieci z miejscowej ochronki, — straż ogniową, spółkę mleczarską, sklep kooperacyjny. Lisków więc przedstawia się jako oaza kwitnąca, wśród pustyni kurzącej i przygnębiającej, która rozsiała się szeroko po naszej ziemi. Niezmordowany w pracy działacz nie zatrzymał się na przytoczonych wyżej owocach swej działalności, i w końcu roku ubiegłego powstaje w Liskowie jego staraniem zakład kąpielowy ludowy.

Kąpiele te mieszczą się w budynku specjalnie na ten cel przeznaczonym, zbudowanym z bloków cementowych, i składają się z łaźni parowej, natrysku i wanien. Właściwa łaźnia składa się z poczekalni, rozbieralni, mydlnicy, w której mieści się i natrysk, i parnicy; para dobywa się z rozgrzewanych kamieni, polewanych wodą. Woda dostarcza się za pomocą pompy z wierconej studni. W trzech oddzielnych pokojkach ustawiono 4 wanny cynkowe, — jedna z tych wanien posiada natrysk; przy kąpielach jest ustęp skanalizowany.

Koszty budowy, bez instalacji kąpielowej, wynosiły 2100 rub. (w budynku są jeszcze ubikacje przeznaczone na inne cele — pralnię i piekarnię, oraz 2 pokoiki na gorze); urządzenia kąpielowe kosztowały 850 rb.

Do budowy kąpeli przyczyniło się materialnie Warszawskie Towarzystwo Hygieniczne, przeznaczając na ten cel zapomogi 600 rb. Oprócz tego otrzymano od Warsztatów tkackich w Liskowie 500 rub., od Tow. Opieki nad dziećmi (którego gniazdo jest w Liskowie) 200 rub., od Cent. Tow. Rolniczego i od Związku Katolickiego po 50 rub.

Lud wiejski, szczególnie dzieci, kąpią się chętnie, jak to widać z następujących cyfr: w ciągu półrocza od 1 stycznia do 1 lipca 1911 r. kąpało się: a) w łaźni: chłopców 281, dziewcząt — 390, dorosłych mężczyzn 189, kobiet 36; b) w wannach: mężczyzn 170, kobiet 86, czyli razem w ciągu 6 miesięcy wykąpało się w kąpielach ludowych w Liskowie 1152 osoby; ponieważ kąpiele wydawane są dwa razy w tydzień (w czwartki dla kobiet i w soboty dla mężczyzn), więc średnio w każdym z kąpielowych dni kąpało się 22—23 osoby. Cena kąpiele w łaźni wynosi 3 kop. dla dorosłych 5 kop., — wanna 15 kop., — kąpiącym wydaje się po kawałku mydła bezpłatnie. Dochód otrzymany z kąpiele w I półroczu — 69 rb. 63 kop., zupełnie wystarczał na pokrycie wydatków i dał jeszcze pewną nadwyżkę — przeszło 7 rubli. Z kąpiele w Liskowie korzystają nie tylko mieszkańcy wsi Liskowa i wiosek, w skład parafji tej wchodzących, (parafja liczy 5500 osób), lecz w ogóle wszyscy, życzący użyć kąpiele.

Przechodzimy wreszcie do zakładu kąpielowego w Kaliszu, przeznaczonego przeważnie dla ludu pracującego naszego miasta, i niestety dotąd jeszcze nieczynnego z winy ogólnie znanej niepunktualności. Zakład ten jest rezultatem długiej i zmuśnej pracy Kaliskiego oddziału Tow. Hygienicznego, który od chwili zawiązania się swego, postawił sobie za zadanie zaopatrzyć Kalisz w tę tak niezbędną i tak ważną pod względem społeczno-hygienicznym instytucję. W chwili otworzenia Oddziału Kaliskiego w r. 1903 — były w Kaliszu, liczącym wtedy bez mała 40 tysięcy ludności, dwa zakłady kąpielowe (nie licząc mikwy) i w jednym z tych zakładów było 12 wanien z opłatą 35 do 50 kop. za wannę, — w drugim 4 wanny i łaźnia, — cena kąpiele w łaźni I rzędu wynosiła 25 kop., II rzędu — (żołnierskie łaźnie) — 10 kop.: kąpiel w wannie kosztowała 50 kop., a w wannie wraz z łaźnią 75 kop.

Naturalnie, że ilość tych zakładów była dla miasta więcej, niż niedostateczną, stan zaś urządzeń kąpielowych nie odpowiadał najskromniejszym wymaganiom higieny, a ceny zwłaszcza dla ludności niezamożnej były za wygórowane. To też jeszcze w r. 1904 zaczęliśmy usilnie pracować, żeby zadość uczynić tej krzyczącej potrzebie i dać miastu zakład kąpielowy, odpowiadający zupełnie wymaganiom higienicznym i dla ludności pracującej przystępny.

Przyszło nam to naturalnie nie łatwo: pozostawieni samym sobie, nie znajdując poparcia nikąd, zaczęliśmy zbierać drobne ofiary, pierwszy grosz na ten cel wpłynął z zabawy tanecznej, urządzonej na rzecz Tow. Hygienicznego 8 lutego 1904 r., uzyskaliśmy z tego źródła 87 rubli; następnie nie popłynęły, lecz żółtym krokiem petzły inne drobne ofiary, tak, że po latach siedmiu zabiegów uzbieraliśmy na ten cel około 1200 rubli. W roku 1908 udało nam się uzyskać od miasta plac przy ulicy Towarowej. Teraz, mając plac i 1200 rb. gotówki, przystąpiliśmy na jesieni 1910 roku do budowy zakładu kąpielowego z kosztorysem 16000 rubli, — ufając niepłinnie, że „możemy dużo mieć, ino trzeba umieć chcieć“...

W międzyczasie, kiedy sekcya ludowa naszego oddziału zajęta była zgromadzaniem funduszów na budowę kąpeli, sekcya wychowawcza zakrzętała się nad zorganizowaniem kąpeli dla dzieci szkół miejscowych, — i już w maju 1904 r. kąpiele te rozpoczęliśmy. Udało nam się na ten cel uzyskać zapomogę od magistratu miasta Kalisza — w ilości 200 rb. rocznie i ta zapomoga sprawę kąpeli posunęła naprzód. Hość kąpiących się dzieci wzrastała stale i z kąpeli zaczęły korzystać dzieci nie tylko szkół rządowych miejscowych, lecz i uczniowie i uczennice wszystkich szkół początkowych prywatnych, ochron chrześcijańskich i żydowskich, oraz dzieci, uczęszczające do sal zajęć przy Towarzystwie Dobroczynności i do fabryk. Opiekę i dozór nad dziećmi podczas kąpeli sprawowali nauczyciele i nauczycielki odnośnych szkół oraz ochroniarki, pod ogólnym kierownictwem przewodniczącej Sekcyi Wychowawczej, p. B o h o w i e z o w e j, a przed kąpielą dzieci były badane przez lekarzy.

Według ścisłej statystyki, prowadzonej od roku 1907 liczba wykąpanych dzieci przez Tow. Hygieniczne była następująca:

W roku 1907:

w styczniu	584
w lutym	796
w marcu	691
w kwietniu	685
w maju	656
w wrześniu	818
październiku	623
listopadzie	580

Razem 5433

W grudniu 1907 roku i w styczniu i lutym 1908 r. z powodu silnych mrozów kąpeli dzieci nie brały.

W roku 1908:

w marcu	590
w kwietniu	565
w maju	737
czerwcu	399
wrześniu	837
październiku	611
grudniu	707

Razem 4446

W 1909 r. w styczniu z powodu silnych mrozów kąpeli nie było,

w lutym	582
w marcu	600
kwietniu	799
maju	671
wrześniu	682
październiku	749
listopadzie	632
grudniu	720

Razem 5435

W roku 1910. W styczniu z powodu mrozów kąpeli nie było,

w lutym	799
marcu	636
maju	788

W drugiej połowie roku 1910 i w roku 1911 z powodu niefunkcyonowania obydwóch zakładów kąpielowych w Kaliszu (odbywa się przebudowanie tych zakładów dotąd nie zakończone) kąpeli nie było.


Oprócz sekcji wychowawczej Tow. Hygienicznego w Kaliszu, sekcya szkolna tegoż Towarzystwa, przed kilkoma laty prowadziła w ciągu paru lat kąpiele dzieci szkół i robotników m. Koła, w miejscowym publicznym zakładzie kąpielowym, składającym się z 5 wannie i natrysków. Ogółem kąpało się rocznie około 2000 dzieci i robotników. Niestety z powodu zupełnej nieczynności od lat paru sekcji Kaliskiej, ustała w Kole ta ważna praca nad higieną ludu.

Zatrzymałem się dłużej nad sprawą kąpeli dla dzieci z tej przyczyny, że kąpiele te w dziejach kąpeli ludowych w gub. Kaliskiej

stanowić muszą wybitną chwilę. Przyzwyczajwszy się od lat najmłodszych do kąpeli i czystości, z biegiem czasu dzieci te staną się pionierami zasad higienicznych wśród pracujących sfer i rozjaśnią pochodnią postępu mroki, w których sfery te są dotąd pogrążone...

Przyzwyczajwszy te młode pokolenie do systematycznych i częstych kąpeli, dajemy mu jednocześnie możność zadość uczynienia tej potrzebie, wybudowawszy gmach kąpielowy, jakkolwiek może skromny, to jednak zupełnie odpowiadający wymaganiom higieny i dla potrzeb miejscowych na razie wystarczający. Wzniesiony przez oddział Kaliski Tow. Higienicznego, budynek kąpielowy przy ulicy Towarowej, w Kaliszu, odznacza się estetycznym wyglądem, posiada centralne ogrzewanie, gazowe oświetlenie, ma dużo światła, powietrza i mieści w sobie wszystkie rodzaje kąpeli: łaźnię parową, natryski (10 kabin) i wanny metalowe emaliowane w trzech pokojach. Wanien jest 3, — z czasem ilość wanien ma być powiększona. Zakład ma obszerną jasną poczekalnię, takąż rozbieralnię, w osobnym pokoju mieści się 10 natrysków w postaci deszczu z góry. Przy zakładzie powstanie ambulatorjum dla dzieci, — znajdzie przytułek i „Kropla mleka”. Na górnym piętrze mieści się sala gimnastyczna, a na placykach przy budynku będą się odbywały dzieciinne zabawy i gry, które przed kilku laty oddział Kaliski wprowadził.

Oto wszystko, co w ziemi Kaliskiej pod względem potrzeb kąpielowych dla ludu dotąd zrobiono. Naturalnie, że wszystko to razem wzięte jest b. nie dostatecznem. Jednak i te ubogie rezultaty dowodzą, że tu ludzie z opuszczonemi bezkarnie rękami nie stali: przygotowano tu grunt, na którym przy trochę pomyślniejszych warunkach charakteru ogólnego, kiedy społeczeństwo do szerokiej działalności dopuszczonem będzie, a nastąpi to z chwilą wprowadzenia oczekiwanego samorządu, ta ważna sprawa łatwiej będzie mogła być zadawalniająco rostrzygniętą. Dopóki to jednak nie nastąpi, Oddział Kaliski Tow. Hyg. ma przed sobą ciężkie, lecz i wdzięczne zadanie — skupiać około siebie jednostki do pracy chętne, kołatać do stowarzyszeń kulturalnych i kooperacyjnych, słowem uruchomić wszystkie motory i sprawę tę naprzód i naprzód posuwać.



DZIAŁ SPRAWOZDAWCZY.

Choroby zakaźne.

96. Günther i Böttcher. **Endemia tyfusowa w Hubertusburskim zakładzie.** Wielki szpital-przytułek w Hubertusburgu w królestwie Saskiem miał oddawna smutną opinię gniazda tyfusowego; rzeczywiście w ciągu 30-letniego okresu 1879—1908 naliczono tu 117 wypadków tyfusu, z których 46 śmiertelnych (prawie 40% śmiertelności)! Ogniskiem zarazy był zawsze sam zakład, i specjalnie kościec pawilony, przeznaczone dla mocno zanieczyszczających się i niespokojnych umysłowo chorych (VI, VII, zburzony później II); nigdy nie stwierdzono, aby zaraza była zawleczona do zakładu z okolicy, — raczej przeciwnie zakład stawał się niejednokrotnie rozsadnikiem tyfusu dla miejscowości otaczających. Gdy przeciętna roczna cyfra śmiertelności z tyfusu obliczona na 10,000 mieszkańców dla 15-letniego okresu 1894—1908 wynosiła dla całego królestwa Saskiego 0,52, dla okręgu Oschatz (w którym leży zakład) z pominięciem zakładu 0,88—dla Hubertusburskiego zakładu dosięgała natomiast 4,31, specjalnie zaś dla podejrzanych pawilonów 7,16!

Rozpoczęte w r. 1908 ścisłe bakteryologiczne badania wykryły przyczynę tej niepokojącej anomalii. Wśród mieszkańców zakładu znaleziono mianowicie 21 osób wydzielających podczas badania laseczniki tyfusowe, dalej 33 osoby o wysokiej aglutynującej sile surowicy względem laseczników tyfusowych (co najmniej w rozcieńczeniu 1 : 50) i 18 osób o niższej nieco sile aglutynującej (w rozcieńczeniach niższych od 1 : 50) — które więc mogą w każdym razie okazać się przenośnikami laseczników; w łwiej części były to właśnie chroniczne pensyonarki owych podejrzanych pawilonów (VI i VII).

Walkę z pandemią rozpoczęto naturalnie od odosobnienia wszystkich faktycznych i przypuszczalnych „przenośniczek bakterii“ Sekeya zwłok „przenośniczek“ zmarłej w r. b. na zapalenie płuc wykazała czyste hodowle laseczników tyfusowych w pecherzyku żółciowym, śledzionie i szpiku; jest to wystarczający dowód, że wypadków takich niepodobna unieszkodliwić nawet przez wycięcie pecherzyka żółciowego, nie mówiąc już nawet o próbach dezynfekowania kiszek za pomocą kalomeli, salolu czy bakterji fermentacji mlecznej. Izolacja osób niebezpiecznych i staranna dezynfekacja wszystkich rzeczy, z jakimi mają styczność — jest tu jedynym racjonalnym środkiem zapobiegawczym.

(Ztschr. f. Hyg. n. Inf. 1911, t. 68, zes. 3).

J. Rzepko.

97. G. Zirolia. — **Spostrzeżenie nad przewlekłością wydzielania się wibryonów cholerycznych u rekonwalescentów.** Wbrew dawniejszym bardziej optymistycznym zapatrywaniom można dziś uważać za pewnik, że zarazki choleryczne mogą się znajdować w wypróżnieniach nawet przez 90 dni, licząc od początku choroby; że nadto w wydzielaniu wibryonów mogą być przerwy, tak dalece, że negatywny wynik badania nie upoważnia jeszcze do żadnego wniosku. Że po pozornym zniknięciu wibryony mogą się jednak ukazać znowu przy poważniejszej nieostrożności w dyecie, o tem wiadano i dawniej; autor zauważył, że podobnie może też działać zażycie jakiegokolwiek lżejszego czyszczącego środka (kalomel przeciwnie — zwykle przynajmniej — powstrzymuje wydzielanie wibryonów, nie zawsze jednak na stałe). Spostrzeżenie to zostało już sprawdzone podczas jednej z włoskich epidemii; na 25 rekonwalescentów, którzy przy 2 — 3-krotnem badaniu wydawali się już wolnemi od wibryonów — u trzech zarazki ukazały się jednak ponownie po zażyciu łyżki siarczanu magnezji. Wszystkie te fakty mają duże znaczenie praktyczne, gdy trzeba zdecydować o bakteriologicznym dokładnem wyzdrowieniu danego rekonwalescenta. (Hyg. Rundsch. 1911, № 14) *J. Rzepko.*

98. Cathoire, Gadiot, Henry. — **Laseczniki dyfteryczne prawdziwe i rzekome.** Podczas epidemii dyfterytu ludzie zdrowi są nieraz, jak wiadomo, przENOŚNIKAMI zarazków i w tym wypadku powinni w zasadzie przynajmniej ulegać izolacji. Ważną jest naturalnie wtedy rzeczą rozróżnianie laseczników prawdziwych i rzekomych, pomiędzy któremi niema żadnych absolutnych różnic morfologicznych i hodowlanych; zasadniczą różnicę stanowi to, że laseczniki dyfter. rzekome nie tworzą nigdy jądów (toksyn). Choć, co prawda, ilość jądów, wytwarzanych przez laseczniki prawdziwe, może być w pierwszych hodowlach bardzo drobna i trudna do wykazania, bądź co bądź nie posiadamy dotąd dość pewnych spostrzeżeń co do możliwości wyhodowania laseczników jadowitych z napewno niejadowitych, i dlatego trudno twierdzić z większością francuzkich badaczy, aby laseczniki dyfter. rzekome były tylko niewinną czasowo saprofityczną rasą, mogącą w pewnych warunkach nabywać chorobotwórcze własności. Bezpieczniej będzie tymczasem widzieć w lasecznikach dyfter. prawdziwych i rzekomych odrębne gatunki. Jeżeli chodzi — jak zwykle w praktyce — o możliwie szybkie odróżnienie jednych od drugich, niema częstokroć czasu na kontrolowanie obecności, wzgl. braku własności jadowitych. Pierwszy punkt oparcia znajdujemy wtedy w zachowaniu się wyodrębnionych przy wstępnem badaniu¹⁾ postaci bakte-

¹⁾ Z badaniem pierwszej hodowli (na skrzepłej surowicy) wstrzymujemy się 36 godzin, licząc się z mniejszą możeżywołnością bakterji z gardła zdrowej osoby.

ryalnych — względem materiałów zdolnych do fermentacyi, mianowicie, cukru gronowego (hodowla na ascytowym agarze z 2% cukru i lakmusem): postać nie rozkładająca glukozy nie może być lasecznikiem prawdziwym, postać rozkładająca glukozę może być lasecznikiem prawdziwym — albo też lasecznikiem rzekomym „poradyfterytycznym“ według terminologii autorów. Aby rozwiązać mniej już teraz rozległy dylemat, uciekamy się do odczynu Pfeiffera; śwince morskiej zastrzykujemy podskórnie 1 cm. sz. surowicy przeciwyfterytycznej zwykłej, następnego zaś dnia zastrzykujemy do otrzewnej 1 cm. sz. zawiesiny w fizolog. roztworze z jednego uszka 24-godzinnej hodowli na surowicy; badając mikroskopowo w pół godziny później kilka kropel płynu otrzewnowego, widzimy rozpad laseczników, jeżeli to były laseczniki dyfter. prawdziwe.

Zanim badanie takie zostanie doprowadzone do końca, osobom tylko podejrzany warto w każdym razie przeznaczyć do płukania gardła Kali hypermanganicum, pędzlowania i inhałacye z jodem. Notoryczni przenośnicy laseczników dyfter. prawdziwych po odosobnieniu muszą być traktowani w taki sam sposób, o ile wymienione środki nie wystarczają do zniszczenia zarazków (przypominamy tu, że jednorazowy negatywny wynik badania nie ma znaczenia), uciekamy się do zastrzykiwań przeciwbakteryjalnej (nie antytoksycznej) surowicy Martina, oraz do wdmuchiwań tej samej surowicy w proszku.

(Rev. d'hyg. et de pol. san. 1911, № 6)

J. Rzepko

99. **Kelsch. O drętwyce karku (studjum krytyczne nad przyczynami jej epidemii).** Jest to piękna, głęboko przemyślana rozprawa, poruszająca podstawy nauki o zakaźnych chorobach wogóle. Według bardzo rozpowszechnionego poglądu w powstawaniu epidemii drętwyce karku nie odgrywają poważniejszej roli inne czynniki bo za bezpośredniem przenoszeniem się z człowieka na człowieka, rzekomo przy kaszlu, zarazków tej choroby (dwuziarniaków Weichselbau-**przy-**ma) obecnych w jamie noso-gardzielowej; w szczeniu epidemii szczególne znaczenie mają mieć nie choroby przykuci do łóżka, lecz osoby zdrowe, do gardzieli których dostały się zarazki z gardzieli chorych. Teorya ta stanowczo nie wystarcza do wytłomaczenia wszystkich faktów epidemicznych. Drętwyca karku „urodziła się“ — można powiedzieć, w oczach ludzkich, bo przed r. 1805 była chorobą prawie nieznaną, i dopiero pomiędzy r. 1805 — 1837 dała kilka epidemii miejscowych w punktach bardzo od siebie oddalonych, nie komunikujących się; pomiędzy r. 1837 a 1850 wybuchła wielka ilość takich epidemii rozsianych po Francyi, Włoszech, Danii, Stanach Zjednoczonych; pomiędzy rokiem 1854 a 1875 prawdziwa pandemia ogarniała większą część Europy, Amerykę Płn., różne części Afryki i Ameryki Płd.; od r. 1876 obserwowano znowu tylko rozsiane miejscowe epidemie, i ko-

ło r. 1880 choroba wydawała się wygasła. W rzeczywistości skończył się tylko jeden jej cykl, aby niebawem ustąpić miejsca drugiemu: od r. 1897 zaczęły znów wybuchać miejscowe epidemie w punktach pozbawionej wszelkiej wzajemnej komunikacji (Francya, Rumunia, Palestyna), o charakterze niekiedy tak groźnym jak na Szlązku w r. 1905 i w Westfalii w r. 1907.

Badając rozwój poszczególnych epidemii miejscowych stwierdzono również, że pierwsze wypadki wybuchały prawie równocześnie, w miejscach rozdzielonych przez znaczniejsze stosunkowo odległości (np. w okolicy Paryża w r. 1898). Choroba widocznie jest mało zaraźliwa; już badacze z przed półwieku (Tourdes, Forget) podkreślali z naciskiem, że nie udziela się ani chorym leżącym w sąsiedztwie na ogólnej sali, ani osobom należącym do personelu pielęgniarskiego. Dlatego oczywiście pojedyncze ogniska bywają tu często tak drobne jak np. w r. 1841—1842 w Marsylii, gdzie epidemii uległ tylko 62-gi pułk piechoty, rozkwaterowany w północnej części miasta, 20-ty zaś, umieszczony w jednym z południowych okręgów, wyszedł zupełnie cało; dlatego też podczas najcięższych epidemii w miejscowościach bardzo gęsto zaludnionych odsetka choroblivości okazuje się zwykle niespodziewanie małą (0,62% w Bytomiu na Szlązku w r. 1904—1905). Kwestyowanie zaraźliwości drętwy byłoby najzupełniej bezpodstawne, trzeba się jednak liczyć z tem, że zaraźliwość ta nie jest duża.

Co się tyczy zdrowych osób z drętwicowemi dwuziarniakami w gardzieli (porte-germes), jest również rzeczą więcej niż wątpliwą, aby zarażały się temi drobnoustrojami od osób chorych. Wśród personelu lekarsko-pielęgniarskiego przenośnicy tacy zdarzają się wcale nie najeczęściej (nie znalazł ich np. Herford wśród 48 badanych osób z tej kategorii, v. Lingelstein zaś i tylko na 34, gdy przeciwnie wcale nie rzadko można się z nimi spotkać wśród osób, nie mających żadnych stosunków z choremi (Kutscher np. w r. 1905—1906 — w pół roku po zupełnem wygaśnięciu lekkiej zresztą epidemii w Berlinie — znalazł 4 przenośników wśród 56 takich osób, później — wraz z Hübnerem — 8 wśród 408). Odsetka przenośników w rodzinach, liczących jednego bodaj chorego wśród swych członków, nie jest bynajmniej w ciągu danej epidemii liczbą stałą, lecz zmniejsza się wyraźnie wraz z natężeniem epidemii, jak dowiedli drogą arcysumiennych badań Bruno i Hohn w Gelsenkirchen w (Westfalii) w r. 1907 (61% w początkach i 27% i mniej w końcu).

Trzeba jeszcze dodać, że według przybliżonych obliczeń (Bruns i Hohn, Flügge) ogólna ilość przenośników zdaje się być 10—20 razy większą od ogólnej ilości chorych.

Wszystkie te fakty można wytłumaczyć bez naciągania w jeden tylko sposób. Należy mianowicie przyjąć, że epidemie wybuchają wtedy, gdy pod wpływem pewnych, najzupełniej zresztą za-

gadkowych przyczyn kosmicznych (jak zmiany w natężeniu promieniotwórczości atmosferycznej i t. p.) bakterie saprofityczne, czasowo więc zupełnie obojętne, zamieszkujące stale gardziel ludzką — stają się jadowitemi w taki sam sposób, jak to co do innych drobnoustrojów odkrył już Pasteur. Na olbrzymich przestrzeniach geograficznych, pozbawionych zresztą niekiedy wszelkiej wewnętrznej komunikacji, muszą się wtedy ukazać liczni nad wyraz „przenośnicy“ dwuziarniaków Weichselbauma; pewna jednak tylko ich odsetka skazana jest na to, aby uleść jadowitości swych pasorzytów i naprawdę zachorować na drętvicę. Wniosek ten ma zapewne znaczenie ogólniejsze i może być zastosowany do wielu conajmniej chorób zakaźnych: epidemie chorób, znanych czy nieznanymi, poprzednio mogą znaleźć nie tyle od nich zaraźliwości, ile od nagłych zmian w jadowitości drobnoustrojów, goszczących zwykle w ustroju większości ludzi doczasu bez szkody dla swych gospodarzy.

Pewne dane w tym kierunku mamy, np. dla tyfusu brzuszno-go, którego epidemie wymagają wogóle innych warunków niż epidemie zakaźnych wysypek, — oraz dla zapalenia płuc (przytoczymy tu choćby fakt stwierdzony przez Longcopa i Toxa w r. 1905, że dwuziarniaki o własnościach zarazków zapalenia płuc znajdują się w ślinie stale w grudniu i lutym, znacznie rzadziej w innych miesiącach). Teorya sprowadzająca przyczyny epidemii do samej tylko zaraźliwości jest wynikiem zasklepiania się w badaniach laboratoryjnych i braku znajomości z szerokimi horyzontami odsłanianymi przez epidemiologię, — jest objawem takiej samej jednostronności umysłowej jak twierdzenie, że „przed Loefflerem niewiele wiedziano o dyfterycie“, gdy faktycznie Bretonneau powiedział tu wszystko, co było do powiedzenia, pomijając historię naturalną zarazka.

Jako praktyczny wniosek z wszystkich tych rozważań można podpisać się tylko pod zdaniem Seltera, według którego świat lekarski powinien zwrócić swe wysiłki raczej ku spotęgowaniu zapobiegawczych i leczniczych własności surowicy przeciwdrętwicowej, pozostawiając „przenośników“ w spokoju.

(*Rev. d'hyg. et de pol. sanit.* 1911, № 1).

J. Rzepko.

Hygiena szkolna i wychowawcza.

199. L. P i e s e n. — Niepożądane następstwa przesadnie prostego szkolnego siedzenia. Jehle w r. 1908 wykazał, że mocne przecięcie lędźwiowej okolicy wypukłością ku przodowi może u wielu dzieci wywołać ukazywanie się białka w moczu, niewątpliwie wskutek chwilowych zaburzeń w krwiobiegu nerek; mechaniczny ten czynnik jest zapewne jedną z ważnych przyczyn chwilowego białkomoczu spostrzeganego niejednokrotnie przy badaniu szybko rosnących zwłaszcza dzieci w szkolnym wieku, w pozycyi stojącej lub kłęczą-

cej. Stwierdzając obserwację Jehlego, Lury (1910) dodał tylko, że doniosłe znaczenie w tem zjawisku musi mieć ruchomość nerek, ponieważ podtrzymywanie nerek zapobiega białkomoczowi, gdy bez tej ostrożności pięciominutowe stanie z wyprężonym krzyżem może dać pięciokwadransowy białkomocz. Badając cały szereg przeciętnie zdrowych, 9 — 15-letnich chłopców, w kilku klasach jednej z praskich szkół, autor mógł się przekonać, że pięciominutowe lordotyczne stanie rzeczywiście wywołuje białkomocz w 32—46,5% wypadków (z wyjątkiem dwóch wypadków, mocza była przed badaniem zupełnie wolna od białka), że w niektórych wypadkach wystarczy minuta prostego stania, a co jeszcze ciekawsze — że również niekorzystnie wpływa na nerki siedzenie z rękami założonymi na krzyż: w 12,5 — 28,6% wypadków stwierdzono białkomocz po dziesięciu minutach takiego siedzenia. Z wszystkich tych badań wypływa niewązniczny wniosek, że wszelkie sztuczne, rzekomo hartujące pozycje ciała, dla organizmu dziecięcego nie są bynajmniej obojętne; białkomocz czasowy nie jest naturalnie chorobą, rzecz pewna jednak, że warunki, w jakich przychodzi do skutku, bynajmniej nie wzmacniają nerek.

(Der Schularzt 1911. № 4).

J. Rzepko.

101. O. Marcus. **Wykłady ratownictwa w szkołach.** Autor, będąc lekarzem szkoły ludowej w Frankfurcie nad Menem, wykladał uczniom, kończącym szkołę, sposoby podawania pierwszej pomocy w nagłych wypadkach. Wyniki tej próby były bardzo zadawalniające. Okazało się, że chłopcy 14—15-letni nietylko zainteresowali się tym przedmiotem, ale w krótkim czasie mogli pochwalić się znajomością teorii i techniki. Gdy na przedmieściu zdarzył się przypadek postrzelenia chłopca, w braku lekarza, mieszkający w pobliżu jeden ze świeżych uczniów autora, nałożył mu poprawnie opatrunek i sam odwiózł go do miasta, do szpitala.

Również w myśl uchwały międzynarodowego zjazdu w sprawie ratownictwa, autor zajął się wykładem nauki o ratowaniu tonących. I tu wynik był bardzo dobry. Do kształcenia się w nauce pływania (ratowniczego) przyjmowano amatorów, dobrowolnie zgłaszających się o ile ich stan zdrowia (serce i nerki) na to pozwalał.

Ostatnio autor zorganizował kółko samarytańskie z uczniów szkół w wieku l. około 15 gdzie wykłady autora uzupełniał odczyt dyrektora miejscowej straży ogniowej o pierwszej pomocy w czasie pożaru.

Wogóle, zdaniem autora, wykłady powinny być prowadzone przez lekarza lub pod jego nadzorem, nieodzownym wszakże warunkiem jest wpojenie w słuchaczy przekonania, że podający pomoc w nagłym wypadku jest tylko pomocnikiem lekarza, ale bynajmniej nie jego zastępcą.

(Der Schularzt 1911. 9.)

Dr. B. P.

102. **School Hygiene** podaje, że w jednym z większych zakładów wychowawczych (Felsted) każdy nowowstępujący uczeń bywa badany przez lekarza szkolnego i dentystę, co 4 miesiące bywa mierzony i ważony; co 4 miesiące też odbywają się szczegółowe oględziny budynku szkolnego ze względu na skanalizowanie i t. p.

103. **Sorger. Statystyka krótkowzroczności w szkołach średnich.** Na mocy rozporządzenia ministeryalnego z r. 1906 w Niemczech w przepisach, dotyczących zakładów wychowawczych, uwzględniono obok innych wymagań higienicznych i potrzebę dokonywania przynajmniej 2 razy rocznie oględzin oczu wychowawców. Dzięki tej okoliczności Dr. Sorger, okulista z Schweinfurth, badał regularnie w ciągu 4-ech lat uczniów pewnego seminaryum i przekonał się, że zaledwie 40% posiadało refrakcyę prawidłową, przeszło 50% było krótkowidzów, około 10% dotkniętych innemi złozeniami refrakcyi (dalekowidzów, astygmatyków i anisometropów).

Na mocy własnego doświadczenia autor potwierdza zdanie Segeela z r. 1878, że znaczny wpływ na powstawanie krótkowzroczności wywiera odrabianie w domu lekcyi — czemu poniekąd zapobiedz może internat. Prócz tego przyczyny powstawania i wzmagania się krótkowzroczności szukać należy, 1) w nienoszeniu stosownych szkieł lub noszeniu niestosownych; 2) w wadliwych warunkach oświetlenia i 3) w braku regularnego przeplatania pracy odpoczynkiem i w braku ćwiczeń fizycznych.

W celu zwalczania krótkowzroczności zaleca ustanowienie lekarzy, lepiej okulistów szkolnych, oraz zakaz sprzedaży szkieł bez przepisu okulisty. Uczniowie, u których stwierdzono krótki wzrok, winni być pod obserwacją lekarza (okulisty) aż do ukończenia szkoły. (*Zeitschrift für Schülgesundheitspflege*) *Dr. B. P.*

Dopisek sprawozdawczy. Podczas 11-go zjazdu lekarzy rosyjskich po odczycie Katza, „o organizacji pomocy okulistycznej w szkołach“, zapadła uchwała o potrzebie ustanowienia lekarzy chorób ocznych w szkołach i o potrzebie współdziałania lekarza szkolnego, okulisty szkolnego i ciała nauczycielskiego. Krótkowzroczność w szkołach była też tematem odczytu prof. Strauba (w tow. higienicznem w Haadze), który na mocy własnych spostrzeżeń utrzymuje, że myopia powstaje wskutek przepracowania w szkole, że rozwija się silnie w latach szkolnych i przez szkołę; rozwój jej można powstrzymać przez noszenie odpowiednich szkieł tylko w tym razie, gdy uczniowie mają możność korzystania jak najwięcej z pobytu na wolnem powietrzu (oprócz niedziel 2 razy tygodniowo przez $\frac{1}{2}$ dnia).



Pierwszy międzynarodowy kongres pedologiczny w Brukselli.

Napisała **Dr. M. Stefanowska.**

Do szeregu kongresów, które obraly sobie za cel wychowanie dziecka, przybyła nowa kategoria—to kongresy pedologiczne, mające za zadanie przeprowadzić racjonalną reformę wychowania, opartą na podstawach ściśle naukowych. W sierpniu r. b. odbył się właśnie w Brukselli I międzynarodowy kongres pedologiczny, który cieszył się wielkim powodzeniem tak co do ilości swych członków, przybyłych z rozmaitych krajów Europy, Ameryki i Azji, jako też co do objętości referatów i komunikatów oraz przeprowadzonych nad temi pracami dyskusyj.

Kongres odbył się pod patronatem króla Alberta I, a liczne kraje przysłały swych oficjalnych delegatów. Przygotowawcze prace do kongresu były przeprowadzone w ten sposób, że międzynarodowy komitet pedologiczny po kilkakrotnych naradach, zawczasu ustalił, jakie tematy będą rozważane na I Kongresie, a następnie zwrócił się do pedologów i pedagogów z propozycją, aby nadsyłali referaty na tematy przez komitet wybrane. Do zasadniczych przedmiotów zaproszono po kilku referentów, a ponadto zgłoszono szereg drobniejszych przyczynków (komunikatów), do głównych przedmiotów. Dzięki takiej organizacyi prace kongresu nie miały chaotycznej rozbieżności, a same rozprawy można było lepiej pogłębić i wszechstronnie oświetlić. Prace na Zjeździe odbywały się głównie w sekcjach, było ich pięć, ale jednocześnie obradowały tylko trzy. Sekcje były następujące: I Pedologia ogólna i terminologia; II Antropometria, biologia i higiena szkolna; III Psychologia dziecka normalna i patologiczna; IV Pedagogika normalna i anormalna; V Socjologia dziecka. Oprócz prac w sekcjach odbyły się trzy zebrania plenarne, w gmachu Akademii belgijskiej. Najciekawszą była uroczysta sesja otwarcia Kongresu, gdzie w całej pełni stwierdzić można było międzynarodowy charakter Zjazdu przy przedstawianiu się delegatów. Wypowiedziano tu również kilka referatów z ogólnej pedagogii, o treści wielce pouczającej. Kongres otworzył p. Jacquemin, oficjalny przedstawiciel oświaty publicznej w Brukselli. Po powitaniu zebranych kongresistów, Jacquemin w mowie swej podkreślił, że pedagogia ma przed sobą wielkie i piękne zadanie: poszukiwanie naukowych sposobów wychowywania, tak aby mózdz osiągnąć kompletny rozwój wszystkich władz i zdolności dziecka. Następnie zabrał głos Dr. Deeroly, prezes komitetu belgijskiego i nakreślił historję ruchu pedologicznego, który wysunął na miejsce naczelne psychopedagogikę, peda-

gogikę doświadczalną i higienę dziecka; są to właśnie nowe drogi, któremi dążymy do osiągnięcia wszechstronnego rozwoju dziecka. Następnie Dr. Deeroly podkreślił, że we wszystkich krajach zwrócono baczna uwagę na dzieci umysłowo niedorozwinięte i upośledzone, dla których stwarzają specjalne zakłady wychowawcze. Potem zabrała głos sekretarka generalna, prof. Dr. Józefa Joteyko, w udziale medycze naszej przypadła główna rola w organizowaniu pierwszego Kongresu pedologicznego. Gdy inni przedmówcy oceniali pedagogię głównie ze stanowiska nauki stosowanej do potrzeb wychowania, P. Joteyko w mowie swej podkreśliła znaczenie pedagogii jako czystej nauki; badać dziecko nie tylko dla celów praktycznych, ale także dla zbudowania istotnej wiedzy o dziecku, co należy do przyszłości. Przy zakończeniu sesji inauguracyjnej, przemówił zasłużony pedagog belgijski, p. Schwyten, prezes międzynarodowego komitetu. Oddał on hołd nowoczesnym badaniom naukowym nad dzieckiem, wniósł one bowiem ożywczy prąd do dawnej konwencyonalnej pedagogiki, która częstokroć kaleczyła dziecko pod względem fizycznym, umysłowym i moralnym.

Po tem pierwszym plenarnem posiedzeniu rozpoczęły się prace Kongresu w sekcjach. Sekcja pierwsza była poświęcona pedagogii ogólnej i terminologii. Tu najciekawsze referaty wypowiedzieli Dr. Joteykówna z Brukselli, oraz prof. Nagy z Budapesztu. Panna J. o konieczności ustalenia pewnych terminów w pedagogii, a także o niezbędnym porozumieniu się międzynarodowym w celu ujednostajnienia metod czynienia pomiarów i doświadczeń nad dziećmi. P. Nagy referował o wykładaniu pedagogii pedagogom, lekarzom szkolnym oraz osobom składającym trybunały dziecięce, wszystkie te osoby powinny być obeznane z psychologią dziecka, aby swe sądy i wnioski opierać mogły na znajomości natury dziecka. Po wysłuchaniu jeszcze referatu panny Francio o potrzebie zakładania pracowni pedologicznych dla nauczycieli, sekcja uchwaliła niemal jednomyślnie, iż należy na wielką skalę szerzyć pojęcia naukowe w pedagogice, aby zwalczać dyletantyzm wśród wychowawców i nauczycieli. W tym celu należy zorganizować wykłady i laboratoria pedologiczne przy seminariach nauczycielskich a przy wszystkich uniwersytetach otworzyć katedry pedagogii (Joteyko), aby dać możność kształcenia się w tym przedmiocie profesorom, lekarzom i prawnikom. Rufina Biano i Menzerath mówili o bibliografii pedologicznej.

W pracach drugiej sekcji na pierwszy plan wysunięto higienę szkolną oraz współdziałanie lekarzy szkolnych w dziele wychowania i ustawicznego czuwania nad fizycznym rozwojem dziecka. Częste badania nad sprawnością wzroku i słuchu, sposoby

unikania zaburzeń w wyższych organach zmysłów, waga i wzrost dzieci, dostarczyły obszernego materiału do referatów i komunikatów. W sekcji powyższej omawiana była również wszechstronnie kwestya współpracownictwa pedagoga z lekarzem szkolnym i wspólnego prowadzenia książeczek medyczno-pedagogicznych, gdzie obok pomiarów wzrostu i wagi ciała zapisują się wszelkie obserwacye, tyczące się fizycznej i duchowej strony dziecka.

Z zakresu Antropometrii referaty nadesłali Paweł Godin prof. Mereante (La-Plata) Ihon Gray z Londynu i prof. Manouwier z Paryża. W referacie *Antropometrya i zdolności* p. Gnay dał szereg wskazówek, umożliwiających poznanie zdolności umysłowych za pomocą metod antropometrycznych; natomiast antropolog Manouwier, poruszając tenże temat, dochodzi do wniosków wręcz przeciwnych. Twierdzi on, że antropometrya może służyć jako praktyczny środek oceniania indywidualnych zdolności umysłowych i ostrzega, że tą drogą można by dojść do wniosków zgoła fałszywych. M. nie odmawia atoli antropometrii znaczenia teoretyczno-naukowego.

Sekeya psychologii dziecka była najczynniejszą ze wszystkich i nader ożywiona w swych dyskusjach. Ścisły związek pedagogii z psychologią dziecka—był tu zawsze czynnikiem rozstrzygającym. Ożywiona wymiana poglądów toczyła się zwłaszcza z powodu referatów Ferriego z Medyolanu: O zależności rozwoju inteligencji u dzieci od stopnia wrażliwości słuchowej; Beehtevema o sugestyi w wychowaniu, a zwłaszcza referatów pań Joteyko i Kipiani: O ambidestrji. P. Joteyko dąży do wyrobienia równomiernej władzy i sprawności w obu rękach, do częstszego niż dotąd posługiwania się ręką lewą, co pociągnie za sobą normalny rozwój lewej połowy ciała (zazwyczaj słabszej), a także prawej półkuli mózgu. W dyskusyi na ten temat biologiczną stronę kwestyi oświecała przewodnicząca tej sekcji Dr. Michalina Stefanowska.

Do wybitnie interesujących referatów należały dalej referat prof. Rauschburga z Budapesztu: o związku pamięci z inteligencją; Guido della Ralle (Turyn) o udziale stanów świadomych i nieświadomych w pracy intelektualnej. Dalej van Raalte przeczytał wyniki Ankiety nad stosunkiem u dziecka niższych władz psychicznych do wyższych. Dr. Jung z Zurychu zaciekał Kongres swą Psychoanalizą dziecka za pomocą snów. Prof. Sante de Sanctis interesująco referował Psychologię dzieci anormalnych. Dr. Philippe mówił, o dzieciach podnormalnych. Rewesz, o dzieciach nadnormalnych. Prof. Georgoff z Sofii miał referat, o rozwoju mowy u dzieci. Prof. Bovet-Daumers: psychologiczne

podstawy nauczania moralności. Prof. Fiore (z Ankony) i Wineh: Świadczenia dzieci w sądach. Pani Hoesch-Ernst mówiła o badaniach uczuć estetycznych u dzieci. Dr. Nogvady: Rozwój zabaw u dzieci; panna Guillome dała obserwacje pedologiczne, dotyczące się gimnastyki rytmicznej Dolorosa, poparte demonstracjami. Spór ożywiony toczył się z powodu protestów Bineta i poczynionych w nich zmian przez Saffioti'ego. W braku miejsca musimy pominąć milczeniem liczne komunikaty, zgłoszone w sekcji psychologicznej, a odnoszące się do tematów wyżej wyliczonych.

Sekcya psychologiczna obejmowała również referaty i komunikaty Polek i Polaków. Oprócz kilku prac, wspomnianych już wyżej Józefy Joteyko, mamy do zanotowania nadesłane następujące referaty: A. Szczówny określenia usposobienia dzieci: p. Ciembroniewicza z Bochni: Dzieci polskie a przyroda. Dalej nadesłały komunikat, pp. Lublinerowa i Zylberowa: Instytut dla dzieci niedorozwiniętych w Warszawie. Wygłosiły osobście komunikaty następujące Polki: Lipska-Libnachowa, O wpływie roztargnienia na próg Webera; Dumin-Sulgustowska: O moralnym wpływie slōjdu; Dr. Paanenko ze Lwowa demonstrowała niezmiernie ciekawy przyrząd własnego wynalazku do poglądowej nauki rachunków, lub całkowitych i ułamków; a p. Dobrowolska ze Lwowa omawiała alfabet barwny.

Sekcya czwarta—poświęcona była pedagogice normalnej i anormalnej. Sprawę koedukacji referowali tu Baddley (ze szkoły Bedales'a) Joteyko, E. Gilson, Rouma i Ferrière. Kongres orzekł, iż koedukacja dwu płci jest doskonałym środkiem wychowawczym nie tylko w szkołach początkowych i wyższych, jak to wykazała praktyka, lecz że należy zastosować koedukację i w szkołach średnich.

Nowe wychowanie, prowadzone w szkołach tak zwanego „nowego typu“ posiadało dużo kompetentnych referentów; obradowano też nad doniosłym znaczeniem pracy ręcznej, dla rozwoju intelektualnego. Rozważali sposoby zapobiegające umysłowemu znużeniu uczniów—pp. Berbier, Dr. Lechner z Kolossvaru, van Wayenbourg i prof. Saffioti z Medyolanu.

Jak widzimy z powyższego sprawozdania Kongres rozporządził bardzo obfitym materiałem, gdyż referatów zgłoszono przeszło pięćdziesiąt, a komunikatów do stu. Pomimo to wszyscy obecni członkowie mogli przyjść do głosu i wysłuchać dyskusji nad swemi pracami. Komitet uchwalił atoli, że referaty osób, nie przybyłych na Zjazd, nie będą odczytywane; wyjątek zrobiono tylko dla kilku prac. Prace Kongresu wraz z uchwałami i dyskusją ukażą się w druku za kilka miesięcy; obejmą one dwa tomy, które będą rozesłane wszystkim członkom Kongresu.

Podczas Kongresu otwartą była w Brukselli wystawa przyrządów i aparatów do doświadczeń pedologicznych i fizyo-psychologicznych, a także zbiór przeglądów i książek, poświęconych pedologii, pedagogice i psychologii. Na wystawie znajdowała się także sala, w której zebrane były materyały, ilustrujące a m b i d e k s t r y e, oraz małe muzeum lalek, sporządzonych przez dzieci węgierskie. Uchwalono kongresy pedologiczne zbierać co cztery lata. Następný kongres odbyć się ma w Hiszpanii w 1915 roku.

LIST OTWARTY DO REDAKCYI „ZDROWIA“

W sprawie wody do picia w Ciechocinku.

Szanowny Kolego Redaktorze!

W numerze sierpniowym r. b. „Zdrowia“ znajduję w Przeglądzie Bibliograficznym ocenę pracy kol. Ignacego Dembickiego, lekarza zakładowego, pod tytułem: „Spis prac naukowych i literackich o Ciechocinku“.

Ponieważ oceniło to dziełko pióro wytrawne kol. Redaktora J. Jaworskiego, przedmiotem słów poniższych nie będzie ocena pracy dziełka, lecz—kilka uwag, jakie mi się nasunęły przez przeglądanie pracy kol. I. Dembickiego. Pozwolę więc sobie, po pierwsze, wyrazić żal, że pracy, tak interesującej i wyczerpującej, jaką jest książka Dr. L. Mieczkowskiego, nie streszczono. Praca ta pod tytułem: Ciechocinek pod względem historycznym i leczniczym z uwzględnieniem niektórych ważniejszych wód mineralnych i t. d. wyszła w roku 1873 i wydana została w Warszawie w drukarni Józefa Ungra. Nie wiem czy kol. D. zwracał się do ogółu przed wydaniem dziełka; po przeczytaniu słowa wstępnego, w którym autor prosi o komunikowanie naukowych i literackich notatek o C., nadmieniam, że służyć mogą książką Dr. L. Mieczkowskiego każdej chwili tak, aby ona mogła znaleźć uwzględnienie słuszne w następnym wydaniu „Spisu“.

Po drugie, pozwolę sobie uczynić uwagę, że kol. D. przeszło 78 stronie poświęcił dosłownemu przedrukowi II części (opis szczegółowy) dzieła Dr. Stockmanna „Ciechocinek pod względem lekarskim“. Warszawa 1882.

Po tych uwagach słówko pro domo mea, gdyż to jest głównym celem listu. Po kilkunastodniowym pobycie swoim w C. wygłosiłem na posiedzeniu wydziału zdrojowisk W. T. H. w 1908 r. odczyt: „Z pobytu w C. Spostrzeżenia i uwagi“. „Zdrowie“ 1908 r. do którego zachęcił mnie kol. Henryk Dobrzycki. Na stronie 279 pod Nr. 88 w dziełku kol. Dembickiego czytam streszczenie od-

czytu swego, podpisane przez kol. Wł. Biesiekierskiego z uwagami I. Dembickiego. Ponieważ znajduję tam kamyczek, wrzucony do ogrodu mego, zmuszony jestem go podnieść, zważyć i ocenić, może się bowiem okazać, że został tam niewłaściwie umieszczony, a wówczas zwrócić go prawemu właścicielowi w sposób, przez niego użyty.

W sprawozdaniu tem czytamy: woda do picia niepewna wobec przypadku febry gastrycznej, nabytej „podobno“ (Ref.) w Ciechocinku (oskarżenie, niezemnieusprawiedliwione i niedowodzone, wskazuje, że autor nie chciał zapoznać się z rzeczywistym stanem rzeczy, gdyż według analizy Dr. Nenckiego woda Ciechocińska wcale nie zawiera bakterji chorobotwórczych a przypadki tyfusu są nader rzadkie, nieomal unikaty. (Dembicki).

Zobaczmy teraz, jak się o przypadku tym wyrażam. Przytoczę słowa swoje: Byłem zrażony przykrym faktem zachorowania w Ciechocinku pewnej osoby, którą wspólnie z Dr. Chełmońskim leczylismy w tym roku w Warszawie. Osoba ta wypijała dużo wody, bo 6 do 8-miu i więcej szklanek dziennie, i zachorowała tam na „febrę gastryczną“, trwającą przeszło 6 tygodni. Słyszałem, że takie zachorowania zdarzają się niejednokrotnie w czasie sezonu kąpielowego. Poczem z faktów tych wyciągam wnioski odpowiednie, które tu pomijam. Zapytuje, czy czytelnik może z tego wywnioskować, że „podobno“ ktoś zachorował, jeżeli ja przytaczam dane niewzruszone z całą pewnością, na jaką nas lekarzy stać? Czy więc owo słówko „podobno“ jest w porządku? czy nie jest tendencyjnem przeinaczeniem faktu zapewne niemilego, przyznając to chętnie, ale faktu oczywistego, którego nazwę złagodziłem? Boć każdy chyba z nas wie, co to jest „febra gastryczna“! W całej sprawie chodziło mi o to, aby unikano wody niepewnej i aby lekarze ostrzegali publiczność. Zamykanie oczu na fakty, polityka strusia, nie tu nie pomoże. Dość złudzeń, któremi w życiu karmimy się na każdym kroku! Analiza Dr. Nenckiego, której nie znalazłem w dziełku kol. D. wykonana była dawno, bynajmniej nie przekona mnie ona o stanie wody w r. 1908 i obecnym, gdyż analizy bakteriologiczne wody, jak wymaga obecny stan nauki, winny być wykonywane nieomal codziennie. Niechby je wykonywano co tydzień lub kilka razy w ciągu sezonu. Marzenia!

Kol. D. sam pisze, że „wypadki tyfusu są nader rzadkie“. A więc—„są“. W braku statystyki dokładnej na tem że „istnieją“ musimy poprzestać. Co najwyżej postugiwać mi się wolno

sumaryczną tabelą zachorowań z pracy kol. Dembickiego (stron. 289), w której czytamy cyfrę 36, w rubryce „typhus abdominalis“, z okresu 1899—1908 r. na 1440, (ogólna liczba chorych zakaźnych). Chorych na dyzenterję było w tym okresie 163.

Dla czego zaraz imputować autorowi, że nie chciał zapoznać się z rzeczywistym stanem rzeczy? W ciągu kilkunastodniowego pobytu nie robi się studyów, gdy się ma opisywać swoje wrażenia.

Nikt mnie dotąd nie przekonał, że co do dobroci wody do picia jestem w błędzie, a najmniej kol. B. i D., że woda jest bez zarzutu i godna polecenia.

Zarzuty moje, wyżej rozpatrzone, odnoszące się do wyrazu „podobno“ i do „nie chciał“, czyli zarzuty tendencyjności i braku dobrej woli zwracam tam, skąd wyszły.

Racz przyjąć Sz. Kolego Redaktorze i t. d.

D-r Ignacy Grundzach

(Sekretarz Wydziału Balneologicznego).

Ś. p.

Dr Stanisław Markiewicz.

Powszechnie znany higienista polski, wybitny działacz społeczny, b. Prezes Tow. Lek. Warsz., Prezes Komitetu Kolonii Letnich, Komitetu plantacyjnego miejskiego, Członek honorowy Tow. Lek. Krakowskiego, Stowarzyszenia Lekarzy Polskich, Tow. Ogrodniczego Warsz. i wielu innych, zmarł 25—XI—r. b. w Warszawie, w wieku lat 72.

Ubył z szeregów pracownik wytrwały, umiejętny nad zwykłą miarę, a cichy i skromny, zawsze gotowy stanąć do pracy o zakresie szerzej społecznym, człowiek czynu, daleki od frazesu pustego. Przygotowany do pracy lekarskiej, jak niewielu współczesnych, gruntownie obznajmiony ze wszystkimi działami wiedzy lekarskiej, ś. p. Markiewicz osiadał nie w wielkiem mieście, lecz na skromnej prowincyi, jako lekarz wolnopraktykujący w Tomaszowie Rawskim, a potem jako lekarz fabryczny w Soczewce. Ciężka praca zawodowa w walce o byt, bardzo zresztą skromny, nie przeszkadza mu pracować społecznie: zajmuje go wszystko co dotyczy medycyny społecznej i higieny.

„Gazeta Warszawska“ drukuje jego prace popularyzujące sprawę kanalizacji. Artykuły wyczerpujące, pełne głębokiego znanstwa umiłowanej sprawy, stają się dorobkiem społeczeństwa,

które kropla po kropli wsiąkają w pojęcia o higienie miast osobistej i przemysłowej. Rzadka zdolność uprzystępnienia szerszemu ogółowi prawd nowych czyni poczytnemi olbrzymią, zaiste ilość artykułów jednego z pierwszych pionierów higieny krajowej.

Ś. p. Markiewicz był pracownikiem wytrwałym a choć polakiem wolny był od wad naszych powszechnych i niezapalał się łatwo, nie gasł w nadziejach szybko ale, raz wytknąwszy sobie cel jakiś, umiał obmyśleć środki istotnie doń prowadzące i nigdy nie zrażał się niepowodzeniem. A działalność Jego przypadała



w chwili ogólnego zobojętnienia, jakie panowało w kraju po wstrząsających wypadkach lat sześćdziesiątych. Z nieczutej tej bryły starał się wykrzesać iskrę, zapalając ją wielką miłością ku małuczkiem, wydziedziczonym.

I oto w tej działalności społecznej, zakreślonej na miarę szerszą, powstają dzieła, w których urzeczywistnieniu brał żywy i główny udział ś. p. Markiewicz: kolonie letnie, kanalizacya m. Warszawy i plantacye miejskie.

W Jego doświadczone ręce przechodzą ze śmiercią ś. p. D-ra Fritsche kolonie letnie. Drobną w zaczątku zaledwie będącą instytucyą, dzięki ś. p. Markiewiczowi rozwija się powoli lecz stale i dziś, po trzydziestu latach istnienia

stała się nieodzowną, z której corocznie korzysta kilkanaście tysięcy słabowitych dzieci m. Warszawy, a społeczeństwo nie szczędzi jej swego poparcia i uznania.

Kanalizacya spławna przeprowadzona przy udziale, t. z. Komitetu Obywatelskiego, w którym ważną rolę spełnił Markiewicz w mieście naszym, dziś już dała owoce: ustały prawie epidemie tyfusu, dyzenteryi et cet., a jeśli w latach ostatnich szczęśliwie uniknęliśmy cholery, to też w znacznej mierze dobrze urządzonej kanalizacyi zawdzięczać możemy.

Planowe zadrzewienie miasta było nieustanną troską ś. p. Markiewicza; zamiłowany botanik i uczoney higienista potrafił w otoczenie swe w Komitecie plantacji, gdzie był prezesem, przełać swe głębokie przekonanie o możliwości doprowadzenia do skutku zamiarów, których ziszczenie co raz się stawało trudniejszym.

Żaden dział higieny i nauk lekarskich nie był Mu obcym i we wszystkich zabierał głos pełen doświadczenia i mocy przekonującej. Przełożył na polski, między innymi: Sanderą Fryderyka — Naukę o Publicznej ochronie zdrowia (r. 1885); F. Wesenera — Dyagnostyka kliniczna chorób wewnętrznych (r. 1894); Juliusza Conheima wspólnie z d-r'em Fabianem — Odczyty z Patologii ogólnej. T. I. (r. 1884) i wiele innych.

Higiena szkolna, prawie nieznaną w kraju naszym znajduje w ś. p. S. Markiewiczu, dzielnego rzeczownika i wykonawcę. Jego szematy badań dzieci szkolnych pozostały do dziś wzorem doskonałym dla pokolenia obecnego.

Zmarły brał bardzo poważny udział w układaniu regulaminu dla lekarzy szkolnych szkół elementarnych, który przyjęła Polska Macierz Szkolna. Według jego wskazówek pobudowano i urządzono jeden ze wzorowych gmachów szkolnych prywatnych w Warszawie. Przy różnych okazjach podczas rozpraw w wydziale higieny szkolnej i wychowawczej W. T. H. Markiewicz zabierał często głos, z którym zawsze bardzo się liczone. Tak było np. na posiedzeniu 23—IX—1903 przy organizowaniu ogrodów zabaw dziecięcych im. Rau'a; lub 23—XI—1906 podczas rozpraw w T. H. W. nad walką ze ślepotą.

Wogóle los i dola dzieci opuszczonych był zawsze bliski zaniemu sercu d-ra St. Markiewicza. Po raz pierwszy publiczny wyraz temu dał zmarły w latach 80-tych u. w., gdy wydał wspólnie z Brykiem Jachowiczem i Aleksandrem Moldenhawerem „Niedole dziecięce“, które wywołały tyle żywych, a następnie realnych refleksyi wśród ogółu miasta naszego. Przy układaniu statutu przed 4-ma laty „Towarzystwo Opieki nad dziećmi“ widzimy znów cenne współdziałanie czcigodnego lekarza i obywatela.

Wogóle w dziedzinie organizacyi naszych opieki nad dziećmi dr. S. Markiewicz położył, aczkolwiek w większości wypadków bezimiennie, lecz prawdziwie płodne zasługi.

Jako lekarz Naczelny na jednej z największych prywatnych kolei żelaznych Warszawsko-Wiedeńskiej kieruje sprawą lecznictwa i higieny, jako doskonały organizator doskonałi urzędzenia zapoczątkowane, stwarza nowe odpowiednie duchowi czasu i nauce, nigdy nie cofając się przed walką z obojętnymi lub niechętnymi.

Sprawę organizacyi pomocy lekarskiej na kolejach żelaznych wogóle, a specjalnie podczas katastrof kolejowych, dr. S. Markiewicz przedstawił wyczerpująco w referacie na posiedzeniu Wy-

działu Hygieny Zawodowej W. T. H. w d. 6—V—1903 r. Były to nie tylko wywody teoretyczne, lecz plan i organizacja, która wypróbowaną została poniekąd w praktyce.

Takim był ś. p. Markiewicz jako lekarz higienista i uczoney. Długi szereg prac nieboszczyka podany jest w „Rocznikach Piśmiennictwa Polskiego“.

Tutaj niechaj mi wolno będzie uczcić zmarłego, jako człowieka: Cichy, nie lubiący rozgłosu i wytrwały pracownik na niwie społecznej, był człowiekiem wielkiego serca, czystego sumienia i prawdziwej etyki.

Jako kolega, czy zwierzchnik, umiał ujmować sobie tych, którym danem było wejść z Nim w zetknięcie.

Cześć więc pamięci człowieka znacznego i wielkiego lekarza-obywatela.
D r . A . M a j e w s k i .

Przemówienie nad grobem Vice-prezesa Rady Tow. Hygienicznego D-ra J. Bączkiewicza.

Z woli Rady Tow. Hyg. przypadł mi w udziale smutny obowiązek złożenia wieńca zasługi na grobie tak wybitnego na polu higieny krajowej działacza, jakim był ś. p. Dr. Markiewicz.

Szereg Jego prac na tem polu świadczy o niestrudżonym i pełnym zapału poświęceniu i przeświadczeniu o doniosłości i ważności dla ogółu podejmowanych spraw. Cechą wybitną działalności Jego było podejmowanie zadań pierwszorzędnej doniosłości dla zdrowia publicznego.

Jego udział w spopularyzowaniu i przeprowadzeniu kanalizacji i wodociągów zapisał imię Jego wdzięczni słowy w kronikach naszego miasta i sercach współobywateli.

Dążąc konsekwentnie i wytrwale do poprawienia warunków zdrowotnych miasta, jako prezes Komitetu plantacyj miejskich ś. p. Dr. St. Markiewicz w szeregu lat niezmiernie; według możliwości dążył do wykonania planu zastrzewienia miasta, jako jednego z ważniejszych warunków zdrowotności.

Zacne jego serce nie mogło nie odczuć niedoli dzieci, a wielki umysł objął doniosłość zdrowia fizycznego i moralnego dzieci, jako podstawy bytu przyszłych pokoleń. Już w latach 80 tych ś. p. St. Markiewicz krzątał się około spraw zdrowotności dzieci. Jego „Niedole dziecięce“, wydane wspólnie z Erykiem Jachowiczem i Al. Moldenhawerem przygotowały umysły i serca do planowej działalności u nas na tem polu. Szczególnie jednak umiłowal ś. p. Dr. St. Markiewicz Tow. Kolonij letnich, którego był twórcą i wieloletnim kierownikiem aż do ostatnich chwil Swego zasłużonego życia. Wszystko, cokolwiek dałoby się pod tym względem powiedzieć, okazałoby się blade wobec tej rzeszy dzieci,

Towarzystwo Hygieniczne dla uczczenia pamięci zmarłego złożyło ofiarę pieniężną w kwocie 15 rb.

liczonych dziś już na tysiące, których nie tylko strona fizyczna, lecz i duchowa znajduje w potężnej instytucji tak dzielną opiekę.

S. p. St. Markiewicz nie poprzestawał na oddaniu się pracy dla dzieci opuszczonych, lecz sięgał dalej, bo w dziedzinę szkolnictwa i tutaj pozostawił niezatarte ślady swej działalności. Jego szematy i wzory do badań dzieci szkolnych, Jego wskazówki i rady przy budowie gmachów szkolnych oraz urządzeniu wewnętrznem sal, pozostaną jeszcze na długo pełne wartości.

Odszedł od nas Tytan pracy społecznej zdobywszy już za życia zasłużoną chwałę i uznanie. Imieniem Tow. Hyg. w tej ostatniej posłudze składam Mu należny hold i cześć!

WIADOMOŚCI BIEŻĄCE.

139. **Epidemia tyfusu brzusznego w Warszawie.** W ostatnich paru miesiącach w Warszawie coraz częściej przytrafiać się zaczęły przypadki tyfusu brzusznego, wogóle o przebiegu ciężkim. Prasa lekarska nasza zajęła się wzmaganiem się tej epidemii, a sprawie tyfusu brzusznego w Warszawie poświęciła dłuższy artykuł „Medycyna i Kronika Lekarska“ (Nr. 43), w którym dr. J. Zawadzki, na zasadzie ankiety, zorganizowanej doraźnie przez Redakcję „Medycyny i Kroniki Lekarskiej“, dotyczącej ogólnej liczby chorych na tyfus brzuszny w szpitalach warszawskich w d. 19—X stara się dociec źródeł epidemii, dróg jej rozszerzania się w mieście. Okazuje się, że w d. 19. X. było w szpitalach 142-u chorych tyfusowych (najwięcej w szpitalu Starożytkonnych — 40, dalej u Dz. Jezus—39, na Pradze—16, u św. Ducha 11), wśród nich 89 mężczyzn, 62 kobiety. Liczba dzieci wynosi 27%. Z pomiędzy tych chorych nie opuszczało Warszawy 106 osób (76%), czyli że zarażenie miało swe źródło tu na miejscu. W 41 przyp. w mieszkaniach chorych byli inni chorzy na tyfus brzuszny, w 85-u—takich chorych nie było, a zatem w znacznej większości przypadków (60%) zarażenie nie powstało na gruncie miejscowym. Zastanawiając się nad źródłem zarazy, dr. Zawadzki dochodzi do wniosku, że nie mogła niem być woda wodociągowa, gdyż w takim razie rozmieszczenie przypadków byłoby mniej więcej równomierne, tymczasem co do swego pochodzenia większość przypadków grupuje się głównie w dwu dzielnicach: wolskiej i powązkowskiej (30 i 32), dalej idą okolice Warszawy (21), dopiero później Powiśle, Praga, śródmieście i dzielnica Towarowa. W dzielnicach tych dają się zauważyć jakby ogniska, jak np. w dzielnicy wolskiej ulica Młynarska, zwłaszcza Nr. 60,

gdzie chorowało dużo osób, na Ogrodowej Nr. 7 chorowało 7 osób, na Czystem, ulica Wesola Nr. 2 i 376. Najbliższym źródłem zarazy dla Warszawy jest Czyste i Powązki. Urząd zdrowia, jak słusznie żąda dr. Zawadzki, powinien zwrócić baczną uwagę na sklepiki z materiałami spożywczymi na Woli. Sklepiki to ze względu na niechlujne ich utrzymanie są z pewnością rozsądnikami wszelkich zaraz. Wnioskowanie d-ra Zawadzkiego jest na ogół zupełnie słuszne, jakkolwiek liczba 142-u przypadków w d. 19 X nie daje nam wcale przybliżonego nawet pojęcia o rozmiarach istotnych epidemii. Uwag d-ra J. Zawadzkiego nie podobna pozostawić bez jednego, bardzo ważnego uzupełnienia. Ankieta „Medycyny“ — pisze „Gazeta Lekarska“ — uwydatniła niezmiernie charakterystyczne dla naszego szpitalnictwa zjawisko. Oto w jedynym warszawskim Szpitalu dla chorych zakaźnych „chorych na tyfus nie było wcale“! Chorzy natomiast byli w innych szpitalach. Pojedynczy przypadek tyfusu brzuszego w oddziale szpitalnym ogólnym nie przedstawia większego niebezpieczeństwa dla otoczenia i można go tam tolerować. Nagromadzenie się atoli kilku lub kilkunastu przypadków tyfusu już stanowi poważne niebezpieczeństwo, zwłaszcza tam, gdzie się wstawia łóżka nadetatowe, układa chorych na ziemi i t. p. Grozę sytuacji wymaga jeszcze brak kamer dezynfekcyjnych w naszych szpitalach.. Na to wszystko nie zwraca się najmniejszej uwagi! I chociaż w tej chwili myślimy nie o oślawionych sklepikach warszawskich, lecz o naszym szpitalnictwie, to jednak powtórzmy dosłownie zakończenie artykułu d-ra J. Zawadzkiego w „Medycynie i Kron. Lek.“: „dobre są takie urządzenia w stepach amerykańskich, ale nie w milionowym mieście Europy“.

140. **Epidemia tyfusu w Mławie i Ciechanowie.** W Mławie i Ciechanowie panuje epidemia tyfusu. Zwłaszcza w Mławie sroży się tyfus w sposób zatrważający, przybierając charakter wielce złośliwy. Jak stwierdza *Gł. Płocki* Mława należy do miast najbardziej niehygienicznych w Królestwie a tyfus, szkarlatyna i inne choroby epidemiczne grasują w niej stale. Nie może być inaczej, gdyż całe miasto, z małymi wyjątkami, przedstawia wielkie morze nieczystości, niechlujstwa. Nadmienić należy, że Mława jest jednym z miast najbogatszych w kraju, posiada 20 włók pięknego lasu, kapitały i dużo nieruchomości.

141. **Epidemia tyfusu w Zabkovicach.** W domach szklarni miejscowej, zamieszkałych przez robotników pojawił się przed kilku tygodniami tyfus brzuszny, który zrazu przyjął charakter epidemiczny i począł się szerzyć gwałtownie. Dotąd zachorowało około 60 osób. Wezwano lekarza z Wiednia do walki z epidemią. Przybył również na miejsce lekarz powiatowy, który stwierdził, że przyczyną epidemii tyfusu brzuszego jest zła woda, którą hutnicy podczas pracy przy piecach piją w dużej ilości. Zarządzono

wszelkie środki zaradcze ku zwalczeniu epidemii i niedopuszczeniu jej do dzielnicy, zamieszkałej przez ludność miejscową.

142. **Epidemia ospy w Warszawie.** W szpitalu Ś-go Stanisława na Woli od 16 października r. b. do 30 października tegoż roku na ospę naturalną:

pozostało chorych	przybyło	zejścia śmiertelne
129	63	13

Oprócz tego do g. 12 31 października przybyło do szpitala 7 chorych, w tem dwie „czarne“ krwotoczne formy ospy naturalnej u chorych dorosłych, a mianowicie: u panny lat 25 i u mężczyzny lat 19, wcale nie szczepionych od urodzenia.

143. **Budowa rzeźni centralnej.** Sprawa budowy w Warszawie rzeźni centralnej, która, jak się zdaje, przybiera obecnie formę bardziej realną, trwa już — 41 lat!

Datuje się ona od r. 1870. Ówczesny zarząd miejski nosił się już z zamiarem wybudowania rzeźni centralnej, ale dla braku funduszków projekt ten, jak wiele innych, w swym czasie, z powodu stanu funduszków miejskich odłożono.

W r. 1893 magistrat zakrzętnął się około urzeczywistnienia projektu i, uzyskawszy zgodę władz wojskowych na budowę, kupił przez delegowanego do tej sprawy mecenasa Lucyana Wrotnowskiego plac we wsi Koło, obszaru około 30 dziesięcin, za sumę przeszło 700,000 rb. i wyjednał decyzję ministerjum spraw wewnętrznych na budowę rzeźni w Kole.

Ta decyzja zarządu miasta wywołała różne dążenia spekulacyjne, tak głośne podówczas, które stały się przyczyną długiej zwłoki i wywołały zakaz władz wojskowych co do budowy rzeźni na lewym brzegu Wisły.

Rzecz cała zagmatwała się i powikłała bez wyjścia. Powstawały coraz to nowe projekty, które przewlekały sprawę w nieskończoność.

Jedną z najwięcej popieranых ofert była propozycja budowy rzeźni na Szmulowiznie. Następnie proponowano Kamionek, dalej Grochów: na Kamionku plac miał kosztować 370,000 rb., w Grochowie — 676,000 rb., w Różopolu za Pelcowizną — 163,000 rb., w Żąbkach 110,000 rb.

Ostatni był projekt generała Ignatjewa, który proponował wybudowanie rzeźni z roгатką grochowską, za sumę około 5 milionów rubli i eksploataowanie rzeźni przez 38 lat, obowiązując się płacić miastu 200,000 rb. rocznie oraz 12,000 rb. na dozór weterynaryjny i kontrolę. Po expiracyi kontraktu rzeźnia miała przejść na rzecz miasta. Propozycję tę magistrat odrzucił. Obecnie jest mowa o Gołędzinowie.

Gołędzinów, miasto nabyło od władzy wojskowej dla kanalizacji miejskiej, pod budowę osadników dla Pragi.

Gołędzinów położony jest nad Wisłą, za fortem Śliwickim, na północ graniczy z Pelcowizną i na wschód z szosą petersburską. Obszar wynosi 40 dziesięcin (około 80 morgów), z których około 10 zajmą osadniki. Niezależnie od tego, po wybudowaniu tamy regulacyjnej, przybędzie jeszcze około 20 do 30 dziesięcin gruntu.

Magistrat postanowił zbadać warunki i dane dotyczące Gołędzinowa i w tym celu wydelegował specjalną komisję.

Nam się wydaje, że zbadania sprawy tej nie należy odkładać, ostateczne jednakże zdecydowanie jej pozostawić byłoby najlepiej przysłuzemu samorządowi.

144. **Zebranie publiczne Tow. Naukowego Warszawskiego** odbyło się w dn. 25 Listopada 1911 r. z następującym programem: 1. Zagajenie posiedzenia przez Józefa hr. Potockiego Protektora T. H. W.; 2. Sprawozdanie z czteroletniej działalności Tow. Naukowego 1908—1911 przez p. Franciszka Pułaskiego, Sekretarza gen. T. H. W.; 3. Odczyt p. Władysława Smoleńskiego, p. t. Publicyści anonimowi końca XVIII w.; 4. Odczyt p. Zygmunta Weyberga, p. t. O materji statej.

Zebranie to odbyło się we własnym gmachu Towarzystwa przy ul. Kałiksta, który z dniem tym stał się urzędownie siedzibą tegoż. Towarzystwo otrzymało rozszerzenie ustawy, z prawem założenia Instytutu Serologicznego, który może utrwalić byt materialny Towarzystwa.

W chwili obecnej są czynne 2 pracownice w Towarzystwie: biologiczno-neurologiczna i antropologiczna.

W dniu zebrania publicznego w salonach hotelu Bristol, osoby zaproszone zgromadziły się na wspólną ucztę składkową, na której wymieniono dużo myśli i życzeń, świadczących nietylko o podniosłym nastroju, lecz i o ufności w rozwój tej nowej instytucji naukowej.

145. **Hojna ofiara na szkołę.** Jak donosi „Dz. Kij.,” ziemstwo wolyńskie otrzymało hojny dar: hr. Józef Tyszkiewicz przysłał 100 tys. rb. gotówką na średnią szkołę rolniczą, która, wedle życzenia ofiarodawcy, ma powstać w majątku jego, Bilce. Niezależnie od funduszu, hr. Tyszkiewicz ofiarowuje ziemię pod gmach szkolny, oraz materiały budowlane.

146. **Z towarzystwa Szkoły Ludowej.** Celem rozszerzenia i spotęgowania poczucia ofiarności wśród najszerzych warstw naszego społeczeństwa na cele oświatowe, szkolne, a w szczególności na obronę zagrożonych kresów, wniosło w roku bieżącym Tow. Szkoły Ludowej petycyę do wszystkich gmin wiejskich w Galicyi o wstawienie w budżecie gminnym na rok 1912 choćby minimalnej kwoty na cele T. S. L.

147. **Redukcyja budżetu szkolnego.** Magistrat m. Sosnowca na posiedzeniu ostatniem powziął uchwałę, jak na dzisiejsze czasy, szerokiego uświadomienia o potrzebie podtrzymywania oświaty

wszelkimi siłami, bardzo znamienne. Oto postanowił budżet szkolny, zamknięty w roku bieżącym sumą 44,832 rb., zredukować w preliminarzu na rok przyszły o sumę aż 16,000 rb. Oszczędności te zdobywa magistrat sosnowicki kosztem skreslenia z budżetu szkolnego całego szeregu pozycyi, między którymi są takie np. jak: rb. 3,400 na nauczanie drugich zmian w szkołach, rb. 1,260 na nauczanie w szkołach miejskich rysunków i śpiewu, rb. 315 na zakup książek dla bibliotek szkolnych, rb. 210 na pomoce szkolne. Nadto zredukowano pensye: prefektom ze 150 na 100 rb., lekarzowi szkolnemu z 450 na 200 rb., z zobowiązaniem go tylko do szczepienia ospy dzieciom, sumę zaś 1,050 rb., przeznaczoną na opłatę za kąpiele dzieci, zredukowano do 525 rb., wydatek na ase nizacyę z 400 na 100 rb.

Takim kosztem zdobywa magistrat sosnowicki oszczędności, pozwalające mu na zmniejszenie podatku szkolnego na r. p., o co często kolatali obywatele.

148. **Szkoła dla dziewcząt wiejskich.** Organizowana staraniem sekeyi gospodarstwa kobiecego przy Kaliskiem Tow. rolniczem szkoła gospodarcza dla dziewcząt wiejskich w Kloneczynie z początkiem roku przyszłego ma być już czynna. Zarząd szkoły dokłada wszelkich starań, ażeby zakład ten stanął na wysokości zadania. Zapis kandydatek jest liczny.

Nauka trwa rok, począwszy od stycznia; opłata za całkowite utrzymanie wraz z nauką wynosi 60 rb. rocznie. Przedstawić należy akt urodzenia i wykazać 16 lat skończonych. Warunki więc szkoły w Kloneczynie są bardzo przystępne.

Wszelkich informacyi, dotyczących się Kloneczyna, udziela przewodnicząca sekeyi gospodarstwa kobiecego, hr. Marya Kwilecka (Grodziec, p. Rychwał) i prezesowa zarządu szkoły kloneczyńskiej, p. Wojciechowa Wyganowska (Pietrzyków, p. Opatówek).

149. **Wzorowa gmina, co do szkół.** W pow. mławskim istnieje niedaleko granicy pruskiej gmina, której obywatele włościanie, nie mając pośród siebie ani jednego dworu, wyłącznie własną pracą i inicjatywą postawili stan swej gminy tak wysoko, iż może innym świecić przykładem. Jest to gmina Niechłocin, składająca się z 10 wiosek włościańskich, położona o 23 w. od Mławy i o 15 od Żuromina.

Jak pisze „Głos płocki“, w gminie tej „na pomieszczenie 6 szkół ludowych postawiono piękne murowane budynki, podług wszelkich wymagań higieny nowoczesnej. Oświata stoi na tym poziomie, że niema już prawie niepiśmiennych, we wszystkich wioskach można znaleźć gazety. Założono tu i owdzie sklepik spożywczy spółkowy, prowadzony z dobrym rezultatem.

Obecnie gospodarze krzątają się koło założenia ochronki, chodzi tylko o załatwienie zwykłych formalności. Pod wpływem oświaty rolnictwo bardzo się podnosi, czego najlepszym dowodem

jest odznaczenie najwyższą nagrodą w Mławie jednego z włościan niechłocińskich. Poziom etyczny wzniósł się również znacznie: alkoholizm jest tu prawie nieznanym, a pieniactwo zniknęło do szczętnie“.

Szkoda, że korespondent, malujący ten wzorowy stan gminy niechłocińskiej, nie opisał, czy jej przykład działa i w jakiej mierze na gminy sąsiednie.

150. **Ludność Łodzi.** Według danych statystycznych, liczba ludności w Łodzi, wraz z przedmieściami, wynosi 483,920, w tem mężczyzn 232,609, kobiet 251,311.

151. **Ludność Włocławka.** Po przeprowadzeniu meldunków dla biura adresowego okazało się, że Włocławek liczy bez mała 60 tysięcy mieszkańców. Jest więc szóstym z rzędu co do wielkości miastem w kraju.

152. **Urządzenia sanitarne w domach kolejarzy w Kaliszu.** — W domach mieszkalnych urzędników kolejowych zaprowadzono obecnie kanalizację i wodociągi, tak, że prawie każdy urzędnik ma do swej dyspozycji wannę, zlew, wodę i klozet splukiwany. Również dla robotników zaprowadzono umywalnie i wanny, z których mogą korzystać w dowolnym czasie. O ile nam wiadomo, również w sypialniach dla służby konduktorskiej mają być odpowiednie urządzenia higieniczne wprowadzone. Świadczy to chlubnie o zarządzie kolei Warszawsko-Wiedeńskiej, który dba o wygodę swych współpracowników.

153. **Propaganda trzeźwości na kolejach.** Uznając wielkie znaczenie, jakie ma trzeźwość pracowników kolejowych dla bezpieczeństwa ruchu pociągów ministerium komunikacji ułożyło „ustawę normalną dla kolejowych towarzystw trzeźwości“. Celem tych towarzystw jest przeciwdziałać używaniu napojów wysokochłonnych wśród pracowników kolejowych i ich rodzin.

154. **Budowa kamery dezynfekcyjnej w Lublinie.** Przystąpiono do budowy kamery dezynfekcyjnej na terytorium szpitala św. Jana. Co się tyczy odpowiednich aparatów, to kwestya ta pozostała dotychczas nierozstrzygnięta, pomimo paru zebrań lekarzy dla omówienia sprawy.

155. **Gospodarka miejska w Kowalu.** Najstarszą osadą w pow. włocławskim jest Kowal. Obecnie liczy ona 400 domów przy 6,000 mieszkańców. Posiada sąd gminny, aptekę, straż ogniową ochotniczą, a także kilka fabryk parowych. Dziwnem więc jest, że przy takim dość intensywnem życiu Kowal nie stara się o dobre bruki gdyż te, jakie są obecnie, mogą służyć wybornie do łamania nóg, zwłaszcza wieczorem, czemu sprzyja doskonale brak jakiegokolwiek oświetlenia. Również nie posiada dotychczas Kowal studni artezyjskiej, a tylko otwartą drewnianą, w której woda zmieszana jest z niepożądanymi wcale dodatkami. Wiadomość tę podaje „Dziennik Powszechny“ z d. 29/X r. b.

156. **Komitet Sanatorium w Rudce.** W d. 22 u. m. na miejsce dwu członków, którzy ustąpili z komitetu, Rada T. H. W. wybrała d-ra med. Hewelkego i p. Wernera przemysłowca.

157. **Zaprzepaszczonego szpital na Kujawach.** „Dziennik Kujawski“ podaje notatkę tej treści: „Zmarła roku 1891 w Lubraniecu hr. Miniewska zapisała osadzie testamentem duży murowany budynek z ogrodem. Według ostatniej woli testatorki budynek ten miał być użyty na szpital, ofiarowała ona przytem 2,000 rubli na niezbędne urządzenia oraz 1,700 rubli jako kapitał żelazny, z którego odsetki miały tworzyć pensyę dla lekarza. Dziesięć lat jednak już minęło, a Lubraniec szpitala dotąd nie posiada. Zarząd osady wydał już 700 rubli na odnowienie ofiarowanego na szpital domu, który tymczasem wydzierżawiono na skład piwa. Ogród zaś jest w ogromnem opuszczeniu“.

Instytut szczepienia ospy ochronnej D-ra J. TCHÓRZNICKIEGO

w Warszawie, Daniłowiczowska 8, telef. 5-28.

ZAWSZE ŚWIEŻA
I BAKTERJOLOGICZNIE CZYSTA

KROWIANKA

Rurki na 1, 5 i 10 szczepień.

Szczepienie i sprzedaż na miejscu od 9-ej rano do 7-ej wieczór.
Zamówienia listowne uskutecznią się odwrotną pocztą za zaliczeniem.

Strzedz się podrabia-
nych i nastawianych

Dla kaszlących i osłabionych

SŁODOWY EKSTRAKT I KARMELKI

z Miodu, Słodu i Ziół,

nagrodzone na wystawach higieniczno-lekarskich w Warszawie,
Krakowie, Lwowie i na Środkowo-Azyatyckiej w Moskwie.

Fabryka
ulica

LELIWA

w Warszawie
Zielna Nr. 21
Telef. 59,54

Wylączna sprzedaż w Aptekach i Składach aptecznych.

Zwracać uwagę na fir-
mę i na opakowanie

ODCZYTY KLINICZNE

od Nowego Roku 1912 wychodzić będą, jako Wydawnictwo Gazety Lekarskiej, w odstępach miesięcznych zeszytami, objętości 1½ do 2 arkuszy,

Zeszyty początkowo zawierać będą:

1. A. Sokołowski i F. Kijewski „O chirurgicznem leczeniu chorób płucnych.”
2. L. Rydygier i M. Rejchman. „O leczeniu wrzodu peptycznego żołądka.”
3. Freund. „Metoda psycho-analیزی w tłumaczeniu Jaroszyńskiego.

Prenumerata roczna w Warszawie lub z przesyłką rb. 4.

Prenumerować można w Administracyi Gazety Lekarskiej — Warszawa, Zielna 11 i we wszystkich księgarniach.

OPUSCILI PRASĘ

KALENDARZ LEKARSKI

NA ROK 1912

WYDAWNICTWO D-ra J. POLAKA

Cały tekst opracowany na nowo i znacznie rozszerzony.

Treść: Kalendarz ogólny. **Lista lekarzy**, praktykujących w Warszawie i na prowincyi, **urzędów i instytucji lekarskich** w kraju, z wymienieniem składu osobistego zarządów (towarzystwa lekarskie i higieniczne, szpitale, lecznice, drogi żelazne i t. p.). — Lista lekarzy polaków w Poznaniu i w całych Niemczech, lekarzy polaków w Petersburgu, oraz w Stanach Zjednoczonych Ameryki Północnej. — Instytucje lekarskie i sanitarne w Galicyi. — Najwyższe dawki środków lekarskich mocno działających. — Zamiana wag dziesiętnych na aptekarskie. — Dawki dla dzieci — Dawkowanie wstrzykiwań podskórnych. — Stężanie leków do wziewań, pędzlowania, wdychiwań, leków wprowadzanych do worka łązniczy. — Łatwo wybuchające mieszaniny środków lekarskich. — Niewłaściwe połączenia leków. — Ilość kropeł różnych płynów w gramie. — Rozpuszczalność przetworów. — Oznaczenie okresu ciąży. — Wymiary miednicy kobiecej. — Tablica ząbkowania — Tablica brzemienności — Wzrost i waga człowieka w różnych okresach życia. — Długość okresu wylegania i zaraźliwości chorób zakaźnych — Kąpiele lecznicze — Pierwsza pomoc w nagłych wypadkach. — Otrucia. — Skorowidz zdrojowisk, kąpielisk i uzdrowisk (24 strony). — Zdrojowiska polskie. — Badanie ostrości wzroku i refrakcyi. — Tablice Szellena. — Podręcznik terapeutyczny znacznie rozszerzony, w opracowaniu D-rów: J. Bączkiewicza (choroby dzieci). — Wł. Biegańskiego (choroby wewnętrzne), Kamockiego (choroby oczu), Kuczyńskiego (choroby uszu), Lazarewicza z Poznania (choroby kobiece), Malinowskiego i Wątraszewskiego (choroby skórne i weneryczne), Ed. W. Flatau (choroby nerwowe), Bron. Sawickiego (chor. chirurgiczne), Alf. Sokołowskiego (choroby narządów oddechania), K. Rychlińskiego (choroby umysłowe).

Cena egzempl. w oprawie z czterema notatnikami, ołówkiem i gumą **rb. 1 k. 50**, z przesyłką pocztową **rb. 1 k. 60**, za zaliczeniem **rb. 1 k. 70**.

Do nabycia we wszystkich księgarniach i u wydawcy ul. Nowogrodzka 82, gmach miejskiego instytutu szczyepienia ospy ochronnej.

Redaktor **Dr. Józef Jaworski.**

ZDROWIE

ORGAN WARSZAWSKIEGO TOWARZYSTWA HYGIENICZNEGO

POŚWIĘCONY

HYGIENIE PUBLICZNEJ I PRYWATNEJ

POD REDAKCYĄ

Dra JÓZEFA JAWORSKIEGO

ROK XXVII.

Tom XXVII. Zeszytów 12, stron 916.

Plan, 2 portrety, 34 rysunki, 14 tablic.



WARSZAWA

W Drukarni Synów St. Niemiry, plac Warecki 4

SPIS RZECZY.

TOM XXVII „ZDROWIA“.

ROK 1911.

ARTYKUŁY WSTĘPNE *).

	str
Zakres i środki pracy oraz działalność Towarzystwa Higienicznego Warszawskiego	3
Budżety magistratów miast naszych ze stanowiska higienicznego	67
Sprawa samobójstw ze stanowiska zdrowia publicznego	131
Sprawa budowy nowych domów oraz sprawa, t. z. głodu mieszkaniowego, a także lichwy mieszkaniowej	197
Wystawa higieniczna w Dreźnie i udział w niej Magistratu m. Warszawy	343
25-cioletnia rocznica założenia Towarzystwa Lekarskiego Łódzkiego i I Zjazd lekarzy Prowincjonalnych w Łodzi	415
XI Zjazd lekarzy i Przyrodników Polskich w Krakowie. Historia Zjazdów tych	493
Znaczenie społeczne zdrojowisk oraz ich przyszłość	571
Zjazd Higieniczny w Kaliszu	637
Sprawa wykonania uchwał Zjazdów Higienicznych	717
Sprawa drożyzny artykułów żywności ze stanowiska higieny socyalnej	805
Epidemia tyfusu brzuszego i znaczenie nosicieli bakterii („Porteurs des germes“)	861

ARTYKUŁY ORYGINALNE.

Bielski Tomasz Saryusz, Inżynier. W sprawie oczyszczania ścieków kanałowych przedmieścia Pragi sposobem biologicznym	28, 95
Bronowski Szczęsny, Dr. med. Wrażenia z wycieczek po wybrzeżach Bałtyku	580
Brzeziński Józef Dr. O dyecie szpitalnej, ze szczególnem uwzględnieniem diety szpitala fabrycznego w m. Zawierciu	417

*) Artykuły wstępne pisane były przez redaktora „Zdrowia“.

	str.
Bruśnicki. O kąpielach ludowych w Gubernii Kaliskiej	882
Bujwid O. Prof. Działanie promieni pozafioletowych na bakterye chorobotwórcze	496
Chodecki Władysław Dr. med. Jak należy urządzić życie codzienne, aby długo pozostać zdrowym i zdolnym do pracy	865
Daszyńska-Golińska Z. Dr. Alkoholizm i jego zwalczanie	810
Dobrzyński Władysław Dr. Zdrowie publiczne, a idea miast ogrodów	821
Heiman Teodor Dr. med. Obrzezanie w świetle nauki	374
Higier Henryk Dr. med. Jak rodzice i wychowawcy rozpoznawać mogą niedorozwój umysłowy u dzieci?	70
Idzikowski Józef Dr. O działalności kulturalno-hygienicznej lekarza szkół początkowych	438
Jaworski Józef Dr. Ginekologia, jako dział medycyny publicznej	535
Joteyko Józefa Dr. O przeciążeniu szkolnem	501
Makowski Ksawery. Projekty i plany wzorowej wsi, zagrody, chaty i dworka z 5 rys.	640
Majewski Antoni Dr. W sprawie higieny kolejowej	152
Mańkowski Zygmunt Inżynier. Sprawa bruków w wielkich miastach	135
Maybaum Józef Dr. W sprawie zalecania zdrojowisk	574
Michalowicz Mieczysław Dr. Młodzież szkolna w okresie dojrzewania. „List lekarza do wychowawców“	6
Palmirski Wł. Dr. O znaczeniu kąpeli dla zdrowia — z 4 rysun.	650
Polak J. Dr. med. Krótki opis m. Warszawy pod względem higienicznym	367
Prusinowski Feliks. Wodostan m. Kalisza i pow. Kaliskiego	744
Puławski A. Dr. Działalność w VI roku istnienia kąpeli taniach im. Bolesława Prusa w Nałęczowie	658
Rosner G. A. Unieszkodliwienie ścieków fabrycznych	645
 Rutkowski Leon Dr. Stan fizyczny krótko i długogłowej ludności polskiej z okolic Płońska	431
Serkowski St. Dr. i Inżynier chemii Kraszewski W. Rozbiór niektórych wód mineralnych krajowych	530
Szokański Kazimierz Dr. Leczenie owocami	590
Lewin G. Dr. Jak uchronić się od powtórnego zapadnięcia na gruźlicę płuc	222
Tokarski Karol Dr. Nałęczów w roku 1910	609
Tuliszkowski Józef Inżynier. O zagrodzie wiejskiej pod względem higienicznym i przeciwpożarowym	720
Wędrychowski Jan Inżynier. O biologicznem oczyszczaniu ścieków z 4 rysunkami	200
Zaleski Al. Dr. O pomocy lekarskiej dla ludności wiejskiej	734
Zapasiewicz Antoni Maryan Dr. O panującej obecnie dżumie w Rosyi	347

W sprawach bieżących. *)

	str.
Towarzystwo Naukowe Warszawskie i gmach Towarzystwa przy ul. Kaliksta	386
25-ciolecie Towarzystwa Lekarskiego Łódzkiego (Napisał dr. <i>J. Koliński</i>)	443
Półwiekowa rocznica założenia „Przeglądu Lekarskiego“	538
Gubernia Kaliska i miasto Kalisz w cyfrach z powodu zjazdu Hygienicznego w Kaliszu	663
„Święto białego kwiatka“ na dochód Towarzystwa Przeciwgruźliczego Warszawskiego	837

DZIAŁ SPRAWOZDAWCZY.

Biologia.

Bardach B. i Silberstein S. Wykrywanie krwi za pomocą gwa-jaku w obecności nadboranu sodowego	749
Binaghi B. Kalorymetryczna metoda oznaczania cukru mlecznego w mleku	113
Bub. M. Własności bakteryobójcze siary	42
Busch. Śmiertelność wielkich miast	751
Carnwarth. Doświadczenia nad kwarantanną małżów zanieczyszczonych zbiorników	160
Castodio G. W sprawie techniki okadzania przeciwmoskitowych	543
Cathoire, Cadiot, Henry. Laseczniki dyfterytyczne prawdziwe i rzekome	893
v. Degen A. Nasiona lulkę w maku	42
Ellis. Ryż nie przygotowany odpowiednio jako przyczyna „beriberi“	161
Engels Fr. O stosowanych w praktyce próbach na białko	113
Fajka, papieros i cygara ze stanowiska higieny	43
Kabrhel G. O wpływie alkoholu na potomstwo	542
Kastle J. H. Próba na sacharynę, a zarazem prosta metoda rozróżniania kumaryny i waniliny	160
Kühl H. Obecność niższych ustrojów roślinnych w maśle	42
Lange i Poppe. Wpływ azotu na konserwowanie się samoistne mięsa oraz przyczynki do bakterjologii gnicia mięsnego	41
Lehr Adolf. W sprawie trujących własności kąkolę	749
Odkazający wpływ prasowania	163
Raubitschek H. W sprawie powstawania pellagry	750
Rolly. Czy nerki przepuszczają bakterye?	542
Rethenfusser S. Jakie znaczenie ma wykrycie azotanów przy ocenie mleka	43

*) Rubrykę tę prowadzi redaktor „Zdrowia“.

	str.
Schmidt P. O dyagnostycznym znaczeniu badania krwi przy zatruciu ołowiem	160
Schmidt J. Podoctan glinki jako środek na glistnice (<i>Oxyuris vermicularis</i>)	612
Seifert i Haid. Zmiana stosunku ilościowego alkoholu do gliceryny przy wtórnej fermentacji wina	162
Strubell. Odporność jeża względem toksyn i trucizn nieswoistych	542
Weichel A. Wpływ soli kuchennej na bakterye, powodujące zatrucia mięsa	41
Wilms M. Doświadczalne wytwarzanie wola i jego przyczyna	541
Choroby zakaźne i profilaktyka.	
Anbert P., Cantalonbe, Tibault E. Epidemia gorączki maltańskiej w departamencie Gard	750
Bachem, Selter i Finkler. Epidemia płucnych chorób, wywołana przez papugi	750
Barbās. Prosty przyrząd do oczyszczania scieków ustępowych	611
Dreyer W. Przyczynek w sprawie leczenia ospy	749
Filow A. Jak długo wypróżnienia chorych cholerycznych mogą być źródłem zarazy?	545
Gaffky G. W sprawie możliwości przenoszenia tyfusu przez masło i ser	610
Gonçalves Jul. Sanitarne zabezpieczenie Europy od dżumy	543
Günther i Böttcher. Endemia tyfusowa w Hubertusburskim zakładzie	892
Jemieljanow, Smirnow, Dorofejew, Władimirow, Zelikin, Samarini, Cziferjew. Obserwacje nad zapobiegawczym działaniem przeciwszkarlatynowej szczepionki Gabryczewskiego	161
Kelsch. O drętwyce karku	895
Küster E. Skuteczność surowicy przeciwżółcowej	546
Mieński W. O zarazku koklusz	545
Rommeler. Szerzenie tyfusu przez ssawców	545
Simon. Dwa wypadki ciężkiego tęcza, leczone z pomyslnym wynikiem antytoksyyczną surowicą	113
Wicherkiewicz. W sprawie leczenia jaglicy za pomocą zarazków rzeżączki	114
Willcox i Morgan. Leczenie zapalenia płuc za pomocą szczepienia	163
Wurtzen C. H. Leczenie ospy w czerwonym świetle i w ciemności	749
Voigt. Transportowanie szczepionki ospowej do kolonii afrykańskich przez ustrój żywych zwierząt	546
Zirolia G. Spostrzeżenie nad przewlekłością wydzielania się wibryonów cholerycznych u rekonwalescentów	892

Hygiena społeczna i zawodowa.

	str.
Bertarelli. Po dziesięciu latach prawodawstwa przeciwni- cowego we Włoszech	250
Boulin P. Zdobycze osiągnięte w walce z zawodowem otruciem ołowiem	107
Flade E. Zużycie alkoholu, kawy, herbaty	167
Hirsch Ludw. Zawodowe choroby oka	749
Jaworski Józef Dr. W sprawie zapobiegania gorączce połogowej	246
Jaworski Józef Dr. Wpływ ciąży i porodu na gruźlicę krtani i płuc	44
Massarelli. O węgliku (karbunkule złośliwym) i odpowiednich środkach zapobiegawczych, z opisem włoskiej manufak- tury	110
Raynaud P. Hygiena w krajach Skandynawskich	105
Riémair Fr. Ile wódka kosztuje Francję?	248
Schultze Ern. Zatrucie specyfikami „od bólu głowy“ i falsy- fikatami spożywcze w Ameryce Północnej	251
Śmiertelność w miastach w Anglii	167

Hygiena wychowawcza i szkolna.

Dentystyczna pomoc w szkołach	389
Doernberger Dr. Zapobieganie chorobom zakaźnym w szkole	388
Gelle i Hennebert. Pomiary ostrości słuchu u uczniów	166
Gry w piłkę nożną niebezpieczeństwo	389
Le Prince. Krótkowzroczność szkolna	166
Siebert Dr. O wychowaniu narodowym i zagadnieniach płcio- wych	389
Stefanowska M. Dr. I Międzynarodowy Kongres Pedologiczny w Brukseli	899
Szkoły do pedagogiki płciowej stosunek	388
Warburg. Zdolność nazywania barw jako kryterium inteli- gencji u dzieci	166
Marcus O. Wykłady ratownictwa w szkołach	896
Sorger. Statystyka krótkowzroczności w szkołach średnich	898
School hygiene	899

Demografia

Fishberg Maurice. Żydzi jako rasa. (Streścił dr. med. A. So- kołowski)	839
--	-----

Badanie i leczenie raka.

Studya nad rakiem	110 i 168
-----------------------------	-----------

Hygiena życia kobiecego.		str.
Jaworski Józef Dr. Wpływ menstruacji na sferę nerwowo- psychiczną kobiety		457

Hygiena miast i mieszkań.		
Ascher. Nowy przyczynek do kwestyi szkodliwości dymu		613
Hahn M. Sadza i dym w powietrzu wielkich miast		390
König. Nowsze dane w sprawie unieszkodliwiania i usuwania ścieków przemysłowych		669
Kurzu skrapianie olejem skalnym		473
Rambousek Prof. Dr. Ludwig i Meyer. Kurz i choroby z niego powstające		392
Spaet Fr. O domowych urządzeniach do oczyszczania ścieków Ścieków oczyszczanie i usuwanie		672 669
Zwłok spalanie w 1909 roku		395

Walka z gruźlicą.		
Bertillon. Częstość suchot w stosunku do alkoholizmu		847
Koch M. Gruźlica a rasa		846
Lundberg M. Kjellin G. Karlsson A. Badania nad częstością gruźlicy w początkowych szkołach Sztokholmu		846
Römer P. H. W kwestyi sposobu nabywania suchot		847
Tulsch Fr. Nowe poglądy na naturalne czynniki w leczeniu gruźlicy		845

Hygiena żywienia.		
Arpin. Mechaniczny wyrób ciasta		245
Berntoop J. C. Zmieniona metoda otrzymywania wyjałowionej i dowolnie twardej wody do picia		548
Buchan I. F. Zakażenia lodów		548
Faust E. S. O używalności kwasu mlecznego, jako składnika żywności		114
Fonteyne M. Zatrucie serem.		245
Framtzel Johannes Prof. Dr. Odżywianie i środki odżywcze lud. Grief I. H. Przyczynek do sprawy ewentualnego związku po- między alkoholizmem a zdolnością karmienia		548 547
Hoeklin L. Wypadkowa obecność siarkocyanków w mleku		547
Jeblink C. J. O zawartości nukleiny w pokarmach człowieka		612
Sartory i Fillasier. Owoce, jako przedmioty roznoszące mikroby Zmiany, jakie przyrządzanie wywołuje w pokarmach i wpływ tych zmian na choroby żołądka		546 241

Badanie i hygiena wody.		
v. Delden A. Czyszczenie wody za pomocą filtracji przez piasek		164
Easdale W. C. Ideal instalacji do oczyszczania ścieków		165

	str.
Görtner A. Lasecznik okrężnicowy jako wskaźnik katowego zanieczyszczenia wody	679
Prigge. O nowych sposobach odżelazniania wody	165
Repin. Wody wywołujące powstawanie woła	679
Rivai A. O wpływie wiciowców na samooczyszczanie się wody w zbiornikach	163
Winslow. Zanieczyszczenie i oczyszczanie wody w mieście Jersey	678
Wyjaławianie ścieków oczyszczonych i wody do picia	164

Z Warszawskiego Towarzystwa Hygienicznego.

1. Rada.

Protokóły z posiedzeń Rady:			
Posiedzenie	21/VI	1910, 16/IX	1910 r. 176
"	30/IX	1910, 31/X	1910 r. 177
"	11/XI	1910, 2/XII	1910 r. 4/I 1911 r. 178
"	27/I	1911 r. 620
"	24/II	1911, 3/III	1910 r. 621
"	30/III	1911	r. 621

2. Zebranie ogólne.

Protokóły z Zebrania ogólnego:			
Zebranie Ogólne	4/I	1911 r. 178
"	"	5/IV	1911 r. 621
"	"	17/V	1911 r. 622
"	"	16/VI	1911 r. 622

Z j a z d y.

Zjazd Pedagogiczny w Sztokholmie. Napisał Kujawski	53, 54
Międzynarodowy kongres higieny szkolnej w Paryżu. Napisa- li dr. St. Koczyński i A. Szyćówna	55, 56, 57
Zjazdu I Lekarzy Prowincjonalnych w Łodzi—uchwały	614
I Międzynarodowy Kongres Pedologiczny w Brukseli. Napi- sała dr. M. Stefanowska	899

1. Wydział wychowawczy W. T. H.

Kujawski Prof. Ze Zjazdu pedagogicznego w Sztokholmie	53, 54
Koczyński St. dr. i Szyćówna Aniela. Sprawozdanie z mię- dzynarodowego kongresu higieny szkolnej w Paryżu	55, 56, 57
Bouffał Bronisław. O szkołach pod bronią	122, 123, 124
Jaros Franciszek. O badaniach psychometrycznych u dzieci	180, 181, 182

— VIII —

Protokoły III, IV i V posiedzeń Delegacji społeczno-wychowawczej W. T. H. z d. 29/IV i 20/V—1910 i 20/I—1911	str. 182, 183, 184
--	-----------------------

2 Wydział higieny ludowej

Chelchowski K. dr. Sprawa dyspensy od postów	119
" zapisu ś p. <i>Ludwika Górskiego</i>	119
" kąpieli ludowych	120, 121, 122
Chelchowski K. dr. Higiena chaty wiejskiej	179, 180
Palmirski Wł. dr. Opis łaźni we wsi Wólka Praska	700, 701
Puławski A. dr. Statystyka kąpieli ludowych w Nałęczowie	701
Sprawa pomocy położniczej na wsi	701, 702, 703

3. Wydział higieny miast i mieszkań.

Dobrzyński Wł. dr. Miasta, ogrody w Anglii, spostrzeżenia i uwagi delegata W. T. H.	122
Zawadzki Józef dr. Kwestyonaryusz w sprawie potrzeb miast naszych pod względem zdrowotnym z powodu wprowadzenia samorządu	849, 850

4. Wydział balneo-klimatologiczny.

Stan obecny Zakładu leczniczego w Nałęczowie. Protokół posiedzenia odbytego 25/VI—1910 w Nałęczowie	254
Honwerski St. dr. W sprawie ulepszeń i reform w naszych zdrojowiskach	396, 397, 398
Lewin G. dr. Jak uchronić się od ponownego zachorowania na gruźlicę	399, 400
„Modre wody“, opis	623
Hoff Bohdan. O źródłach Wisły, wsi Wiśle, jako letnisku i uzdrowisku	624
Bronowski-Szczęśny dr. med. Miejscowości lecznicze wybrzeża Bałtyckiego	624, 625, 626
Maybaum J. dr. W sprawie zalecania zdrojowisk	574

Komitet do zwalczania i badania raka.

Sprawozdanie z działalności za rok 1910	266
Biuro informacyjne o zdrojowiskach	287

Miesięcznik „Zdrowie“.

Sprawozdanie za rok 1910	267, 268
------------------------------------	----------

Komitet ogrodów imienia W. E. Raua.

Sprawozdanie z działalności Ogrodów imienia W. E. Raua w r. 1909	281, 299
--	----------

Instytut Hygieny Dziecięcej im. bar. de Lennala. str.

Działalność	300,	312
Sprawozdanie z działalności za r. 1910	360,	302

S p r a w o z d a n i a.

Sprawozdanie Warsz. Tow. Hygienicznego	260,	268
Sprawozdanie z działalności Ogródów im. W. E. Raua	281,	299
Sprawozdanie Instytutu Hygieny Dziecięcej im. bar. Lennala za r. 1910	310, 302, 300,	312
Sprawozdanie z Biura informacyjnego o zdrojowiskach		267
Sprawozdanie z czynności Komitetu do badania i zwalczania raka		268
Sprawozdanie z Sanatorium w Rudce	313,	327
Sprawozdanie ze stanu majątkowego W. Tow. Hygienicznego za rok 1910	328, 329, 330, 331, 332,	333
Działalność Nałęczowa w r. 1910	609,	610
Projekt budżetu: W. T. H.	332,	333
Protokół Komisji rewizyjnej	410,	411
Rada. Prezydya W. T. H.		334
Lista członków W. T. H.	335,	339
Z wystaw higienicznych		704
XI Zjazd Lekarzy i Przyrodników Polskich w Krakowie		682
Sprawozdanie ze Zjazdów	54, 57, 750,	682
Dziennik Zjazdu Hygienicznego w Kaliszu		759

Oddziały prowincjonalne Warsz. Tow. Hygienicznego.

Oddział Częstochowski.

Sprawozdanie z działalności	269,	273
Liczba członków. Skład Zarządu. Posiedzenia Zarządu		269
Referaty na posiedzeniach:		
Prof. Wł. J. Dawid: „Praca umysłowa i przeciążenie“		269
Dr. L. Batawia: „O dziedziczności“		269
P. D. Zylberowa: „O metodach badania inteligencji u dzieci		269
Dr. J. Polak: „O zadaniach i zakresie działalności samorządu miejskiego pod względem sanitarnym w związku z pro- jektem samorządu w Królestwie Polskiem		269
Działalność: Urządzenie wystawy przeciwgruźliczej w Muzeum Hygienicznem. Ogródek do zabaw dziecięcych. Pracow- nia analityczno-bakteryologiczna i higieniczna. Kąpiele ludowe		270
Odczyty publiczne:		
Dr. S. Nowak: „O budowie ciała ludzkiego“		270
Dr. L. Batawia: „O suchotach“		270

W. Woyciechowski: „O roślinach pokarmowych“	270
K. Grosman: „O rodowodzie Boga metafizyki greckiej“	270
Dr. W. Kohn: „O wodzie ze stanowiska higieny“	270
D. Zylberowej: „O dzieciach nienormalnych i pedagogii leczniczej“	270
Stan Kasy Oddziału i Muzeum Hygienicznego	270
Fundusze Oddziału	270
Fundusz Budowy Muzeum Hygienicznego	271
Fundusz „Kropki mleka“	272
Fundusz „Kąpieli ludowych“	272
Wystawa Przeciwgruźlica	273
Ogólne zestawienie funduszków	273

Oddział Lubelski.

Liczba członków. Skład Zarządu	274
Sprawozdanie z działalności	274, 275
Wydział „Kropki mleka“; wydział „Ogrodów zabaw dzieci“; organizacya Ogrodów dla zabaw dzieci	274, 275
Wydawnictwa w formie odezwo:	
Jak zabezpieczyć się od tyfusu plamistego	275
Jak zabezpieczyć się od cholery	275
Jak uchronić się od dżumy	275
Dochody i rozchody Oddziału	275

Oddział Radomski.

Liczba członków. Skład Zarządu	275
Dochody i rozchody Oddziału	276

Oddział Kaliski.

Liczba członków. Skład Zarządu	276
Sprawozdanie z działalności: Budowa kąpieli ludowych. Posiedzenia sekcji: ludowej, biologicznej, wychowawczej	276
Dochody i rozchody oddziału	276
Zjazd Hygieniczny	759, 800

Oddział Płocki.

Skład Zarządu	276
Sprawozdanie z działalności: „Sekcja miejska“; referaty o stanie cyrkulów miejskich; zbadanie piekarni płockich pod względem sanitarnym; szczepienie ospy bezpłatnie	277
Oddczyt dr. M. Themersona: „O zapobieganiu gorączce połogowej“	277

Oddział Łódzki.

Liczba członków. Zarząd	278
Sprawozdanie z działalności: Urządzenie wystawy przeciwkholowej	278

Wydawnictwa biblioteki higienicznej robotniczej:	str.
Dr. S. Sterling: „Osobnicza i społeczna walka z gruźlicą“ . . .	278
Dr. S. Skalski: „Alkoholizm i sprawa robotnicza“ . . .	278
Dr. Schönajch: „Szkarlatyna“ (po polsku i niemiecku) . . .	278
Dochody i rozchody Oddziału	278

Oddział Kujawski.

Liczba członków. Skład Zarządu	278
Sprawozdanie z działalności: „Ogródek dla zabaw dziecięcych“	278, 279
Dochody i rozchody Oddziału	279
Protokół Komisji Rewizyjnej	280
Sprawozdanie o działalności Ogródu im. Jordana r. 1910	280

Wiadomości z ruchu i potrzeb higieny krajowej.

Budżety miast w Ziemi Radomskiej	175
Gospoda dla chorych włościan w Ciechocinku	49
Kąpiele ludowe w Warszawie	115
O kąpiel dla służby	116
„Kropla mleka“ w Łodzi	175
Kwestyonaryusz higieny miast i mieszkań	173
Nowy system oczyszczania wagonów	116
Nowy zakład leczniczy	50
Nowy zakład leczniczy	117
Oddział Tow. Hyg. w Sosnowcu	174
Opinia Rady Stow. Techników co do bloków betonowych wewnątrz pustych	695
Wystawa Higienicz a Zjazdu Lekarzy i Przyrodników Polskich w Krakowie	551
Prawo budowania rzeźni	175
Sokal Emil Inż. Uzdrowotnienie miast małych: Olkusz, Ciechocinek, Gostynin, Łyszkowice, Nowy-Dwór, Pruszków, Brześć Kujawski, Nowo-Mińsk, Łowicz, Sochaczew, Kalisz, Wieluń, Ciechanów, Przasnysz, Siedlce, Węgrów, Biała, Sokołów, Rawa, Dąbrowa Górnicza, Nowo-Radomsk, Suwałki, Preny, Kalwarya, Kozieniec, Kielce, Pińczów, Stopnica, Olkusz, Działoszyce, Lublin, Zamość, Bełżyce, Puławy, Tomaszów Lubelski	446
Towarzystwo opieki nad dziećmi w Warszawie	48
Uchwała mieszczan Kałuszyńskich	49
Uchwały I-go Zjazdu Lekarzy Prowincjonalnych w Łodzi	614
Wieś galicyjska	691
Wieś Łisków i jej instytucye higieniczne	684

W sprawie t. zw. drapaczy nieba	str. 550
Zakład higieny Uniwersytetu Jagiellońskiego (z ryciną)	549
Zapobieganie chorobom zakaźnym	644
Zaopatrzenie miasteczek i wsi w dobrą wodę	697

Przegląd bibliograficzny.

Ciechanowski i Gliński. Przyczynek statystyczny do topografii wyrostka robaczkowego i kątницы. Ocenił Wertheim A. dr.	555
Demiński Ignacy dr. Spis prac naukowych i literackich o Ciechoćniku. Ocenił Jaworski Józef dr.	618
Dłuski K. dr. i Rudzki S. dr. VI sprawozdanie z działalności Sanatorium dla chorych piersiowych w Zakopanem. Ocenił Hewelke O. dr. med.	52
Ehrlich Paweł Prof. dr. Szkice o istocie i leczeniu chorób za- kaźnych. Ocenił Karwacki Leon dr.	480
Fishberg Maurice. Żydzi jako rasa. Ocenił dr. med. A. So- kołowski .	839
Foerster F. dr. Seksualna etyka i pedagogika. Ocenił Jaro- szyński T. dr.	252
Jaroszyński T. dr. W sprawie psychoterapii. Ocenił R.	118
Kopczyński St. dr. Szkice higieniczno-wychowawcze. Ocenił Jaroszyński T. dr.	51
Palmirski W. i Karłowski Z. Wodowstręt u ludzi oraz szcze- pienia zapobiegawcze. Ocenił Bujwid O. dr. prof.	554
Prace I-go Zjazdu neurologów, psychiatrów i psychologów pol- skich, odbytego w Warszawie 11, 12, 13 października 1909 r. Ocenił Kopczyński St. dr.	117
Weil Rudolf dr. Podręcznik analizy moczu. Ocenił Domini- kiewicz M.	848

Książki i artykuły.

Nadesłane do redakcyi	64, 128
---------------------------------	---------

Życiorysy.

<i>Z.</i> p. Mieczysław Brzeziński. Napisał R.	124
<i>Z.</i> p. Dr. Jan Stella-Sawicki. Napisał Ja. (z portretem)	752
<i>Z.</i> p. S. Markiewicz. Napisał dr. Al Majewski i dr. J. Bącz- kiewicz (z portretem)	965

Korespondencye.

Korespondencye z Drezna. Napisał prof. Bujwid	704
List otwarty do redakcyi „Zdrowia“ d-ra H. Grundzacha	905



Wiadomości bieżące.

	str.		str.
Administracja „Zdrowia“	59	Kąpiele ludowe w Częstochowie	127
Bruki w Sosnowcu	256	Kąpiele ludowe w Kaliszu	127
Budowa wykuszów	709	Kąpielowy gmach nowy w Ciechocinku	856
Budżet Warszawy	632	Komisye sanitarne i kuratorzy sanitarni	707
Dezynfekcyjnej budowa kamery w Lublinie	904	Komisya Przemysłowa Lekarska przy Stowarzyszeniu Lekarzy w Warszawie	629
Chłodnie miejskie w Warszawie	403	Komitet organizacyjny I-go Zjazdu lekarzy powinocyonalnych w Łodzi	486
Chłodnictwo	716	Komitet Polski do badania i zwalczania raka	557
Cholera w ziemi Lubelskiej	61	Komitet organizacyjny I-go Zjazdu lekarzy powinocyonalnych w Łodzi	405
Dom zdrowia nauczycielstwa polskiego	856	Komitet Sanat. w Rudce	915
Drożyzna artykułów spożywczych i środki zaradcze	852	Komitet walki z falsyfikacją produktów spożywczych	63
Dym w Łodzi	484	Konferencya przeciwdziałowa	562
Dzieci gruźlicze	854	Kongres pedagogiczny w Brukselli	628
Dzieci przysięga	559	Kongres (i) Hygienistów Polskich w roku 1913	831
Dziennik Zjazdu Hygienicznego w Kaliszu	754	Konkurs na afisz dla Szczywnicy	257
Dżuma	188	Konkurs imienia doktora Alfreda Sokołowskiego na książkę z dziedziny higieny	255
Dżuma w Anglii	406	Konkurs na pracę o raku	61
Epidemii cholery w Rosyi rozmiary	62	Konkurs na rozprawę p. n. Hygiena zagrody wiejskiej i najodpowiedniejsze typy mieszkań i służby folwarcznej	755
Epidemia ospy w Warszawie	909	List pasterski w sprawie polepszenia bytu ludu robotczego	408
Epidemia tyfusu brzuszno-go w Warszawie	909		
Epidemia ospy	855		
Epizootja w Ziemi Piotrkowskiej	127		
Fundusz konkursowy im. Dobrzyckiego H. Dr.	61		
Gospodarka miejska	185		
Gospodarka miejska w Kowalu	914		
Gruźlicy zwalczanie	857		
Gry ruchowe młodzieży	63		
Jubileusz 25-cioletniej pracy Cybulskiego Napoleona Prof.	59		
Kanalizacya Włocławka	710		
Kapitały miejskie martwe	255		
Kaplica przedpogrzebowa w Kielcach	712		

	str.		str.
Ludność Warszawy	855	Przymus czystości na drogach żelaznych	117
Ludność Dąbrowy	755	Przytułek wiejski dla umysłowo chorych	855
Ludność m. Włocławka	755	Przytułku w Górze Kalwaryi rozszerzenie	786
Ludność m. Lublina	486	Rzeźni budowa centralnej	911
Ludności stałej liczba ogólna w Łodzi	755	Rzeźni sprawa	707
Ludność Łodzi	914	Samobójstwa wśród młodzieży	188
Ludność Sosnowca	756	Samorząd miejski	851
Ludności zmniejszanie się w Prusach	184	Sanitarne sprawy Dąbrowy Górniczej	485
Ludność Galicji	757	Sekeya zdrowotności publicznej XI Zjazdu Lekarzy i Przyrodników Polskich w Krakowie d. 18—21 lipca 1911 r.	563
Mieszkania w nawozie	128	Sekeya prasy Lekarskiej XI Zjazdu Lek. i Przyrod. Polskich w Krakowie	562
Mięso końskie	127	Śmiertelności obniżenie we Francji	758
Ministryum ochrony zdrowia publicznego	62	Sprawozdanie z jednorocznej działalności pracowników Towarzystwa Lekarskiego Warszawskiego	60
Ministryum zdrowia publicznego	631	Statystyka m. Poznania	757
Młodzieży niedopuszczanie do szynków	632	Stowarzyszenie Warszawskich Lekarzy	125
Ochrona pieczywa od zanieczyszczenia	632	Stowarzyszenie Międzynarodowe Lekarzy szkolnych	126
Okazy m. Warszawy na wystawie w Dreźnie	401	Studnie wodociągowe w Radomiu	701
Okreźna wystawa zdrowotowa	708	Suchoty—przepisy	756
Okulistyczne Towarzystwo Polskie	404	Suteren i facyatek losy	852
Oświetlenie Płocka	486	Szkoły ludowej Towarzystwo	912
Plan m. Lublina	257	Szkoły gminne	486
Powietrze w ogrodach radomskich	713	Szkoła dla dziewcząt wiejskich	913
Program działalności Towarzystwa Hygienicznego	482	Szkoła—ofiara hojna na nią szkolnego budżetu redukcya	912
Propaganda trzeźwości na kolejach	914		
Protokół Komisji Rewizyjnej Warszawskiego Towarzystwa Hygienicznego	410		
50-lecie „Przeglądu Lekarskiego”	627		
Przyczyny nędzy	128		

Szpitalnictwo warszawskie	557	Wzorowa gmina, co do szkół	913
Szpital w m. Łodzi	483	Zadania Towarzystwa po- pierania przemysłu lu- dowego	706
Szpitala w Płońsku zało- żenie	258	Zadymianie miast	628
Szpital zaprzepaszczony na Kujawach	915	Zakład dla umysłowo nie- dorozwiniętych i upo- śledzonych dzieci	185
Szpital w Biłgoraju	710	Zamykanie facyatek	708
Szpital w Górze Kalwarii	710	Zanieczyszczenia Bzury przez cukrownię w Le- śmierzu	711
Towarzystwo Lekarskie Zagłębia Dąbrowskiego	485	Zapis na sanatorium w Rudce	256
Towarzystwo Balneologi- czne w Krakowie	253	Zdrojowisko Druskieniki	257
Towarzystwa Naukowego Warsz. zebr. publiczne	912	Zebranie ogólne doroczne Tow. Hygienicznego	401
Uprzątanie śniegu	126	Zeszyt „Zdrowia“ VI	481
Urządzenia sanitarne w do- mach kolejarzy w Kaliszu	914	Zeszyt „Zdrowia“ VII	556
Uzdrowisko wychowawcze dla dzieci wątłych w Ve- vey nad Lemaniem	407	Zeszyt „Zdrowia“ IX	705
Wodociągi w Dąbrowie Górnicy	256	Zjazd (I-II) balneologiczny Zjazd lekarzy prowincyo- nalnych Król. Polskiego	856 64
Wodociągi i kanalizacya Ciechocińska	404	Zjazd (X) wodociągowy w Warszawie	403
Wódkę sprzedaż	405	Zjazd (XI) lekarzy i przy- rodników polskich w Krakowie	189
Wydatki na oświatę w miastach g. Radomskiej	408	Zjazd (XI) lekarzy i przy- rodników polskich	406
Wydawnictw higieni- cznych sposób rozpo- wszechniania	852	Zjazd (I) lekarzy prowinc- jonalnych w Łodzi	190
Wykaz posiedzeń Wy- działów w półroczu I-szem, roku 1911 Od- działu Warszawskiego Tow. Hygienicznego w Sosnowcu	256	Zjazd (XI) lekarzy i przy- rodników polskich	626
Wystawa higieniczna w Krakowie	560	Zjazdy higienistów Pol- skich	626
Wystawa balneologiczna	560	Zjazd Towarzystwa Hygie- nicznego w Kaliszu	626
Wystawa hyg. międzyna- rodowa w Dreźnie	561	Zjazd Hygieniczny w Kali- szu	557
Wystawa miast w Dreźnie	185	Zjazd Hygien. w Kaliszu	482
Wystawa przemysłowo- spożywcza	561	Zjazd Hygienicznego w Kaliszu — program	634
Wycieczki letnie przez młodzież spędzane	559	Żelazo w solance ciecho- cińskiej	404

SPIS AUTORÓW

TOM XXVII „ZDROWIA“ Z ROKU 1911.

	str.		str.
Anbert P., Cantalonbe	5	v. Delden A.	164
Arpin	24	Dembiński Ignacy dr.	618
Archer	613	Doernberger dr.	338
Bachem, Selter i Finkler	750	Dluski K. dr. i Rudzki S.	
Barbas	611	dr.	82
Bardach B. i Silberstein S.	749	Dobrzyński Wł. dr.	122
Batawia L. dr. 269,	270	Dominikiewicz M.	848
Bączkiewicz dr	906	Dreyer W.	749
Berntoop J. C.	548	Dukalski Z. dr.	781
Bertillon	847	Easdale W. E.	165
Bertarelli	250	Ehrlich Paweł dr. prof.	480
Bielski Tomasz Saryusz Inż.		Ellis	161
.	28, 95	Engels Fr.	113
Binaghi B.	113	Fanteyne M.	245
Bouffał Bronisław 122, 123, 124		Faust E. S.	548
Boulin	107	Filow A.	545
Bronowski Szczyśny dr. med.		Fishberg Maurice	839
.	580, 524, 625	Föerster F. dr.	252
Bruśnicki F.	882	Framtzel Iohannes dr. prof.	548
Bruśnicki	778	Gaffky G.	610
Brzeziński Józef dr.	417	Gelle i Hennebert	166
Bub M.	42	Görtner A. ;	679
Buchan I. F.	548	Goncalvis Jul.	543
Bujwid O. dr. prof. 496, 554,	704	Grosman	270
Busch	751	Grundzach H. dr.	905
Carnwarth	160	Günther i Böttcher.	892
Castodio G.	543	Hahn M.	390
Cathoire, Cadiot, Henry	893	Heiman Teodor dr. med.	374
Chełchowski K. dr. 119,	120,	Hewelke O. dr. med.	57
. 121, 122, 768, 179,	180,	Heyman	760
Chodecki Wł. dr	865	Higier Henryk dr. med.	70
Ciechanowski i Gliški	555	Hirsch Ludw.	749
Daszyńska-Golińska Z. dr.	810	Hoecklin L.	547
Dawid Wł. J. prof.	269	Hoff Bohdan	624
v. Degen A.	42	Idzikowski Józef dr.	555

Ja	752		
Jaroszyński T. dr. 252, 51, 118, 182			str.
Jaworski Józef dr. 535, 246, 44,			
	618, 457		
Jemieljanow, Smirnow, Do-			
rofejew, Władimirw, Ze-			
likin, Samarin, Czife-			
rjew	161		
Jeblink C. J.	612		
Joteyko Józef dr. med.	501		
Kabrhel G.	542		
Karwacki Leon dr.	480		
Kastle J. H.	160		
Kelsch	000, 894		
Kępiński dr.	781		
König	669		
Klossowski Z.	781		
Koch M.	846		
Kohn W. dr.	270		
Koliński J. dr.	443		
Konwerski St. dr. 396, 397, 398			
Kopczyński St. dr.	117, 51		
Kopczyński St. dr. i Szy-			
cówna Aniela	55, 56, 57		
Koszutski dr.	766		
Kujawski prof.	53, 54		
Kühl H.	42		
Lange i Poppe	41		
Lehr Adolf	749		
Le Prince	166		
Lewin G. dr.	222, 399, 400		
Lidmanowski dr.	780		
Lundberg M.	846		
Maciesza dr.	781		
Majewski Antoni dr. 152, 905			
Makowski Ksawery	640		
Mańkowski Zygm. inż.	135		
Marcus O.	896		
Massarelli	110		
Maybaum Józef dr.	574		
Mieński W.	545		
Miechałowicz Mieczysł. dr.	6		
Nowak S. dr.	270		
Palmirski Wł. dr. 658, 700, 701			
Palmirski Wł. i Kartowski			
Z. d-rzy	554		
Polak J. dr. med.	269, 367		
Prigge	165		
Prusinowski	744, 755		
Rambousek Ludwik dr.			
prof. i Meyer	392		
Raubitschek H.	750		
Raynaud P.	105		
Remmeler	545		
Repin	674		
Rethenfusser S.	43		
Riëmain Fr.	248		
Rivai A.	163		
Rolly	542		
Rosner G. A.	645		
Rutkowski Leon dr.	451		
R.	124		
Sartory i Fillasier	546		
Schmidt P.	160		
Schmidt J.	612		
Schönajeh dr.	278		
Schultze Ern.	251		
Seifert i Slaid	162		
Serkowski St. dr. i Kra-			
szewski W. inż. chem-	530		
Simon	113		
Skalski dr.	278, 776		
Sobotowski A. dr. med.	839		
Sokal Emil inż.	446		
Sorger	898		
Spaet Fr.	672		
Stefanowska M. dr.	898		
Sterling S. d.	278		
Strubell	542		
Szokalski Kazimierz dr.	590		
Themerson M. dr.	277		
Tokarski Karol dr.	609		
Tibault E.	750		
Tuliszkowski J. inż.	720, 768		
Warburg	165		
Wejssel A. dr.	784		
Weichel A.	41		
Weil Rudolf dr.	848		
Wertheim A. dr.	555		
Wędrychowski Jan inż.	720		
Wicherkiewicz	114		

	str.		str.
Willcox i Morgan	163	Zaleski Al. dr.	734, 778
Wilms M.	541	Zapasiewicz Antoni Ma- ryan dr.	347
Winslow	678	Zawadzki dr.	781
Woyciechowski W.	270	Zawadzki Józef dr.	849, 850
Wurtzen C. H.	714	Zylberowa P. D.	269, 270
Voigt	546		



MODLIŃSKI i LILPOP

Apteka i Fabryka Tabletek i Pastylek

medale złote: Lwów, Ciechocinek, Lublin i Warszawa


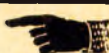
Warszawa, ulica Czerniakowska Nr 83.

Środki lekarskie w tabletkach. Tabletki Sublimatowe. Tabletki kofeirowe.

ZAMIAST ŻELAZA!


ZAMIAST TRANU!


HEMATOGEN D^{RA} HOMMELA

 w użyciu w świecie lekarskim od 21 lat. 

Nie zawiera kwasu borowego, salicylowego ani innych bakteryobójczych domieszek, zawiera zaś oprócz chemicznie czystej hemoglobiny wszystkie sole świeżej krwi, zwłaszcza połączenia fosforowe (potasowe, sodowe i lecytynę) oraz równie ważne ciała białkowe surowicy w stanie stężonym, nie rozłożone. Posiada wielkie znaczenie jako środek **krwiotwórczy**, bogaty w połączenia organiczne żelaza, **środek dyetytyczny**, **środek wzmacniający dzieci i dorosłych** podczas osłabienia z jakiegokolwiek bądź powodu.

Szczególnie przy leczeniu dzieci środek niezastąpiony.

 Znakomite rezultaty przy krzywicy, zółtach, niekrwistości, chorobach kobiecych, neurastenii, chorobach serca, malarii, męskiej niemocy, podczas rekonwalescencji (po zapaleniu płuc, grypy i t. p.)

 Działa znakomicie jako środek wzmacniający chorych na płuca. Bardzo chętnie przyjmują go dzieci. Pobudza apetyt.

Hematogen D-ra Hommela w odróżnieniu od falsyfikatów **przechowuje się bardzo długo, co zostało stwierdzone wieloletnim doświadczeniem w strefie gorącej i przy zamrażaniu. zupełnie wolny od zarazków gruźlicy,**

co osiągnięte zostało przez sposób przyrządzania, opisywany przez nas niejednokrotnie, przy zastosowaniu możliwie najwyższej temperatury. P.P. lekarzem rekomendujemy nasz najnowszy, ulepszony w smaku Hematogen Dra Hommela, jako idealny, zupełnie czysty długo przetrzymujący się preparat hemoglobinowy.

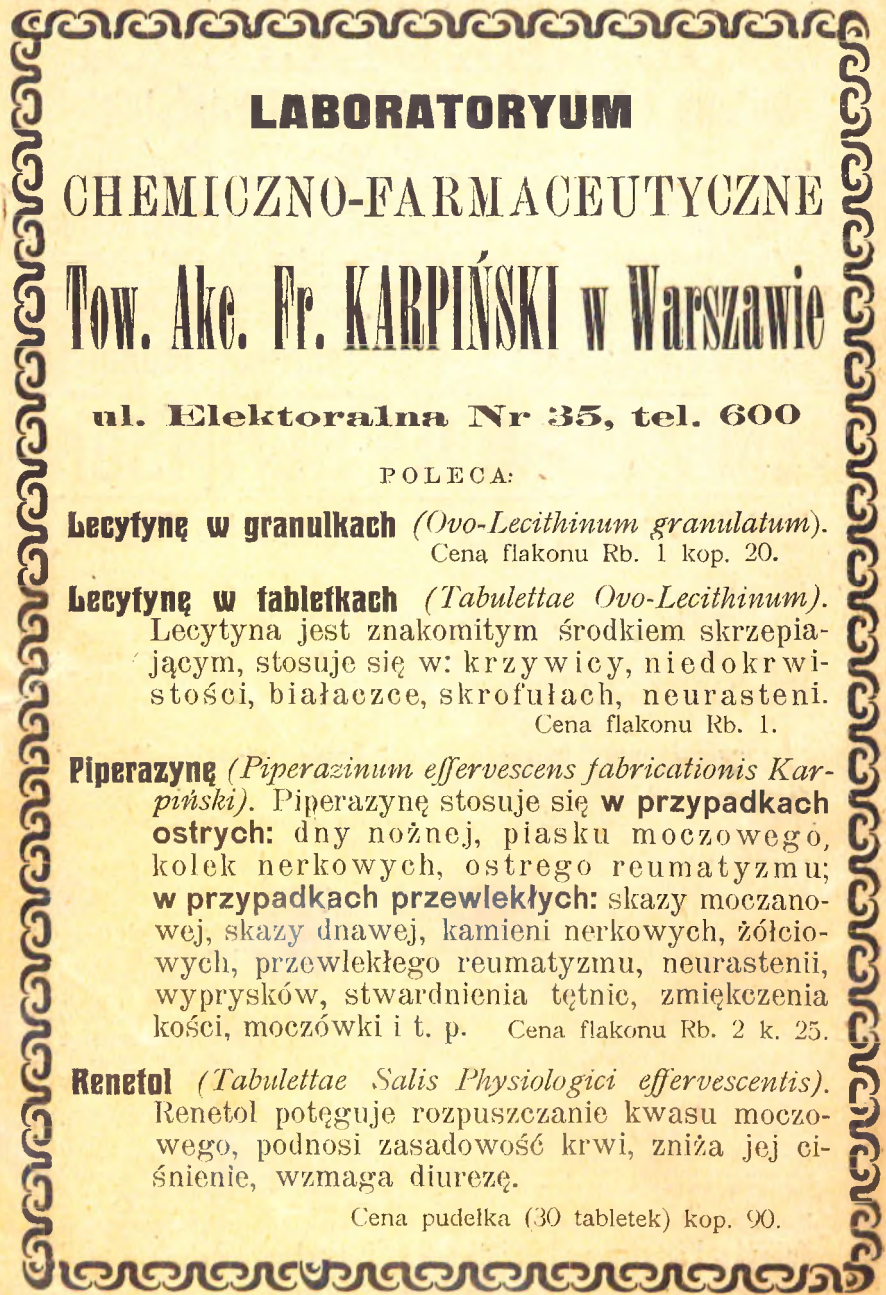
Dla uniknięcia pomyłek prosimy zawsze zapisywać

HEMATOGEN D-ra HOMMELA.

Dawkę dobową: Dla ssawców 1—2 łyżeczki od herbaty z mlekiem (temp. napoju); dla starszych dzieci 1—2 łyżki deserowych (czyste), dla dorosłych 1—2 łyżki stołowych na pół godziny przed jedzeniem, ze względu na wybitne własności preparatu pobudzania apetytu.

Dostać można we wszystkich aptekach i składach aptecznych.
Fabryka Hematogenu Dra HOMMELA, Petersburg Smoleńska 32.

1911



LABORATORYUM

CHEMICZNO-FARMACEUTYCZNE

Tow. Akc. Fr. KARPIŃSKI w Warszawie

ul. Elektoralna Nr 35, tel. 600

POLECA:

Lecyfinę w granulkach (*Ovo-Lecithinum granulatum*).
Cena flakonu Rb. 1 kop. 20.

Lecyfinę w tabletkach (*Tabulettae Ovo-Lecithinum*).
Lecytyna jest znakomitym środkiem skrzepiającym, stosuje się w: krzywicy, niedokrwistości, białaczce, skrofulach, neurastenii.
Cena flakonu Rb. 1.

Piperazyne (*Piperazinum effervescens fabricationis Karpiński*). Piperazyne stosuje się **w przypadkach ostrych**: dny nożnej, piasku moczowego, kolek nerkowych, ostrego reumatyzmu; **w przypadkach przewlekłych**: skazy moczowej, skazy dnawej, kamieni nerkowych, żółciowych, przewlekłego reumatyzmu, neurastenii, wyprysków, stwardnienia tętnie, zmięczenia kości, moczówki i t. p. Cena flakonu Rb. 2 k. 25.

Renetol (*Tabulettae Salis Physiologici effervescentis*). Renetol potęguje rozpuszczanie kwasu moczowego, podnosi zasadowość krwi, zniża jej ciśnienie, wzmaga diurezę.

Cena pudełka (30 tabletek) kop. 90.