


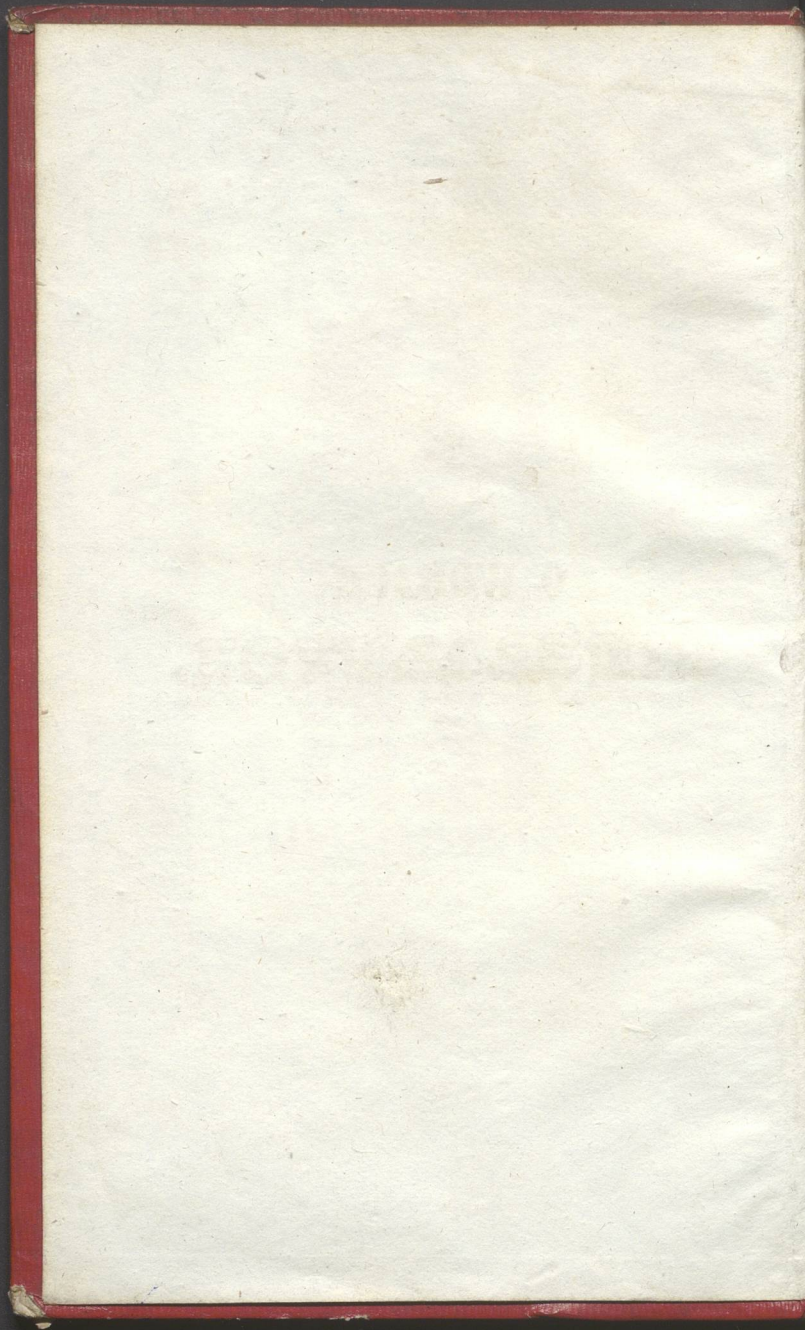
EX·LIBRIS



BIBLIOTEKI  
AKADEMII  
MEDYCZNEJ

W·LUBLINIE

**O WODACH  
MINERALNYCH.**

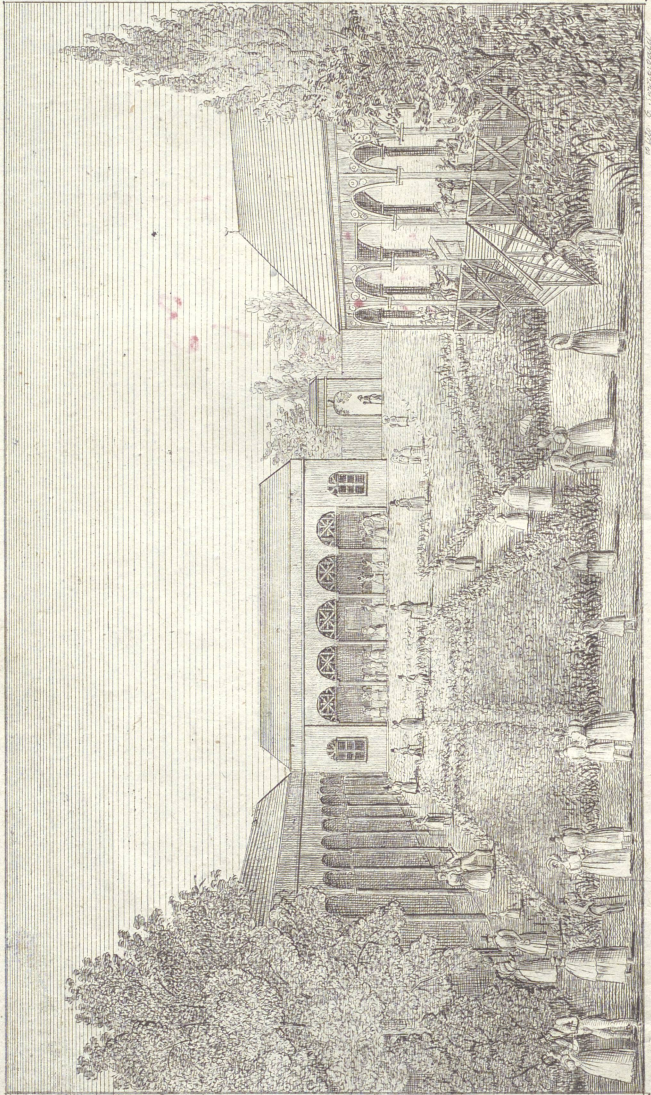


~~3528:~~

~~321.~~

410/II - 3

Body mineral



Waldstrasse und im Althaus zu W...

410/15-3

# O WODACH MINERALNYCH W OGÓLNOŚCI

A W SZCZEGÓLNOŚCI,

## O SZTUCZNYCH WODACH

MINERALNYCH,

### W INSTYTUCIE WARSZAWSKIM

Z WYŁOŻENIEM WSZELKICH WARUNKÓW, KTÓRE  
PRZY ICH UŻYCIU ZACHOWAĆ NALEŻY.

PRZEZ

**TEODORA STÜRMEK**

DOKTORA MEDYCYNY I CHIRURGII, LEKARZA WOJSK  
ROSSYJSKICH, KAWALERA WIELU ORDERÓW I CZŁONKA RÓŻNYCH  
TOWARZYSTW UCZONYCH.

„Pewny Wojownik był wielkim, ponieważ  
bijąc się, w głównych punktach wszystkich  
sił używał.“ Toż samo powiedziecby mo-  
żna, o dobrym lekarzu, niespuszczającym się  
na jeden środek lecz z wszelkich korzysta-  
jącym okoliczności, które tylko do uleczenia  
jakiej choroby posłużyć mogą.



**WARSZAWA.**

**NAKŁADEM GUSTAWA SENNEWALD**

PRZY ULICY MIODOWEJ POD NR0 481.

**1838.**

1904 05

biblioteka Towarz. Lekarsk  
gub. Lubelskiej

110/11-2



5164

*Za Pozwoleniem Cenzury Rządowej.*

Uniwersytet Medyczny w Lublinie  
nr inw.: XX - 40215



BG 5164

*Arce 104/53/48.*

**W DRUKARNI MAXYMILIANA CHMIELEWSKIEGO.**

*Firma Towarowa Lublin  
Czł. Lubelski*

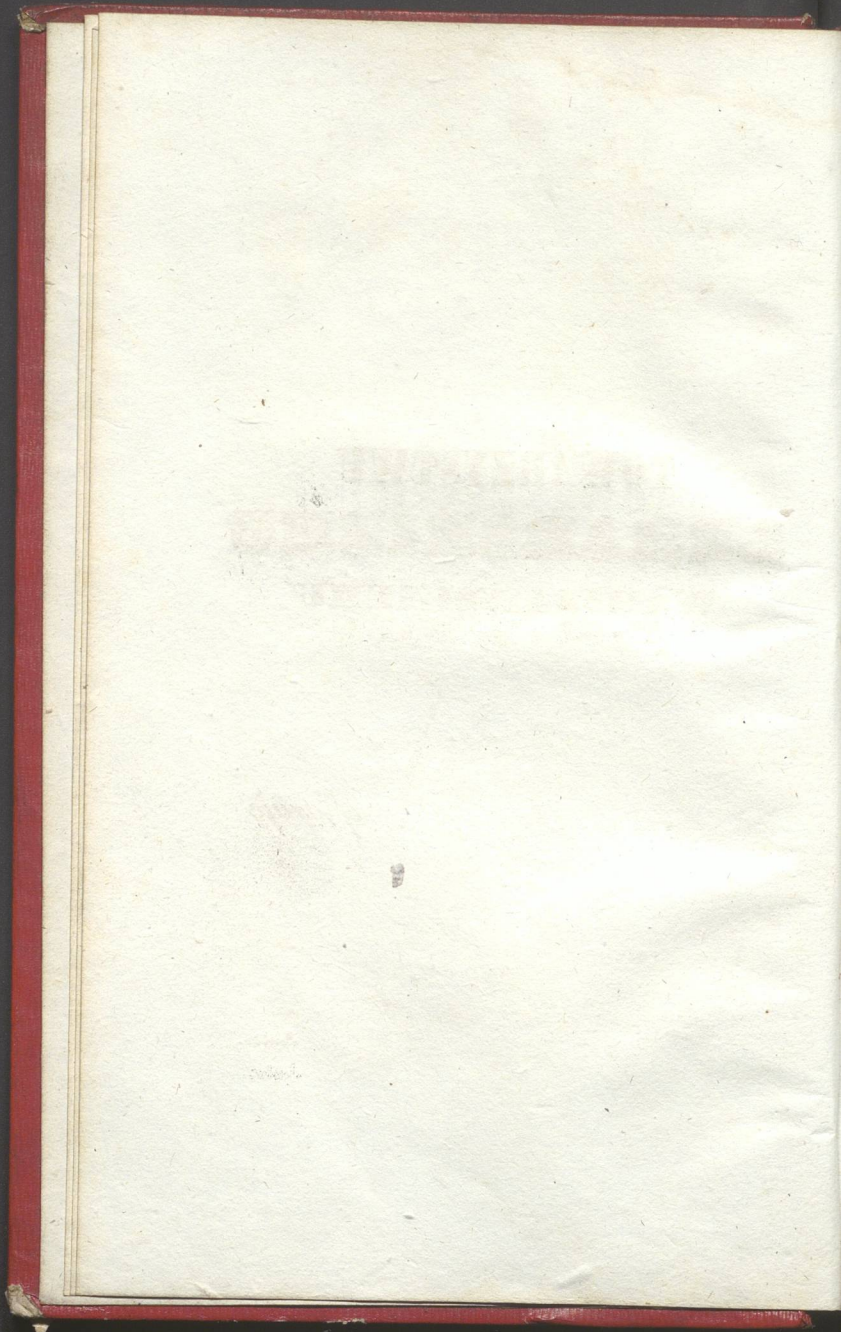
*MA*



**TOWARZYSTWU  
LEKARSKIEMU  
WARSZAWSKIEMU**

*ofiaruje*

*Anto.*



## SZANOWNI KOLLEDZY.

**W** miejscu tém, w którym nie dla próżnej rozrywki, nie dla ubocznych okoliczności lub osobistych względów, ale w drogiej sprawie ratunku zdrowia i postępów nauki naszej zgromadzamy się; nie tylko nie od rzeczy, ale owszem użytecznym zapewne będzie, zwrócić uwagę waszą na ważny przedmiot, jakim jest zakład wód mineralnych w tutajszej stolicy: na terażniejszy jego stan pod względem korzyści i niedogodności: na warunki, pod jakimi najużyteczniejszym być może: na środki jakie w tym celu są przedsięwzięte: wreszcie na dobroczynne i zbawienne skutki, jakie w tak

chwalebném dążeniu z połączenia usiłowań naszych, mogą i powinny wyniknąć.

Wiadomo Wam Szanowni Panowie, jak wiele w zakładzie tutajszym sztucznych wód mineralnych, w przeciągu czternastoletniego istnienia jego, ważnych i szczęśliwych uskutecznilo wyleczeń: jak w ogólności nader zaspokajające otrzymywano skutki. Ani inaczéj nawet bydz moglo: gdy bowiem głównym światlych przedsięwzięć było celem i widokiem, aby stan ich instytutu był jak najbardziej kwitnącym; niczego zatém nieopuszczali, ani zaniedbują, co było i jest w ich mocy. Dla tego téż nic nie można powiedzieć przeciw technicznój części prowadzenia zakładu, to jest o sporządzaniu preparatów w należytych czasie, w jednostajnym składzie, w stosownój temperaturze: o dokładnój usłudze i o dogodnościach pijącym wody potrzebnych; a jeżeli w którym szczególe wydarzyła się jaka pomyłka, ta natychmiast sprostowaną była, ani nale-

żała do takich, któreby na dalszą kuracyą szkodliwie wpływać mogły.

Choć ciał atoli zacni przedsiębiorcy wszystko co od nich zawisło, dla dobra i powodzenia swego zakładu, z gorliwością i poświęceniem czynili i czynią; wyznać jednak należy, bez żadnej ujmy ich chęciom i zasłudze, iż on nie stanął jeszcze na tym stopniu, na jakim stanąć może przez dodanie brakujących mu warunków, przez korzystanie staranne ze wszelkich ubocznych, dotąd nie dość cenionych i na pożytek używanych okoliczności.

W rzeczy samej, we wszystkich zakładach wód mineralnych w Europie, choroby większe znajdują zabezpieczenie, jak w naszym: każdy bowiem zagraniczny zakład ma w przedsiębiorcy samym, albo w innéj do tego powołanej osobie miejscowego swego lekarza; gdy przeciwnie przedsiębiorcy Warszawskiego Instytutu, nie będąc lekarzami, nie znając warunków, które przy używaniu wód dla zapewnie-

nia skutku kuracyi, zachować należy, metody, której w tymże przypadku trzymać się trzeba, niemogą się zajmować główną w podobnych zakładach rzeczą, to jest naukową częścią tego sposobu leczenia: a gdyby nawet mieli o tém wszystkiém jasne wyobrażenie, nie mają prawa wykonywania sztuki lekarskiej.

Ubliżałbym zapewne wysokiemu światłu Waszemu Szanowni Kolledzy, gdybym mniemał, iż obok jasnego i niewątpliwego pod względem naukowym stanu rzeczy, która jest niniejszej mowy mojej powodem, obok przestróg z doświadczenia w zagranicznych zakładach, którykolwiek z Was, opatrzenie Warszawskiego Instytutu w osobnego miejscowego lekarza, poczytuje za niepotrzebne, dozorem każdego z Nas wysyłającego swych chorych do zakładu, zastąpić się mogące. Przydam tu tylko przypuszczenie, którego może udowodnić nie potrafię: hipotezę, na której może się myśleć: factum,

które nie za konieczne, ale za podobne do prawdy i łatwo zdarzyć się mogące uważam. Każdy zajste tego towarzystwa członek, czyni wszystko, niczego niezanedbuje, dla poznania i oddalenia cierpień swego chorego; wszakże łatwo przypuścić, iż najtroskliwszy nawet, wysławszy pacyenta swego do Krasieńskich ogrodu, mniej nań, jak gdyby go w domu odwiedzał, uważać będzie: spuści się więcej na używanie wód, na rozrywkę, na poruszenia w świeżem powietrzu: pochlebi sobie, iż chory mniej go potrzebuje, iż nie tak często odbierając recepty, jest spokojniejszy, bardziej zadowolony. Któż wreszcie z Was niedoświadczył, iż bywają chwile, w których natłokiem zatrudnień i cierpieniami chorych, tak jesteśmy znękani, iż mniej częste ich widzenie, prawdziwą staje się dla nas ulgą i wytchnieniem. A przecież zgodzicie się zapewne uczeni Panowie, iż chory u wód, większej pilności, baczniej-

szęj straży naszej potrzebuje, jak ten, któremu w domu zapisujemy recepty.

Temi powodami skłoniony jak niemniej troskliwy o dobro chorych i zgromadzenia tego powagę.

Imo. Wypracowałem dziełko o użyciu wód mineralnych w ogólności, a w szczególności o sztucznych wodach mineralnych w zakładzie Warszawskim, wskazując warunki pod jakimi wody te z pewnym i pożądanym skutkiem używać się mają; które to dziełko już w druku będące pragnę przypisać Szanownemu Towarzystwu, jeżeli na to zezwolić raczy.

2do. Rozpoczynam czynność zbierania historii chorób, osób używających sztucznych wód mineralnych w Warszawie, zaręczając uroczyście, iż ani pracy ani usiłowań szczerzyć nie będę, abym z prawdziwym dla chorych pożytkiem, a z Waszém Panowie i z mojem własném wewnętrzném zaspokojeniem, przyjętego obowiązku dopełnił.



Mówiłem wyżej, iż na ważnym mam  
względzie Towarzystwa naszego sławę  
i powagę: jako więc jest najszczerzą chę-  
cią moją, tak téż będzie najmocnijszém  
staraniem dla niéj także pracować; śmiem  
nawet pochlebiać sobie, że ta słodka na-  
dzieja moja, w pewnym względzie nie-  
zawiedzioną bydź może.

Wszyscy oświeceni mieszkańcy tego  
miasta i kraju, przekonani są o chwale-  
bnych zamiarach naszego Towarzystwa  
Lekarskiego i o dobroczynnych skutkach  
prac jego. Widzą oni jak czyste, jak zaj-  
mujące zgromadzeń naszych są cele: że  
każdy z Was Szanowni Koledzy, ożywio-  
ny miłością ludzi, przejęty najgłębszém  
przeświadczeniem oważności powołania  
swojego, przynosi tu dojrzałe myśli, naj-  
lepsze chęci, a niekiedy bolesne doświad-  
czenia, aby je na powszechne dobro obró-  
cić, przez naradę wspólną, uczoną i su-  
mienną w tém gronie, w którym tyle na-

ukowych postrzeżeń uczynionemi i zba-  
wiennie zastosowanemi zostały.

Szacunek publiczny dla Was, wyrówny-  
wa wiadomym powszechnie Waszym za-  
sługom; niewiernych zaś albo powątpię-  
wających, zawstydziłaby osnowa dzien-  
ników naszych i świadectwo tysięcy  
chorych, którzy w nauce i troskliwości le-  
karzów tutejszego Miasta, ratunek i ocale-  
nie znaleźli.

Wszakże niepowinniśmy z drugiej stro-  
ny taić przed sobą, iż w pracach Towarzy-  
stwa pod względem kąpieli i użycia sztu-  
cznych wód mineralnych, wiele jeszcze  
pozostaje do uzupełnienia. Nader rzadko  
zjawia się pojedyncze jakie postrzeżenie,  
i to zwykle bez wrażenia i owocu prze-  
chodzi i niknie. Akta nasze nie czynią  
wzmianki o wspólnych w tym przedmio-  
cie usiłowaniach, o potrzebie kontrolli i  
dokładnego od początku do końca na za-  
sadach opartego postępowania w tym wa-  
żnym systemacie kuracyi.

Przemawiając do Mężów, z których każdy w pewnej gałęzi, trudnej i wysokiej sztuki naszej znakomicie się odznaczył, o dotychczasowym niedostatku wspólnych usiłowań, i wskazując onych potrzebę w jednej z rozlicznych części umiejętności lekarskiej; nie mam wcale zamiaru obwiniać Szanowne Towarzystwo o mały postęp w przedmiocie kąpeli i sztucznych wód Warszawskich, pochodzący głównie z tej naturalnej i bardzo prostej przyczyny, iż zakład Warszawski nie miał dotąd właściwego wód mineralnych ducha, to jest osobnego lekarza, któryby z zamiłowaniem prawdziwém obowiązki swoje pełniąc, i łącznie z Wami Panowie i z innemi w Warszawie praktykującemi lekarzami dostrzeżenia czyniąc, ułatwiał ocenienie i zaprowadzenie metody leczenia, najpiękniejsze i najpożądane skutki pod pewnemi warunkami obiecującej.

Któż z Was Szanowni Panowie nie wie o tak zwanych cudownych wyleczeniach

przez nielekarzy codziennie w oczach naszych uskutecznianych? Włóścianin w Szląsku Priesnitz leczy corocznie wiele zastarzałych reumatyzmów, artrytyzmów, hipokondryi i t. p. roztropném użyciem zwyczajnych zimnych kąpeli. Pan B. wynawca Fabrycyusza i Oertla, namawia każdego pacyenta do picia zimnej wody przy trzy godzinnéj porannéj co dzień w ogrodzie Saskim przechadzce, i niekiedy tych, którym niemogliśmy pomódz, ulecz. Pan X. leczył wszystkich przez czas niejaki homeopatycznie proszkami z czystego cukru mlécznego; a przecież nie jednemu dopomógł: bo dla wielu chorych zaprzestanie brania lekarstw, prawdziwém jest dobrodziejstwem: bo siła lecząca natury dzielniejsza jest od wszelkich środków naszych: bo zmiana diety ciała i duszy, ufność w lekarzu, wpływ imaginy, oddalenie przyczyn chorobę wzmagających, agitacya na świeżém powietrzu, same bez żadnych lekarstw największe

kuracye skuteczniac mogą. Pan P. uleczył się przed kilku laty metodą Cadet le Veaux z zadawnionego reumatyzmu; od-tąd więc namawia każdego podobnie cierpiącego, i nie zawsze bez skutku, do położenia się w łóżko, okładania się go-rącemi materacami i wypicia 10<sup>u</sup> szklanek gorącej wody. Ilużto wreszcie wyleczonych z ciężkich chorób w Maryenbadzie, Warmbrunn, Kissingen, Pyrmoncie i t. d. kurują innych chorych temi samemi wodami mineralnemi.

Kiedy zaś nie lekarze temi pojedyn-czemi środkami i metodami dziwne skutki zrzadzają; czegoż nie potrafilibyśmy dokazać, my Lekarze, ze wszystkiemi czę-ściami rozległej nauki naszej oswojeni, stan człowieka chorego i warunki ulecze-nia jego dokładnie znający: my którzy dostateczne mając przekonanie o ważności chorób, użyciem wód mineralnych i ką-pielami leczyc się dających, moglibyśmy wszystkie wyżej wymienione środki i me-

tody przy użyciu wód w zakładzie Warszawskim rozważnie i umiejętnie połączyć: my, dla których dążenie do tego celu świętym jest obowiązkiem, przy wzglądzie na to, iż nielekarze leczeniem siebie samych częstokroć gwałtownemi metodami, powszechnie więcej złego jak i dobrego przez niewiadomość sprawują?

Zapełniając jedyny niedostatek, jaki dotąd zakładowi Warszawskiemu stawał na przeszkodzie do co raz większej dla miasta i kraju użyteczności: podejmując się zbierania historyi i kontrolowania pijących wody mineralne sztuczne w zakładzie Warszawskim; pragnę najszczerzej być Szanownemu Towarzystwu jak najwięcej pomocnym do zgromadzenia dokładnych postrzeżeń, ułatwić mogących coraz rozleglejszy i zbawienniejszy wpływ Warszawskiego instytutu, na postęp umiejętności i na zdrowie mieszkańców.

Pierwszą bowiem podstawą téj pożytecznej pracy musi być historia choroby

osób używających wód mineralnych albo kąpeli, w którejby wszystkie postrzeżenia od początku do końca kuracyi wraz z jój rezultatem dokładnie opisane zostały. Wnioskiem więc moim jest:

a) Aby historye podobnych chorych, jasną i pewną wiadomość następujących przedmiotów w sobie zawierały.

1 Imię i nazwisko, dokładny opis konstytucyi, temperamentu, idiosinkrazyi i poprzednich cierpień chorego.

2 Stan obecny, to jest: wierny obraz jednéj lub kilku miejscowych chorób podług anatomicznych, fizyologicznych i patologicznych zasad, wraz z dokładnym opisem przyczyn, które w fizycznój, umysłowej i moralnój dyecie obecnie szkodliwie na chorego działają.

3 Jakie kąpiele, jakie wody do picia są przeznaczone, w jakiej ilości i na jak długo?

4 Kiedy w czasie używania wód, tak nazwaną *Baade Fieber*, a przy użyciu ką-

pieli przypadłości reakcyi zjawiają się i jak długo trwają.

5 Ogólny bieg choroby w ciągu kuracyi i postrzeżenia innych ubocznych zdarzyć się mogących okoliczności, niemniej ściśle odróżnienie zjawisk chorobliwych, które z cierpienia przedmiotem kuracyi będącego pochodzą, od tych które powstają w skutek używania wód lub kąpieli.

6 Skutki bezpośrednie po ukończonej kuracyi i pośrednie to jest późniejsze wypadki.

b. Aby takie historye chorób przez jednego z grona naszego zebrane i krytycznie na zgromadzeniach Szanownego Towarzystwa roztrząsane, umieszczane były wraz z uczynionemi wnioskami i uwagami w dziennikach lekarskich, już to dla ocenienia prac naszych przez zagranicznych kolegów, już to dla wzajemnej nauki, już w ogóle dla ułatwienia postępu na obranej drodze doskonalenia się i ulepszeń,



c. Aby w osobnych zeszytach dołączanych do pism publicznych Warszawskich, składać Publiczności peryodycznie sprawozdania o postępie metody leczenia w zakładzie sztucznych wód mineralnych; jak to właśnie niektórzy z kolegów naszych uczynili, co do cywilnych pod ich dozorem zostających szpitalów. Jeżeli usiłowania moje w téj mierze, mogą być użyteczne Szanownego Towarzystwa uczonym pracom, i pomocne w ogólności praktykującym lekarzom naszym; tedy nawzajem wątpić by mi przyszło o dobrym skutku najczystszych zamiarów moich, gdybym niebył pewny pobłażania wyrozumiałości i przychylnego współdziałania ze strony Waszój, Szanowni Towarzystwa Członkowie, i w ogóle ze strony praktykujących miasta tego lekarzów, których obowiązki z mojemi jako lekarza wspólnie praktykującego w najściślejszym zostają połączeniu; którzy wszyscy do jednego i tego samego celu dążyć win-

niśmy. Niepotrzebuję dowodzić, iż niezgoda pomiędzy nami, byłaby zgorszeniem publiczném, krzywdą naszą, klęską chorych i szkodą nauki: iżby ściągnęła na nas bolesny i zasłużony zarzut, przeniesienia poduszczeń miłości własnej nad obowiązek, nad najważniejszą sprawę dobra publicznego.

Wiadomo Wam, Szanowni Kolledzy, iż wszedłem w naukową walkę z ultralekarzami homeopatyi i allopatyi: iż staram się ustalić nową praktyczną metodę, wprost antagonistycznie i specyficznie działającą, która żadnemi środkami lekarskiemi z taką pewnością udowodniona bydź niemoże, jak użyciem wód mineralnych. Nie dziw więc, iż doświadczenia w tym względzie najmocniej mnie obchodzą: iż pragnąłbym wyciągnąć z nich, przy światłej pomocy Waszój, nowe posiłki przeciwko zagranicznym zapaśnikom moim, nowe przekonania i twierdzeń moich poparcie.

I do kogoż miałbym z nadzieją dobre-

go skutku odezwać się o pomoc i życzliwe wsparcie w zamiarach, dobra chorych, jeżeli nie do Was Szanowni Towarzystwa Członkowie, których ożywia najgorętsza chęć dobrze czynienia, którym lepiej, jak mnie obcemu, znane są potrzeby tutajszego miasta: których wyższe od moich zdolności, rozleglejsze działania środki i głębsza rzeczy znajomość, stawia w możności tém skuteczniejszego na postęp nauki wpływu.

Wyrównywając Wam w jednym tylko względzie, to jest w dobrych chęciach: a ztąd mając prawo do Waszej wyrozumiałości i pomocy, do których największą przywiązuje wagę; najusilniej sobie życzę, aby wszystkie przezemnie proponowane i zaprowadzić się mające w tej metodzie leczenia, na lepsze zmiany, raczej od Was Szanowni Kolledzy, jak odemnie zależały: aby pożyteczne ztąd skutki, je- nie Waszej troskliwości, usilności i zami- łowania dobra powszechnego, przypisane

były: abym wspólnie stanowił z wami Szanowni Kolledzy jedno niejako ciało i jedną duszę.

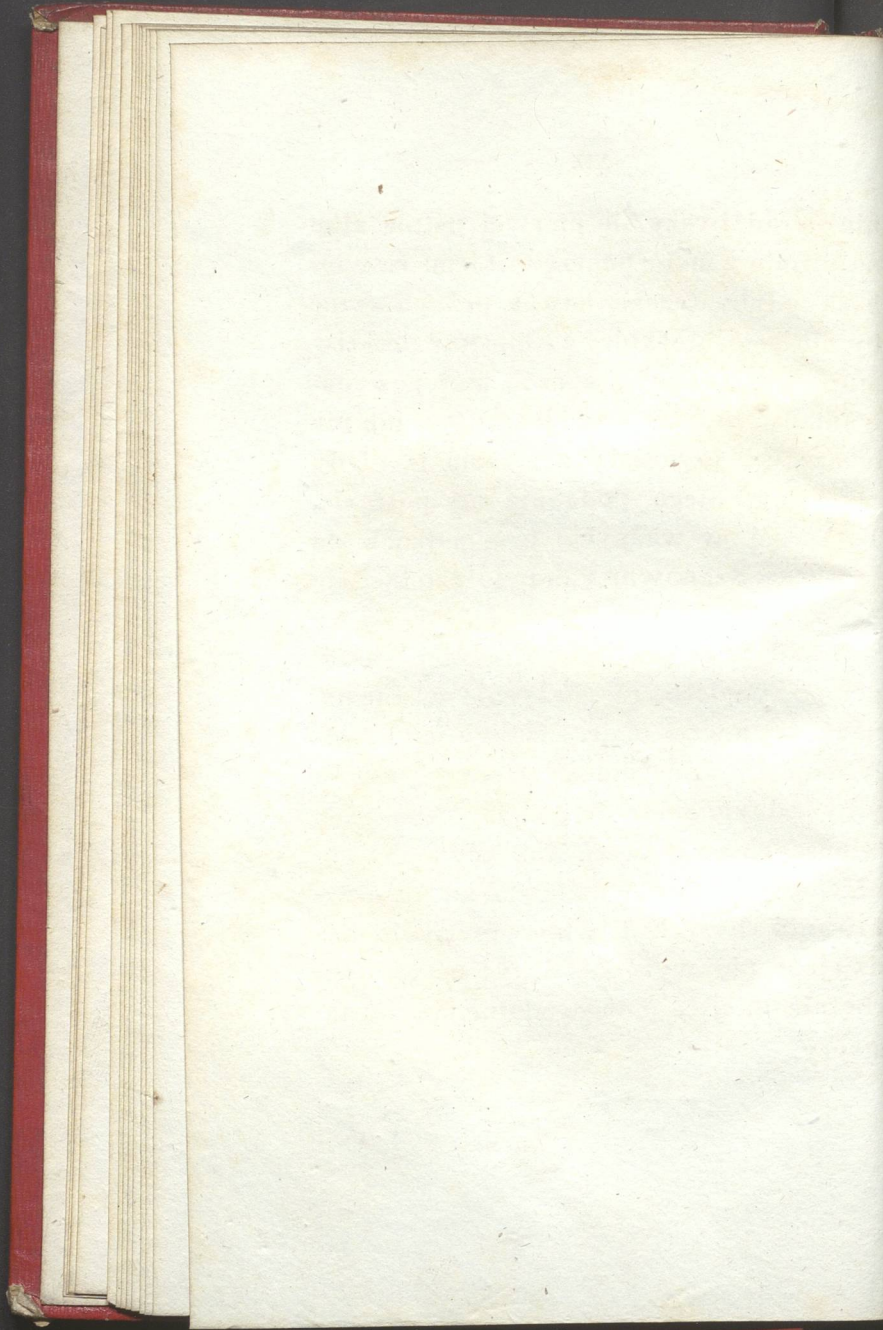
Zechciejcie więc Szanowni Kolledzy naprzód wynurzyć światło zdania Wasze o tém co wyżej powiedziałem i o najpewniejszych środkach dojścia do zamierzonego celu: a następnie nie odmawiajcie wspierać mnie chętnie i czynnie w nowym przedsięwzięciu mojem.

Wierny zasadam zgody w dziele mojem *o pogodzeniu ostateczności w sztuce lekarskiej* objawionym, zapewniam Was Szanowni Kolledzy, iż w tym nawet razie, gdyby chory wyłącznie odemnie żądał pomocy, od ostatniego zaś naradzenia się z lekarzem domowym, zaszyłyby w słabości zmiany, użycia innej wody mineralnej lub innej metody lezenia koniecznie wymagające, lub zdanie moje różniło się od zdania domowego lekarza co do istoty choroby i doradzonej metody leczenia; nieprzedsięwziąłbym nic ważniejszego,

nie naradziwszy się piérwój ustnie albo na piśmie z moim poprzednikiem: co więk-  
 sza gdyby (czego nawet przypuszczać  
 by nie należało) który z Kollegów przeciw  
 mnie uprzedzony, sposób mój postępo-  
 wania, w przytomności lekarzów, lub nie  
 lekarzów, naganiał; zaręczam iż nigdy  
 względem niego podobnie nie postąpię,  
 ale raczej w ważnych przypadkach do  
 Waszego Szanowni Panowie ucieknę się  
 Sądu.

Odtąd więc przy bezpośredniej Waszój  
 pomocy i opiece, rozpoczynam ważne dla  
 nauki czynności moje. Gdyby jednak si-  
 ły moje fizyczne nie wystarczały; wtedy  
 przybrałbym sobie do pomocy którego z  
 młodszych a czynnych Kollegów. Na ko-  
 niec, gdyby skutki usiłowań moich, oczekiwaniu chorych i własnym moim na-  
 dziejom nie wyrównywały; ustąpiłbym  
 chętnie miejsca mojego zdolniejszemu na-  
 stępcy.





## Przedmowa.

---

Od lat już 14<sup>tych</sup> zakład sztucznych Wód w Warszawie *exystuje*. W wielu miastach Europejskich są podobne urządzenia; a czas i doświadczenie nauczyły, że wiele tysięcy chorych, tą metodą, szczęśliwie utracone zdrowie odzyskało.

U nas liczba pijących wody, dochodząca każdego lata do 500 osób, przekonywa wprawdzie, że ten sposób leczenia, stał się potrzebą dla mieszkańców tutejszej okolicy; wszakże spodziewać się i życzyć należy, aby ufność publiczna w sztuczne mineralne wody, doszła do tego stopnia, iżby tysiące osób pijących, przy zachowaniu wszelkich przepisanych warunków, pomoc i ulgę znajdowało.

Uczeni i roztropni Przedsiębiorcy starali się dotąd z wszelką usilnością swoim obo-

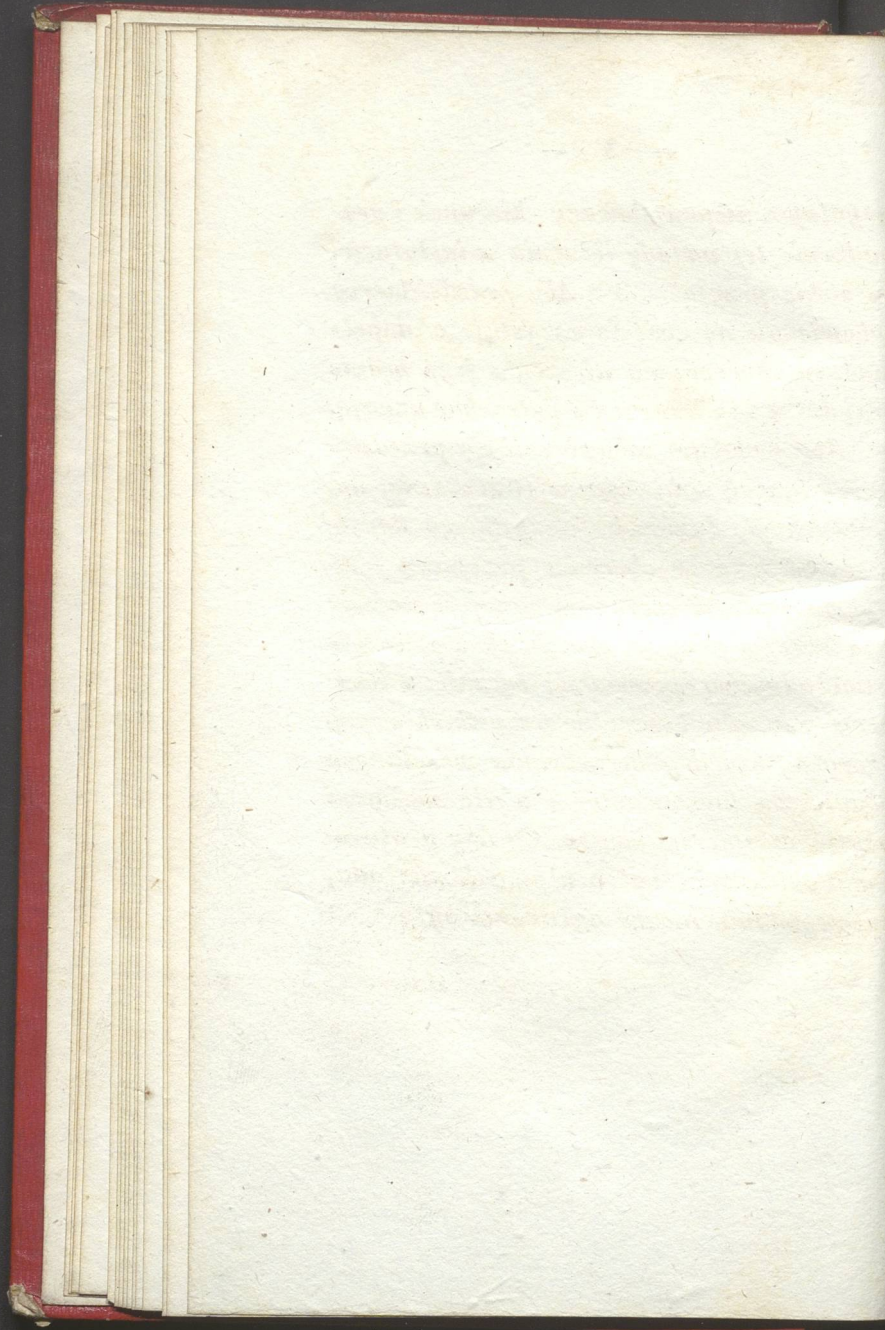
wiązkom zadość uczynić: wszakże gdy nie są lekarzami, a żaden lekarz dotąd tym zakładem szczerze i usilnie niezajął się: wiele użytecznego przez niewiadomość zaniedbano. Instytut ten możnaby porównać z szpitalem, który na zaufanie Publiczności niezasługuje, dopóki dyrygującego lekarza mieć i rocznie lub pół rocznie sprawy z czynności swoich zdawać nie będzie.

Gdy atoli chorzy sami, nieznając swoich obowiązków, niemogli co należało dopełnić, bo dokładnych przepisów o tém nie mieli; z tego więc powodu, jak równie, aby chorzy sami znając swoje obowiązki, takowe dokładnie dopełniali, chcąc ztemu zaradzić pożądaném było 1<sup>o</sup> Wydąć popularną książeczkę, z którejby nie lekarze ważność zakładu, obowiązki lekarzów i przedsiębiorców poznać mogli, w którejby przedewszystkiem znaleźć mogli skazówkę, co dla szczęśliwego odbycia kuracyi czynić mają. 2 Aby lekarz, o postęp sztuki troskliwy, dobrem swoich chorych zajęty, interesem ma-



teryalnym niepowodowany, kierunek i prowadzenie tej metody leczenia w instytucie, na siebie przyjął. 3<sup>cie</sup> Aby przedsiębiorcy zobowiązali się ściśle do uleczenia jego będzie przydatne i co lekarze za potrzebne uznają. 4<sup>te</sup> Aby podobnie zobowiązali się przedsiębiorcy innych zakładów w Warszawie, np. restauracyi, łazienek, wszystkiego dopełnić, co lekarze choremu przepiszą. 5<sup>te</sup> Aby Lekarze Warszawscy przejęci ważnością rzeczy, przyjęli obowiązek z pilnością i dokładnością prowadzić łącznie z lekarzem zakładu kontrolę wszystkich swych chorych, któraby do zebrania pożądaných rezultatów doprowadzić i o ile możności użyteczną stać się mogła. 6<sup>te</sup> Aby ułatwiając Publicznosci sąd o użytkach zakładu, sprawozdania roczne ogłaszane były.

*Autor.*



## O UŻYCIU WÓD MINERALNYCH W OGÓLNOŚCI.

Wody mineralne używają się pijąc one,  
albo

1. ze źródeł.
  2. albo w domu ze źródeł sprowadzone.
  3. albo biorąc wody mineralne sztuczne w zakładach do tego urządzonych, albo nakoniec
  4. sporządzając one w domu, przez połączenie części ich składowych: saletry, siarki, żelaza z gorącą lub zimną wodą.
- Zdawałoby się, iż użycie wód pierwszym sposobem, jest najwłaściwsze i najmocniej skutkujące, ostatnim najsłabsze i najmniej pożyteczne; wszakże do-

świadczenie, na pilnych postrzeżeniach oparte, naucza, że nie tylko użyte w który bądź z wymienionych wyżej sposobów wody mineralne, jednakowo pod pewnemi warunkami skutkują, ale nadto, że w zakładach wód mineralnych sztucznych, częstokroć szczęśliwsze jak u źródeł kuracyje zdarzają się.

*Temi warunkami są:*

1. Należyte postępowanie lekarzy i chorych.
2. Baczne ocenienie okoliczności podczas użycia wód, na chorego działających, o których w osobnych oddziałach mówić będziemy.

*1. Chorzy i Lekarze.*

Chorych używających wód mineralnych w następujący sposób podzielić można.

- a. Chorzy, których ani lekarz domowy, ani lekarz zakładu dostatecznie nie badał; rzucający się na osłep; zdający

się na los, którego zrządzeniem, lub odzyskują zdrowie, lub nabawiają się ciężkich, niekiedy całe życie trwających cierpień.

b. Inni o lekarską nie troszcząc się opiekę, nosząc pilnie przy sobie Ammona Dyetetykę i Kreizika mineralne wody, a oprócz tego używając co im kto doradzi, piją raz te, drugi raz inne wody w uporném a najfałszywszém przekonaniu, że sobie sami lepiej jak Hufeland i Frank radzić potrafią. Ci to politowania godni ludzie, sami zdrowie swoje niszczą, nakoniec za radą Owczarzy i Ultra-Homeopatystów, do wieczności się wynoszą.

Przyrównałbym ich do owój szklanej harmoniki, na której niedźwiedz w bajce, niezgrabną łapą przebiérając, na tysiąc kawałków onę pogruchotał.

Pewien bezimienny lekarz narzeka w Gazecie Powszechnój na lekkomyślne używanie środków sekretnych.

»Iluż to nie umarło, z niecierpliwości, nie-  
spokojności i przestachu: iluż to ludzi  
którychby sama choroba oszczędziła  
padło ofiarą przyjętych lekarstw tajem-  
nicznych.«

(*Rousseau*).

i na leczących samych siebie, w nastę-  
pujący sposób.

Udałem się do Anglii i napatrzyłem się  
z bliska zgrozom lekarskim w szpitalach  
stolicy: znalazłem mnóstwo takich, któ-  
rzy poprzednio sami się leczyli; z tych  
jedni umierali na puchlinę z użycia zby-  
tecznego rozwalniających pigułek, środ-  
ków których Anglik przy braniu poży-  
wniejszych pokarmów mięsnych, nie-  
równie więcej zdaje się potrzebować,  
jak Niemiec: drudzy na najstraszliwsze  
choroby merkuryalne, z użycia tajem-  
nych, a publicznie rozgłaszanych i  
okrzyczanych środków. Ci na wyni-  
szczenie i gwałtowne cierpienia mózgu,  
po użyciu pobudzających środków dla

wzmocnienia ustających sił żywotnych; tamci na zatwardzenie wątroby i suchoty, które na siebie w skutek użycia kropli arszennikowych i tym podobnych niebezpiecznych tynktur dla zgubienia febry przepuszczającej, ściągnęli. Owi znów na szkorbót, przy użyciu fałszywych leków do zębów, okryci liszczami i innemi obrzydłemi wyrzutami skórniemi, w skutek nietrafnego użycia środków przeciw osłabieniu żołądka i strawności, jak niemniej hemoroidom.

Zapytawszy się tylko w tych ogromnych szpitalach, gdzie śmierć w jednej chwili w tysiącznych postaciach okazuje się, o powody tych chorób, łatwoby przekonać się było, z jaką okropnością ten rodzaj zaślepienia targa wnętrzości oszukanych, usiłujących pozbawić lekarzy ich powołania, aby nierozsądnie takowego na życiu własnem probować.

»Czyliż Racine robiąc doskonałe wiersze, mniemać może, iż posiada wszystkie

umiejętności? A będąc autorem, czyż zechce być ministrem?

(*E Lerminier pag. 125*).

- c. Ow podeszły Obywatel naradził się należyście z swoim lekarzem o wyborze wód, wykonywa ściśle przepisy jego, albo lekarza zakładu i rzadko niedoznaje pomyślnego skutku. Długoletnie cierpienia, które wszelkim opierały się środkom, stają się znośnemi, wyleczonemi.
- d. Ten wysmukły młodzieniec ma w domu i u wód biegłego lekarza, który mu najlepsze daje przepisy, ale pewien rodzaj lekkomyślności, która się stała drugą jego naturą, nie dozwala mu w niczem wytrwać, dla tego zapomina i zaniedbuje najlepszych rad i przepisów. Co w kilku dniach, w skutek regularnego prowadzenia się z trudnością uzyskał, przez nieregularność w picciu i diecie, przez zbytki i wzburzenie namiętności, w jednej chwili utracą. Lekko-



myślny, podobny zapamiętałem graczowi, ślubującemu wyrzec się nieszczęsnego nałogu, ale mimo najlepsze chwilowe chęci, niezdolnemu oprzeć się wracającej namiętności i pomimo ciągłych postanowień poprawy, trwoniącemu całe swoje mienie.

e. Dalej spostrzegamy w zakładach wód mineralnych różne wybladłe postaci na których twarzach, nie tylko cierpienia cieleśne, jak robak toczący, ale jeszcze nędza i cierpienie duszy, głębokie ślady wyryły. Te to blade postaci, najczęściej przez błędne wyobrażenie o honorze, przesadzoną lękliwość, źle zrozumianą delikatność i wstyd fałszywy, nie ośmielają się zasięgnąć rady lekarza.

»Najsmutniejsze są ukrywane cierpienia, bo nie wzbudzają żadnej litości, nie postrzegamy ani otwartej rany, ani złamaniej kości, niepoznajemy niebezpieczeństwa, zaniedbujemy się i spuszczaemy na własne siły dopóki cierpienie tak

się nie wzmoże, że go nic później nie pokona.

(*Frédéric Soulié*).

a przecież ci nieszczęśliwi powinni by pomnieć, że dość znajduje się lekarzy, którzy pod surową postacią i mniej powabną powierzchownością, dobre mają serce: którzy swoje najwyższe szczęście, jedyne zaspokojenie w tém znajdują, aby biédnemu pośpieszyć na pomoc: w tém całą swoją sławę zakładają, aby szczególniejszy wypadek chorobowy wynaleść, uważać i leczyć zarówno, czy chory będzie żebrakiem lub bogaczem.

f. Wymienić jeszcze należy i takich, którzy w każdym innym razie, do zbytku nawet rozrzutni, kurczą się kiedy idzie o zdrowie. Ci także, jak się przez się rozumie, pozostają przy wodach, bez dobrej rady lekarskiej. Nawet ję w całym życiu swoim nie znajdują, a wcześniej czy później, stając się fałszy-

wych zasad swoich ofiarą, podwójnych na śmiertelnem łożu cierpień doświadczają; raz, które im choroba sprawia, drugi raz, które im sumienie narzuca, iż dla uratowania się, stosownych zaniedbali środków.

g. Nakoniec przychodzimy do ostatniej kategorii: Prezydentowa N. utraciła swoje ukochane dziecko. General R. najczulszą małżonkę. Pan J. cierpi od kilku lat dotkliwą chorobę. Wszyscy mieli liczne powody poznać niedostateczność sztuki lekarskiej i słabości samych lekarzy; żadnemu nie ufają; drogo tę nieufność, krwią niejako własnego serca okupili. Wierny moim zasadom, aby i takich chorych, dla ich pożytku, o wartości lepszego lekarza przekonać, wyznam bez ogródki ułomności własnego stanu.

»Postanowiłem sobie otwartym być w piśmiech moich, nawet względem tych osób, które jeszcze żyją, że nic nie mó-

wię coby szkodzić mogło. Używam tu wyrazu szkodzić, nie zaś niepodobać się; bo znajdują się dusze tak trwożliwe, że się lękają wszystkiego, a inne tak zgryźliwe, że je wszystko obraża.

(*Frédéric le grand, par Thibeault*).

aby tém łatwiej szarlatana od dobrego lekarza odróżnić można.

Przy sławnych kąpielach, w wielkich miastach z zakładami wód mineralnych, gdzie się wielu lekarzy gromadzi, natrafiają chorzy w pośród nas nieprzyjaciół swoich; bo i my tylko jesteśmy ludźmi i niestety zbyt często ludzkim podpadamy ułomnościom. Wszakże i najlepsi, muszą przy źródłach i zakładach wód mineralnych, z większemi trudnościami, jak w zwyczajném życiu praktyczném walczyć.

1. Przy źródłach i zakładach wód mineralnych, zjawiają się najczęściej choroby, które się już na miejscu nawet, najlepszych lekarzy usiłowaniami opierały.

2. Każdy przybywający chory do wód mineralnych, jest dla lékarza miejscowego przy wodach niewiadomém X. którego wewnętrzny, umysłowy i moralny stan, którego familijne stosunki do tąd nie mogły mu być znane; dowiadyuje się tylko samych niedokładności i fałszów.
3. Chory najczęściej przybywa bez opisu od swego lekarza domowego, albo z tak krótkim, powierzchownym, niedokładnym i zwodniczym, że z niego nic pewnego wnosić nie można.
4. Nauka o wodach mineralnych jest jeszcze tak niewydoskonalona, że najlepsi pisarze napróżno swych sił doświadczać, niewiadomość albo powątpiewania swoje czczemi i niepewnemi wyrazami pokryć usiłowali, które mogą tak rozmaicie być rozumiane, że praktycznemu lekarzowi na nic się nie przydadzą.
5. Przybywający chory zmienia nagle pomieszkanie i miejsce, odbył podróż, in-

ne wrażenia i sposób życia, inne domowe i moralne stosunki działają na niego; z trudnością przychodzi lekarzowi odgadnąć, co tym okolicznościom, a co wodom przypisać należy.

6. Ilużto nieprzybywa do źródeł i zakładów pod pozorem leczenia się, a rzeczywiście w celu dyplomatycznym, spekulacyjnym, handlowym, intrygi miłosnej i gry; lekarzowi zaś przy wodach mineralnych, bywają najdziwaczniejsze i najzawikłańsze choroby zmyślane i narzucane.
7. Zbyt krótki czas zwyczajnych kąpeli i użycia wód mineralnych, mnóstwo ciążących się chorych, stawia lekarza w niemożności, aby każdego tak wy badać mógł, jak tego stan i cierpienia jego wymagają.
8. Lekarz ma przy każdym źródle, przy każdym zakładzie wód mineralnych najczęściej z 2, 5, 10, modyfikacyami jednego źródła, albo nawet z tylu różnemi

źródłami do czynienia, z któremi najrozliczniesze doświadczenia uskutecznić musi.

Czas użycia, ilość wody, dyeta ciała i duszy zbyt cześnie jego postrzeżenia utrudzają, co większa, rzadko jego przepisy bywają wykonywane, tak, że niekiedy przy najlepszych chęciach materialnym natłokiem pokonany, ręce opuszcza i obojętnie lub nawet niechętnie świętych swych obowiązków dopełnia. Lecz nie ci to są nasi dobrzy koledzy, co się na zgubę swych chorych sprzysięgli. Daleko niebezpieczniejszemi jesteśmy lekarze, których chciwość zysku, egoizm, zarozumiałość, inne namiętności i złośliwe zamiary, tak dalece zaślepili, że pomijając święte zasady sztuki i moralności, zapominając o chorym, z udaną rozwagą, a istotną lekkomyślnością, udzielamy przepisy, któremi sami skrycie, jako nieużytecznemi, a nawet szkodliwemi pogardzamy.

»Jeżeli zechcesz zabijać ludzi, to zostań wojskowym, a nie pozbawiaj życia tych, którzy się bronić nie mogą.«

(*Voltaire*) rady dla młodego lekarza.

Taki z pomiędzy nas, który się do tego nieszczęsnego posunął stanowiska, staje się prawdziwą plagą ludzkości, i taki w całym znaczeniu złym lekarzem nazywać się winien, pomimo całego swego doświadczenia, zręczności i nauki; chory i sztuka sama, więcej się go obawiać mają, jak ograniczonego i z wiadomości ogołoczonego.

Moralisci i lekarze od dawna starali się, pewne wynaleść oznaki, po których chory złego lekarza pomiędzy nami z pewnością mógłby odróżnić.

Zły lekarz każde, chociażby najlepsze swego kolegi zdanie z pogardą odrzuca, przepisy jego zwykle bez poprzedniego naradzenia się zmienia, nawet przeciw własnemu przekonaniu, choćby ze szkodą chorego. Przeciw takiemu po-



stępowaniu, każdy dobrze myślący następujące zarzuty uczynić musi.

1. Osłabione będzie w chorym do *dawnego lekarza* i sztuki zaufanie, którego jeszcze lekarz nowy nie pozyskał; a co na chorego najszkodliwiej działa.

Nieznający nawet sztuki lekarskiej z łatwością postrzega, kiedy Lekarz w poznaniu choroby i użyciu środków nie jest pewny, już to z długich naszych recept, w których rozmaite środki, bez zasadnie pomieszane bywają, już też kiedy te codziennie zmieniamy, nie mając do tego dostatecznych powodów.

Von Berger i Zimmermann dobroczyńcy ludzkości! jeśli wam chwila wolna przy schyłku waszego życia zostanie napiszcie księgę, jakiej dotąd jeszcze nie napisano, księgę pewnych doświadczeń. Wybadacie z duchem Hypokrata, myślicie wzniosłe i szlachetnie, pogardzacie manią systematów, idziecie drogą prawdy, bo wasze serca są czułe. Przyznajcie

w obliczu świata niedostateczność waszej nauki, i tak uwieńczcie pełne błogosławieństwa życie wasze: opiszcie zjawiska niewątpliwe chorób uleczyć się dających, wskażcie lekarskie środki niemylne a w wątpliwych wypadkach, upominajcie szukających ulgi, aby się w objęcia litościwej natury rzucali, która pomaga częściej jak sztuka, a rzadziej zapewne szkodzi. Księga wasza nie będzie wielka. Pewien sławny angielski lekarz przyrzekł całą uzasadnioną sztukę lekarską na arkuszu zostawić. Niech to będzie dla was kodexem, przyszli lekarze, a jeśli go nikt nie napisze; w ten czas przyjmijcie radę jaką Sydenham Blackmorowi dawał: nigdy innej książki nie czytajcie prócz *Don Qui Xotta* «

(*Sturz pag. 64*).

Nieszczęśliwi chorzy kończą w Europie dwojaką śmiercią; naturalną bez lekarza i farmakologiczną z zbytecznej ilości lekarstw.

Gdyby się grobowce otwały, a spoczywający w śmiertelnych swoich odzieniach powstać mogli; nie jeden z nas lekarzy zbladł by na widok oskarżyciela swego, albowiem: 1. Kiedy się zastanowimy; że wiele chorób gorączkowych, samych sobie zostawionych, siłami natury, bywa pokonanych. 2. Że na pozór niewinny środek, herbata z bzu lub rumianku, gran jeden Szaleju, pare gran saletry albo kalomelu, ta lub owa mineralna woda, mylnie użyte, wprost szkodzą. 3. Że każda ważniejsza choroba materyalna, łączy się z dynamiczną, że ostatnia użyciem niestosowném materyalnych środków, pogorszona tylko bywa. 4. Że wielka ilość lekarstw na próżno użytych zawsze szkodzi, że lekarstwa w mniejszych ilościach, jakich terazniejsza szkoła używa jeszcze skutkują. 5. Że najwięcej środków 6 do 12 godzin potrzebują aby niejako zostały strawione: że skutek nie-

których trwa wiele godzin dni a nawet tygodni.

Kiedy mówię wszystko to zważemy, w tedy dostrzegający zdziwi się, widząc codziennie wykształconych lekarzy, jak ci chorych swoich metodycznie długimi receptami traktują; mocnych środków mieszanię w wielkich ilościach dają, i takowe dwa razy każdodziennie zmieniają: inni którzy chorych swoich mocnymi metodami gubią, dodając im przy każdej sposobności na wymioty purganse i krew puszczając.

Temu to nierozsądnemu postępowaniu przypisać należy, że w wielu krajach i miastach cudowni lekarze, babki i szarlatani otwarte znajdują do działania pole i bogacą się kosztem zdrowia i życia nie lekarzy: że szkodliwa zarozumiałość, chorych do najdziwaczniejszych doświadczeń z ich własnem życiem nakłania: że począwszy od najciemniejszego, do najwięcej oświeconego, każ-

dł lepszym sądzi się lekarzem, jak uczający professor kliniki: że najprzewrotniejsze zdania nieznający sztuki lekarskiej o homeopatji, wodnej kuracyi użyciu Le Roj i innych Lekarskich przedmiotach, ustnie i na piśmie rozszerzają: że częstokroć najoświecieńsi w ciężkich nawet chorobach i niebezpieczeństwach życia nieudają się do prawdziwych lekarzy, ale raczej uciekają się do nielekarzy, bab i owczarzów.

2. Potwarca sam sobie najgorszą czyni przysługę: bo albo niepomagając wyśmiany bywa, albo chwilową ulgę przynosząc, zawodzi oczekiwania chorego, który samochwalcą pogardzi; tym sposobem za ledwie ciemne popółstwo da się w błąd wprowadzić, chory zaś z lepszym wychowaniem podejrzliwem okiem na takiego patrzeć będzie i ufnością go swoją nie obdarzy.
3. Oszezczerca postępuje lekkomyślnie zdradzając nie zgłębioną tajemnicę naszój

sztuki, w obec której sam *Sydenham* niekiedy przy najlepszych chęciach podobnie iak poczynający i niedoświadczony lekarz stanąłby osłupiały. Ani Frank ani Hufeland nie mają prawa, bez poprzedniej narady zmieniać przepisów swoich kollegów, a tém mniej pospolici receptokleci.

4. Obmówca postępuje jeszcze nie moralne. Niewczesna krytyka teatralna może niekiedy sławę artysty na całe jego życie zachwiać; wszakże osławiony artysta jeżeli jest zdolny, znajdzie sposobność odzyskania swojej wziętości: jeżeli zaś nie, to sam tylko traci, ale nie sztuka; i kiedy teatr służy tylko do rozrywki, od nauki lekarskiej życie lub śmierć zależy. Lekarz przez swego koleżę zaocznie spotwarzony, bywa zwykle oskarżonym, osądzonym, i straconym bez poprzedniego wysłuchania i obrony. Powiedz na swego brata że jest marnotrawcą, graczem lub zwodzicielem,

zaszkodziś jego sławie osobistój. Powiédź na lekarza że jest nieumiejętny, zmień jego przepisy bez poprzedniój narady; a zaszkodziś jemu, choremu i sztuce.

5. Oszczyerca działa przeciw prawu i trwożliwie: sztuka, sam rząd sprawiedliwy, pozostawiły mu inną otwartą i prawną drogę zaczepki. Spostrzegasz że twój kolega rzeczywiście i widocznie przez swoją niewiadomość chorym szkodzi; to go naucz sam na sam. Jeżeli cię nie chce posłuchać, wyzwij go śmiało i otwarcie w publicznych pismach; lecz nieukrywaj się pod kądzielą siejąc plotki pomiędzy niewiastami. Jedynie postępowanie powyższemu przeciwne, jest cechą dobrego lekarza.

Prawdziwy lekarz używa materyalnych i fizycznych wiadomości, we wszystkich życia stosunkach gdzie tylko pomoc jego potrzebna według zasad moralnych: postępuje w zawodzie swoim z największ-

szą pewnością, a wsparty głęboką znajomością rzeczy, koniecznie w życiu praktycznym potrzebnych, pokonywa liczne przeszkody, walczy bezustannie z błędami, dziwactwem, złą chęcią lekarzy i nielekarzy; bo świat jego widownią, ludzkość cała przedmiotem, zachowanie zdrowia, życia i szczęścia człowieka jego usiłowań celem. On jednym rzutem oka pojmuje i zgłębia najzawilszy wątek zdarzeń: czego się nauczył, co doświadczył i co przypadek zrządził w własnym i drugich życiu, zręcznie i z wytrwałością do wyższych celów używa: w szczęściu i nieszczęściu z całą siłą duszy, z umiarkowaniem, roztropnością, szlachetnością i niezmordowaną czynnością zaufanie ogółu pozyskać, zachować i utwierdzić usiłuje.

Zimna rozwaga Fabrycyusza, umiarkowanie Kajusa, siła i odwaga Gustawa Adolfa, roztropność Oxenstyrna, zręczność Taylleranda, szlachetność Fenclona, po-



lityka obrachowana Rycheliego, stanowią przymioty podobnego lekarza. Na takiego wszystkich się oczy zwracają, kiedy matka lubego dziecięcia nad kolebką słaby oddech śledzi: kiedy małżonka nad schorzałym ukochanym mężem czuwa: kiedy kwitnąca narzeczona o oblubieńca swego drży: kiedy młodzieniec wydzierającą się krew z schorzałych piersi, kiedy urocza dziewczica piękność swych kształtów niknącą, spostrzega: kiedy wojownik, polityk, kupiec i mędrzec, za utracone zdrowie, wszystkie skarby ziemskie poświęcić gotowi. Na takiego lekarza wszystkich zwracają się oczy, gdy idzie o utrzymanie i zabezpieczenie dobra cierpiącej ludzkości (w szpitalach): gdy zbrodnia ma zostać wykrytą, a niewinność usprawiedliwioną: gdy w rozpacz pogrążonych radą i uczynkiem wesprzeć potrzeba: gdy niezbadane siły przyrodzenia cholere, zarazę, powietrze i zgubę mię-

dzy narodami i w całych świata częściach roznoszą. Takich przymiotów lekarz jest błogosławieństwem niebios, ozdobą społeczeństwa, a zawsze i wszędzie przedmiotem szacunku i uwielbienia.

»Jestże co w świecie więcej poszanowania godnego, jak lekarz, który w młodości swojej badał naturę, poznał układ ciała ludzkiego, choroby które je dręczą, środki które je ratować mogą; wykonywa jednak swą sztukę niedowierzając jej, pomaga zarówno biédnym jak bogatym, przyjmuje nagrodę z wstrętem i używa jej na wsparcie biédnego?

*(Voltaire Dictionnaire phil.)*

Taki, przepisów swego kolegi niezmienna bez poprzedniej z nim, a dla usprawiedliwienia obu koniecznej narady; tym sposobem pomaga choremu, wznosi sztukę, oszczędza kolegów i siebie, czyni lekarza miłym i przystępnym. On jest prawdziwie dobrym lekarzem, przy źró-

dłach zaś i zakładach niezbędnym ży-  
wiołem.

»Dobry lekarz, jeżeli nie zawsze od cho-  
rob, to przecieź od złego lekarza ra-  
tuje.«

(*Jean Paul's Anthologie pag. 16*).

Tak wielkiej przy użyciu wód mineral-  
nych wagi, że często od niej samej zdro-  
wie i życie chorego zawisło, jest ta oko-  
liczność, aby lekarz domowy oznaczył  
dokładnie i według zasad sztuki, jakich  
wód chory używać ma i dokąd dla ich  
użycia, do Akwisgranu, Karlsbadu, Pyr-  
montu, i t. d. udać się winien; na tém  
także wiele zależy, aby chory, lekarz  
domowy i lekarz zakładu najściślej się  
z sobą znosząc, od początku do końca  
z przezornością kuracją prowadzili. Li-  
czba cisnących się z wszystkich części  
świata do wód, 2000 często przenosi; a  
liczba wyzdrowionych najczęściej do  
500 dochodzi. W zakładach wód sztuc-  
znych, nierównie więcej natrafiamy

środków ratowania się, aniżeli u źródeł. Znaczna ludność miasta i przyległej okolicy, korzysta z podobnych zakładów z nierównie większą łatwością i mniejszym kosztem; a przecież tutaj liczba wyleczonych stosunkowo do pijących jest nierównie mniejszą, a to z przyczyn następujących:

1. Wiele zakładów wód mineralnych nie mają swego lekarza, np: Królewiec, Odessa, Warszawa.
2. Albo mają lekarzy, którzy niezachowując moralnej jedności z swojemi kolegami, ważnemu powołaniu swojemu nie odpowiadają; i tak sławne jedno źródło w Niemczech przestało być uczęszczane, z przyczyny nieprzyjaznego postępowania miejscowego lekarza z kolegami swojemi.
3. Zakład wód mineralnych Paganiniego w Olegio, jest może jedynym, gdzie lekarz miejscowy wszelkich używa środków do skutecznienia kuracyi i dotąd

cudów dokazuje; w wielu innych zakładach wód mineralnych zagrzebujemy niejako znajdujący się skarb wśród własnych murów naszych; dotąd jeszcze żaden z nas nie korzystał z głównych tych warunków skutecznego użycia wód mineralnych.

4. Przeciwnie narażamy naszych chorych na widoczne niebezpieczeństwo wyprawiając ich do zakładów wód mineralnych jakby na przechadzkę, niezastanawiając się ściśle przy wyborze tychże, lub też niemając dokładnej ich znajomości, nienaradzając się z innemi doświadczenszemi kolegami, lub na koniec nie rozważnie mówiąc: jeżeli Karlsbad niepomocze, można się udać do Pyrmontu i t. p. Co bowiem w początkach leczenia zaniedbane zostało, nie daje się częstokroć w całym przeciągu następnego użycia wód mineralnych, wynagrodzić.
6. Wielu naszych chorych którzy nas okrutnie udęcują w swoich domach, wi-

dzimy z ukontentowaniem przechodzących się po ogrodzie Krasińskich, serdecznie i szczerze uradowani, że ci pijąc swoje 6 kubków dają nam pokój, i to w ten czas, kiedy naszej pomocy najwięcej potrzebowaliby.

6. Zakład wód mineralnych Struvego jest jeszcze zbyt nową instytucją: rzadko który lekarz pojmuje, że ten sposób leczenia łączy łagodność środków homeopaty (a), z dzielnością i pewnością allopatyi; i największa liczba lekarzów przyznaje bez zasadnie daleko większe chociaż nie dość znane własności i skutki źródłom naturalnym albo zbytecznie przywiązuje się do pisania recept.

Wszakże śmiało utrzymywać się godzi, że gdyby zakład wód mineralnych przez

---

(a) Mówię środki homeopatyczne, albowiem o duchu homeopaty ogólnym, już gdzie indziej nadmieniałem zobacz dzieło: O pogodzeniu ostateczności w sztuce lekarskiej.

jednego lub więcej sumiennych, czynnych i zdolnych lekarzy był kierowany: gdyby przy braniu wód, lekarze i chorzy wszystkie główne warunki ściśle zachowywali: gdyby wszyscy lekarze w mieście znajdujący się zostawali między sobą i z lekarzem zakładu w ściślejszej naukowej jedności i moralnej zgodzie; wtedy w mieście liczącem 50000 ludności, znalazłoby się rocznie przynajmniej 5000 osób zwiedzających zakład wód mineralnych, i przeszło 1000 tak zwanych trudnych do uleczenia chorób, byłyby wyleczonemi: gdy w teraźniejszym stanie rzeczy na 100000 ludności w przecięciu zaledwie 400 zwiedzających zakład wód mineralnych znaleźć, a 20, najwięcej zaś 30 zupełnych wyleczeń narachować można.

Przypatrzmy się z bliska naszym w tym względzie obowiązkom. Lekarz domowy powinien dokładnie znać słabość chorego, to jest: powinien podług zasad anatomo-

mii, fizyologii, i patologii umieć z pewnością wskazać, która część ciała chorobą zajęta, i jaki jest jej rodzaj cierpienia, nakoniec jakie zbawienne skutki przepisaniem wodami spodziewa się sprawić. W tym celu zaopatrzyć winien chorego opisem jego choroby i swoją o niej opinią.

Podczas użycia wód, lekarz domowy zostaje w najściślejszych obowiązkach, względem swego chorego; z podwojoną więc pilnością, przenikliwością i uwagą zważać winien, nawet najlżejsze, na pozór nic nie znaczące, a mogące wielkiej być wagi i przez chorego rzadko spostrzegane uczucia.

Uczucia te swobodne lub nie mile, przybytek sił lub ich upadek, brak apetytu, mała ograszka, zmiana humoru, ilość i jakość wypróżnień, zatwardzenia, katar lub kaszel, niespokojny sen, na wielką zasługują uwagę; niebaczość na nie może zupełnie nową chorobę sprowa-



dzić lub mało znaczącą, w zbyt ważną zamienić. Ztąd wynika znakomita wyższość wód mineralnych sztucznych nad naturalnemi, że chorzy pierwszych używający zostają pod okiem domowego lekarza, znającego dokładnie ich fizyczne, psychiczne i moralne cierpienia. Gdyby zaś lekarz domowy w Warszawie niemieszkał, a chory życzył sobie zasięgnąć rady lekarza zakładu; ten obowiązany jest ściśle go wybadać i czuwać troskliwie przez cały czas nad kuracją jego. Jeżeli choroba jest wątpliwa, albo opis jój przez domowego lekarza udzielony mniej wierny, lub jeżeli chory lekarzowi zakładu niechce się zwierzyć zupełnie; wtedy winien on ustnie czy piśmiennie zapytać domowego lekarza i znosić się z nim najściślej względem zdarzyć się mogących w ciągu użycia wód, zmian i ich powodów. To ściśle znoszenie się obu lekarzów, wspólna umysłowa bacność wielkiej

jest dla chorego wagi; zapytany zaś lekarz domowy, niechęć uchodzić za złego, nie może odmówić żądanego wyjaśnienia lekarzowi zakładu, jeżeli szczególniejsze stosunki familijne tajemnicy nie wymagają.

Lekarz przy zakładzie ustanowiony, winien utrzymywać dziennik dokładny wszystkich chorych zwiedzających instytut.

Tym sposobem ściśle prowadzona kontrola, dokładne wykazanie w liczbach przy końcu użycia wód mineralnych rozmaitych chorych, prowadzi do najważniejszych rezultatów dla sztuki. Taka kontrola jest także dla rządu czuwającego nad dobrem mieszkańców niezbędną, a dla przedsiębiorcy zakładu najużyteczniejszą, przekonywając publiczność o ważności, skuteczności i porządku, a tém samém wzbudzając ufność powszechną.

3. Lekarz zakładu wód, powinien ściśle przestrzegać farmaceutycznego porządku, to jest: jednostajnej równości temperatury i dobroci wody i innych przetworów, serwatki, wody wodorodsiarczanowej, dogodności przechodzących się, dogodności lokalu, rozdawania wody, i t. p.
4. Ma z całą troskliwością czuwać nad choremi a przedewszystkiem wszelkię dokładać usilności, aby każdego przekonał o potrzebie ścisłego wykonania rozpoczętej kuracyi, udzielając drukowany wykład o fizycznej i moralnej diecie i głównych warunkach podług których pijących badać, zmiany różnych wód, i czas ich użycia oznaczać powinien.
5. Ma także całą swoją zwrócić uwagę na jednoczesne użycie kąpieli, serwatki, mleka, elektryczności, słowem wszystkich innych środków, wewnętrzne uży-

cie wód mineralnych tak dzielnie wspierających.

6. Przy końcu użycia wód mineralnych i kąpeli, winien jest każdemu z swoich chorych dla lekarza domowego udzielić krótki a dokładny opis tego co w czasie kuracyi przedsięwziętém było, jakie pogorszenie lub polepszenie nastąpiło, i dla czego?
7. Lekarz przy zakładzie wód mineralnych powinien być bezinteresowny, podług możliwości przez rząd utrzymywany; albowiem jeżeli go przedsiębiorcy płacić będą, wtedy Publiczność zbyt łatwo utraci zaufanie do zakładu. Wymagając zaś zapłaty od chorych za udzielane rady, straciłby ich zaufanie, nakoniec:

Co kwartał powinien w pismach publicznych zdawać sprawę o kuracyach tą metodą przez siebie, lub swoich kolegów skuteczniejszych. Zakład wód mineralnych w Warszawie, ma może nad

innemi tę wyższość, że największa część lekarzy, stanowi oddzielne naukowe towarzystwo wszelkiej dokładające usilności w postrzeganiu chorób: które tém samém ułatwia kontrollującemu zakład wód mineralnych lekarzowi, powzięcie pewnych wiadomości o biegu i kuracyi rozmaitych chorób: które wreszcie chętném znoszeniem się z sobą i ściśłym naukowém braterstwem, szkodliwego złych lekarzów wpływu niedopuszcza, i owszem wpływ ten nieszczęśliwy usuwa.

### *O obowiązkach chorych.*

Obowiązki chorych szukających pomocy w krótkości dają się wyrazić:

- 1) Dołożyć winni starania aby zaraz w początku stosownej wody użycie wskazane im było.
- 2) Przy wpisie wymienić z dokładnością nazwisko swego domowego lekarza.

- 3) Jeżeli życzą sobie aby lekarz zakładu miał o nich staranie, winni udzielić mu dokładny opis swój choroby przez lekarza poprzednio leczącego sporządzoney, nakoniec :
- 4) Powinni zachowywać ściśle, drukiem ogłoszone przepisy kuracyi, i zdawać swemu lekarzowi z szczerą otwartością dokładną sprawę nawet z najmniej na pozór znaczących zmian i przypadłości.

*Okoliczności towarzyszące i własności źródła.*

Badacze natury i lekarze niezgodzili się dotąd czyli między wodą u źródła używaną, a dokładnie sporządzoną sztuczną, różnica znaczna zachodzi? następująca rozmowa między A i B wątpliwość tę wyjaśnia.

A. Każde źródło mineralne stanowi z swoją okolicą, lasami, przechadzkami, łąkami, błoniami i powietrzem, właściwy

środek lekarski, który gdzie indziej pod tak dzielną postacią nieznajduje się.

B. Każde miejsce gdzie się sztuczne zakłady wód znajdują, ma właściwą sobie okolicę, lasy, łąki, błonia i przechadzki, które z sztuczną wodą mineralną, podobnie właściwy środek lekarski stanowią.

Powietrze w Abano zapewne odmienniejsze jest jak w St. Petersburgu, równie podróż z ostatniego do pierwszego mocno wpływa na stan chorego; lecz wtedy przyznać należy szczęśliwe uleczenie odbytej podróży i włoskiemu powietrzu, a nie źródłu w Abano.

A. Chemija nie może naśladować ciepłiki ziemnego (Tchorisch), będącego zapewne wypadkiem podziemnych wulkanów.

B. Jeżeli termometr zanurzony w sprudlu w Karlsbadzie i w sprudlu zakładu sztucznego w Warszawie 54<sup>e</sup> Reaumura okazuje; mam zasadę utrzymywać, że tem-

peratura obu wód jest równa; a czy ta temperatura z działania wulkanu, lub zwyczajnej parowej maszyny pochodzi, będzie to dla chorego i sztuki lekarskiej rzeczą obojętną.

A. W źródle mineralnym spoczywa elektryczno galwaniczna siła.

B. Może, a może też i nie.

W pierwszym przypadku gdyby lekarz tej siły do uleczenia potrzebował; znajdzie w każdym zakładzie sztucznych wód, maszynę elektryczną, i stos galwaniczny.

A. Chemija nie jest w stanie natury ściśle naśladować.

B. Prawie największej części źródeł mineralnych Europy, mamy chemiczne rozbiory: lecz z każdym dziesiątkiem lat, w źródłach najdokładniej znanych chemija nowe czyni odkrycia, zmieniające częstokroć dotychczasowe pojęcie lekarza o sile leczącej, tak dalece: iż przypuścić można, że po 100 latach lekarze,



o skutkach wód Karlsbadzkich, wcale inaczej sądzić będą. Nie znamy więc dotąd dokładnie własności chemicznych i części składowych naturalnych wód; a to co znamy sztuka potrafiła naśladować i co w przyszłości poznamy, naśladować będą umiała. Gdyby nawet naturalne wody z powodu nieznanych jeszcze własności lepiej skutkować miały jak sztuczne; to i tak niejesteśmy w stanie tą ich nieznaną dzielnością kierować i onej do zamiarów lekarskich zastosować. Naturalne wody przeto, jako środki lekarskie nie są skuteczniejsze od sztucznych.

- A. Przy każdym w użyciu będącem źródle napotykamy wiele ubocznych okoliczności i przyrządzeń do szczęśliwych kuracy potrzebnych, a przy zakładach sztucznych wód nieznajdujących się.
- B. Takiemi są dobrze urządzone parowe i kropliste, zimne i gorące kąpiele, przygotowania do picia serwatki, i mleka

do wcierań olejnych i aromatycznych; lecz téż same przyrządzenia znajdujemy w miastach przy zakładach sztucznych: i nawet nie jeden zakład pod tym względem ma przed źródłami naturalnemi pierwszeństwo.

Cały Karlsbad nie ma czystej wody źródlanej, kiedy w Warszawie w niektórych przynajmniej studniach znajduje się najpiękniejsza woda, kąpiele Wiślane naturalne, żelazne.

A. Chory w domu jest pod względem psychicznym, fizycznym i moralnym na liczne szkodliwe wpływy wystawiony; podróż tylko sama może go od nich uwolnić.

B. Jeżeli Chory jest w stanie z St. Petersburga do Karlsbadu jechać; to zapewne znajdzie środki i możność tak się urządzić w domu, aby przynajmniej w czasie picia wód i użycia kąpieli nie potrzebował skały Sisyfa toczyć, unikając starannie tego w domu, coby w od-

daloném miejscu kąpieli naturalnych uniknąć mógł.

A. Sława Karlsbadu, Cieplic i innych naturalnych źródeł jest wyższa nad wszelkie zarzuty.

B. Tak jest, i najczęściej téż téj sławie ufając, najwięcej lekarzy wysyłają swoich chorych do sławnych źródeł: jeżeli więc zdarza się, że skutek oczekiwaniom i sławie nie odpowiada, że nawet źródło choremu szkodzi; w tedy podróż z St. Petersburga do Karlsbadu jest nadaremna. Przy użyciu sztucznych wód może chory taką pomyłkę każdej chwili naprawić. Zbiór różnych wód mineralnych w jednym zakładzie, dozwala choremu użycia dobroczynnych połączeń, co przy źródle miejsca mieć nie może, tak n. p. może chory używać Ems przy Pyrmoncie, Marienbadzie i t. p.

A. W sztucznych wodach niepodobna dokładnej jednostajności części składo-

wych i równości temperatury zachować.

**B.** Ściślejże badania okazały, że naturalne źródła często a nawet codziennie małych zmian w ilości części swoich składowych i w temperaturze doznają.

**A.** Każde naturalne źródło ma własne swoje życie, swego ducha, swą wewnętrzną świętą i odwieczną siłę, od Boga nadaną, której słaby człowiek naśladować niemoże.

**B.** Tak jest, lecz ta odwieczna siła, ten duch będąc dotychczas idealnemi; praktycznemu lekarzowi nie są przydatne: podobne do ziemnego magnetizmu i elektryczności powietrza, których słaby człowiek modyfikować, onemi kierować, a tem mniej do celów lekarskich z pewnością zastosować ich nie może. Wreszcie gdyby lekarze wszędzie spostrzegając siły natury, takowe z podziwieniem, jedynie czcili, nie naśladowując ich, nie działając; w krótkce by wtedy

cała nauka lekarska, po zakres jasnowidzących, w duchy wierzących, Hohenloego i Hanemana dziwactw przeszła.

Taki sposób widzenia rzeczy prowadzi do najgrubszego empirizmu; bo o niewidzialnych, niepojętych siłach może każdy szarlatan lub owczarz dowolnie rozprawiać, który w każdej chorobie bez wyjątku Le Roi, krople albo swego wynalazku ziółka cierpiącym daje.

Wszakże nie same siły elektryczno-magnetyczne i idealne stanowią własności leczące źródła; ma w tém znakomity udział, biegły i przezorny lekarz, który stosowne użycie ich doradza i należycie nióm zarządza.

On to jest tą idealną siłą, której niczém opłacić nie można. Miejscowość źródła, powietrze, kąpiele, dieta, własności wód fizyczne i chemiczne, leczycie nie mogą; ale przez biegłego lekarza zastosowane w szczególnych dopięro przypadkach, siłę leczącą stanowią.

A. Rozmaite rozrywki zabawy i uciechy znajdują chorzy nie równie częściej przy wodach naturalnych, a niżeli przy wodach sztucznych, co ich wyzdrowienie przyspiesza i ułatwia.

B. Na nieszczęście troskliwość tę przy niektórych źródłach za daleko posunięto. Domy gry, handle wina, bywają od Rządów wydzierżawiane. Publiczne niewiasty i szarlatani najszkodliwszymi tajemnymi środkami frymarczący, bywają widocznie cierpieni. W wielu miastach mających zakłady sztucznych wód mineralnych a szczególnie w Warszawie rząd dobroczynny zwracając uwagę na dobro cierpiących, scisłą polityką lekarską zaprowadził; a zatem i z tego względu źródła naturalne nie mają pierwszeństwa przed sztucznymi wodami.

W skutku więc okazuje się, że tylko sama podróż, która chorym zwiędzającym źródła naturalne bardzo jest ko-

rzystna, nadaje tym źródłom pierwszeństwo przed sztucznymi wodami. Gdy zaś wielu chorych zaledwie mając pół dnia drogi do źródeł naturalnych, przychodzą jednak do zdrowia; podróż przeto niestanowi głównej rzeczy, lecz czynne poruszenia w świeżym powietrzu, zmiana diety i życia czynią podróż tak ważną; takie poruszenia może sobie sprawić w domu każdy chory, któremu na wyleczeniu zależy. Wszakże zachodzi prawdziwa różnica między naturalnymi a sztucznymi wodami, której dotąd należycie niezważano, a tą jest zmiana miejsca.

Chory pospolicie wyrażać się zwykł, nie lubię domów warszawskich (lub jakiego bądź innego miejsca): lecz żaden rozsądny człowiek nie nienawidzi domu, ale nienawidzi ludzi, towarzystwa, zatrudnień, sposobu życia, doświadczeń i wspomnień, które go w tym domu z każdą chwilą spotykają: nienawidzi

cierpień, błędów i namiętności, którym ustawicznie podpada. Gdy zaś siłą własnej woli, zręczném poprowadzeniem zewnętrznych okoliczności i wewnętrznych życia stosunków, każdy człowiek sam, lub za pomocą drugich na miejscu mniej więcej te same pomyslane zmiany i pożądane skutki osiągnąć może, których zmieniając miejsce przy źródłach naturalnych dostępuje; przeto ważną tą okolicznością później osobno zajmować się będziemy.

*O urządzeniu zakładu sztucznych wód mineralnych:*

Każdy dobrze urządzony zakład sztucznych wód mineralnych, podobny jak u nas w Warszawie, następujące nieodzowne urządzenia mieć winien.

1. Urządzenie do zimnych kąpiei.
2. Urządzenie do kąpiei gorących tego rodzaju, żeby temperaturę wody podług upodobania modyfikować, żeby



do kąpeli tych wszelkie ingrediencye sole, siarkę, zioła, mydło, kwasy, i t. p. według potrzeby dodawać można.

3. Urządzenie do kąpeli parowych kroplistych, szlamistych niemniej do wcieńrań i wstrzykiwań.
4. Maszynę elektryczną i aparat galwaniczny.
5. Przystosowanie świeżej serwatki, szczególnież zaś czystej wody i świeżego mléka.
6. Lekarza miejscowego zarządzającego zakładem.
7. Lokal z wszelkiemi wygodami i usługą dla umieszczenia chwilowego nagle zaśsłabnąć mogących, w czasie samego picia wody, lub dla bezpiecznego schronienia gości w czasie niespodziewanej zmiany powietrza i burzy.
8. Wspólne i zgodne działanie lekarzy.

Ważne te okoliczności dotąd mało zważane były. W bieżącym roku 1838.

przygotowania potrzebne poczyniono, aby chorzy z tych wszystkich dogodności mogli korzystać.

*O zachowaniu się chorych w czasie użycia wód mineralnych.*

Iluż to chorych winni swoje wyzdrowienie picia wody i mleka zamiast kawy, herbaty i czekolady z wanilią, zaprzestaniu użycia wina, zamianie przez czas długi pokarmów mięsnych na roślinne, zachowaniu ścisłej diety i codziennej zimnej kąpieli lub myciu się zimną wodą? Jak wiele zastarzałych katarów, reumatyzmów, i innych uprzykrzonych cierpień z zaziębienia pochodzących, tém tylko się uleczają, że chory w zimie bez wyjątku zimnych, w lecie zaś ciepłych napoiów używa? Iluż nieodzyskało utraconego zdrowia, w skutek zmiany pory do spania, spoczynku ciała lub poruszenia na świeżem powietrzu? Z jaką czarodziejską szybkością udają się kuracyste

za pomocą diety moralnej. Nasze umysłowe prace, nasza wyobraźnia i pamięć, nasza myśl: są to podług okoliczności albo wonne róże, albo ostre kolce, które w życiu własnym zaszczepiamy. A cóż dopióro owe wielkie moralne działacze, namiętności. Tu zapatrując się na człowieka ze strony jego moralnej, wypada nam się zastanowić nad niektórymi wzruszeniami umysłu i namiętnościami, stającymi się najczęściej do licznych chorób powodem, a które lekarz należycie ocenić, krewni i przyjaciele chorego, chory nawet sam, dla zapobieżenia chorobie, albo dla jej usunięcia, starannie poskramiać winien. One bowiem mylnie i nierozważnie prowadzone, nietylko istniejącej choroby uleczenia nie dopuszczają, ale jeszcze innych cierpień nowe źródła otwierają. Tę jednak tak wielkiej wagi stronę moralną, lekarze i chorzy przy użyciu wód mineralnych najczęściej zaniedbują. Chorzy nieznają jej olbrzymie-

go wpływu; lecz my lekarze częstokroć bywamy zbyt słabi, delikatni, bojaźliwi, zbyt obojętni albo ograniczeni aby zgłębić kręte tajniki ludzkiego serca. Niech przeto wolno mi będzie skreślić ogólne rysy chorych naszych w najzwyklejszych ich życia stosunkach.

„Uważajmy człowieka pośród jego rodziny we wszystkich szczegółach domowego pożycia i we wszystkich jego stosunkach obywatelskich.“

*(Thiebault Frédéric. le grand)*

to jest: od kolebki do ich dojrzałości, w służbie krajowej, w społeczeństwie, w domach i własnych ich sercach, a przytém wyłożyć warunki, które chorzy przy użyciu wód mineralnych zachować winni.

Od kolebki aż do czasu kiedy człowiek samodzielne życie rozpoczyna, mamki, bonny, nauczyciele i sami rodzice popełniają najczęściej w jego wychowaniu błędy, które na całe życie zarodki chorób i nieszczęść zaszczepiają. W codzienném ży-

ciu widzimy przykłady, jak nie jeden chłopiec, zdrowy na ciele, umysłowo wykształcony, moralnym postępowaniem odznaczając się, jest pociechą otaczających go: inny znów, chorowity, umysłowo zaniedbany, nieobyczajnie postępując, staje się prawdziwą plagą z nim żyjących. Różnica ta niepochodzi z wrodzonego charakteru, konstytucyi, temperamentu, ale jedynie od wychowania fizycznego, ukształcenia umysłu i wpajanej moralności zawisła. Filozofowie trudniący się wychowaniem i moraliści wszystkich czasów poczynawszy od Sokratesa, aż do Rousseau pojmowali dostatecznie tę prawdę. Oni oświecili ludy w tym najświętszym przedmiocie, i sprawili wielkie a dobroczynne zmiany, których towarzystwo Europy, w skutek lepszego wychowania używa. I my także lekarze winni jesteśmy, w tej ważnej okoliczności łącznie z nimi przemawiać; albowiem, niestety, najwięcej chorób o których dotąd mówiliśmy, i mó-

wieć jeszcze będziemy biorą ztąd swój początek, że dziecko, chłopiec, młodzieniec i panna, w ćwiczeniach ciała i zatrudnieniach umysłowych, w skłonnościach, życzeniach, postanowieniach i czynnościach, słowem w swoim życiu moralnym niestosownie prowadzonymi byli.

Równie ulega cierpieniom fizycznym, psychicznym i moralnym wielka liczba prawników, lekarzy, bankierów, kupców, uczonych i artystów, którzy się naukom dla zysku jedynie oddają; poświęcając się bowiem bezustannie fizycznym i umysłowym pracom, najczęściej niezgodnym z ich wolą i upodobaniem, tem spieszniej wyczerpują swe siły. Wszakże od świtu do późnej nocy w ciasnych, w brudnych i wilgotnych miejscach nieustanna praca, albo w czasie burzy, deszczu lub upału, bieganie, jeżdżenie i codzienne wrażenia, których ich umysł i dusza doznaje, najmniej są w stanie łagodzić dolegliwości ciała.

Obrońcy i pełnomocnicy mają nędzę swych klientów przed oczami: sędziowie winę i rozpacz oskarżonych i osądzonych: lekarze cierpienia fizyczne, psychiczne i moralne swych chorych: kupiec ubiega się za zyskiem lub téż troszczy się aby go nieutracił, z dręczącą chciwością chwyta każdą sposobność odniesienia korzyści. Wszyscy niejako nędzę ludzką rozbiérając, rozważając, nad nią się zastanawiając, tracą swoje illuzye, swą poezya, jedyny powab życia: zamiast dobrych i użytecznych działań, wymyślają próżne i mało znaczące: zamiast pięknych i szlachetnych uczuć, zamiast z przekonania prawdę mówić, powtarzają nic nieznaczące, długie i czcze wyrazy; serce ich co raz bardziej lodowacieje; a ci którzy im sprzyjali z czasem stygną; ich rodzina traci dla nich swoją wartość. W początkach tego otrętwienia fizycznego, téj drażliwości umysłu i cierpień moralnych uciekają się do roztargnień wszelkiego

rodzaju: lecz bale, gry i widowiska, niedość ich rozrywają; rozliczne zmysłowe cielesne zbytki, z większą łatwością przychodzą. Balsak w swoim romansie filozoficznym wyraża się jak następuje:

„I postać ich okazuje tę smętną bladeść, tę cerę ziemną, te usta lubieżne, na których każdy pilnie zważający dostrzeżga zjawisko przytłumionej myśli, zajętej nic nie znaczącymi drobnostkami, i pozbawionej zdolności wyższych umysłowych, daru przejrzenia ogółu i następnosci.“

Ow artysta, ow mąż naukom i umiejętnościom poświęcony, niepracuje dla zysku, unika ludzi i ich czynności: jedna myśl ożywia całe jego jestestwo, ta myśl jest wielka, szlachetna, uszczęśliwiająca, czystą filantropią tchnąca; ona unosi go w wyższe sfery, lecz zarazem jak ogień Prometeusza niszczy ciało materyalne.

„Wielkie dusze tak przyciągają do siebie cierpienia, jak góry burze; lecz one



też roztrącając nawałnice, stają się tarczą dla równin pod niemi leżących.

(*Jean Pauls antropologia pag 90*)

Choroby którym ten rodzaj ludzi ulega są następujące: ból głowy, pulsacye w piersiach i brzuchu, trudny oddech, dolegliwości brzuszne, napływ krwi do wszystkich trzewiów brzusznych, albo do głowy z wszelkimi swemi zjawiskami, cklności, wymioty, bóle i kurcze żołądka, brak apetytu, zatwardzenia po kilka dni trwające, kolki, utrudzony przepływ krwi żylistej w niższych częściach brzucha; hemoroidy flegmiste, wzdymania, obrzmiałość sledziony, wątroby, gruczołu pankreatycznego, dychawice, (asthma) hemoroidalne osłabienie kiszek, puchlina, hipochondrya, melancholia, utrata pamięci, smutny humor, przykre uczucia i zniechęcenie umysłowe.

Pierwszym i głównym warunkiem szczęśliwej kuracyi tych wszystkich cierpień jest, aby biurzysta, naukom poświę-

cający się, spekulant i kupiec za zyskiem się ubiegający, w czasie użycia wód, swoje prace i zatrudnienia ile możliwości zupełnie porzucili.

Od lat 10 homeopaci Le Roy i Owczarz z swojemi ziołami wielką rolę grali; ta okoliczność mocne zrobiła wrażenie na lekarzach stolicy, którzy wszyscy prawie młodzi, wysoką posiadając naukę, już się od pospolitych recepto-kletów odznaczywszy, teraz zupełnie w praktyce do pojedynczości wrócili.

»Usiłująca sztuka wydobywa się częstokroć, przez ciemne dziwne scieszki i mgły i nakoniec znajduje się znowu w świątyni natury.

*(Genius Ernst Wagner's pag. 31)*

Recepta w której dwa lub trzy środki, a nawet i więcej, mniej z sobą zgodne, byłyby przepisane, pomiędzy lepszymi w Warszawie lekarzami, wcale się nie zdarza; leczenie wszakże samych siebie, ubieganie się za sekretnymi środkami i cudo-

wnemi kuracyami oprawców i owczarzy dość często jeszcze widzieć się daje. Najmniej szkodliwym jest Kwiatkowski owczarz, o którym w Gazecie Porannej nadmieniałem, a który od swoich owiec zdaje się że wiele łagodności przybrał, udziela bowiem najczęściej niewinnych środków.

Drugim głównym warunkiem szczęśliwej kuracyi wodami mineralnemi, jest zupełne zaprzestanie wszelkich lekarstw wewnętrznych, wyjąwszy sztuczne albo sprowadzone naturalne sole.

Lecz kto inny nie siedzi jak przykuty do swego stolika aktami obciążonego: administruje, stanowiąc niejako punkt środkowy, około którego krąży ustawicznie, mnóstwo czynnych przebiegających, piszących, raportujących urzędników; on zaś sam, musi wszystkie siły umysłowe natężyć, musi zawiadamiać, koncepować, poskramiać, zachęcać, karać: musi na przemian okazywać się oziębłym lub gorli-

wym, łagodnym lub surowym, dobrym, przykrym, porywczym lub cierpliwym; nigdzie nieznajduje istotnej spokojności, prawdziwego spoczynku, wszędzie roz-targnione i rozerwane życie. Cóż dopiero powiedzieć o namiętnościach od podobnego życia nierozdzielnych, które w duszy tego człowieka panują: wyniosłość, któraby się raczej pod zwaliskami swego urojonego szczęścia, pogrzebać wolała, aniżeli współzawodnikom ustąpić w czemkolwiek potrafiła: chęć panowania, która wszystko swęj nieugiętej woli poddać usiłuje: drażliwość, która w najniewinniejszych postępkach i czynnościach drugich sam tylko jad i gorycz, same ciernie i uchybienia spostrzega: chełpliwość, która nieustannie nowe pomysły wynajduje nie zważając pewności ich skutku, jedynie aby zasłużyć na podziwienie: dopieroż ta nieszczęsna skłonność duszy, wszędzie i zawsze same przeszkody, zawady i trudności natrafiająca, cudzą i własną si-

Ię tamująca, ta hypochondria w służbie, ta wewnętrzna nieufność, która z niemałym udręczeniem duszy, bojaźnią i trwogę rodzi, i już marzy o podstępach i chytrości drugich na własną zgubę skrycie wymierzonych, już lęka się uchybień, które jego sławie, dobremu mieniu, szczęściu i własności zagrażałyby mogły, już w swych podwładnych niewierność i kłamstwo przypuszcza, w zamiarze szkodenia przedłożonemu z własną korzyścią! Administrujący zostając w smutnym tem położeniu mniema się od urojonych lub prawdziwych nieprzyjacioł otoczonym. I ten człowiek staje się własną plagą, swoim własnym dręczycielem; albowiem zamiast się zupełnie lub przynajmniej czasowo z tych uciążliwych wyrwać stosunków, brnie bez ustanku w swych zatrudnieniach, wystawiając się na wszelkie burze, w nadziei odniesienia zwycięstwa. Wszystkie umysłowe czynności, wszystkie duszy działania, natężane tak długo,

nakoniec ulegając niezmiennym prawom natury, w prawdziwą słabość umysłu i duszy zamieniają się. Choroby którym ci zbyt często czynni ludzie ulegają, są: zapalenie mózgu, kolka żółciowa, cholera, rozliczne wady serca (cardiognus), zatkanie piersiowe (angina pectoris), zapalenie wątroby i śledziony, zapalenie kiszki, (asthma puthematicum), apoplexia, rozszerzenie serca, (agrypnocoma), pomieszanie myśli, (confusio idearum), cathafora, mdłości, (apopsychia) głupowatość, melancholia swój początek z systematu węzłowego biorąca.

Trzecim głównym warunkiem jest oddalenie się podobnie zajętych ludzi od swoich zatrudnień.

Lecz niemniej powodów do chorób ciała i duszy, napotykamy w zwyczajnym życiu osób lepszego mienia.

Zdelikacenie skóry długim leżeniem w puchach, siedzeniem w gorących pokojach, obwijaniem się flanellą i futrami,

zbytecznym użyciem gorących napojów i brakiem codziennego ruchu w świeżem powietrzu, chłodnych kąpeli i picia zimnej wody, staje się przyczyną mnóstwa chorób, z których tylko następujące wymienię: błądliwość, wietkość skóry, osłabienie nerwów, drganie mięśni, ból głowy nerwowy, nieregularność odpływów miesięcznych, choroba niebieska, konwulsye, wybladłość, depozycye pokarmowe, rozmaite cierpienia nerwowe w różnych częściach ciała, upławy białe, szkrofuty, wyschnienie piersi, astma flegmatyczna, słabość mięśni, otężalność stawów, ich obrzękłość, sparaliżowania, cierpienia brzucha, hemoroidy, krosty na twarzy, kolor miedziany twarzy, wyrzuty skórne, bóleci w jajecznikach, niepłodność, dalej cała zgraja zjawisk kataralnych i t. p.

Czwartym głównym warunkiem jest wstawanie ranne o godzinie piątej,

»Jest sposób przedłużenia życia zupełnie od nas zawisły, rano wstawać, stosownie używać czasu, i obierać najlepsze środki, dla dopięcia naszych celów.

(*Lichtenberg's Ideen pag. 22*).

przechadzka na wolnym powietrzu, codziennie przez 6 godzin, a w skutek tej wzmocnienie mięśni skóry i nerwów.

Niemniej szkodliwe są wpływy pochodzące z jedzenia i picia majątniejszych. Pokarmy roślinne i mięsne, stanowią naturalne pożywienie człowieka, które stosownie do siły trawienia, do mocy lub osłabienia żołądka winno być przyrządzone.

Dla człowieka zdrowego średniej kompleksji wystarcza na 24 godzin, ilość z 2 funt. roślinnych i 1½ funt. mięsnych, dobrych i łatwych do strawienia pokarmów.

Zdrowy obiad i wieczerza z 3 dobrze sporządzonych potraw, składać się powinny; cierpiący na żołądek najprędzej



uleczony zostanie głodem i wstrzymaniem się od pokarmów.

Teraz zastanów się mój czytelniku! co żołądek znosić musi przy zwyczajnych stołach majątniejszych osób, gdzie najczęściej zastawiają do 12 potraw niezdrowych i najdziwaczniej pomieszanych; z początku odbywa się trawienie z trudnością, później z osłabieniem, a nakoniec wcale ustaje.

Najpospolitsze wady którym kuchnie najznakomitsze ulegają są:

- a. Zbyt tłuste potrawy, zguba nie jednej rodziny, osłabiają błony kanału kiszkiowego, wznecają kwasy i zaflegmienie żołądka, zgagę, biegunki i t. p.
- b. Zbyteczna ilość pokarmów mięsnych za nadto pożywia i sprawuje zdrowym wzburzenie krwi, krwotoki, później wiatry, brak apetytu, zatwardzenie albo zaflegmienie kanału kiszkiowego: zbyteczne użycie mięsa, usposabia do zapaleń wszystkich organów brzu-

sznych, obrzękłości wątroby, palenia w żołądku, odbijania i hemoroid. Okoliczność ta w Warszawie na wielką zasługuje uwagę, gdyż w każdej niemal traktierni dają przynajmniej 5 rozmaicie sporządzonych mięsnych potraw.

- c, Zbyteczne użycie pokarmów roślinnych, staje się najczęściej klassie biedniejszej szkodliwe, rozwalniając za nadto błony kiszkiowego kanału, z kądem pochodzi ich leniwy ruch robaczkowy, zatkania, zaflegmienia, wietrzna kolka, katar gastryczny, stan skrofuliczny, zbyteczna otyłość, parcia, rozcieńczenie krwi arteryalnej, wzdęcia brzucha, kwasy żołądkowe i inne cierpienia brzuszne.
- d. Korzenne przyprawy wznieczają hemoroidy, krwotoki, napływ krwi do trzewiów brzusznych i następujące choroby, kamienie żółciowe, psucie się zębów, kurcze żołądka, wzdymania, wyschnięcie śledziony, podagrę i artrytyzm, palenie w żołądku, brak apetytu, na-

gromadzenie krwi do żyły wrotnej, zgrubienie błon żołądkowych i t. p.

Piątym głównym warunkiem jest pożywienie składać się mające z 3 pojedynczych niekorzennych, częścią mięsnych, częścią roślinnych potraw.

Wiele sprzeczano się o użycie wina i spirytusowych napojów, ponczu, kawy, herbaty, korzenną czekolady i palenia tytoniu. Najpoważniejsi oświadczyli się przeciw użyciu takowych, spisano całe księgi o szkodliwym ich wpływie, zapelniano całe stronnice powstającymi ztąd zjawiskami chorobliwymi.

Niech mi wolno będzie dodać z własnego doświadczenia, że od 15 lat, po bardzo niebezpiecznej chorobie, unikam najtroskliwiej tych wszystkich napojów: jeżeli zaś czasami zmuszony byłem w towarzyskim pożyciu, takowych choć wmałej bardzo ilości użyć, następowały zawsze bez wyjątku niektóre chorobliwe przypadłości; a przecież nie jest mój żołądek zde-

likacony ani wymyślnemi potrawami, ani ciągłym w izbie siedzeniem. Mnóstwo napotykałem chorych i zdrowych w podobnym ze mną przypadku zostających. Ztąd wnoszę, że te napoje, wprawdzie nie tyle szkodliwe są, aby je podług niektórych obserwatorów z trucizną porównywać można: że wiele ludzi może się z wolna przyzwyczaić bez wielkiej szkody do ich użycia;

»Tak to powietrze czyste bywa niekiedy szkodliwe tym, którzy żyli w krajach bagnistych.

*(Montesquieu. T. 3. pag. 6)*

jednak dla tego, nie mniej szkodliwy wywierają wpływ na zdrowie, i poniekąd zimnej wodzie ustępują pierwszeństwa. Ta okoliczność jest tak ważna, że każdy powinienby się zapytać swego lekarza, skoro chce używać za napój zwyczajny innych napojów jak wody, np. piwa, mleka, limoniady, jak niemniej chcący fajkę palić. Jak zbyt kwaśne napoje, wzbu-

dzają kolkę, biegunkę, cholere; tak za wiele mleka, serwatki i klejkich napojów, sprawiają nieczynność, nieczułość kanału kiszkiowego i wiatry: tak téż wino, piwo i spirytusy usposabiają do uderzeń krwi, do zawrotu głowy, apoplexyi, ospałości, dalej bólu głowy z obfitości krwi, bólu serca, krwotoków piersiowych, stolcowych i macicznych, wodnej puchliny w rozmaitych częściach ciała, zapalenia serca, żołądka, gruczołu pankreatycznego i innych, nakoniec osłabienia i wycieńczenia błon żołądka, zaflegmienia płuc, osłabienia wzroku, nieprzytomności, głupowatości, bezsenności, spalenia się, obrzękłości wątroby i śledziony, braku apetytu, zaflegmienia żołądka, kiszki prostej i pęcherza; podobnie kawa i wiele korzennych napojów pomnażając napływ krwi do trzewiów brzusznych, sprawiają hemoroidy. Proszę czytać traktat homeopatyczny o kawie i herbacie: a chociaż tam wiele napotyamy przesady; je-

dnak znajduje się w tych napojach tyle szkodliwego, że wielu lekarzy sprawiedliwie ogłosiło się otwartemi ich nieprzyjaciółmi.

Szóstym głównym warunkiem jest unikanie napojów rozpalających, a użycie takowych, które lekarz ordynujący radzi; z tych zwyczajnie, na śniadanie czekolada zdrowa, kakao, mléko, lekka bardzo kawa, a za napój codzienny woda czysta, lub z chlebem przegotowana.

Daléj postrzegamy wielką niestosowność w domowych i publicznych zabawach. U Spartanów kobiety i mężczyźni chodzili na wpół obnażeni, a byli na duszy i ciele silnemi i niezwyciężonemi; bo oka przywykłego, nagie kształty nierozpalają, ani szkodliwie na wyobraźnię nie wpływały; u nas wszystko chodzi we dnie zakryte od stóp do głów, ale w każdy wieczór odsłania nam rokoszne lecz szkodliwe wdzięki, a w samotnych komnatach czyta pietnastoletnia młodzież ro-

manse, które za ledwie ludzie w pewnym wieku bez szkody czytać mogą. Imaginacya wprowadzona w pożądlivość na jawie, wiedzie do sennych marzeń, które najszkodliwiój na całe życie działają; nie-szczęśni ci włoką nędzny swój byt, albo znajdują grób w kwiecie wieku, w skutku niepowściągniętej wyobraźni. Zboczenia tak pospolite w wykonywaniu należącej do najważniejszych tajemnic natury funkcyi płciowej, są niestety z tego rodzaju ran, które za ledwie zgojone, same się znów otwierają, dopóki chorego krew i życie zwolna nie ujdzie. To złe okazuje się widocznie na białych, ziemią przypadłych twarzach, w zamgloném spojrzeniu oka, które podsiniate, głęboko w oczo-dole zapada, w słabości wszelkich działań umysłowych, w smutnych udręczeniach i nieukontentowaniu z siebie samego, w wewnętrznej czczości, której po zbytecznym użyciu zmysłowych rokoszy doznają. Choroby ztąd najczęściej wyni-

kające są: wybladłość, zapalenia części płciowych, wady serca, nieregularność czyszczeń miesięcznych, sen śmiertelny (carus), bez czucia (catalepsia), upławy białe, głupowatość, niemoc części płciowych, wyłysienie, wyschnienie jajeczników i macicy, poronienia, szaleństwo maciczne, konwulsye, paraliże, obłąkanie. Mniemasz że, gdyby w salonie, gdzie się znajduje 20 osób, bez ogródki objawić historią każdą ze wszelkimi szczegółami każdej pory jej życia; mniemasz że, żebyś nie napotkał więcej występków i błędów jak w najmniej moralnym romansie? Krytyka odpowie: — tak.

(*Friederic Soulié*).

Siódmym głównym warunkiem jest silne i skuteczne poskromienie rozpustnej wyobraźni i zmysłowości, jak równie bardzo ostrożne zaspokajanie popędu płciowego.

»Miłość jest słońcem, tylko słaby człowiek trawi czas swój wśród jego łago-



dnych promieni; ale człowiek szlachetny i czynny, jego wpływem ożywiony, wzmochniony i zagrzany, dzienne prace swoje przy jego świetle żwawo i szczęśliwie wykonywa.

*(Vencel Sternau pag. 74).*

Lecz i druga ostateczność, niemniej szkodliwą bywa, to jest: miłość platoniczna, wspierająca się na ascetyce, mistycyzmie, bigoterii, a zrzadzająca niestety zbyt często smutne w życiu praktycznym wypadki. Takim nieszczęśliwym zdaje się, że już w tém życiu w bezpośrednich zostają stosunkach z wyższemi istotami, że od nich otrzymują rozkazy do złych lub dobrych uczynków skłaniające, szczęśliwość ich, albo nieszczęście sprawiające. Mówię tu o nadzmysłowych, niepojętych, niepodobnych do wysłowienia uczuciach, przez które całe ich życie praktyczne, zamieniło się w marzenia, śpiewy, modły i rozmyślanie. Ten rodzaj obłąkania umysłu, stałby się mniej niebez-

piecznym, gdyby się na jednej tylko płci ograniczał. Ale jak w naturalnym, materialnym świecie, połączenie płciowe stanowi naturalną dążność; tak téż znajdują się w chorobowo-mistyczno-umysłowym świecie, obadwa rodzaje, zawsze do tak zwanéj miłości platonicznój gotowe, bracia i siostry mistyczne, nawzajem siebie szukające. Nienaturalność która ztąd wynika, staje się tém przesadniejszą: sprzeczność z porządkiem rzeczy tém bardziej uderzającą; że zwykle na stronie dojrzałego wieku, zimniejszej krwi, większej siły i rozwagi, bywa zwycięstwo nad stroną młodszą, silnieć czującą, słabszą, delikatniejszą, a tém samém do ułomności skłonnieszą. Duchy łączą się z sobą z zachwyceniem, ciała zostają w ciągłej styczności: jedno unosi się w najwyższych nadziemskich sferach, drugie czepia się go grubemi organami materialnemi i rozpusza się w zmysłowych uczuciach.

» Niemówiłem tego bynajmniej ażeby zmniejszyć niezmierny przedział między występkiem a cnotą. Uchowaj Boże!«

(*Montesquieu T. 3 pag. 14*).

Jeżeli mistycyzm sam przez się i miłość platoniczna, są chorobą duszy; tedy tak zwane umysłowe mistyczne połączenie zmysłowych stowarzyszeń, przysposabia nieszczęśliwych mieszkańców szpitalów w Bedlam i Charanton.

Ósmym warunkiem będzie więc unikanie miłości platonicznej, bigoteryi i mistycyzmu.

Jest jeszcze inna dotkliwa zrakowaciała rana, która dzisiejszą cywilizacją trawi i toczy zdrowie bogatych próżniaków, mówię o namiętności gry. Zmysły równie jak umysłowe działania i pojęcia zapamiętałego gracza, jego wnioski, rozsądek, uczucia i pożądanja przez całe godziny, dni i noce na jeden przedmiot zwrócone, zostają w nieprzerwaném chorobliwém natężeniu.

Jest on jak piłka miotana tu i owdzie od złościwości, nadziei, udręczeń, uciechy, zazdrości, tryumfu, chciwości, czczości wewnętrznej i zabijających nudów pozostałych po ukończonej grze, po dniach opłakanych i nocach bezsennych sławę i zdrowie odbierających, przepędzonych jak mówi Delille.

W tej otchłani gdzie chciwość graczyw bładych wtrąca,  
I kóś fatalną ciska dłoń rozpaczająca.

Naostatek dodać należy cierpienia cieleśne z tą namiętnością połączone: osłabienie wzroku, jasnę kataraktę, zapalenie oczów, cierpienia brzuchowe, bezsenność, kongestyę do serca i głowy i zatkania w organach brzusznych.

Dziewiątym głównym warunkiem kuracyi wodami mineralnemi jest, aby gracz w czasie jęj trwania namiętność swoję na bok usunąć starał się i zdołał.

Wychowanie płci pięknej przeznaczonej z natury aby się podobała mężczyznom, zamiast poskramiać chęć tę zbyteczną, ro-

zwija onę raczej do takiego stopnia, że się czasem w prawdziwą duszy chorobę zamienia. Panienska usunięta bywa od zatrudnienia się przedmiotami wymagającymi głębszego zastanowienia i spokojniejszego namysłu. Stroje, gry i bale, rysunki, tańce i muzyka, pochwała lub nagana rodziców i nauczycielek; wszystko jest do tego wymierzone, aby jęj myśli i dążność wczesnie skłonić do tęg kokieteryi w prawdziwém znaczeniu, kiedy kobięta bez żadnych innych zamiarów, jedynie zewnętrznemi powobami i sztuką męzczyźnie podobać się usiłuje.

»Rozpustna kobięta chce bydź kochana, dla kokietki dość jest uchodzić za przyjemną i piękną; tamta stara się zając, ta chce się podobać; pięrsza przechodzi koleję z jednego zwycięztwa do drugiego, druga używa na raz wiele rozrywek; w tamtęj panuje namiętność i roskosz, w tęg próżność i lekkomyślność.

(*Oeuvres de la Bruyère T. 1 pag. 53*),

Dodajmy do tego towarzystwo zajmujących mężczyzn, przykład kokietek, czytania dzienne, zwyczajne zabawy, a wytłomaczymy sobie, jak chęć podobania się zmienić się może w prawdziwą chorobę duszy.

Kobięty takie nie znajdują dla swęj namiętności wewnętrznego punktu oparcia, dręcą się nicością swego życia, perłami i brylantami pokrywają zakrwawione piersi i konwulsynie bijące serca, w niepowodzeniu troski ich nieznają granic, w pomyślności i tryumfie niedowierzają mężczyznom, stają się zimne, czcze, sceptyczne, obojętne na całe życie; i nie rzadko my lekarze spostrzegamy, jak te umysłowe Laissy w opiatach, westchnieniach i zranioném sercem, jak Teodora Balsaka (x) nocnego spoczynku szukają. Jeżeli dzień przeminął dla nich bez uciech; wtedy noc dręczyć ich będzie piekielne-

---

(x) Peau de chagrin.

mi marzeniami trawiącemi coraz więcej omdlałego ducha i ciało.

Co do umiarkowanego tańca w którym podoba sobie ten rodzaj kobiet, nie ma tu o nim mowy; ponieważ już gdzie indziej opisałem tę stronę słabą życia towarzyskiego. (xx) Namiętny taniec jest tém dla kobiet, czém namiętne używanie szampańskiego wina, czém gra w karty dla mężczyzn. Choroby którym platoniczne kokietki i namiętne taneczniczki ulegają, są zapalenie jajeczników, spazmy hysteryczne, ból głowy hysteryczny, katalepsie, nieregularność czyszczeń miesięcznych, osłabienie hysteryczne, rak piersi, macicy, jajeczników, bicie w piersiach, apoplexia hysteryczna: téż same cierpienia które u mężczyzn z hypokondryi pochodzą, np: utrudzone trawienie i wyrobienie żółci, obrzękłość wątroby, spazmy

---

(xx) Dra Teodora Sztürmer, O pogodzeniu ostateczności w sztuce lekarskiej.

piersiowe, niedołość, szaleństwo maciczne, (nymphomania) obrzmiałość przebiegająca hysteryczna, niespokojny sen z najokropniejszymi marzeniami, melancholia, bicie serca, zapalenie serca, zapalenie krtani, wady aorty, płucie krwią i t. d.

Dziesiątym głównym warunkiem będzie, aby damy w czasie kuracyi wodami mineralnemi zaniechały tak zwanych projektów podbijania i namiętnego tańca.

Wszakże i w wychowaniu światowej młodzieży, synów osób znacniejszych i majątniejszych, mieści się po największej części ten sam zarodek wewnętrznych nieszczęść i cierpień; albowiem umysł i dusza równie mylnie prowadzone, podobnie zniewieścieją jak ciało. Młodzieniak słyszy od nauczycieli, rodziców i otaczających go, same pochlebstwa: fałsz bywa chwalony, niedorzeczność w żart obracana, złe przebaczone, dobroć i sprawiedliwość tak w życiu potrzebne niewpaja-



ne: umysł przywyka od dzieciństwa do niepewności, dwuznaczności, podług upodobania do złego lub dobrego obejścia się: edukacya nieutwierdza moralnej siły: nie masz w wychowaniu konsekwencyi i jedności: właściwa logika, zewnętrzne i wewnętrzne zmysły, nie są na rzeczy ważniejsze zwrócone: siły zgłębiania i abstrakcyjne nie są dostatecznie ćwiczone: czyste i prawe pojęcia złego i dobrego w otaczających go towarzyskich i domowych stosunkach nie są wykształcone: cel życia nie zgłębiony: pojęcia podług ich znamion i rozlicznej względności nieuporządkowane: brak władzy sądzenia, wytrwałości, przenikliwości i trafności; ztąd w młodzieńcu łatwa powierzchowna świeżość, zwodnicze korzystanie z chwili z wewnętrzną połączoną nicością: ztąd w nim to zamiłowanie największe siebie samego: ztąd postęпки i zboczenia cechę zniewieściałości na sobie mające, mało wytrwałości do znoszenia trudów ciała i

duszy, mało uwagi i wytrwania w walce i opieraniu się osłabiającym nerwy zmysłowości i lubieżności. Wizyty, przechadzki, szampan i karty, obiady, teatru, balety, zajmują dzień cały. Ci bohaterowie woniejących ambrozyą gabinetów, w salonach ogłaszają powszechnie znane dowcipy i kalambury, rozprawiają w ogólny sposób o sztukach i umiejętnościach, powtarzają powszechnie przyjęte mniemania; tak dalece, że sami nie potrzebują ani dowcipu, ani sztuki, ani umiejętności, ani jakiego bądź zdania własnego. Wyszukują z chciwością rozrywek i zmian wszelkiego rodzaju, jedynie tylko aby próżnią uczuć i wewnętrzne nudy pokryć: od wewnętrznego w stan swój wejrzenia, od surowej rozwagi nad sobą, zasłaniają się rozmyślnie rozkoszami zmysłowemi; tak że długo nie są w stanie rozpoznać swego skołatanego stanu umysłowego. Gdy go zaś wcześniej czy później poznają: gdy nadejdzie ta chwila nieszczęsna, w której

zniknie omamienie; ciało i wyobraźnia utracą na ciągłych bezdrożach młodocianą świeżość, róże zostaną niejako z swęj barwy i liści ogołocone, a tylko ciernie i kolce zatrzymają. Wtedy młodzieniec stanie się nagle umysłowo zgrzybiałym starcem, który z całego swojego życia nic nie zachował, prócz nieukontentowania, trosków, udręczeń i chorób; wtedy to dla ocalenia i ratunku swęj miłości własnej, występują jakoby krytycy i sędziowie najdoświadczęsi najczynięjszych męźów, złośliwie ganią, krytykują, przekształcają ich czyny, wykrywają najmnięj znaczące błędy, targają się na wszystko, co było za prawdę uznane, ażeby wiarę i cnotę w sobie i drugich osłabić. Ci nieszczęśliwi będąc prawdziwą plagą społeczeństwa, nastęrczają tragicznym poetom wzory, do Fausta Mefistofilesa i upłoru; albo dręczeni wewnątrznie wpadają w czarną melancholią i kończą smutny byt swęj niekiedy jako samobójcy, lub w domach

obiękanym. Choroby którym najczęściej w skutek sposobu życia swego podlegają są: czułość i drażliwość nerwów żołądkowych, wymioty, leniwe trawienie, odbijanie, niesmak, zgaga, gniecienie, dławienie, nieregularne stolce, bóle żołądka, zwyczajne zatwardzenie, albo biegunki, zatkania w wątrobie, śledzionie, gruczole pankreatycznym, w żółciowym i urynowym pęcherzu, w częściach płciowych, niestrawność, rodzaj gorączki trawiącej przy każdym wzruszeniu, jakby sparaliżowanie umysłu.

Jedenastym przeto warunkiem będzie owa moralna swoboda, owo ciche, pełne ludzkości uspokojenie, które dla chorego najważniejszym i najwięcej uzdrawiającym staje się balsamem.

»Nie rozpoczynaj kształcenia twojego serca uprawą szlachetnych skłonności; lecz naprzód złe staraj się wytępić. Skoro raz zielsko zwiędnie, albo wyrwane bę-

dzie; wtenczas kwiaty szlachetne same z siebie wzrosną. «

(*Jean Paul's Anthopologie pag. 45*).

Nakoniec wejrzyjmy w głąb nie jednego domu, nie jednego serca; sąż takie podwoje któreby całkowicie szczęśliwych ludzi mieściły, jestże serce któreby we wszystkich stosunkach życia, jednostajnie i spokojnie biło?

»Jeżeli historia ludów jest historią religijną; czemuż wewnętrzna historia pojedynczego człowieka, nie ma być historią jego religii?«

(*Jacobi pag. 47*).

Baczny lekarz i fizyolog znajdzie i w tém niestety zbyt wiele powodów do chorób duszy i ciała. Gdzież znajdziemy ojca rodziny, gospodynią domu, którzyby nie dręczyli się przewidywaniem wydarzyć się mogącego w przyszłości nieszczęścia. Jedni walczą z ubóstwem lub nędzą, przyszłość ich czarną zakryta zasłoną.

»Życie jest ubogie, nędzne, pełne rozpaczy.«

(*Frédéric Soulié*).

Inni mniemają się w swych małżeńskich stosunkach pokrzywdzonymi: robak nie-nasycony, szarpie wnętrzości ich życia, podejrzliwość upatruje jadowite żmije, ciernie i przepaści tam nawet, gdzie częstokroć błyszczą kwiaty i swobodne zalegają ogrody. Inni gromadzą z brudnym skąpstwem bogactwa i pieniądze, karmią się jedynie ich posiadaniem, i drżą z obawy wydarzyć się mogącego nieszczęścia. Ów rzetelny ojciec rodziny widzi się z niewolonym, oddać się w ręce lichwiarzy i przewiduje z trwogą, przyszłe bankructwo, utratę swego mienia i sławy. Ten znów przepędza dni i nocy w obawie o swoje życie i zdrowie: śmierć jest dla niego straszną postacią, która mu grozi wieczną zagładą. Do którejże rodziny nie-trafiają niespodziane wypadki i nieszczęścia? Iluż nie utraciło najukochańszego

dziecięcia? któryż ojciec lub matka największego nie doznali zmartwienia od dzieci najbardziej ukochanych? Tak częstokroć smutne zdarzają się chwile, kiedy przedmiot ukochany, zgrozą przejęci, pragnęlibyśmy dalekim mieć od siebie: kiedy miotani gniewem, zgryzotą i zmartwieniem, nie mamy przecie dość śmiałości, stargać krępujące nas więzy: brakuje odwagi aby obecne zło pokonać, aby nadchodzącemu zapobiedz: czujemy aż nadto moralną naszą słabość, brak wytrwałości w prawém postępowaniu, albo nawet wyrządziwszy wielką niesprawiedliwość ulubionemu przedmiotowi, sroga wina ciąży na naszym sumieniu, rozsądek nas potępia, postrzegamy jawnie upadek naszej szczęśliwości i coraz więcej doznajemy moralnej kary; lecz jesteśmy albo za nadto wyniosłymi, aby inną obrać drogę, bo czujemy jeszcze jakąś wewnętrzną wartość, i lękamy się każdej jej zmiany, przewidując upokorzenie, po-

śmiewisko, nienawiść i pogardę: albo charakter nasz nieugięty,

»W charakterze każdego człowieka, jest coś takiego, co się nieda przełamać. Budowa kostna charakteru: chcieć ją zmienić, byłoby to samo co owcy kazać apporutować.«

(Lidstenberg pag. 35).

uporczywy, łagodnymi środkami do ustąpienia skłonić się nieda. Wtedy najczęściej nastaje ów chorobowy stan umysłu, w którym człowiek, nic powabnego nie widzi; za każdym krokiem czyni wyrzuty sobie samemu z tyrańską surowością, z dokuczliwém udręczeniem, karząc siebie samego: zamknąwszy się sam w sobie, staje się nieprzystępnym dla każdej życia uciechy, ani jój drugim nie życzy.

»Dla tego czuwaj nad wesołością twego umysłu; jeżeli chcesz życie jako człowiek prowadzić i użyć tego, co ci świat daje.



Czuwasz zaś, jeżeli chronisz i pielęgnujesz w sercu jakoby swoje dzieci ukochane, zadowolenie, życzliwość i ufność. Nie daj się zwyciężyć lada przeciwności, lada niemocy ciała, miej odwagę! pocieszaj się! wszystko w świecie przechodzi; wytrwałość wszystko pokona: o wszystkiém pamięć i żal przemija, jeśli naszą uwagę czém inném zajmujemy. Do tego towarzystwo rękę ci poda, ono ukoji twoje cierpienia, ono myślom twoim nada kierunek zaspakajający serce twoje; lecz tę posługę wtenczas dopiero ci wyświadczyć może, kiedy go sam szukać będziesz. Ono cię nie szuka; ono nie wie że go potrzebujesz.«

*(Knigge pag. 51).*

Najniewinniejsze postęпки i słowa zwykłe ukochanych osób, wydają się nam kolcami i cierniem: surowo i niesłusznie obrażamy związki miłosne: w nieprawym zapale, krzywdzimy i udręczamy drugich: różniemy się z ulubionym przedmio-

tem, albo dajemy poznać głośno wewnętrzną złośliwość naszą; zatargi, nieukontentowanie i mściwa zapalczywość, już nas nieodstępują: w krótkce następuje dręczący żal, głęboki smutek i przedsięwzięcia poprawy; ale siła moralna jest za słaba, ale wszystkie usiłowania są próżne; a tak wewnętrzną walką znękani, nie mamy odwagi niebezpieczeństwu śmiało zająrzeć w oczy i poznać prawdziwe nasze położenie, a ustając w tych okropnych zapasach, stajemy się łupem fatalnego losu naszego.

»Porównywano serce z naczyniem które się wtenczas tylko przepelnia, kiedy mu los ostatnią kroplę gorzką doleje. Może to prawda, jeśli i serce i naczynie jest całe; lecz jeżeli obadwa rozdarte pękły, to możesz dolać nieszczęścia ile ci się podoba.«

(*Frédéric Soulié*).

Nie wymieniam tu chorób, które z wewnętrznych moralnych cierpień powstają:

ich liczba jest ogromna, a postrzeżenia cudze i własne doświadczenie nauczyły mnie, że często już wewnętrzny robak niszczył serce i duszę, zanim się fizyczne zjawyły cierpienia, zanim lekarz przybył ze środkami ratunku.

»W chorobach serca, chętniej liczymy na dobrowolne przesilenie, niżeli na lekarza; dla tego umiera tak wielu na zaniedbane serca cierpienia.«

*(Vencel Sternau pag. 73).*

Dwunasty główny warunek stanowi zupełna spokojność duszy, całkowite unikanie wszystkiego, co spokojność domową i serca zakłócić może.

### *Dzień pijącego wody.*

Z tego co się mówiło wyżej, może już każdy używający wód mineralnych, poznać co czynić ma w czasie przedsięwziętej kuracyi; chcąc jednak postąpić z jak największą pewnością towarzyszyć będą przez cały dzień choremu. Rano wstać

trzeba o godzinie 5. Damy i mężczyźni mają zwrócić uwagę na wygodne ubranie, nie za ciężkie podczas słonecznego upału, nie za lekkie podczas rannego chłodu i rosy; wszakże trzewiki materyalne i modne przezroczyste pończochy, były już przyczyną nie jednego nieszczęścia. Osoby zbyt drażliwe i słabowite przyzwyczajone do śniadania, wypić mogą filiżankę mleka z wodą, herbaty z kakao (której w każdej porządnej aptece dostać można), lekkiej czekolady zdrowia: przyzwyczajone do kawy, używać jej mlekiem lub wodą rozcienczoną. Po przechadzce pierwszej ochłodzić się trzeba zupełnie, zanim się pić zacznie zimne wody: poczynać pić od 3ch kubków, pić je zwolna co 15 minut, przechodzić się i postępować z czasem do 8 lub 10 najwięcej. Flegmatyk i cierpiący zatkania trzewiów brzusznych, niech chodzi prędszym krokiem, starając się przytém przyjemnie bawić. Cierpiący na piersi winien chodzić wolno, wypo-

czywać często, mówić mało; bieganie bowiem wzniecając poty, przeszkadza leczeniu. Krasińskich ogród większy i zacieniony, lepszym jest do przechadzki jak mały ogródek zakładu; częste a wodniste wypróżnienia stolcowe, poty, albo odcho-dzenie, zaraz po picciu uryny wodnistej w wielkiej ilości, powstający dreszcz, gnienie żołądka i wzdęcia, przestrzegają o użyciu za wiele wody; wtedy odpocząć należy przez jeden dzień albo zmniejszyć ilość napoju do połowy; dobrymi zaś przy picciu wód oznakami są: jeden lub dwa rozrobione stolce, mierny pot, nieco obfitsza uryna, uczucie swobodne. Kto pije kwaśne wody, a na tém mu zależy, aby wiele połknął gazu kwasu węglowego; niechaj kubki swoje wypróżnia spiesznie i tylko wierzchnią trzecią ich część. Sprudel Karlsbadzki można pić odpoczywając. Założenie sobie brania pewnej jednostajnej codziennie ilości kubków jest niedorzeczne: pić trzeba podług okoliczności stosownie do

polecenia lekarza już mniej już więcej. Plujący krwią, cierpiący bicie serca, zawrot, dychawicę piersiową i krótki oddech; niechaj ani kroku nie czyni, bez rady lekarza, niechaj nie pomnaża nigdy, ale raczej zmniejsza ilość kubków. Kobiety niepotrzebują podczas regularności zaprzestawać brania wód; dość tylko takowe ograniczyć. Kto lęka się o zęby, niech po użyciu wód, wytrze je chlebem. Osoby bardzo słabe w czasie niepogodnym, mogą, jeżeli lekarz dozwoli, kazać sobie przynieść wodę do domu w dobrze zakorkowanych butelkach; jeżeli gorącą to w kamionkach, które zanurzają się w naczyniach wodą gorącą napełnionych. Niechaj pozostaną w łóżku i piją co 8 lub 10 minut kubek. Podczas pogody po ukończeniu zwykłej przy picciu wód przechadzki, a najwłaściwiej w pół godziny albo w godzinę, od wzięcia ostatniego kubka można jeść śniadanie. Oprócz wyżej wymienionych napojów, można się napić

lekkiego bullionu, klejku owsianego lub jęczmiennego, i pożyć kawałek dobrze wypieczonego białego chleba. We dwie godziny po śniadaniu i po umiarkowanej agitacyi, wziąć należy przepisaną kąpiel, zachowując przytém potrzebne ostrożności. Kto kąpeli nie bierze, niechaj spędzi pozostały do obiadu czas na przejazdce powozem lub konno, albo na przechadzce jeżeli zaś pogoda nie sprzyja, niechaj się zabawi przyjemnie w domu muzyką, weselém czytaniem, i orzeźwiającą rozmową. Chcący zajmować się przed południem zwykle nudnemi i niemilemi interesami, niech lepiej nierozpoczyna kuracyi, która obok takiego zajęcia, na nic się nie przyda. Kto jest jednym z tych zatrudnionych próżniaków, którzy całe swoje życie na lekkich nic nieznaczących rzeczach spędzają: ten nie potrzebuje odemnie szczególniejszych przepisów kuracyi, i sam się uleczy; lecz kto jest z liczby wyższych bez ustanku czynnych lu-

9

dzi, doznających wtedy wewnętrznego nieukontentowania i czujących się słabszemi, kiedy nie są ważnemi i głębokiemmi rzeczami zajęci: temu pozwalałam i teraz oddawać się swoim ciężkim umysłowym robotom, wszakże z takim umiarkowaniem, iżby temu co go zwykle ośm godzin na dzień zatrudniało, poświęcił 3 godziny, dwie przed południem, jedną po południu, przez resztę zaś czasu naśladował uwijających się próżniaków. Filozofia moralna lepiej nam jeszcze ten ważny punkt objaśni. Próżniactwo jest w ogólności, używanie spoczynku bez poprzedzającej pracy i wysilenia, a w szczególności jest *próżniakiem uczonym*, kto chcąc wyłącznie puścić się na uczone spekulacye, umiejętne szperania i oderwane pojęcia, usuwa się bezprawnie od wszelkich zatrudnień powołania swego i stosunków praktycznego życia: *jest próżniakiem*, kto podobnież zapomina o status swego obowiązkach i o użytecznej pra-



cy, a zagłębia się nieustannie w ascetycznych dumaniach i ćwiczeniach: jest *próżniakiem zatrudnionym*, kto zawsze na niedostatek czasu narzeka, a przecież nic pożytecznego nie robi: jest *próżniakiem marzącym*, kto nie mając prawdziwego powołania i sił do idealnych utworów, unika przecież użytecznych i ważnych stanu swego zatrudnień, aby się bez przeszkody mógł zapuszczać w marzenia, w spekulacye, w igraszki imaginacyi, poezyi i sztuk pięknych: jest *próżniakiem towarzyskim*, kto cały czas na towarzyskich zabawach i potrzebnych do nich przygotowaniach traci, przywiązując do takich fraszek ważność i użyteczność jakoby do koniecznych zatrudnień. Któż niedostrzeże, że w każdym próżniactwa rodzaju, znajduje się coś chorobliwego, nienaturalnego i niemoralnego; bo człowiek wtedy tylko jest prawdziwie zdrowy, kiedy swoje siły jednostajnie rozwija i onych używa: wtedy tylko znajduje się w na-

turalnym spokojnym stanie, kiedy niedo-  
znając znużenia duszy i ciała, użytecznie  
pracuje: wtedy tylko jest zupełnie szczę-  
śliwy, kiedy z woli swojej dobrze i spra-  
wiedliwie postępuje. Jakoż próżniactwo  
zdrowego bywa główną przyczyną wielu  
cieleśnych i umysłowych cierpień. Wszak-  
że próżniactwo, kiedy jest zalecone jako  
dyeta, staje się bardzo ważnem dla cho-  
rych i dobroczynne wydaje skutki. Wprost  
przeciwna jest powyższym próżniactwa  
rodzajom, nieustanna dążność do działa-  
nia, niepokonana chęć i usilność wyko-  
nywania swych obowiązków, bez wzglę-  
dne poświęcenie się ich pełnieniu. I obie  
te ostateczności, próżniactwo jak nie-  
ustanna czynność, mogą się tak dalece wy-  
rodzić; że stają się dla człowieka tak nie-  
bezpieczne, jak namiętności, o których  
mówiliśmy wyżej. Największém zatem  
usiłowaniem być powinno pijących wody  
mineralne, tak jak jest warunkiem szczę-  
śliwej kuracyi, zrzucić z siebie męczące

więzy próżniactwa, lub wysiłonych fizycznych bądź moralnych zatrudnień, wydostać się z pod wpływu namiętności, i zmierzać do tego moralnie umysłowego spoczynku, do téj doskonałości, przez którą człowiek pojmuje silnie, szlachetnie i bez przesady, prawdziwą wartość swoją.

Użycie wód, kąpiele, przechadzki, świeże wiejskie powietrze, niewinne domowe rozrywki, uniknienie zupełne wszelkiej utrudzającej, umysłowej i fizycznej pracy, jak niemniej wszelkiego rodzaju namiętności, stanowi tak nazwaną wód mineralnych filozofią, dobroczynne dietetyczne próżniactwo; lecz gdy porzucając na chwilę filozoficzno-moralne uwagi, wrócimy do codziennego materyalizmu, jakże z boleścią spostrzegamy, że umysłowe działania, wyższe dążności, cała moralna wola człowieka, silnie od materyi jego zależy: jak żołądek, regularny lub nieregularny stolec, robi go już szlachetnym i dobrym, już zachmurzonym i nieprzyjacielem lu-

dzi, już horyzont życia jego różami otacza, już znowu grubą mgłą i burzliwymi chmury zasmuca.

Stronnictwo lekarskie homeopatów, zwraca uwagę całej Europy na dobry wybór dyety, i skutecznie bardzo ważne kuracje. Dyeta, którą Hanemann w swym Organon poleca, jest następująca:

»Unikaj na śniadanie, kawy, herbaty chińskiej i innych ziół: nie używaj za napój mocnego piwa, szczególnie takiego, które zaprawione jest lekarskimi, stanowi chorych niestosownymi istotami korzennymi. Podobnie szkodliwe są wszelkiego rodzaju z istot lekarskich i korzeni sporządzone likwory, a w ogólności spirytusowe napoje, korzenna czekolada, potrawy, sosy, ciasta i lody, z lekarskimi ziołami przysposobione zupy, jarzyny, stary sér i pokarmy zwierzęce psuć się poczynające; wieprzowina, kaczki i gęsi, wszelkiego rodzaju roślinne i zwierzęce

tlustości, wszelkie frukta i sałaty. Unikaj także wszelkiego zbytku.»

Zachować ściśle należy w czasie kuracyi, te nieocenione prawidła: można i tak najęść się do sytu, a nawet podniebieniu dogodzić; pozostaje albowiem rosół z cielęciny, z kur i wołowiny, mięso pojedynczo i bez korzennych sosów przyrządzone, sarnina, jelen, cielęcina, wołowina, kuropatwa, skowronek, gołąb, jarząbek, wszystkie łatwe do strawienia ryby, (wyjąwszy węgorza i łososia), marchew, kartofle, szpinak, młode fasole, młody groch, ryż, kaszki, sago, leguminy biszkoktowe, pojedynczy tort chlebowy, wypieczony chléb biały. Nadewszystko strzedz się należy zbytecznego użycia pokarmów, pamiętając na jedną z dziewięciu maxym sławnego Jeffersona, zebranych w długim zawodzie mądrego, cnotliwego i wzorowego życia. *Nikt jeszcze nie śatował że jadł za mało.* Podczas obiadu, jak najmniej pić należy, nigdy więcej nad dwie

szklanki, najbezpieczniej wodę z cukrem, dodawszy parę łyżek czystego białego lub czerwonego wina. Traktyer fruncuzki P. August pod Nrem 641 przy ulicy Trębackiej przyjął obowiązek dostarczania obiadów homeopatycznych w czasie kuracyi wód mineralnych. Czas obiadu niech będzie przynajmniej godzina druga, po obiedzie należy odpocząć, nie spać wszakże, lecz zabawiając się dwie lub trzy godziny w domu, przyjemnym czytaniem, muzyką, rozmową; kto atoli nawykł od dawna, spać po południu, może i teraz swemu nałogowi zadość uczynić, krócej przecie jak zwyczajnie: potem nastąpić winna przechadzka po południowa do ogrodów w mieście, do Bielan, Wilanowa, Królikarni i t. p. Spędzenie w ten sposób po południa i wieczoru jest ważnym warunkiem skutecznej kuracyi, w czém odwołuje się do szczęśliwych tak nazwanych *cudownych* wyleczeń homeopatycznych.

Hanemann dodaje do swego spisu potraw, następujące upomnienie: unikaj siedzenia w pokoju, sposobu życia siedzącego, długiego snu po południowego, lubieżności, osłabienia nerwów, czytania śliszkich pism, powodów gniewu, zmartwienia, i nieukontentowania, namiętnej gry, natężenia ciała i umysłu. Ostatnie wyrazy które inną nadały postać całej sztuce lekarskiej, są wielką głęboką prawdą. A teraz mój drogi czytelniku, który jako chory, jesteś moim najukochańszym przyjacielem, zanim dzień do schyłku przyjdzie, a ja ci dobrej nocy życzyć będę, uderz się jeszcze raz w piersi, uchyl zasłonę pokrywającą skrytości twego serca i rozpatrz się dokładnie sam w sobie. Cóż to za oddech trujący, który zaciemnia te czyste przezrocze? co za roślina jadowita, która serce twoje truje? nieprzyjaciel który mu zagraża? któż jest moralnym twoim przeciwnikiem? a gdy dostrzeżesz, gdy poznasz słabość twoją, znajdzieszże siłę aby ją pokonać.

»Nie masz nic podziwienia godniejszego więcej bohaterskiego; jak czerpać swoją odwagę z samego nieszczęścia, odżyć za każdym ciosem, który śmierć miał przynieść. Chcąc poznać złoto, potrzeba probierczego kamienia: chcąc go oczyścić, tygła do topienia: chcąc go wyrobić, młota.

(*Caraceoli*).

aby dopełnić głównych warunków, które w tej księdze wyczytałeś, a które do szczęśliwej wodami mineralnymi kuracyi są konieczne? Teraz dobra noc, udaj się o 10 godzinie na spoczynek, ażebyś mógł się znajdować o godzinie 5, w Krasieńskich ogrodzie: spij spokojnie, niechaj cię miłe sny i marzenia otaczają!

Gdy już kilka dni używałeś wód mineralnych, nadchodzi czas aby cię z innymi okolicznościami obznajmić, które w czasie kuracyi, najczęściej się wydarzać zwykły. Naprzód uważać będziemy gorączkę przy użyciu wód mineralnych, to jest ów chorobliwy stan, który w czasie



używania wód zwykł się wydarzać, który nie jednego strachu nabawi, a przecie do szczęśliwej kuracyi jest nieodzownym. Znaki jego są następujące: w pierwszych 4 lub 5 dniach, powiększony odchód stolcowy i wydzielenie się uryny, odpluwanie flegmy, transpiracye, znaczna ulga wszystkich chorobliwych przypadłości, apetyt powiększony; później jednak chory staje się nieukontentowany, ponury, język obłożony, apetyt zmniejszony, ta lub owa funkcyja wydzielająca, bierze nad drugą przewagę, podług tego jak krytyczne usiłowania przez poty, urynę lub stolec uskutecznić się mają. Te odchody zmieniają nawet własności swoje: np. pot bywa lepki, właściwego zapachu, stolec powszechnie koloru ciemniejszego, mocniejszego zapachu, uryna mocniej zakolorowana, wyrzut flegmy więcej konsystencyi mający, podobnie białe upławy, jeżeli były hemoroidy, swędzą i krwawią, hypokondryk, melancholik większego do-

znaje smutku: niekiedy zjawia się lekka ograszka: kąpiąc się pokazują się czasami wyrzuty. Podobnie bywa oznaką działania wód, wzruszenie umysłu i całego ciała, niespokojność, wzburzenie krwi, lekki ból głowy, bicie serca, zły humor, rozpalenie, sen niespokojny, swędzenie zastarzałych wrzodów i wyrzutów skórnych.

Lekarze nazywają ten stan reakcją organizmu, która podług okoliczności przypadać zwykła po 5, 7 i 14 dniach kuracyi, rzadko nie następuje, trwa przez parę dni, znika później i ustępuje poczynającemu się zdrowiu; niekiedy powraca jeszcze po 2, 3, 6 tygodniach. W tym to czasie, chory potrzebuje największej lekarza i własnej staranności: tu warunki fizycznej, psychicznej i moralnej diety stają się jak najważniejszymi: od ich ścisłego zachowania, zależy cała pomyślność kuracyi. Znaczniejsze choroby które w tym czasie zdarzać się mogą, pochodzą najczęściej z własnej winy chorego, z braku za-

ufania i otwartości do lekarza, lub téż z jego nagannego niedbalstwa, jako to: 1, gwałtowne płynienie hemoroidów lub czyszczeń miesięcznych, albo nagła przerwa i ustanie takowych, i ztąd pochodzące zdrażnienia i zapalenia rozmaitych organów żołądka, głowy, wątroby, macicy: 2, podobnie zapalenia, w skutek zaziębienia się, tańca, albo innych wykroczeń w fizycznej, psychicznej i moralnej dyecie: 3, z tych samych przyczyn, powstają febry przepuszczające, katarowe, chroniczne zdrażnienia błon żołądkowych, reumatyzmy, artrytyzm, zamieniają w ostre gorączkowe choroby. Gdy podobne mniej pomyslnie okoliczności wydarzą się, potrzeba najczęściej przerwać użycie wód i kąpiei, zachować zupełną spokojność w domu, przytém wygłodzić się przez parę dni, upuścić krwi z wyższych lub niższych części ciała, podług tego jaki kierunek biegowi krwi nadać chcemy, co bywa dostateczne do uspokojenia całej téj burzy

i dania możności dalszego użycia wód mineralnych. Dobry lekarz rzadko uda się w podobnych okolicznościach do leków aptecznych. Następujące mniej ważne choroby, przydarzają się przy picciu wód mineralnych i nigdy prawie szczególnej pomocy lekarskiej nie wymagają. 1, zatwardzenie w początkach kuracyi, szczególnież u tych, którzy wiele lekarstw potrzebowali, Le Roy, albo innych rozwalniających leków używali. 2, wodnista biegunka 3, podczas upału za mocne poty. 4, w czasie chłodnym, zbyt czyny odpływ uryny. 5, niespokojności hemoroidalne. 6, wzmaganie się hypochondryi i melancholii. 7, rozmaite wyrzuty skórne.

Kiedy najlepiej przestać używać wód i kąpielei? kiedy ciało wodami mineralnymi jest już nasycone? odpowiedź na to pytanie jest równie ważną jak nie łatwą. Ta chwila następuje niekiedy około 10, 16 lub 24 dnia picia wód, jój znaki są tak zwane krytyczne wypróżnienia, przez

poty, hemoroidy, urynę, wydzielenie się mięszszego szlamu z piersi, części pńcio-  
wych, rozrobione stolce, które okazują się  
codziennie, trwają przez 8 do 14 dni. Do  
tych krytycznych wypróźnień przyłączają  
się późniój lekkie niemile uczucia w żołąd-  
ku, gniecenie, obfite wiatry, małe przemi-  
jające kolki, brak apetytu, język obłożo-  
ny, i t. d. Wtedy czas poprzestać użycia  
wód. Jak długo jednak krytyczne wy-  
próźnienia nieregularnie co drugi, lub co  
kilka dni okazują się: jak długo żołądek  
przyjmuje wody mineralne bez najmniej-  
szych przypadłości; tak długo téż użycie  
ich kontynuować potrzeba.

Względem kąpieli uważać należy, że  
około 10 lub 14 dnia, wyżój wymieniona  
reakcyja następować zwykła, trwa 3 lub 4  
dni; a kąpiący znajduje się znowu dobrze,  
krzepko i zdrowo. Jeżeli taki stan dobry  
od dnia do dnia postępuje, wtedy czas za-  
przestać kąpieli, tém bardziej, kiedy po-  
tém dobrém mieniu, następuje powtórne

zdrażnienie. Z ukończeniem picia wód i użycia kąpieli, albo powracasz zupełnie do zdrowia: albo dobroczynne działania kuracyi, przychodzą dopiero po upływie 2, 3, lub 6 tygodni: albo też kuracya twoja w czasie lata wcale nieudała się, i niebyła w stanie wyléczyć zastarzałych cierpień twoich; w takim razie powinieś przedsięwziąć kuracyą winogron, albo użycie wód mineralnych, sprowadzonych zimową porą, o której niżej mówić będziemy. Dobroczynny wpływ wód mineralnych i użycia kąpieli, chyba częstokroć, w skutku już zbyt krótkiego, już za nadto przedłużonego użycia téj metody leczenia; niemniej kiedy zaraz po ukończeniu kuracyi, powracasz do fizycznych psychicznych i moralnych błędów twojego sposobu życia. Przepisane główne warunki w czasie użycia wód mineralnych, powinnyby zachowane być przynajmniej przez jeden lub dwa miesiące.

---

## O UŻYCIU SZTUCZNYCH WÓD MINE- RALNYCH W SZCZEGÓLNOŚCI.

Są w Europie tysiące wód mineralnych, których stosunki połączenia tak są rozmaite, okoliczności ich użyciu towarzyszące tak liczne, części w skład wchodzące tak niedokładnie dotąd poznane, lekarские doświadczenia tak niepewne i w takim zamieszaniu zostające; że zaledwie wieki będą mogły do ich zgłębienia wystarczyć.

Dotąd jeszcze nieudało się do pewnych źródeł zastosować pewnych chorób. W terazniejszym stanie sztuki, przy wielu chorobach mnóstwem źródłem mineralnych; zarówno szczęśliwie uleczonych, mógłby

lekarz powodowany znajomością sił i części w skład niektórych źródeł wchodzących, znajomością choroby i jej przyczyn, wieloletniem szczęśliwem doświadczeniem, oświadczyć się za Karlsbadem, Pymontem albo Akwisgranem; a przecie znajduje się w Europie więcej stu źródeł, które podobne mają własności jak Karlsbad Pymont lub Akwisgran. Pojedyncze przemagające części składowe, pewny takt, analogia, prawdopodobieństwo, zalecanie i pochwały innych lekarzy resztę uzupełniają; niemylna pewność nieznajduje się nigdzie. A gdy my lekarze naszych chorych zapewniamy, że ich cierpienia jedynie tylko Karlsbad albo Pymont uleczyć może; wtedy jesteśmy albo lekko-myślni samochwalcy, albo nieumiejętni. Dopiero gdy chorzy jakiś czas wody pili i kąpiele używali: gdy te i inne okoliczności według możności poznamy: gdy się jaki zły lub dobry skutek okaże; wtedy dopiero możemy z większą pewnością



wystąpić. Ztąd wynika korzyść sztucznych wód mineralnych, które pijącemu w każdym czasie zmianę niestosownych wód ułatwiają. Przytém, winniśmy otwarcie wyznać, że przez pisma nasze upowszechniliśmy szkodliwe między Publicznością przesady : nauczamy bowiem że Karlsbad daje się zastosować do zupełnie oddzielnéj kategorii chorób, Pyrmont znowu do innéj, Akwisgran do trzeciéj, Busk do czwartéj i t. d. W każdym w szczególności dziele, po opisaniu każdego źródła następuje wykaz rozmaitych chorób. Chory a częstokroć nawet traktujący lekarz stosując się do nazwisk tym wykazem objętych, wyszukuje na każdy szczególny wypadek w Europie, lub Azji szczególnego źródła.

Inaczéj wszakże napisano w naturze jak w księgach i głowach naszych. Ścisłe badanie przeświadcza nas, że powyższe 4, i wiele innych źródeł, najczęściej te same choroby leczą; różnica znajduje się

tylko w przyczynie i powstaniu choroby. Tak leczy Karlsbad, Pyrmont, Akwisgran, Busko ból głowy, brak apetytu, białe upławy, hypochondryą i wiele innych chorób. Zachodzi tylko pytanie, czy wszystkie te cierpienia pochodzą z brzucha, prawdziwego osłabienia, wpędzonych reumatyzmów, wyrzutów skórnych i skrofulów; te bowiem przyczyny chorobowe roztrzygają, dokąd czyli do Karlsbadu, czy do Pyrmontu, Akwisgranu lub Buska i t. p. po ratunek udać się należy. Lecz chory najczęściej nie zna zupełnie przyczyny swej choroby, ani lekarz jest ją w stanie przy najlepszych nawet chęciach odgadnąć. Dopiero gdy cierpiący odbył podróż z Paryża na Kaukaz, albo z Petersburga do Barege: gdy go nauczyło smutne doświadczenie, że stan jego się niepolepszył; wtedy dopiero poznajemy, żeśmy się w zgłębieniu przyczyny choroby pomylili: lecz niestety zapóźno, a chory staje się najczęściej ofiarą tego że sam

lub lekarz jego z ksiązek wyczytali: »Kau-  
»kaz lub Barege i t. d. leczą te lub owe  
choroby.« Z tego to także względu nie  
małej nabierają wagi zakłady sztucznych  
wód i kąpeli mineralnych. Naostatek i  
to zważyć potrzeba, że rozmaite syste-  
mata w sztuce lekarskiej, przykład sła-  
wnych lekarzy, moda i skłonność do hy-  
potez, na nazwiska chorób tak wielki  
wpływ wywierają; że ta najważniejsza  
część przy wodach mineralnych dostate-  
cznie nie jest uporządkowana, tak dale-  
ce, że w tej mierze największe napoty-  
kamy trudności, a biedny chory usłyszaw-  
szy lub wyczytawszy mylne choroby na-  
zwisko, tworzy sobie najdziwaczniejsze  
pojęcia, traci ufność w sztuce lekarza i  
widzi się z powodowany robić z własném  
życiem doświadczenia. Ważną tę okoli-  
czność, powinniśmy lekarze dokładnie  
wyjaśnić; albowiem chory i jego rodzina  
mają największe prawo w trudnych przy-  
padkach, żądać od swego lekarza domo-

wego lub przy wodach znajdującego się prawdziwego choroby nazwiska. Jest to jedyną rękojmnią aby stosowne wody mineralne wybrać: aby przy użyciu takowych, z potrzebną przezornością postępować. Jest to jedyny sposób do zaprowadzenia prawdziwej metody w postrzeganiu, do wzniesienia sztuki. Jest to na koniec jedyny sposób, aby ułatwić rządowi kontrolę, za pomocą której, z pewnością dojsć można, jak dalece lekarze sumiennie czuwamy nad życiem mieszkańców kraju.

Dla tego postanowiłem zrobić pierwszy ten krok do zaprowadzenia lepszego porządku. Dołączony wykaz, wymienia choroby, które w ogólności wodami mineralnymi leczyć się dają. Chory któremu lekarz jego domowy, zastanowiwszy się sumiennie, jedno z tych nazwisk z wyjaśnieniem przyczyny i krótkim opisem choroby udzieli, a lekarz przy źródle toż samo zdanie powtórzy; może śmiało i bez-

piecznie rozpocząć kuracyą, która dla niego użyteczną stać się musi.

»Pij, rzekł, z tego źródła, a wszystkich trosk swoich zapomnisz; obmyj się w tym potoku, a będziesz młodym i piękniejszym, jak w twojej młodości latach kiedym ja cię pokochał i gdyśmy sobie wzajemną wiarę przysięgli. Ale głęboko w nim się zanurzaj, bo on płynie jak srebro, a musi cię ogniem oczyścić.

*(Herders Anthologie pag. 17.)*

Ta powszechna kontrolla wynikająca z nazwisk chorób jest tak ważna, że dotychczasowym sposobom leczenia, zupełnie inną nadaje postać: przyczem zarazem okazuje w całym świetle korzyści zakładów wód mineralnych. Pomyłki które przy nazwaniu i oznaczeniu chorób, tak łatwo wydarzyć się mogą, zniewalają biednego chorego u wód naturalnych, albo do powrotu, albo też do rozpoczęcia kuracyi z mylnie oznaczonej choroby, u

niestosownych wód, pod przewodnictwem zupełnie obcego lekarza.

Załączony wykaz obejmuje prawie wszystkie znaczniejsze choroby wodami mineralnymi leczyć się dające. Wszakże piszący niemając celu naprowadzenia chorych na zgubną drogę leczenia siebie samych, wymienił tylko choroby w ogólności, niewchodząc w żadne szczegóły ani ich tłumaczenie, co biegłemu lekarzowi byłoby zbyt cieżkim, a choremu szkodliwym. Dość kiedy chory lub jego przyjaciel odczytawszy niniejszy spis, powezmą wiadomość, że wody mineralne mogą być w tym lub owym przypadku użyteczne, reszta do lekarza domowego i zakładu wód mineralnych należy. Nadto choroby tym wykazem objęte, odnoszą się tylko do cierpień chronicznych lub do usposobienia na przyszłość do takowych organizmu ludzkiego, o ile takowe użyciem wód i dyetetycznym zachowaniem mogą być traktowane. Potem zajmiemy

się w szczególności źródłami mineralnymi, które jednostajny wpływ na przyczyny chorób okazują, aby dać choremu i lekarzowi możność wynalezienia w każdym razie chorobie odpowiedniego i stosownego źródła; w naszym bowiem zakładzie Warszawskim, wszelkie najważniejsze wody mineralne, których rozkład chemiczny jest znany, będą według potrzeby naśladowane.



## W Y K A Z

*Chorób chronicznych, które użyciem wód mineralnych skutecznie leczyc się dają.*

Artritizm ogólny lub miejscowy.

Angielska choroba (rachitis).

Bicie serca (cardiopalmus) i w różnych innych organach (pulsationes).

Bóle nerwowe (neuralgiae).

— w kościach.

Bóle w mięśniach i innych częściach ciała.  
Biegunka katarowa reumatyczna.

— żółciowa.

Brak apetytu.

Bezsenność.

Chrypka (raucedo).

Czerak (furunculus).

Choroba wszawa (pityriasis).

— merkuryalna, czyli z nadużycia  
merkuryuszu.

Dychawica (astma) piersiowa.

— brzuchowa.

— hysteryczna.

Drżenie serca (tremor cordis) i różnych  
innych części ciała.

— pijaków (bibonum).

Grzybki (aphtae).

Głuchota z przyczyny różnych dyskrazji  
w ciele znajdujących się.

Guzy stawowe.

Hemoroidy ślepe, płynące, krwiste, fle-  
gmiste, zatrzymane, maciczne



dróg urynowych, piersiowe,  
brzuchowe.

Jasna ślepotą, czyli czarna katarakta  
(amaurosis) z powodu dys-  
skrazji w ciele znajdujących się, lub z kongesty do  
głowy.

Kwasy żołądkowe.

Kurcz w różnych częściach ciała.

Katar piersiowy, żołądkowy, dróg ury-  
nowych, części rodnych.

Kaszel nerwowy, skrofuliczny, kataro-  
wy, artrytyczny, reumatyczny, li-  
szajowy, robakowy, gardlany, krta-  
niowy, płucny, żołądkowy, wątro-  
bny.

Kruchość kości skrofuliczna.

Kolka malarska, artrytyczna, hemoroidalna,  
reumatyczna, kołtónowa, nerwowa,  
robakowa, żołądkowa, wietrzna, żół-  
ciowa, maciczna i innych organów.

Koltun (trichoma) ze wszystkimi swoje-  
mi przypadłościami.

Krwiotoki różnych organów.

Kamienie w rozmaitych organach.

Liszaj miejscowy lub na całym ciele.

Lunatyzm, o ile takowy z osłabienia i drażliwości nerwów pochodzi.

Łupież głowy.

Mania.

Melancholia.

Mdłości.

Mylne widzenie przedmiotów.

Mara nocna (efialtus).

Narośle na różnych częściach ciała.

Napływ krwi czyli kongestye do rozmaitych znaczniejszych organów.

Nieemożność znoszenia światła.

— zatrzymania stolca.

— zatrzymania uryny.

— otwierania powiek.

Nudności.

Niespokojny sen.

Nabrzękłość wszystkich lub pojedynczych części ciała.

Nudzenie czyli niespokojność brzuchowa  
(*anxietas abdominalis*).

Oslabienie ogólne lub częściowe.

Oniemienie (*aphonia*).

Otrucie metaliczne, lub roślinne.

Odbijanie się (*ructus*).

Otyłość zbyteczna.

Ospałość (*cataphora*).

Otrętwiałość członków (*stupor artium*).

Plamy wątrobowe (*maculae hepaticae*).

— skóry krwią podbiegłe (*morbis maculosus Werlhofii*).

Pęknięcie skóry rąk i nóg (*rhagades*).

Pruchnienie kości.

Polucye nocne czyli utrata nasienia.

Paraliż pozorny (*acampsia*).

Parch głowy.

Poronienie.

Puchlina skóry lub tkanki komórkowatej  
ogólna lub miejscowa.

Plamy skorbutyczne.

Puchlina wodna ogólna lub miejscowa.

Palenie w żołądku (*ardor ventriculi*).

Piasek 'urynowy.

Rzerzączka.

Róża chroniczna.

Robaki.

Ropień w różnych częściach ciała.

Reumatyzm ogólny i miejscowy.

Swieżb.

Suchoty skrofuliczne, skorbutyczne, artrytyczne, świeżbowe, merkuryalne, z kamieni, szlamiste, ropiaste, nerwowe, w rozmaitych organach ciała.

Szaleństwo maciczne.

Ściskanie serca (opressio cordis).

Szkorbut.

Skrofuły.

Skutki samogwałtu (onaniae).

Spazmy kloniczne, toniczne rozmaitych części ciała.

Skir różnych części ciała.

Slinopłyn (salivatio) hypochondryczny, kołtunowy, robakowy, merkuryalny, wątrobowy, pankreatyczny.

Skurczenie się mięśni.

Szum w uszach.

Stwardnienie mięśni brzuchowych.

Trudne oddawanie uryny (dysuria).

Trąd (lepra).

Taniec Sgo Wita.

Upławy białe, hemoroidalne, skrofuliczne, artrytyczne, kołtunowe, liszajowe, szkorbutyczne, robakowe, nasienne, katarowe, reumatyczne, hysteryczne, młeczne, (galactyrhoca), urynowe (diabetes).

Wrzodzenie przykostnie (exulceratio periostei), stolcowe (intertrigo podicis) i innych części ciała.

Wymioty kwaśne, żółciowe, krwawe, poranne, flegmiste, ropiaste, zgniłe, urynowe, robakowe.

Wycienzenie różnych organów i pojedynczych części ciała (atrophia).

Wzdęcie w rozmaitych częściach ciała.

Wiatry piersiowe, żołądkowe, kiszek, maciczne.

Wrzód liszajowy, artrytyczny, szkorbutyczny, z odziębienia, kołtunowy, limfatyczny, hemoroidalny, świeżbowy, reumatyczny, w różnych częściach ciała.

Wyschnienie grzbietowe (tabes dorsalis).

Wola (struma).

Wybladłość (chlorosis).

Wielka choroba (epilepsia).

Wyrzuty skórne, trędowate, liszajowe, merkuryalne, szkorbutyczne, skrofuliczne.

Wychudnienie całego ciała i pojedynczych części.

Zastałości (stagnatio) w różnych częściach ciała.

Zatrzymanie czyszczeń miesięcznych, odchodów stolcowych.

Zbytek krwi (plethora) ogólny; i części pojedynczych ciała.

Żółtaczka.

Zapalenie różnych organów i pojedynczych części ciała.

Zawrót głowy.

Zgrubienie błon żołądkowych, pęcherzowych i innych.

Zmiękczenie rozmaitych organów.

Zatwardnienie tkanki komorkowatej, ujścia żołądkowego, serca, kiszek, pochwy macicznej, kanału urynowego.

Zesztywnienie stawów.

Zanokcica (panaritium).

Przystępując do wykładu wód mineralnych w szczególności, potrzeba czytającym nie lekarzom, udzielić niektórych przynajmniej pojęć o zdrowiu i powstających chorobach; aby tém łatwiej zrozumieć mogli, co o użyciu wód mineralnych mówić będą.

Zdrowie jest ów stan żyjącego człowieka, w którym wszystkie jego czynności organiczne odbywają się, stosownie do przeznaczenia swego, z łatwością, przy-

jemnością i należytą wytrwałością. Chorobą zaś, nazywamy ów stan w którym odbywanie się tychże czynności jest trudne, niewytrwałe, z przykrością połączone, albo téż kiedy niektóre z nich całkowicie ustają.

Siła żywotna, wszystko ożywiająca, wszelkie zjawiska życia luzckiego sprawująca, podobnie jak każda inna, przez ustawiczne natężanie i ciągle pobudzanie wolniej, słabnie i nakoniec ustaje; siła ta z czasem przez samo życie zużywa się, a szczególnie przez sposób życia stanów oświeconych, w którym sztucznie, i że tak powiem rożmyślnie, wszystkie bodźce i źródła organicznych funkcyi, w skutku, nieprzerwanego natężania prędzėj ścięrają się i wyczerpują.

Dla tego to po 30tym roku życia u kobiet, a po 40stym u mężczyzn dostrzegać się daje ubytek siły nerwowój, a zatym brak regularności w funkcjach wykarminienia i wydzielań: albo co toż samo zna-



czy, czynności jednych organów lub systematów, przemagają, górują, drugich wolnieją i pomniejszone zostają, *np.* zmniejsza się energia organów piersiowych, serca, kanału powietrznego, płuc, a przemaga w organach brzusznych; powstaje napływ krwi do żyły wrotnój i innych organów brzusznych, które przepełnione, dalej takowej z przyzwoitą siłą rozprzewadzać nie mogą. Krew tym sposobem nagromadzona, nabiera szkodliwych właściwości, zrządza zastołości i mnogie choroby organiczne. Pojedyncze siły umysłowe, pojedyncze działania duszy, uczucia i namiętności przemagają, kiedy inne upadają.

Wyraz zastołość (*stagnatio*) ma pięciorakie znaczenie.

1. Zastołością pierwszych dróg, nazywamy lekarze, mechaniczne nagromadzenie chorobliwie zmienionych substancji, z osłabienia włókien mięśniów

- kanalu kiszkowego, i przytępienia ich nerwów pochodzące.
2. Zastością soków, zowiemy leniwy obieg nagromadzonej limfy, serwatki i krwi pochodzący od ich nadzwyczajnego zgęstnienia lub od osłabienia ścian naczyń krwionośnych i limfatycznych.
  3. Zastością części stałych są chorobliwe zmiany tkanek serwatkowych, limfatycznych, gruczołów, włókien muskularnych i kości.
  4. Zastościami umysłowemi, zowiemy rozliczne choroby władz umysłowych, pojmowania, sądenia, wnioskowania i t. d. przytępieniem ich spowodowane.
  5. Nakoniec obłąkanie rozsądku i moralnej wewnętrznej siły, skrzywienie woli do uchybień przeciw prawdom cnoty, materialnie wprawdzie, lecz bardzo stosownie moralną zastością nazwać by można.

Do tych pięciu kategorii zastości, pięć metod albo sposobów leczenia ustanowimy, a mianowicie :

1sza wymaga wód wypróżniających, dzielność włókien muskularnych pobudzających i wzmacniających.

2ga i 3cia wymagają wód zdolnych obfitością ciekłych swych części, rozcieńczyć zgęstniałe soki, ułatwić krytyczne wypróżnienia przez skórę, nerki i kanał kiszkowy, a tém samém uwolnić antagonistycznie organa ciała od przepelniających je soków.

Co do kategorii 4tej. Wody mineralne niezawierają wprawdzie w sobie części któreby wprost na choroby umysłowe, słabość nerwów, hypochondryą i melancholią działać mogły: lecz gdy te są najczęściej z cierpieniami cielesnemi ściśle połączone, i od wad organicznych nieskończenie zawisłe; z wyleczeniem przeto ostatnich przez użycie wód mineralnych umysł pierwszą dzielność swą odzyskuje.

Nakoniec co do kategorii 5tej, podobnie przeciw cierpieniom duszy, obłąkaniu, błędom i występkom nie ma wód mine-

ralnych: kto jednak zważy, iż naturze wierny i porządnie żyjący wieśniak rzadko choruje, jeżeli go endemia lub epidemia nie rzuci na łożę boleści, gdy tymczasem mieszkańcy miast, a mianowicie klasa ich wyższa, zdelikaccona, w szko- dliwych wszelkiego rodzaju pograżona na- łogach, do wyboczeń skłonna i mniej mo- ralnie żyjąca, najczęściej zwykle zapada; ten łatwo pojmuje, iż chory dbający o odzyskanie zdrowia, z najlepszym dla sie- bie skutkiem postąpi, gdy w czasie uży- wania wód, ułatwi umysłowo i moralnie odżywiającą kuracją, przez zmianę spo- sobu życia.

Prócz zastołości, drugą jeszcze główną przyczyną chorób, wodami mineralnemi leczyć się dających, jest osłabienie; lecz znaczenie tego wyrazu, z powodu iż nie- lekarze pojęcia jego z własną szkodą nadu- żywają, powinno bliżej być wyjaśnioném. Człowiek potrzebujący do poruszeń swo- ich muskularnych, użyć pewnej usilności,

mówi że jest słaby: bywa zarazem przekonany o potrzebie wzmocnienia, i wtedy ucieka się do tak zwanych wzmacniających pokarmów (mięsa, korzeni) i napojów (wina i t. p.) Równie i w użyciu wód mineralnych sądzi, że tak zwane wzmacniające (zimne, wiele żelaza zawierające), najskuteczniejsze dla niego będą. Wszakże są takie słabości, które biegły tylko lekarz rozpoznać umie i których kuracya użycia bardzo rozmaitych środków wymaga.

1. Kiedy dziecię fizycznie i moralnie zde-  
likaczone bywa, tak że jego skóra, żo-  
łądek i w ogólności wszystkie organa  
słabo działając, nie mają dość siły do  
oparcia się wpływowi zewnętrznym:  
kiedy błony muskularne i nerwowe żo-  
łądka z powodu przepelnienia go po-  
karmami słodkimi, klejkiemi, wzdyma-  
jącemi i rozwalniającemi zupełnie wiet-  
kie i osłabione zostały; nazywamy le-  
karze stan takowy prostą (directa) albo

- bezpośrednią słabością, prawdziwem brakiem sił. Słabe to dziecię, słaby ten żołądek potrzebuje dla odzyskania sił zwolna pobudzającego, wzmacniającego sposobu życia, lekarstw i pokarmów.
2. Kiedy kto w skutku nocnych czuwań, umysłowych wysileń, cierpień moralnych, nadużycia trunków, rozkoszy i lekarstw merkuryalnych, mdłym i osłabionym się czuje: kiedy żołądek i kanał kiszkowy przez pobudzające napoje, pokarmy i leki utracił energią trawienia; wtedy będzie tak nazwana słabość pośrednia (*indirecta*) z wyczerpania sił pochodząca. Wtedy też osłabiony żołądek potrzebuje do wyleczenia odpoczynku, odżywienia i unikania wszelkich dotychczasowych szkodliwych wpływów.
  3. Kiedy kto jak gdyby przemocą obalony jest na łożę boleści: kiedy żołądek zostaje w takim stanie zapalenia, że trawić nie może, a chory sam osłabionym

się czuje; będzie to słabość z przytłumienia sił pochodząca. Zwolnicie więzy, wyleczcie zapalenie, właśnie przez upuszczenie krwi; a dawna siła powróci.

Wody mineralne u źródeł i w zakładach mają w sobie materyał i siłę, zdolną do szczęśliwego wyleczenia powyższych wszelkiego rodzaju osłabień i zastołości. Skuteczność ich bywa bardzo rozmaita, według tego jaka w której wodzie przeważa z części składowych następujących: 1, żelaza; 2, kwasu węglowego; 3, siarki; 4, soli glauberskiej; 5, soli gorzkiej; 6, soli kuchennej; 7, alkaliów.

Według téj przewagi części składowych, można pod względem różności w skutkowaniu, cztery uważać podziały, to jest:

1. Wody wzmacniające czyli przywracające schorzałym organom utraconą energią i siłę, za pomocą zimna i żelaza.

2. Wody poty wzniecające, czyli antagonistycznie przez transpiracyą skórną słabość wyprowadzające za pośrednictwem ciepła i siarki.
3. Laxujące albo antagonistycznie za pośrednictwem soli gorzkiej i glauberskiej przez kanał kiszkowy wypróżniające.
4. Wody rozprowadzające zastołość sposobem specyficznym za pośrednictwem części swoich alkalicznych i soli kuchennój.

1. *Wody żelazne czyli wzmacniające.*

Ponieważ zimno i części żelazne są dwoma bardzo ściśle połączonemi z sobą działaczami, uskuteczniającemi godne podziwienia kuracye; przedewszystkiém zatém o nich mówić będziemy.

*Z i m n o.*

Zimno działa pierwotnie tym sposobem, iż dotknięte niém naczynia wewnątrz i na



powierzchni ciała ściąga ją się, zmniejsza się w nich cyrkulacya, a ciepło gromadzi się w częściach wewnętrznych. Potem powstaje działanie następne, to jest stosowne pobudzenie, przez które ciepło wydobywa się znowu z wewnątrz na zewnątrz, rozdziela się jednostajnie z uczuciem siły w pojedynczych organach i całym ciele, ustalając się przez często powtarzane środka tego użycie.

Całkowitym zaś skutkiem zimna, jest ściągnięcie się i wzmocnienie pod każdym względem nerwów, naczyń krwionośnych, błon wydzielających i włókien mięśniowych, uregulowanie niejednostajnej wprzód cyrkulacyi i pomnożenie części krwi czerwonej (cruor). Zimna woda działa.

a. Chłodząc i odpędzając krew w kongestjach do arteryi żołądkowych, przez co kongestye żyliste do głowy, serca, płuc, wątroby i żyły wrotnéj usuwają się

a krwotoki wszelkiego rodzaju, częścią wstrzymane, częścią uleczone bywają.

b. Działa mechanicznie rozprawdając, solwując zaflegmienia, zatkania i nieczystości dróg pierwszych.

c. Rozpędza zastalości w organach brzusznych.

d. Ściąga i wzmacnia osłabione przez zdrażnienie choroby, lekarstwa i zbytki, wewnętrzne błony żołądka.

e. Uspokaja i reguluje niejednostajne czynności żołądkowych i brzusznych nerwów, i przywraca zepsutą w skutku zdrażnienia nerwów, wszelkiego rodzaju cierpień cielesnych, prac umysłowych i namiętności, równowagę w systemacie krwi wenuwój.

Te pomyślnie zmiany tém niezawodniejsz następują, kiedy picie wody zimnej połączone jest z poruszeniem na wolnym powietrzu. Nieostrożnie albo źle zastosowane użycie zimnej wody, niemniej może zaszkodzić, jak nierozsądne kuracze owczarzów i nadużycia Le-Roy.

Dzieło wodnego lekarza Fabrycyusza, przez jednego z moich szanownych kolegów na polski język przetłumaczone, dużo bez wątpienia korzyści przyniosło, szczególnie łącznie z homeopatyą przyczyniając się do ustalenia między nami lekarzami Warszawskimi więćej pojedynczój i lepszój metody leczenia; lecz niemniej pewną rzeczą jest, że nie jeden chory z tą książką w ręku bez zasiągnięcia rady lekarskiej, sam stał się sprawcą swego nieszczęścia. Gwałtowne kongestye, krwotoki, zapalenia, biegunki, paraliże i wodne puchliny, które w ostatnich czasach w praktyce naszój tak często napotykamy; najwięćej nieostrożnemu picciu wody, użyciu Le-Roy, i środkiem owczarza przypisane być muszą. Rozbiór chemiczny wody z wielu studzien Warszawskich, okazał że takowa siarkan glinki w sobie zawiera: że najczystsza i najzdrowsza woda jest obok Cytadelli w zdrojach Królewskich, przy Woli, u Reformatów, w ogrodzie

Saskim, na Nowym Świecie w wielu domach.

Wypijanie z rana i na czczo przez miesiąc albo nawet dłużej, aż do pół roku, codziennie i regularnie w przeciągu trzech godzin co minut dwadzieścia szklanki świeżej wody przy mocnym poruszeniu ciała na wolnym powietrzu i stosownej dyecie ciała i duszy, zrzęda częstokroć podobne cuda jak Marienbadzka lub inne mineralne wody. Przytaczam tę okoliczność dla pocieszenia wielkiej liczby ubogich w Warszawie; albowiem lżejsze stopnie objętych wykazem chorób, mogą przez stosowne i dobrze poprowadzone picie wody zimnej i czyste kąpiele z pewnością być wyleczonemi.

Woda sama jest najważniejszym działaczem wód mineralnych, łagodzi siły istot lekarskich, nieosłabiając ich: wchodzi z niemi w nayscisłsze połączenie, i usposabia do przyjęcia i strawienia ich łatwiejszego, żołądek, kışkę dwunasto-

żalową i kiszki cienkie. We wnętrznościach ziemi i w maszynie Struwego do robienia wód mineralnych sztucznych, zachodzi owa czynność, którą homeopatia nadaniem siły leczącej (potenziren) nazywa; skutkiem której wody grubych swoich materjalnych praw zostają pozbawione i wewnętrzna ich siła łatwiej się rozwijając, łatwiej téż przez wszystkie ujścia nerwów żołądka i kanału kiszkowego przyjmowaną bywa. Woda działa swoją ilością, rozwalnia, rozprawdza, oddala mechaniczném niejako naciskaniem nagromadzone materye szkodliwe.

## 2. Ż e l a z o.

Żelazo główna część składowa wody w Pyrmont, Eger i Spaa działa podobnie jak zimno: wzmacniając i ściągając nerwy, naczynia krwionośne, tkankę komórkową, błony szluzowe i serwateczane, włókna muskularne i kościste, regulując niejednostajną cyrkulacją, naprawiając

krew przez pomnożenie jej cząstek czerwonych i stałych.

Zimno z wodami żelaznemi połączone powiększa w czwórnasób ich skuteczność. Wody żelazne stosowne są dla osób, rozwolnionej, mdliej i flegmatycznej budowy ciała, zimnego i spokojnego umysłu, jakoteż dla wyniszczonych przez poprzedzające bodźce i zbytki, lub długo trwałe choroby: wreście we wszystkich cierpieniach wykazem objętych, w których okazuje się prawdziwa słabość organów i ich działań, z febrą atoli niepołączona. W przeciwnym razie, gdy przyczyną tych chorób jest zdrażnienie i zapalenie organów wydzielających, nerwów i żołądka, i gdy z febrą są połączone; wtedy użycie żelaza i wód żelaznych staje się w najwyższym stopniu szkodliwe. Różni się zatem żelazo od zimna, które nawet w zdrażnieniu i zapaleniu organów i w gorączce użyte być może: różni się żelazo od wody zimnej, że ta szczególnie zaflegmienia,

wszelkie nieczystości, zastołości w kanale kiszkowym solwuje; prawdziwe prze-  
to a nie pozorne osłabienie jest warun-  
kiem do użycia żelaza: którą to bardzo  
ważną okoliczność biegły tylko lekarz  
rozpoznać może. Dla tego unikać powin-  
ni użycia żelaza i wód żelaznych, cho-  
rzy suchej i silnej budowy ciała, umysłu  
żywego i gwałtownego, skłonni do wzbu-  
rzeń krwi, krwotoków, zapaleń i apople-  
xyi, u których postrzegać się dają zjawi-  
ska gorączkowe albo wolnej febry z na-  
gromadzenia żółci i flegmy w żołądku  
z nabrzmiałością i otwardłością wewnę-  
trznym większych organów, np. śledzio-  
ny, wątroby, gruczołów kreskowych: cier-  
piący choroby serca i naczyń większych,  
owrzodzenie i otwardłości płuc, które  
z łatwością przez ten środek zapalają się,  
wszelkie rodzaje wodnej puchliny: kobie-  
ty ciężarne, u których przez ten środek ła-  
two poronienia następują: wreście unikać  
należy żelaza we wszystkich przypadkach

widoeznej exystencji właściwych specyficznych chorobliwych materyi, jako to: w reumatyzmie, świerzbie, chorobie syfilitycznej. Znaki dobrych skutków przy użyciu wód żelaznych, opisując dzień pijącego, obszerniej wyłożyliśmy. Biegunka lub uporczywe zatwardzenia są najpewniejszym dowodem, że wody żelazne choremu szkodzą. Wszakże jeżeli pomimo tych przypadłości używać wód żelaznych należy; wtedy dla uniknienia obstrukcyi, każdego wieczora wypić trzeba szklanek gorzkiej wody. Nudnościom albo biegunce powstającym najczęściej od niskiej temperatury wody, zaradzić można dodawaniem pary łyżek ciepłego mleka albo  $\frac{1}{4}$  kubka szprudlu Karlsbadzkiego do kubka wody żelaznej, lub też zmniejszeniem ilości kubków wody żelaznej. Gdyby zaś krew do głowy uderzała, a białko oka nabiegłemi krwią żyłkami mocno się czerwieniło; wstrzymać się należy przez parę dni od picia



Niektóre wody żelazne mają w sobie wielką ilość gazu kwasu węglowego, jak np. Pyrmont, Spaa, i to niektórym chorym nudności, zawrót i bóle głowy sprawia; ci pijąc poczekać powinni aby się część gazu tego ulotniła. Każdy chory łatwo pojmuje, że od ścisłej uwagi na te, i w dniu pijącego opisane drobne nawet okoliczności, bardzo wiele zależy: że częstokroć cała jego kuracya z powodu zaniedbania onych udaremniona być może. Codzienne więc naradzenie się z domowym lekarzem, główną rzecz stanowi.

Piją się te wody od 4 do 8 kubków, co 20 minut jeden, przez 4 lub 6 tygodni.

Wypada oprócz tego nadmienić, że zimne wody żelazne jeszcze skuteczniej i pewniej działają, gdy chory jednocześnie z użyciem wód bierze zimne kąpiele wiślane: tak dalece, że zimne sztuczne wody żelazne, wspólnie z wiślanemi kąpielami, w samej Warszawie równie szczęśliwe skutki sprawić mogą, jak najsta-

wniejsze naturalne wody żelazne Europy, jako to np. w Niemczech, Pyrmont, Driburg, Meinburg, Bohlet, Brühenau, Riepoltsau, Schwalbach, Cudowa, Reinertz, Fliusberg, Juman, Wildungen: w Szwajcaryi źródła w Blumenstein, Engistein, Waldstadt: we Francyi Forges, Aumalc, Rouen, Bussang: we Włoszech Recoaro, Civillina, Bibiana, Molla: w Anglii Harrowgote, Cheltenham, Wight, Hartfell, Brighton.

Tutejsze apteki i materyaliści, dostarczają wszelkich artykułów potrzebnych do naśladowania kąpiei naturalnych żelaznych, największą w Europie sławę mających.

Zastanówmy się teraz nieco nad będącymi tak wielkiej wagi i skuteczności kąpielami wiślanemi.

Ponieważ kąpiele na Pradze i na niektórych statkach wodnych téj dogodności nie mają, aby niebędąc podglądanym, pod gołym niebem można się kąpać; byłoby

przeto do życzenia, aby z małym bardzo kosztem namioty do kąpieli urządzone, a to w ten sposób: w miejscu dogodnym na 3 stopy głębokim, wbić 4 pale w kwadrat, 6 do 8 łokci od siebie oddalone, nad powierzchnią wody blisko 5 łokci wystające, poprzecznie 4 łałami od góry połączone: 4 ztąd powstające otwarte boki zaopatrzyć 4 roletami z płótna lub ceraty grubiej, podług potrzeby i upodobania spuszczać i podnosić się mogącemi. Przytém kąpiele wiślane w Warszawie są korzystniejsze od niektórych naturalnych kąpieli mineralnych w tém, że są w wodzie płynącej.

Trudno więc pojąć dla czego dwa te tak ważne środki zaniedbane były.

Z téj przyczyny dodam niektóre jeszcze przepisy o kąpielach zimnych, przy jednoczesnym użyciu wód mineralnych, których temperatura nigdy nad 15<sup>o</sup> R. niższą być niepowinna. Każda kąpiel zimna ma swoje pierwotne i pochodne działanie

Pierwotne okazuje się przez dreszcz, błądź, małe zatchnienie, (behlemmung) ustąpienie krwi z zewnątrz do wewnętrznych organów i ściągnięcie się wszystkich części ciała. U osób mocniejszych trwa taki stan blisbo 5 minut, u słabszych 2 lub 3. Działanie pochodne, okazuje się przez powrót ciepła, rumieńce, przez rozprężenie (ausdehung) i podniesioną siłę żywotną; co u mocniejszych trwa przez 10 minut, u słabszych przez 5.

Skoro ten zakres przeminie, powstaje niejako 3ci zakres, a z nim znów dreszcz, zimno i inne niemile uczucia; używając więc zimnych kąpeli, wychodź z nich w drugim zakresie, to jest słabszy w 6 lub 8 minut, mocniejszy w 15. Rozumie się, że tu nie masz mowy o tych, którzy jak Lord Byron Hellespont przepływają.

Zachować należy dyetę w ogólności przy picciu wód mineralnych przepisaną: nie wchodzić do wody, tylko będąc zupełnie

ochłodzonym. Umysł, cyrkulacya i trawienie powinny zostawać w stanie spoczynku. Zmaczaj poprzednio głowę i pierś: zostając w wodzie poruszaj się ile tylko możesz i skórę nacieraj: jeżeli można używaj kąpieli dwa razy dnia, lecz tylko w dni gorące, w miejscach na działanie słońca wystawionych; w gwałtownej potrzebie w wannie tylko i w pokoju: korzystaj w Warszawie z pogody od połowy Lipca do połowy Sierpnia; jeżeli powietrze cokolwiek chłodniejsze, lepiej się kąpać po południu: po kąpieli napij się co ciepłego, i udaj się na małą przechadzkę.

*Zimne naciérania.*

Używają się podobnie jako środek pomocniczy we wszystkich chorobach, w których zimne wody żelazne są wskazane. Całe ciało, albo pojedyncze schorzone organa i części jego, kawałkiem lodu albo zimną wodą napojoną gąbką szybko się nacierają, najdłużej przez minutę, a po-

tém części te trą się flanną albo suknem aż do suchości.

*Kąpiele przez polewania, (dauche) deszczowe i kropliste.*

Do polania (dauche) używa się małej wygodnej sikawki, albo zwyczajnej dużej szprycy, według tego jakiej grubości strumień wody i z jaką siłą wypada na część cierpiącą wypuścić.

Do kąpeli deszczowych używa się zwyczajnej konewki do polewania, albo innego urządzenia za pomocą którego woda przez przetak rozkroplona, na część schorzałą pada.

Do kąpeli kroplistych, służy każdy lejek z małym otworem; lekarz decyduje o wysokości z której kropla ma padać, o jej wielkości i o przestankach w jakich krople puszczane być mają.

Tych 3 rodzajów kąpeli używać powinny codziennie osoby słabsze i w cierpieniach lżejszych przez 10 minut, mo-

cniejsze i w ważniejszych przypadkach przez 20 minut, przez dni 14 do 4 tygodni, wyjąwszy gdyby zmiana jaka wcześniejszej lub później nastąpiła.

Niektóre choroby niekiedy przez długie lata trwające, i już niejako naturalne źródelka (fonticuli) stanowiące, które przez pojedyncze kąpiele kropliste, lub przez polewanie rozpędzone, szkodliwe i nieprzewidziane złe skutki wzniesićby mogły, z jednoczesnym połączeniem wewnętrznej kuracyi w ogrodzie Krasieńskich bezpiecznie i gruntownie leczyć można, a to tym pewniej, gdy woda z wielką siłą na części pojedyncze spadająca, daleko większe mechaniczne wstrząśnienie jak samo zimno sprawuje. Podobnie działania pochodne albo następne są daleko mocniejsze; a zmiany tym sposobem zrządzone na skórze przenikają aż do głęboko położonych organów.

Zaprzestań kąpeli tych, skoro w części oblanej silne klucie uczujesz, a skóra

w tém miejscu mocno zaczerwienieje. Bardzo czułych albo zaognionych części tą metodą traktować nie można; bo wtedy część zajęta traci czucie, ruch jój staje się trudniejszy, konwulsye i paraliż zjawiają się. Kąpiel kroplista na głowę, w takim razie bywa najskuteczniejsza; lecz z największą przezornością uskutecznić ją być winna.

Zimne wstrzykiwania z czystej lub żelaznej wody mineralnej Pyrmontskiej, Spaa lub Egierskiej, są niejako ostatecznym środkiem w krwotokach kiszki odchodowej i macicy, jeżeli takowe z prawdziwego osłabienia pochodzą: częściej nierównie z pomyślnym skutkiem używają się w upławach flegmistycznych kiszki prostej, kanału urynowego i pochwy macicznej; lecz wtedy wymagają zawsze bacności biegłego lekarza.

Do wstrzykiwań (dauche ascendente), znajdują się także stosowne przyrządzenia w łazienkach Majewskiego i Kurtza.



Akuszerka Rozalia Bednarska w domu Jasińskich przy ulicy Nowy - Świat Nr. 1261 podjęła się z chęcią cierpiące kobiety każdego czasu nauczać sposobu ich użycia.

*Gorące żelazne źródła i żelazne kąpiele szlamowe.*

W Warszawie w łaźniach Ulrycha, znajduje się naturalna woda żelazna, która podług rozbioru chemicznego zawiera w sobie pojedynczy osad Ochry, a której siłę nadzwyczajnie wzmocnić i której nadać można własności żelaznych wód mineralnych Piermontu, Driburgu, Meinbergu, Boklet, Passy, Blumenstein i Engenstein, Brington, w Suzez, Craveggio, w Piemencie, przydając do kąpiele 600 funtów ważącój, jedną lub dwie gałki żelazne (globuli tartari martiati) które w każdój aptece dostać można.

*Kąpiele żelazne szlamowe.*

Kąpiele żelazne szlamowe sporządzają się przez dokładne zmieszanie wody mineralnej z pewną ilością ziemi tłustej czarnej, sposobem w lazienkach Majewskiego i Kurtza używanym.

Ten rodzaj kąpeli różni się od pojedynczych kąpeli mineralnych, większą natężnością działania swego; gdyż skuteczniejsze części chemiczne będąc niejako z materyą ścisłą złączone, skutkiem ję ciężaru, mocno do naczyń skóry wzięwających przylegają: podobnie i ciepło nierównie mocniej działa. Już kąpiele z samej ziemi, piasku i szlamu są środkiem leczącym, jak to każdemu lekarzowi wiadomo.

Używają się kąpiele szlamiste albo całkowicie, albo tylko miejscowo, jako okładania i wcierania codziennie raz, jako kąpiel, dwa razy jako środek miejscowy. Po każdej takiej kąpeli, bierze się kąpiel dla

czystości. W cierpieniach miejscowych, skuteczność okładań lub wcierań szlamu mineralnego, powiększa się wielce przez polewanie (dauche); gdzie atoli jest zapalenie lub skir, tam tego sposobu używać nie można.

Z pomiędzy żelaznych kąpeli szlamowych u Majewskiego i Kurtza, naśladują się sztucznie sławne u Loka w Szwecyi. Zimne w skórę wcierane, przyjemne ciepło, drganie, swędzenie, a często wysypkę wzniecają. Naprzód bierze się kąpiel gorąca, potem robi się wcieranie tak długo, aż szlam przez tarcie uschnie, nareszcie używa się polewania (dauche).

*Wody mineralne siarczane.*

Kąpiele siarczane, albo metoda poty wzbudzająca i antagonistycznie na skórę działająca, skutkują w sposób zadziwiający za pomocą ciepła i siarki, o których oddzielnie mówić będziemy.

*Ciepł o.*

Ciepło w ciele ludzkim trojakim sposobem rozwija się: albo udzielając się z zewnątrz przez kąpiele i gorące okładania; albo silniej wydobywając się z wewnątrz po użyciu gorących napojów: albo nakoniec będąc zatrzymane przez odzienia.

Ciepło jest w swoim rodzaju równie ważnym działaczem jak zimno, i podobnie jak to, ma pierwotne i następne skutki. W pierwszym razie pobudza wszystkie czynności żywotne, nerwy, naczynia, mięskuly, wewnętrzne organa i umysłowe działania, porusza soki na zewnątrz i wznieca krytyczne poty. W drugim razie powstaje przy dłuższem ciepła użyciu osłabienie naczyń wewnętrznych, mięskulów, rozstrojenie nerwów i zwolnienie czynności umysłowych. Ciepło przeto ma swoją największą wartość: 1ód gdy łagodnie i ogólnie pobudzać, gdy proces chorobliwy z organu wewnętrznego przez skórę wyprowadzić potrzeba; 2re gdy cho-

robliwie zmienioną czynność skóry poprawić wypada, 3cie gdy zbawienne poty sprawić chcemy; 4te gdy w organach wewnętrznych za wiele serwatki, flegmy, żółci, limfy i uryny wydziela się i zatrzymuje: gdy krew do wewnętrznych organów zbyt mocno napływa, i zastość sprawuje; 5te gdy z powodu chorobliwie zmienionej czynności nerwów, tężenie, ściąganie i otrętwiałość organów zewnętrznych, kurcz i konwulsye powstają.

Używamy zaś ciepła dwojakim sposobem: 1od zewnątrz, za pomocą rozgrzanych ciał stałych lub płynnych, piasku, popiołu, otrąb, lub kąpieli; 2re wewnątrz, pijąc gorące napoje.

Sama woda gorąca czysta w stosownej ilości wewnątrz użyta, rozrabia zwolna flegmę, rozwalnia, wznieca poty i urynę pędzi. Znana jest powszechnie metoda Cadet le veaux, podług której dając pić w 12 godzinach 48 szklanek prawie gorącej wody, leczy się częstokroć zastarza-

te i uporczywe cierpienia artrytyczne, które wszelkim innym środkiem nieustępowały. Równie ważne jest połączenie użycia gorącej wody z cało-godzinném przechodzeniem się, szczególniej w czasie upałów letnich. Tysiące chorych, którzy dalekie i kosztowne odbywają podróże do Aachen, Wiesbaden, mogliby się w domu wyleczyć, przy ścisłym zachowaniu głównych warunków, pijąc wodę gorącą i używając siarki szczególniej letnią porą.

Główna różnica między ciepłem a siarką zachodzi w tém: że tamto kurcze i tężenie mięśni znosi, kiedy ta szczególniejszy wpływ na naczynia hemoroidalne wywiera, a w większej ilości użyta, rozwalnia i wypróżnienia stolcowe sprawuje.

Z uwagi, iż wielu mieszkańców Miasta naszego, nadużywają ciepła pokojowego, kąpieli gorących, ciepłego odzienia, postłania i rozpalających napojów, wypada nadmienić: że ciepło nieostrożnie, albo za długo i w porze niewłaściwej użyte,

powiększa, a nawet częstokroć wznieca właśnie téż same choroby, które przy stosowném użyciu, pod okiem dobrego lekarza leczy: osłabiając cały układ nerwowy, usposabia do kurczów i konwulsyi, a zbytęcną chyżością poruszając całą masę krwi, sprawuje napływ takowój do rozmaitych części wewnętrznych: nakoniec osłabiając skórę, rodzi skłonność do reumatyzmów, artrytyzmu i wyniszczających potów. Matki przez zbytęcną troskliwość dzieci swoje w pierzynach i gorących pokojach utrzymujące: damy lękające się każdego powiewu i futrami się obciążające: mężczyźni w czasie zimnój pory wychodząc, gorących napojów używający; okoliczność tę szczególniej na uwadze mieć powinni.

*Kąpiele zwyczajne.*

Dobre do takowych przyrządzenia poczyniono w łazienkach Kurtza i Majew-

skiego. Ogólną zasadą jest pijąc wody mineralne, używać kąpieli, jeżeli skłonność do apoplexyi, plucie krwią, karmienie dzieci, czyszczenia miesięczne i niektóre wysypki skórne gorączkowe, nie są na przeszkodzie.

*Prawidła przy użyciu kąpieli.*

Stopień ciepła zmieniać się może według indywidualnego uczucia od 25<sup>o</sup> do 30<sup>o</sup> R.—Jeżeli kąpiel ma chłodzić i wzmacniać użyj 26<sup>o</sup> R. — jeżeli ma uspokajać i boleści uśmierzać 27<sup>o</sup>—drażnić i pobudzać 28<sup>o</sup> do 30<sup>o</sup>. Kąpiel chłodna od 23<sup>o</sup> do 25<sup>o</sup> R. sprawia mały lekki dreszcz, ogólne i wolne ochłodzenie, błądź twarży, zmarszczki końców palców, zmniejszając ich objętość. Ciepła kąpiel od 26<sup>o</sup> do 28<sup>o</sup> R. wznieca lekką transpiracyą, ogólne przyjemne ciepło, rumianość twarży, nie robi zmarszczków w końcach palców ani objętości pojedynczych części niezmnij-sza. Gorąca kąpiel od 29<sup>o</sup> do 30<sup>o</sup> R. i wy-



żej, sprawuje ogólne zdrażnienie; głowa się mocno poci, skóra a szczególnież twarz czerwienieje, oddech bywa niekiedy utrudniony, poty ogólne nastają. Chcąc z pewnością oznaczyć temperaturę kąpeli, używaj zawsze termometru; gdyż od wysokości stopnia ciepła nadanego kąpeli, zawisła większa część jej skutków. Najzdrowsza chwila do kąpeli jest we dwie godziny, po skończoném picciu wód mineralnych; jeżeli czas niewystarcza, można się kąpać od szóstej do siódmej godziny po południu, jednak nigdy wcześniej jak we 4 godziny po obiedzie. Rozpoczynaj kąpiele po kilku dniowém picciu wód, gdy się już okazują stolce rozrobione: używaj kąpeli tak długo, aż reakcyja w organizmie nastąpi: bierz zwykle kąpiel raz tylko z rana lub wieczorem, lepiej jednak wieczorem. Jeżeli pogoda niesprzyja, jeżeli skłonny jesteś do zaziębienia, jeżeli skórę masz suchą; zaradzi temu ciepło łóżka. Jeżeli cierpisz mdłości, zawrót,

kurcze, uderzenia krwi do głowy; miej zawsze kogo przy sobie. W takich razach przykładaj na głowę chustkę lub gąbkę w zimnej wodzie umoczoną: nie kap się nigdy z pełnym żołądkiem, lub gdy jesteś zgrzany i masz umysł niespokojny: wstępuj zwolna do wanny, zmaczawszy wprzód głowę i piersi: siedząc w wannie rozciéráj części schorzałe. Woda do piersi sięgać powinna. Jeżeli w kąpieli doznajesz nieprzyjemnego uczucia, bólu głowy, gorąca zbytecznego, dreszczu lub ściśnienia piersi; wtedy podług okoliczności podnoś lub zniżaj temperaturę kąpieli; a jeżeliby pomimo tego, lepiej ci nie było, wyjdź co prędzej z wanny. Przeciąg czasu pozostawania w kąpieli, różny być może stosownie do temperatury wody, sił twoich i rodzaju cierpień: początkowo 20 minut, później godzinę, a niektóre choroby mogą tylko skutecznie bydź leżone, siedząc przez 2 lub 3 godziny w wodzie gorącej. Im gorętsza kąpiel; tém kró-

cěj trwać powinna. Nie spij nigdy w kąpieli. Użycie koszul więcėj szkodzi jak pomaga. Wychodząc z kąpieli, strzeż się wszelkiego zaziębienia. Chude i drażliwe osoby, nie znoszą codziennych gorących i długich kąpieli; przeciwnie otyłe i flegmatyczne. Po każdėj gorącėj kąpieli przez pół godziny w ciepłej łazience wypocznij, a potém dobrze odziany, używaj wolnej przechadzki na słońcu. Wieczorem pozostań w domu. Piętnaście do 30 kąpieli, wystarcza zwyczajnie do ukończenia kuracyi.

Jeżeli zaraz po kąpieli gorącėj, zjawiają się jakie przypadłości chorobliwe, np. odurzenie, ból głowy, osłabienie, boleści członków; nie bierz kąpieli dopóki się z lekarzem nienaradzisz.

Gorące kąpiele dwojako skutkują, robiąc skórę miękką i giętką, otwierając pory, utrzymując jėj transpiracyą, a tém samém ułatwiając krytyczne usiłowania, albo skuteczniając resorbcyę znacznej ilości części płynnych, które sprzyjają

rozprowadzeniu wewnętrznych zastołości chorobowych. Gorętsze kąpiele udzielają organizmowi wiele wodorodu, a przeto podobnie jak ten, na wszystkie funkcyje organów i systematów działają; dla tego należy bez wyjątku używać gorących kąpiele, łącznie z piciem stosownych wód mineralnych w chorobach organu skór nego, w zastołościach i depozycjach organicznych, np. używając wód Karlsbadzkich, Wiesbaden, Aachen.

Gorące kąpiele są jeszcze stosowniejsze przy wodach mineralnych, które się używają w kurczach, konwulsjach, hysterii, trętweu, przy nie jednostajnym podziale krwi, uderzaniu jój do głowy i innych organów, np. Ems, Marienbad i t. d. Jest to okoliczność, która częstokroć zaniedbywana bywa w zakładach sztucznych wód mineralnych, a z której dotąd w instytucie naszym Warszawskim niekorzystano.

Wszakże za częste mylne i nie w swoim czasie użycie kąpeli, szczególnież podczas reakcyi, i febry która jój towarzyszy; sprawuje osłabienie mięśni, wybladość twarzy, ogólne opadnięcie z sił, pogorszenie cierpień, napływ krwi do różnych części i zapalenia. Dla tego dobry czytelniku! o ile kąpiele jako środek głównie wspierający użycie wód mineralnych uważać się mają; o tyle nie bierz ich nigdy bez poprzedniego dokładnego naradzenia się z lekarzem.

*S i a r k a.*

Siarka w skutkach swoich z ciepłem największe podobieństwo okazuje: w małej ilości użyta sprawuje lekką ciągłą transpiracją skóry i poprawia zarazem jój chorobliwe czynności: częścią antagoniście, częścią gatunkowo (specifice), działając, reguluje szczególnież przepływ krwi w naczyniach trzewiów brzusznych, a mianowicie żyły wrotnej, ułatwia i przy-

spiesza obieg krwi w żyłach brzusznych, miednicy, kiszce odchodowej i macicy, ściągając zwolna chorobliwie rozszerzone naczyni tych ściany, rozrzedza zgęstniałą limfę, przyspiesza i ułatwia jęj krązenie i rozpuszcza zastołci: nadto działa gantunkowo przeciw różnym chorobliwym zmianom soków (*discrasiae*) i truciznom metalicznym; a ciepło zawsze te działania najskuteczniej wspiera. Gorące wody siarczane, podobnie jak ciepło ale w najwyższym stopniu flegmę rozrabiają, rozwalniają, expektoracyą ułatwiają, poty i urynęę pędzą i sekrecye skóry zmieniają.

Nie potrzebujemy wyszczególnić chorob, przeciw którym ciepło i siarka specyficznie działają: są one bowiem téż same, które poznaliśmy przy zimnych wodach żelaznych; wszakże różnica tak wielka w zastosowaniu tych zupełnie różnorodnych działaczy, na tém zależy, że zimne wody żelazne tam tylko używają się ze skutkiem, gdzie czyste osłabienie jest

przyczyną choroby, gorące zaś kąpiele i siarczane wody, gdzie takowe od reumatyzmu, artrytyzmu, zaziębienia i wyrzutów skórnych pochodzą. Rozpoznanie tych okoliczności, jest rzeczą biegłych lekarzów, jakich w Warszawie wielu się znajduje.

Wszędzie gdziekolwiek uleczenie za pomocą ciepła i siarki następuje, chorobowy bodziec bywa z wewnętrznych szlachetniejszych organów na powierzchnię skóry wyprowadzany, i przez to niejako oddalony: gdy jednak ta metoda zarazem pobudza; przeto użycie obudwóch tych działań, wskazane bywa tylko osobom nieczynnej, świątlicznej i limfatycznej konstytucyi. Niepowinno zaś być dozwolane osobom bardzo drażliwym i krwistym, w których widoczna spostrzegać się daje skłonność do krwotoków, zapaleń i apoplexyi, albo też napotyka się gorączkę, znaczne wady organiczne i zbyteczne osłabienie. Wody siarczane nie-

stosownie lub do zbytku użyte wzniciają wzburzenia, cierpienia brzucha, odbijania, burczenia, kolki, brak apetytu, osłabiają siły muskularne, czynią skórę wybladłą i przezroczystą. Zakład wód mineralnych Warszawski, nieposiada sztucznie naśladowanej wody siarczanéj; lecz Przedsiębiorcy obowiązali się utrzymywać zawsze dostateczną ilość wody wodorodno siarczanéj (aqua hydrogenato sulfurata) codziennie świeżo sporządzonej, od przystępu światła i powietrza dokładnie zabezpieczonej. Z takowego płynu dodaje się łyżka jedna do kubka gorącej jakiej wody mineralnéj np. Sprudla, Kränchen albo Kesselbrun, tak aby w 8 kubkach, 8 uncyi wody wodorodno siarczanéj użyć: co stanowi równie skuteczną wodę mineralną siarczaną, jak gorące siarczane źródła w Aachen, Landek, Bunkschied, Warmbrun, Nendorf i Tręczynie, Schinznach, Bareges, Sylvanes, Mont-Morency, Abano, Acqui, Pozzuoli, Leaming-



ton. Taż sama ilość wody wodorodno-siarczanej, zmieszana z wodą mineralną Egierską, skutkuje podobnie jak zimne wody siarczane w Schwalbach, Nenndorf, Sztachelberg, la Roche.

Jeżeli przy tych na prędcie sporządzonych wodach sztucznych siarczanych, używać będziemy wcierań siarczanych, kąpeli z wątrobą siarczaną i szlamem siarczanym, (siarczano-parowych), wtedy potrafiemy zupełnie téż same uleczenia powyższych chorób do skutku doprowadzić u nas w Warszawie, jak i przy źródłach naturalnych siarczanych.

Najmocniej działa ciepło i siarka w postaci pary użyta.

#### *Suche gorące kąpiele.*

Są najbezpieczniejszym środkiem do wzbudzenia z pewnością dobroczynnych potów. Iluż to chorych używając nie wczesnie rozpalających, poty pędzących środków, z mało znaczących chorób zaziębie-

nia, wpada w gwałtowne gorączki nerwowe! Jakże wielkie panuje zaślepienie, nawet pomiędzy nami, usiłując w niektórych niebezpiecznych chorobach, mnóstwem tak zwanych diaforetycznych środków, poty wzniecić; kiedy rozgrzany kamień, butelka wodą gorącą napełniona, lub gorący piasek przykładane dłuższy czas do rąk, nóg i brzucha, z pewnością poty sprawują, i owszem nieraz wodna puchlina, nieraz długie i zastarzałe cierpienia, tym sposobem pijąc zarazem gorące wody mineralne, bywają wyleczone.

*Parowe kąpiele w łazienkach Maiewskiego.*

Kąpiele parowe odróżniają się tém od ciepła suchego i kąpeli zwyczajnej, że czynią skórę giętką, że rozmiękczają i najłatwiej poty pobudzają bez zamaczania, które w wielu chorobach, jako to puchlinach wodnych, róży i cierpieniach wyrzutowych, szkodliwém staćby się mogło.

Nieużywaj ich nigdy nad 30<sup>o</sup> R. Najwygodniejsza jest skrzynia Arceta albo Galla. Poczynaj od 15 minut, postępując do 40: przytém staraj się dobrze nacięrać skórę i pozostań przez  $\frac{1}{2}$  godziny w tój samėj ciepłej izbie. Mocniejsi niech biorą kąpiele codzien; słabsi zaś co drugi dzień. Jeżeli jesteś krwisty, do krwotoków i uderzeń do głowy skłonny; to unikaj tego rodzaju kąpieli: łatwo bowiem dostać możesz zawrotu, mdłości lub paraliżu i apoplexyi. W ruskich kąpielach (bania) para dochodzi do 40 R. Po wydobyciu się ogólnych potów, nacięra się ciało mydłem, trzepie miotłkami z różg brzożowych i polewając ciepłą wodą, obmywa. Jeżeli jesteś mocnej konstytucyi, powtórz to 2 a nawet 3 razy. Uczuwszy się dostatecznie orzeźwionym, wychodź z kąpieli. Przy końcu dla opłókania używa się letniej, niekiedy zimnej wody. Szczególniej okazują te kąpiele dla tego dobry skutek, że po ogólném zwolnieniu

skóry i wszystkich organów przez nacięcia i ostatnie zimne polewania, wzmacnia się znowu ich siła i dzielność.

Nie używaj ruskich kąpeli nigdy w spazmach i zapaleniach wewnętrznych organów, w cierpieniach płuc, serca i płucia krwią. W łaźniach Majewskiego znajdują się bardzo dobre przyrządzenia do nakadzeń siarczanych, (fumigacyi) które łącznie z wewnętrznym użyciem mineralnych wód siarczanych brać należy w zardawionych wyrzutach skórnych, w chronicznych bólach mięśni, kości, w sztywności stawów i sparaliżowaniach, gdzie nie masz pewności, czyli takowe z zardawionej choroby wenerycznej, lub z nadużycia merkurjuszu pochodzą.

W parowej kąpeli chory stosować się winien do uczucia własnego. Jedni pozostają w téjże bez najmniejszej przykrości przez godzinę, inni za ledwo kwadrans wytrzymać mogą. Silnej budowy chorzy biorą nakadzania codziennie, słabsi co dru-

gi dzień. Trzydzieści nakadzeń stanowią zwykle cały kurs; który jednak podług okoliczności zmianie ulegać może.

Ponieważ nakadzenia nie mają własności kąpieli parowych rozmiękczej, i giętkość nadającej skórze; łatwiej przeto wznecają bóle głowy, wzburzenia, mdłości, i usposabiają do wewnętrznych zapaleń; zaduszenia przy dobrém urządzeniu obawiać się nie można. Lecz jeszcze skuteczniejsze jak nakadzania siarczane, w wyżej wymienionych chorobach, są kąpiele siarczano-mineralne szlamowe, które również w łaźniakach Majewskiego mieć można; i to jest sztucznie naśladowany mineralny szlam sławnych kąpieli szlamowych w Abano pod Padwą.

Weź soli glaubera dr. trzy  
muriatis sodae dr. jedną  
magnes: carbonicae dr. jedną i pół  
magnesiae sulfuricae dr. jedną i pół  
hepatis sulfuris calc: dr. trzy

zmięszaj wszystko razem, zarób funtem mialkiej krzemionki i 3ma funtami także mialkiej gliny: włóż to wgliniany niepolewany garnek, nalój 3 garnce wody, nakryj garnek i zagotuj zwolna tę mięszaninę aż do zawrzenia, mięszaj wygotowaną wodę, znów świeżej doléwaj, gotując tak przez 10 godzin. Tą masą gorącą smaruje się płótno na 3 cale grubo, którym obwija się cały chory lub pojedyncze części. Gdy ta mięszanina ostygnie, należy ją spiesznie odmienić, postępując tym sposobem przez godzinę. Chory w czasie téj operacyi leży spokojnie na łożku. Z rana biorą chorzy zwykle kąpiel siarczaną, a po południu szlamową, która ma te same skutki jak podobne kąpiele szlamowe, w Acqui, Amand, Nenndorf, Sylwanes, Mont - morency, na wyspie Oesel w Lieflandii, Baldohn w Kurlandii, w Swoszowicach w Galicyi które Doktor Lafontaine bardzo zachwala, w Trenczynie na Węgrach.

*Wody mineralne ługowe (alcalinae).*

Wody mineralne ługowe w małej ilości wewnątrznie użyte, rozrzedzając i rozrabiając soki, czynność zewnętrznąj sekrecyi i wewnątrznej rosorbcyi pomnażają. Brane zaś w dostatecznej ilości, działają szczególniej na żołądek i kanał kiszkowy, zmniejszając nietylko zbyteczną ilość kwasu żołądkowego już wydzielonego, lecz sprawując zarazem takie zmiany funkcyi wydzielających, że na przyszłość daleko mniej kwasu w soku tym żołądkowym spostrzegać się daje. Działanie to wód alkalicznych, rozciąga się do wszystkich organów wegetacyinych z żołądkiem i kanałem kiszkowym w bliższym związku zostających, a szczególniej do czynności gruczołu pankreatycznego, gruczołów kreskowych i naczyń limfatycznych: również jako środek rozwalniający zastołości w tych organach i systematach, pomnażający sekrecye i poprawiający ich mieszaninę, uważane być może.

Wody przeto alkaliczne, działając mocno na wyrobienie mleczu (chylus) i krwi przez zmniejszenie części ich plastycznych a pomnożenie serwaczanych, przyspieszają obieg rozrzedzonej limfy, i powiększają resorbcyą; przez co nie tylko płynne przepotnienia (exsudatio) ale nawet zastołości (depositio) rozrobione i resorbowane bywają. Z tém działaniem na system limfatyczny i krwisty w ścisłym związku organa urynowe zostają, w których sekrecya uryny z tych samych powodów powiększa się, kamienie mniejsze i piasek rozpuszczają się i usposobienie do ich tworzenia się niknie. Tak więc wody mineralne ługowe zmieniając całą mieszaninę soków, rozcienczając je i rozrabiając, wegetacyą ograniczają, rozwalniają i osłabiają części stałe. Niestosowne przeto lub za nadto przedłużone ich użycie, może się stać bardzo szkodliwe i sprawić stan do skorbutu podobny; dla tego unikać ich wypada,



wprawdziwém osłabieniu i skłonności do szkorbutu, do dyssolucyi soków i do puchliny, przy usposobieniu do czynnych kongestyi, krwotoków i apoplexyi, nakoniec u osób mających usposobienie dziedziczne do suchot płucnych. Zalecają się wody mineralne ługowe we wszystkich chorobach wykazem objętych, na które działania ich dopiero wymienione skuteczny wpływ wywierać mogą tak zewnątrznie jak wewnątrznie, skoro tego lekarz domowy lub łącznie z lekarzem zakładu uzna potrzebę.

W tutejszym zakładzie mogą być naśladowane wody mineralne ługowe następujących źródeł: Ems, Schlangenbad, Montd'or, Vichy, Plombieres, Ischia, Teplitz, Gastein, Bilen, Limpacherbad, Neres.

*Wody mineralne gorzkie* (min: bitter Wasser).

Wody mineralne gorzkie działają podobnie jak ługowe, ale mocniej rozrabiają

szlam, wypróżniają i laxują: tak że pierwsze 3 lub 4 szklanki sprawują najczęściej wodniste wypróżnienie stolcowe, a drażniąc kanał kiszkowy, uwalniają antagonistycznie głowę, piersi i skórę, skutkują na systemat naczyńkowaty przeciw zapalnie, system muskularny osłabiają i zwalniają, uspakajają wzburzenia krwi, ograniczają jej zbytek, na układ zaś wątrobowy, żyły wrotnej i macicznej działają, sekrecye i ekskrecye onych powiększając i solwując. Osoby więc słabiej i nerwowej konstytucyi, brak krwi cierpiące, słabemi organami trawienia obdarzone, od użycia wód gorzkich wstrzymać się powinny; kiedy przeciwnie flegmatyczne i pletoryczne, do czynnych kongestyi i zapaleń skłonne, takowych z najlepszym skutkiem używać mogą. Wszakże pijąc wody gorzkie bezpiecniej jest, ich użycie często na 6 — 10 dni przerywać; i tylko konstytucye bardzo silne; w krew obfitujące, albo nieczynne (tor-

pidae) i flegmatyczne, wyjątek w téj mierze stanowią. Długo bowiem i bez przerwy pijąc takowe, powstaje zwolnienie i osłabienie mięśni, i systematu naczyńkowego, a nawet częstokroć w skutku tego, zjawiska puchliny. W których, wykazem objętych chorobach, i kiedy wody gorzkie mineralne być mogą zalecone; okazuje się z tego, co o ich skutkach powiedzianém zostało. U nas w Warszawie będą sztucznie naśladowane wody te źródeł naturalnych Seidschütz, Seidlitz, Püllna, Lucia, Pisa.

*Wody mineralne z solą glauberską.*

Ogólny skutek tych wód wewnętrznie użytych jest solwujący, wszystkie sekrecye i ekskrecye pobudzający i ułatwiający. Wody te zimne najwięcej w skutkach swoich do wód gorzkich zbliżają się. Wszakże gorące zupełnie przeciwnie działają: to jest, ożywiają, pobudzają, solwując i rozprowadzając (zersetzend). A

tak pierwsze zalecają się szczególniej w przemagającej obfitości krwi (plethora) i w stanie prawie zapalnym (subinflammatorius), drugie w osłabieniu atoniczném, gdzie silnie, ale zarazem z przyczyny drażliwego łatwo pobudzanego systemu naczynkowego, z ostrożnością działać potrzeba. W instytucie Warszawskim naśladowane będą wody mineralne glauberskie podobne jakie się znajdują w źródłach: Karlsbadzie, Marienbadzie, Pfeffers, Bagneres, Bath, Buxton.

*Wody mineralne kwaśne czyli gazem  
kwasem węglowym nasycone.*

Przemagający gaz kwas węglowy w wodach mineralnych kwaśnych, nadaje im właściwy charakter lotny; tak że się w skutkach swoich z wodami mineralnymi gorącemi poniekąd równać mogą. Podobnie jak wyższa temperatura, działa wolny gaz kwas węglowy, pobudzając, lotnie - przenikając, czynność wszystkich

ekskrecyjnych i sekrecyjnych organów wzmacniając, urynę pędząc, otwierając, solwując, nerwy i system naczyńkowaty ożywiając.

Skutki wód mineralnych gazem kwasem węglowym nasyconych, okazują się naprzód w żołądku, częścią ulepszając ekskrecye i większą czynność i dzielność błon wznieczając, częścią drażliwość nerwów jego uspokajając: dalej rozciągają się do wątroby, śledziony, gruczołu pankreatycznego, systematu żyły wrotnéj i całego kanału kiszkiowego. Napływ i zastości krwi w systemacie żyły wrotnéj zmniejszają się, żółć staje się płynniejszą i traci zbyteczną ostrość. Obieg krwi i limfy w trzewiach brzusznych odbywa się żwawiej, sprężystość i kurczliwość części tych okazuje się czynniejszą, a limfatyczne i szlamiste ekskrecye odbywają się regularniej. Od kanału kiszkiowego skutki te rozciągają się do cyrkulacyi, jak niemniej do powierzchni ropę i szlam wydzielają-

cych na skórze zewnętrznej: puls się podnosi, staje się mocniejszym, mało bardzo przyspieszonym: żyły ściągają się coraz więcej, wzburzenie (orgasmus) w systemacie naczyńkowanym uspokaja się, a obieg krwi odbywa się należycie i regularnie: wydzielenie się szlamu i ropy ustaje, a nawet zbliżając się do rozkładu, traci zgniłe własności: wszystkie organa reprodukcyjne zyskują na organicznej spójności (cohesio) jak niemniej zewnętrzna skóra na sprężystości, bez zatamowania jej ekskrecyi: organa moczowe wydzielają obficie, mniej przesyconą materiami zwierzęcymi urynę: czynności muskularne odbywają się z łatwością i silnie: nawet umysł staje się weselszy. Tylko gdy na cześć żołądek przy drażliwej i osłabionej konstytucyi, wielką ilość tej wody użyjemy; przestrzegamy odurzenie i zawrót: stan jednak takowy w krótkce ustaje. Z tego cośmy powiedzieli, wiedzieć można z łatwością w jakim celu i w jakich chorobach wody

mineralne z kwasem węglowym wskazywane bydź winny. Wody mineralne kwaśne z źródeł: Selters, Schwalheim, Obersalzbrun, Geilnau, Belvedere, Pougues, bywają także w instytucie Warszawskim naśladowane.

*Wody mineralne słone (z solą kuchenną).*

Wody mineralne słone są dwojakie: morskie i źródlane; ostatnie zaś znowu są ziemne lub gorące.

1. Wewnętrznie użyte okazują skutek mocno solwujący, a to podług rozmaitości organów. Powiększając i zmieniając sekrecye błon szluzowych, podobne są do wód gorzkich; lecz nie tak mocno i gwałtownie laxują: natomiast nierównie silniej na błony szluzowe dróg oddechowych i urynowych działają. Wywierając szczególniejszy wpływ na system limfatyczny i gruczolkowaty, przyspieszają niezmiernie resorbcyą, solwują i ułatwiają odwrotne kształcenia organiczne (re-

trograda organisatio) a w tym względzie możnaby je porównać z wodami mineralnymi alkalicznymi, z tą jednak różnicą, że pierwsze na system gruczołkowy szczególniejsze działanie okazywać zwykły. Nadto rozcienczają i rozrzedzają krew, a przez zbytecznie długie użycie sprawują niekiedy przypadłości skorbutyczne, system nakoniec maciczny zwolna pobudzają i ożywiają.

2. Zewnętrznie w kształcie kąpeli używane, działają naprzód na skórę, błony śluzowe, system gruczołkowy i limfatyczny, solwując i pobudzając.

Do kąpeli słonej dla dorosłego potrzeba 20—30 funtów soli postępując do 40. Ta sama kąpiel może być 10 razy użyta, dodając za każdym odgrzaniem 1 lub 2 funty soli. Najlepszy stopień ciepła jej jest 22<sup>o</sup> R. i nigdy 24<sup>o</sup> R. przechodzić niepowinien, bo wtedy kąpiel taka, drażni za nadto skórę. Zostaje się w wannie przez  $\frac{1}{2}$  lub całą godzinę. Kąpiele sło-



ne pobudzają skórę i wznieczają w niej żywszą cyrkulacją; i dla tego leczą różne skórne choroby, rozwalniają i solwują zastołości rozmaitych organów, a szczególniej siatki Malpigiusza, naczyń limfatycznych, gruczołów i błon serwaczanych. Takie kąpiele słone, te same skutki sprawiają jak rozgrzane kąpiele w Kippingen, Boklet, Wildungen, Pyrmont, Sinnberg, jak źródła słone z natury gorące: Karlsbadu, Toeplitz, Baden blisko Wiednia, Wisbaden, Badenbaden. Chłodne kąpiele słone 18<sup>o</sup> R. przez 10 lub 15 minut przy mocném poruszeniu w wannie łącznie z piciem zimnych wód mineralnych Selterskich, Spaa i t. p. używane, sprawiają te same skutki jak kąpiele morskie w Doberan, Gdańsku, Trawemünde, Rurall, Vorderung, Luxhaven i t. p.

Skutki wyżej opisane kąpieli słonych z jednoczesném użyciem wód sztucznych mineralnych, naprowadzają na wiadomość w jakich przypadkach skutecznie używa-

ne bydź mogą. Wody morskie które w Warszawie naśladować można, są: Jochel Kissingen, Wiesbaden, Badenbaden, Bourbonne, Lesbains, Civita-Vechia.

### *J o d y n a.*

Jodyna w małych i tylko stopniowo powiększonych ilościach używana, pobudza przedewszystkiém organa brzuchowe i wszystkie ich czynności. Apetyt się wzmacnia: trawienie odbywa się silniej spieszniej i regularniej: obok zupełnie normalnych wypróżnień stolcowych; a tak odżywienie postępuje i powierzchowność chorego poprawia się: przytém w podbrzuszu powstaje uczucie ciepła i lekkiego prężenia: czyszczenia miesięczne zostają przyspieszone i obfitsze, a zatrzymane hemoroidy znów płyną. Nakoniec popęd płciowy odzywa się mocniej, a u osób krwistych i drażliwych zdrażnienie naczyń udziela się niekiedy całemu orga-

nizmowi: stąd puls przyspieszony, mocny, twardy i pełny, niespokojność w mięśniach i podwyższone ciepło skóry. Dopiero po użyciu kilkudniowym, okazuje się skutek rozdzielający tego środka i szczególne działanie jego na system gruczołowy, limfatyczny, błony stawowe i tkankę komórkową: nabiegnięcia miękną, rozdzielają się i zwolna ustępują. W tym czasie niepostrzegamy wprawdzie widocznie pomnożonych sekrecyi, lecz ciągle takowych przyspieszenie. Używając jodyny dłuższy czas w znaczniejszych dawkach, silniejsze jej działania jawią się w całym organizmie, stosownie do indywidualności i innych okoliczności. System nerwowy tak pobudzony, staje się czulszy i drażliwszy; a wpływy zewnętrzne mocniejsze czyniąc wrażenia, wznieczają kurcze, mdłości, niezwyczajną wesołość lub skłonność do płaczu. Podobnie dzieje się z obiegiem krwi, który z niezwykłą odbywając się chyżością, łatwo pobudliwy, jest powodem

zajęcia i bólu głowy, ściśnienia i zatchnięcia piersi i krwotoków z różnych organów: przytém puls bywa twardy, przyspieszony, niekiedy prawdziwa gorączka, sen niespokojny, poruszenia mięśni nagle i drżące, apetyt i wypróżnienia stolcowe bardzo zmienne.

Zjawienie się tych przypadłości, uważać należy jako punkt wysycenia organizmu. Jeżeli pomimo dopiero wymienionych zjawisk, jodiny w powiększonej ilości używać będziemy; wtedy rozmaite złe skutki następują, szczególnie, opadnięcie sił, nagle wychudnienie, drażliwość nerwów, drżenie i otrętwiałość członków, osłabienie wzroku, bezsenność, przyspieszony puls, bicie serca, częsty suchy kaszel, nienicknięcie piersi kobiecych, nakoniec wyniszczenie, puchlina, niekiedy nawet ślinopłyn i grzybki w ustach. Wszakże jeżeli zaraz w początkach tych przypadłości od dalszego jodiny użycia wstrzymamy się; takowe bez żadnych

szkodliwych następstw przemijają, nawet piersi kobiece zmiany niedoznają, jak powszechnie a mylnie większa część lekarzy utrzymuje. Jodyna brana zaraz z początku w dużych lub spiesznie powiększonych ilościach szkodliwie szczególnie na żołądek działa, sprawuje bóle jego (cardialgia) nudności, odbijania się i żółciowe wymioty. Częstość zajmuje piersi, wznieca suchy częsty kaszel i zatchnienie, niemniej gorączkę i zajęcie całego organizmu. Jodyna w zbyt wielkiej ilości użyta, zrzędza mocne zapalenie żołądka, gwałtowne affekcyje nerwów i naczyń krwistych, a nawet śmierć. Z tego cośmy dotąd o działaniu jodyny powiedzieli, okazuje się, iż takowa jest środkiem silnie pobudzającym, ale najmocniej rozdzielającym wszelkie zastości, depozycye i obrzękłości w składzie gruczołowym i limfatycznym, który szczególnie z dobrym skutkiem używać się daje u osób niemających powodów obawy

jój pobudzającego działania na nerwy i naczynia krwiste. Atoli, osoby krwiste skłonne do gorączek, krwotoków, kongestyi do głowy, piersi i brzucha, użycia jodyny unikać mają, niemniej osoby nerwowe, czule, wychudłe, wyniszczone, ciężarne, z osłabionym żołądkiem. Kiedy jodyna i pod jakimi warunkami wskazaną być może, z jój skutków i działania dostatecznie wynika: to tylko dodać można, iż wiele najuporczywszych chorób wykazem objętych przy jednoczesném użyciu stosownych wód mineralnych i wcierań jodowych, leczyć się dają.

Zważając jednakże iż jodyna wewnętrznie używana przez nie lekarzy lub nawet lekarzy mniej w sztuce biegłych i doświadczonych, częstokroć gorsze sprawia skutki, jak sama choroba; nierównie bezpieczniejsz będzie takową używać wcieraając zewnętrznie w postaci maści lub solucyi, a to tym bardziej, iż téż same skutki pomyślne wcieraając osiągnąć można

jak przez użycie jodyny wewnętrzne, nie mając powodu obawy ztąd złych skutków. Sporządzając maść do wcierania, bierze się pół drachmy wodojadu potażu i gran jeden jodyny na  $1\frac{1}{2}$  uncyi sadła wieprzowego, i z takowój rano i na noc wciéra się w część cierpiącą ilość orzecha laskowego; wszakże ilość ta jodyny w maści znajdować się mająca, zależy po większój części od drażliwości skóry i indywidualności chorego. Tinktur lub solucyi używa się zewnętrznie tam, gdzie wcierania z różnych przyczyn miejsca mieć nie mogą.

Najznacześniejsze źródła w których skład jodyna wchodzi, są: Busko, Luchaczowice, Krentznacht, Tatenhausen, Kissingen, Memberg.

Podobnie jak jodyna i pod temi sameimi warunkami, lecz jeszcze mocniej działa brom, na system gruczołowy i limfatyczny. Zewnętrznie używa się zmieszany z sadłem wieprzowém do wcierania wta-

kim samym stosunku jak jodyna. Zródła zawierające Brom są: Adelheidsquelle, i prawie wszystkie morskie wody.

*Mléko i serwatka.*

Mléko różni się w swoich własnościach podług różności zwierzęcia od którego pochodzi. Mléko mamki, klaczy i oślicy jest najrzadsze, najśłodsze i najłatwiej trawić się dające. Dlatego mléko od oślicy jest szczególnieź zdadne w leczeniu suchotników, do częstego plucia krwią, wzburzeń i kongestyi skłonnych. Kozie i owcze mléko jest najtłuściejsze, bardzo trudne do strawienia; ale za to więcej odżywiający jak poprzednie. Mléko krowie trzyma niejako środek, i najeczęściej téż używane bywa. Rozrzedzone małą ilością wody może poniekąd zastąpić mléko kobiece. Mléko prosto od krowy, jeszcze ciepłe, jest najstosowniéjsze do kuracyi mleczych i innych lekarskich celów.



*Serwatka.*

Serwatka może być słodka (*serum lactis dulce*) albo kwaśna (*s. l. acidum*), ostatnia otrzymuje się z zsiadłego mleka bez żadnego dodatku, za pomocą ciepła. W skutkach swoich zbliżając się do lekkich kwasów roślinnych, chłodzi i rozwalnia podobnie jak łagodniejsze sole obojętne.

Serwatka słodka z świeżego mleka za pomocą tak zwanąj podpuszczki, octu, nadwinianu potażu i t. p. otrzymana, posiada słabo odżywiające własności, działa atoli szczególniej na błony szluzowe kiszek, na wątrobę i nerki, czynności ich znacznie przyspieszając. Rozwalnia gruczoły brzuchowe i rozdziela zwolna zastłości w systemacie żylistym wrotnym, wątrobie, i śledzionie, uspakajając zarazem układ nerwowy i krwionośny. Skąd okazuje się dostatecznie w jakich chorobach użycie takowej wskazaném być może.

Cukier mleczny (*sacharum lactis*) téż same robi skutki, lecz trudniejszym jest

do strawienia; dla tego serwatka na pierwszeństwo zasługuje. Pije się serwatka słodka jak wody mineralne, z rana, chodząc po ogrodzie lub gdziekolwiek na świeżem powietrzu, co  $\frac{1}{4}$  godziny kubek. Ilość kubków zależy od różnych okoliczności, szczególnie zaś od dobrej digestyi; użycie jedno-miesięczne lub najwięcej 6cio-tygodniowe stanowi całą kuracyą. Mleko jeszcze, podobnie jak serwatka słodka, daje się w większej lub mniejszej części do wód mineralnych, co już poprzednio traktując o takowych, wyjaśnionem było.

### *Winogrona.*

Winogrona tak jak wszystkie słodko-kwaskowe soczyste dojrzałe owoce, zbliżają się w skutkach swoich do soli obojętnych; z tą jednakże różnicą, że stykając się z organizmem, nie drażnią, ale raczej łagodzą i zwalniają. Powiększają w prawdzie sekrecye kanału ki-

szkowego, lecz nierozrabiają kleistości jego i owszem pomnażają takową osłabiając błony szluzowe, dla tego w zaflegmieniu kiszek jako środek laxujący miejsca niemają. Przeciwnie u osób których albo cały organizm lub tylko kanał kiszkowy wielce jest drażliwy, przy nieosłabioném jeszcze trawieniu, z najlepszym skutkiem bywają używane i przed solami na pierwszeństwo zasługują. Wywierając szczególne swoje działanie na wyższą część kanału kiszkowego, na żołądek i system wątrobnny, poprawiają nie normalną sekrecyą żółci, rozrzedzają takową i łagodzą jój ostre własności, osobliwie gdy te z napływu gęstej krwi i zastołości w systemacie wrotnym pochodzą.

Z tego cośmy o skutkach winogron powiedzieli, okazuje się, iż takowe zalecają się osobom więcej drażliwym, pletoycznym dla poprawienia czynności układu wrotnego i wątrobowego a szczególnie wydzielenia żółci, w zbytecznej

plastyczności soków, w gorączkach, w skłonności do płucia krwią i wzburzeń jak niemniej w skorbucie.

Chorzy którzy z powodu dopiero wymienionych przyczyn stosowne wody mineralne w lecie pili, powinni w jesieni dla uzupełnienia kuracyi używać winogron. Używają się zaś winogrona słodkie i dojrzałe przez 6 do 8 tygodni przy mocnym poruszeniu na świeżem powietrzu codziennie z rana na czczo i po południu po 1½ funta, zachowując dietę lekką, więcej roślinną. Oznaką dobrego skutku winogron jest, kiedy chorzy którzy zwykle zatwardzenie cierpieli, codziennie jeden lub dwa wolne stolce bez bóleści miéwają.

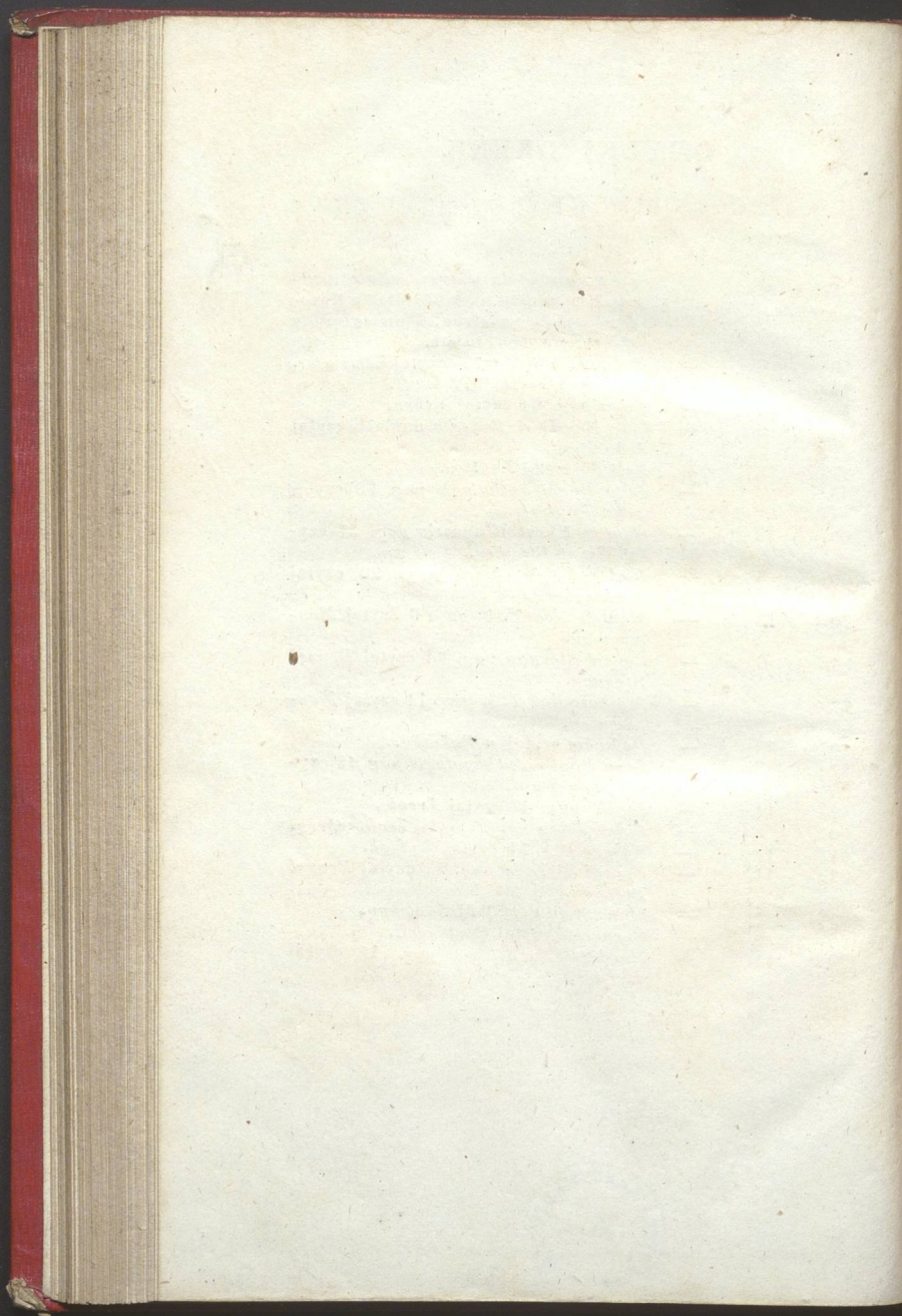
K O N I E C .

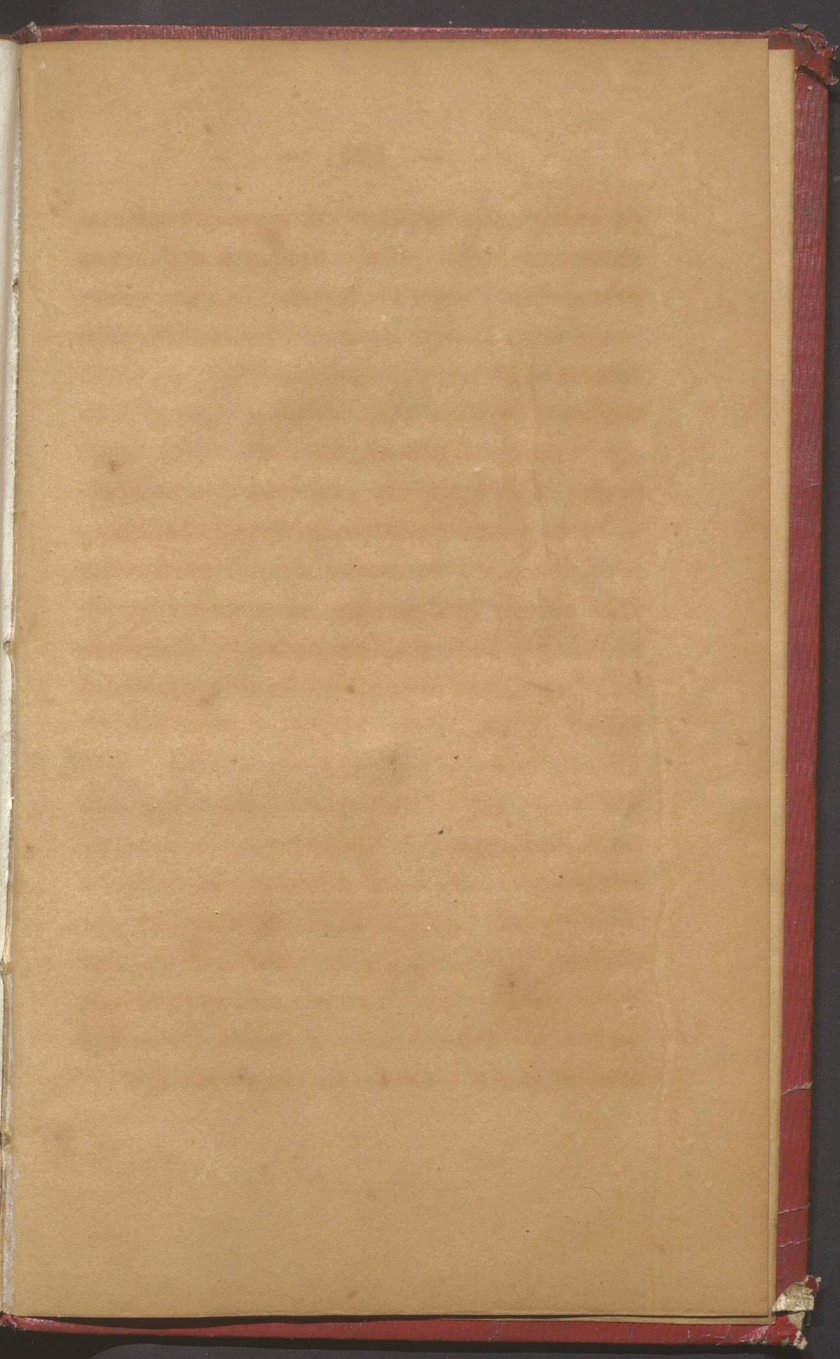
## OMYŁKI DRUKU.

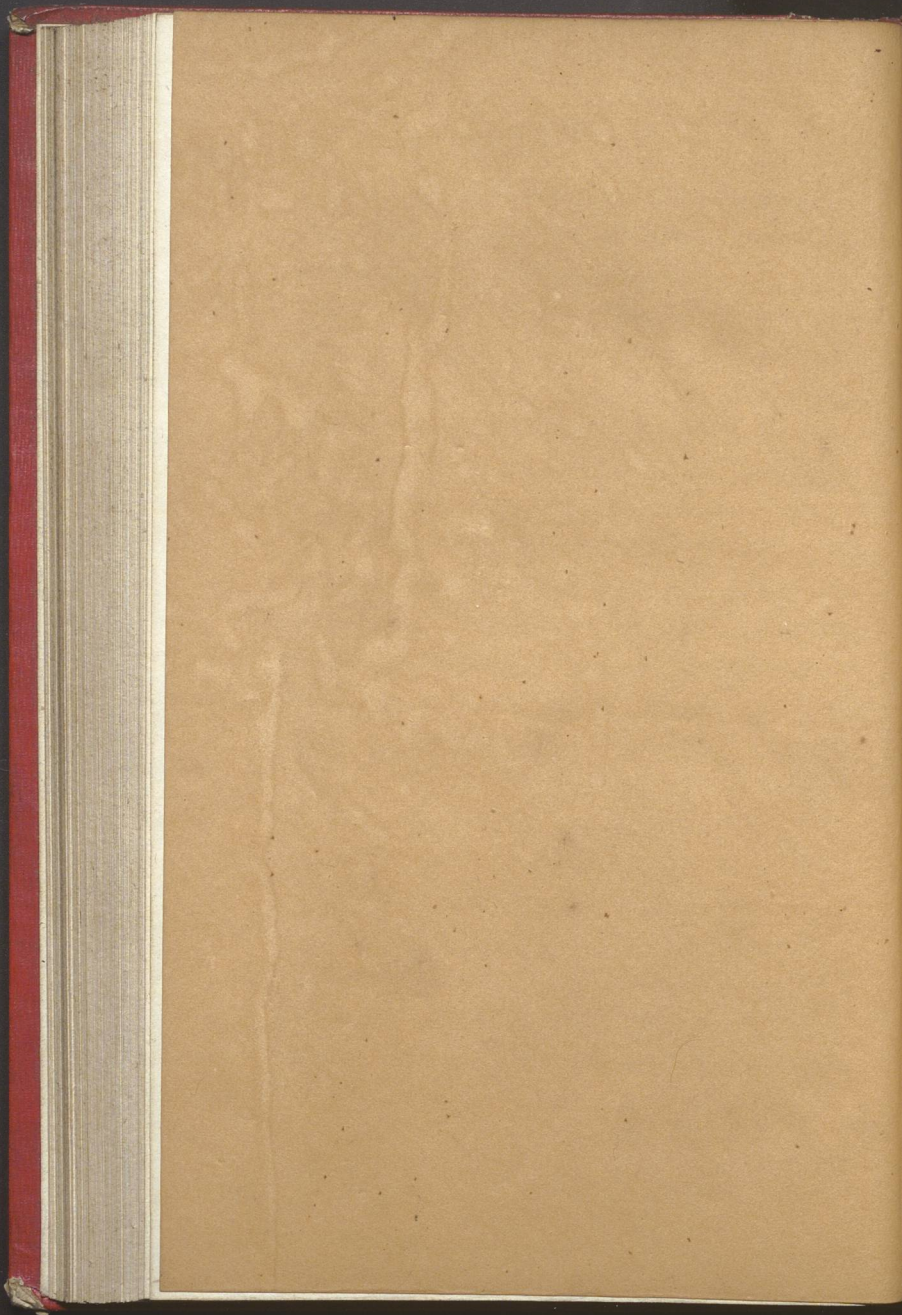
---

pag.	wiersz	zamiast
7	15	po wyrazach <i>do wieczności się przynoszą</i> powinien nastąpić cytat z Rousseau mylnie na stron. 8 umieszczony <i>Ilużto nie umarło</i> etc.
10	3	— <i>E Lerminier</i> pag. 125 czytaj <i>Lerminier</i> .
14	6	— <i>Thibeault</i> czytaj <i>Thiebault</i> .
20	20	— <i>Sturz</i> pag. 64 czytaj <i>Sturz</i> .
29	6	— <i>Jean Paul's Anthologie</i> pag. 16 czytaj <i>Jean Paul</i> .
47	9	— <i>Le Roi</i> czytaj <i>Le Roy</i> .
59	3	— <i>Jean Pauls anthologie</i> pag. 90 czytaj <i>Jean Paul</i> .
60	17	— <i>Genius Ernst Wagner's</i> pag. 31 czytaj <i>Ernst Wagner</i> .
66	5	— <i>Lichtenberg's Ideen</i> pag. 22 czytaj <i>Lichtenberg</i> .
70	14	— <i>Montesquieu T. 3.</i> pag. 6 czytaj <i>Montesquieu</i> .
75	6	— <i>Vencel Sternau</i> pag. 74 czytaj <i>Benzel Sternau</i> .
77	4	— <i>Montesquieu T. 3.</i> pag. 14 czytaj <i>Montesquieu</i> .
80	18	— <i>Balsaka</i> czytaj <i>w Balsaku</i> .
87	3	— <i>Jean Paul's Anthopologie</i> pag. 45 czytaj <i>Jean Paul</i> .
87	14	— <i>Jacobi</i> pag. 47 czytaj <i>Jacobi</i> .
90	8	— <i>Lidstenberg</i> pa. 35 czytaj <i>Lichtenberg</i> .
91	17	— <i>Knigge</i> pag. 51 czytaj <i>Knigge</i> .
93	11	— <i>Vencel Sternau</i> pag. 73 czytaj <i>Benzel Sternau</i> .
102	7	— <i>Hanemann</i> czytaj <i>Hahnemann</i> .
106	8	— <i>Coraceoli</i> czytaj <i>Coraccioli</i> .
119	11	— <i>Herders Anthologie</i> pag. 17 czytaj <i>Herder</i> .

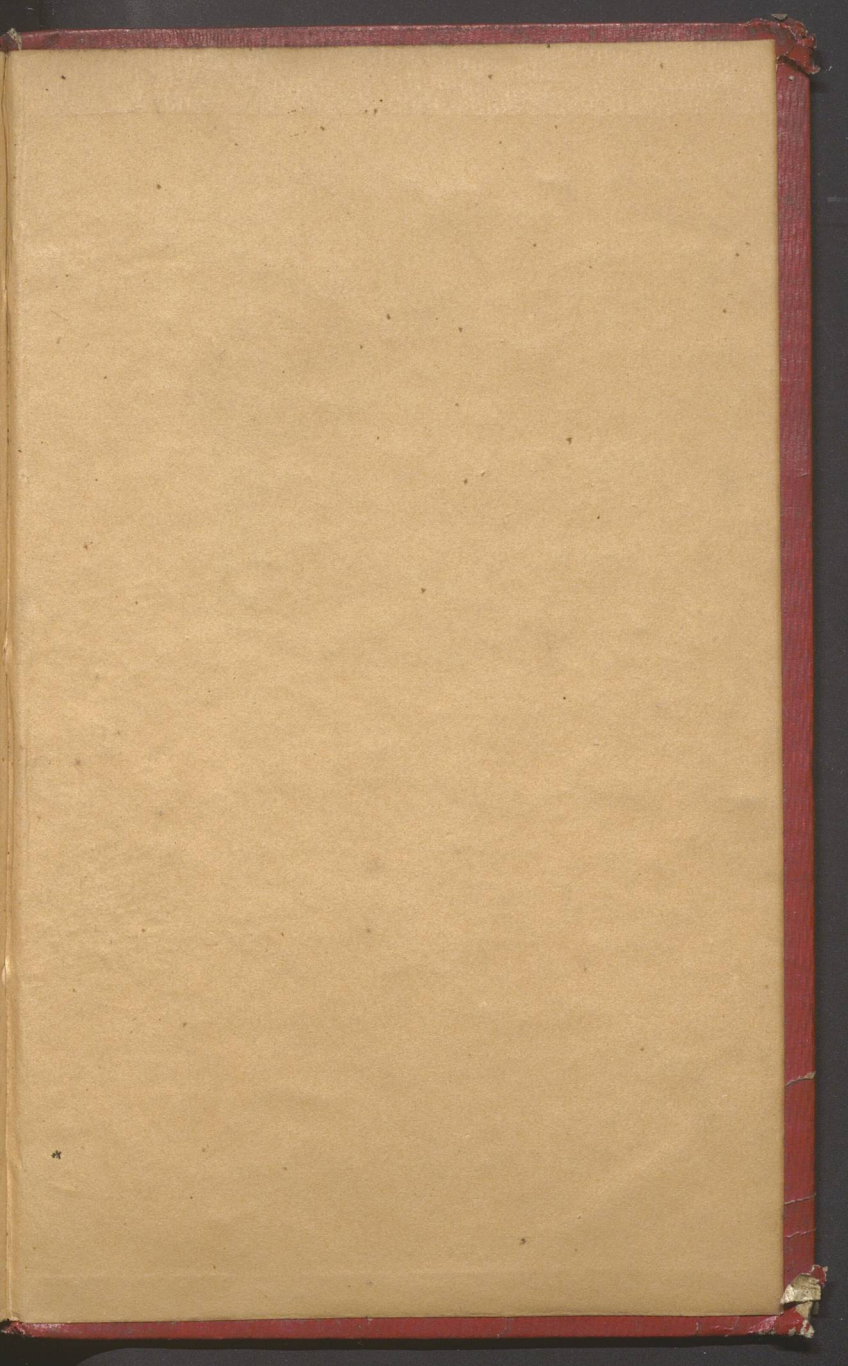














BIBLIOTEKA  
AKADEMII MEDYCZNEJ  
W LUBLINIE

05164

Uniwersytet Medyczny w Lublinie  
nr inw.: XX - 40215



BG 5164