

404

404/3

ŁAZNIE PAROWE

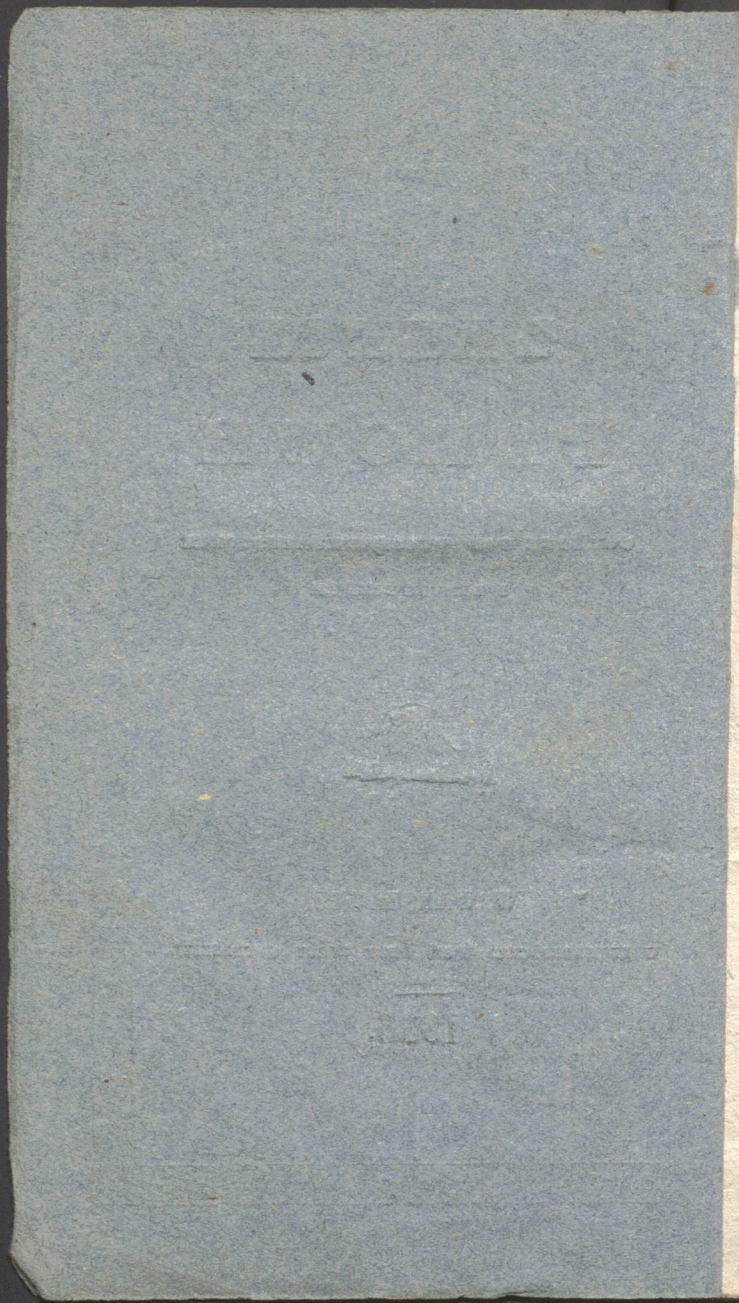
UWAŻANE POD WZGLĘDEM LEKARSKIM
I DYETETYCZNYM



W WARSZAWIE,

W DRUKARNI GAZ: WAR: PRZY ULICY S. JERSKIEJ.

1836.



315

ŁAZNIE
P A R O W E
R O S S Y J S K I E.

Za pozwoleniem Cenzury Rządowej.

W W O K I A
W H O I T Z O A

404/12-8
ŁAŹNIE

Sp

PAROWE

ROSSYJSKIE.

UWAŻANE POD WZGLĘDEM LEKARSKIM
I DYETETYCZNYM,

Z PRZYTOCZENIEM

Ważnych skutków świeżo doświadczonych

O R A Z

NAJLEPSZY SPOSÓB ICH UŻYWANIA.

T. L. L.
1904 05

PRZEZ

K. KRUPSKIEGO.

REDAKTORA GAZETY WARSZAWSKIÉJ.

*Szlachetne zdrowie!
Nikt się nie dowie,
Jako smakujesz,
Aż się zepsujesz.*

J. Kochanowski.

w **Warszawie,**

1 8 3 6.

*Biuletyn Towarz. Lekarsk
gub. Lubelskiej*



5388

Uniwersytet Medyczny w Lublinie
nr inw.: XX - 40105



BG 5388



W. 95-9952

110

Przedmowa.

Zdrowie, ta pierwsza potrzeba każdej istoty, pierwszy cel i zarazem główny środek szczęścia i pomyślności ludzkiej, było po wszystkie czasy i nigdy nie przestanie być przedmiotem najtroskliwszych badań i rozpraw wszelkiego stanu ludzi.

Wszystkie umiejętne sztuki nabywają się drogą doświadczenia, lub doświadczeniem poparte być muszą. Wiele jest takich, na wydoskonalenie których do pewnego tylko nawet stopnia, życie i rozum jednego człowieka nie wystarcza; stopień ich doskonałości jest częstokroć dziełem doświadczeń wielu ludzi, wielu lat, a częstokroć wielu wieków. Zbiór takich doświadczeń i postrzeżeń stanowi teorią, której koniecznie uczyć się potrzeba, aby nie szukać bez potrzeby i niekiedy nadaremnie, co już jest wynalezionem; aby nie wpadać w błędy, o których, doświadczenie innych nas ostrzega. Do takich sztuk należy i sztuka lekarska.

Niemasz żadnej umiejętnej sztuki, w którejby wszyscy ludzie mieli pewne doświadczenie; w jednej tylko sztuce lekarskiej ten przypadek ma miejsce; dla tego nie u samych tylko lekarzy szukamy rad w naszych chorobach; dla tego rozważny człowiek przeżywszy pewny wiek,

najlepszym sam dla siebie jest lekarzem, wyjąwszy nadzwyczajne słabości.

Sztuka lekarska jest ze wszystkich najdawniejsza, najwięcej zgłębiana, przeistaczana, doskonalona, i jakkolwiek wysoki osiągnęła stopień doskonałości, której tysiące ludzi winni są życie, jej przecież ze wszystkich najwięcej zbywa na udoskonaleniu. Bo też iaki ogrom nauk jest z nią połączony, które lekarz nie tylko znać w stopniu doskonałości, jaki osiągnęły, powinien, ale nadto być sam twórcą dalszego ich postępu, autorem nowych postrzeżeń, jeżeli ma godnie odpowiedzieć swemu powołaniu, i nie być prostym naśladowcą; bo symptomata chorób zwłaszcza skomplikowanych są zwońnicze, bo cierpienia prawie wszystkie są względne, indywidualne, a ich przyczyny po większej części domysłowe.

Ku temu usposobieniu ileż pracy, czasu,łożyć musi na nabycie potrzebnej nieodbicie znajomości samych przygotowawczych nauk: historyi naturalnej, fizyki, chemii, botaniki, fizjologii, anatomii, nim jest w stanie zajmować się naukami głównymi: patologią czyli znajomością chorób; materją lekarską; czyli znajomością własności lekarstw, terapią czyli znajomością zasad, podług których lekarstwa zastosowane być powinny do chorób; które to wiado-

mości, jako zasadnicze a jeszcze bardzo dalekie od swęj doskonałości, przez cały ciąg zawodu swego niezmiernie zgłębiać i rozwijać powinien; że nie wspomnę języków i wielu innych wiadomości; biegły lekarz wszystko to w wysokim stopniu posiadać musi. Słowem znajomość wszelkich istot, wszelkich przyczyn stanowiących wpływ wywierających na zdrowie, do jego obrębu należy; znać on powinien wzajemny wpływ i stosunki, jakie zachodzą między ciałem a duszą, której moralne cierpienia niekiedy zabójczo działają na ciało, fizyczne w nięm sprawując cierpienia; znać powinien uczucia fizyczne i wpływ władz umysłowych, bo od tamtych serce a od tych głowa boli; zgoła powinien być i filozofem.

Z jakimże mozalem zgłębiać musi obcych tysiączne doświadczenia nim sam przystąpi do praktyki? Ileż wówczas przenikliwości, poświęcenia, delikatności, sumiennosci łączyć się w nim powinno? Na ileż nieprzyjemności, trudów i częstokroć niebezpieczeństw naraża się? Jakaż troskliwość i pilność nie powinny cechować jego starań około pacyenta, a nieinteressowność jego postępowanie, któreby dowiodły, że pomoc ludzkości jest jego pierwszym, a interes pieniężny, drugim celem. Takiemu lekarzowi bez trudności przychodzi w pomoc zaufanie, które

czyni tak uzdrawiającemi lekarstwá; staje on się powiernikiem częstokroć najskrytszych tajemnic, przyjacielem domowym; między nim a chorym największa otwartość panuje; uzdrowienie, ten wspólny i główny interes ściśle ich łączy z sobą i obchodzi. Taki lekarz jest prawdziwie aniołem pocieszycielem cierpiącej ludzkości. Na jakież poszanowanie i względy niezasługuje. Możnaż jeszcze lekce ważyć poświęcenie się jego, zazdrościć jego dóstatków, tak drogo okupionych, jakkolwiek one byłyby wielkie? Godność lekarza jest wysoka: jego zaleceniom poddają się mocarze świata.

Ale wielu wezwanych lecz mało wybranych. Jakże mała jest liczba tak pilnych, rozsądnych, sumiennych, troskliwych, bezinteressownych, przyjacielskich, a tém bardziej doskonałych, zwłaszcza przy tylu przedstawiających się trudnościach w udoskonaleniu samej sztuki.

Ileż znajdują trudności do pokonania! Ileż tajemnic w przyrodzeniu, za któremi tylko wiecznie błąkać się im pozostaje; a jednakże nigdy niewyczerpana nauka przyrodzenia jest głównym ich przedmiotem. Ileż tajemnic w samym organizmie ludzkim! Któreż oko przejrzy wnętrzości tego cudownego organizmu, aby zbadać w której z milionowych sprężyn siła żywotna osłabioną została. Któryż lekarz ośmieli się twierdzić, że jest w stanie poznać zawsze istotę

choroby, a tém bardziej jej przyczynę, kiedy
taż przyczyna może jest skutkiem innych przy-
czyn. Jest to pole licznych hipotez. Dla tego
też sami lekarze szlachetnie myślący, sztukę le-
carską nazwali sztuką domysłową. Lecz coż
smutniejszego jak samowładne działanie na do-
myśle oparte, a przeto na traf rzucone, od
którego zdrowie lub choroba, życie lub śmierć
zawisły. Człowiek o tej smutnej przekonany
prawdzie, nie dziw, że się obawia recept lekar-
skich, i zmuszony, niechętnie się poddaje przepi-
som nawet biegłego lekarza. Gdyż lubo wie, iż
sztuka lekarska posiada znaczną liczbę skutecz-
nych, doświadczeniem stwierdzonych środków,
ale i to mu nie tajne, że ciągle liczne padają
ofiary, błędnych teoryj, fałszywych hipotez, i
mylnych działań, jedynie na domyśle opartych.
Nie winuje on lekarza, ale niedoskonałość sztuki
lekarskiej. Dodajmy do tego, że jak w każdej u-
miejętności, tak i w sztuce lekarskiej znajdują się
uczni partacze, uczone szarlatany.

Zacięte walki, jakie się i teraz toczą mię-
dzy starymi i nowymi lekarskimi szkołami:
antypatycznymi, allopatycznymi, Kuracją wo-
dą zimną (*) Homeopatya i Medycyną Wyle-

(*) Kuracja wodą zimną wewnętrznie i zowne-
trnie użyta, należy do nowych metod leczenia,
autorem jej uważany jest lekarz Currie,

czającą *Le Roy*, dowodzą jasno jak jeszcze ta sztuka daleką jest od swęj doskonałości. Otwórzmy historiją sztuki lekarskiej a dowiemy się, iż podobne walki od *Hipokrata*, a bezwątpienia od początku chorób rodu ludzkiego ciągle się odbywają, zmieniając tylko postaci i barwę. Iteż tam znajdziemy najrozmaitszych różnorodnych teoryj, które następowały po sobie, lub razem panowały; a wszystkie popierane przez zapalonych stronników, którzy nawzajem przeciwnie im metody potępiali. Jakkolwiek te walki piórem się odbywają, zawsze jednak w swych skutkach kosztem zdrowia ludzkiego są prowadzone. To tylko z pociechą spostrzegamy, że sposób leczenia jest coraz prostszy, w karmieniu lekarstwami oszczędniejszy i na coraz mniejszej liczbie lekarstw ograniczający się. (*)

który poznawszy skuteczność wody zimnej w złośliwych gorączkach przez *Dr. Wright* pomysłnie doświadczoną, napisał w r. 1797 systematyczną na stałych zasadach opartą naukę tej Kuracyi. Powszechnie szacowany *Dr. Kulesza* wydał w tym przedmiocie niedawno w przekładzie polskim dzieło pod tytułem: *O kuracyi wodą zimną, czyli najnowsze sposoby leczenia prędko i gruntownie wielu najniebezpieczniejszych chorób za pomocą wody zimnej, z dodatkami obejmującemi przykłady szczęśliwie dokonanych kuracyj; w drugiej edycyi Dra. Fabricius.*

(*) Jak w Kuracyi wodą zimną, Homeopatyi, *M. W. Le Roy*.

Przejdźmy do licznych sekt tychże szkół, ileż tu najsprzeczniejszych zdań, a wszystkie mają swych stronników. Trudno jest znaleźć pięciu lekarzy, którychby zdania w jakiej ciężkiej chorobie były jednogodne, tak co do istoty choroby, jak jej przyczyn, i sposobu leczenia; każdy z nich inaczej będzie tłumaczył jej symptomata, inne przypisze przyczyny i inne radzić będzie środki; w końcu sekcya ciała zmarłego pacyenta tego *consilium medicum* częstokroć okaże, że żaden z nich nie zgadł, i biedny chory większością głosów przeniósł się do wieczności, w skutku narad uchwaloną śmiercią metodyczną. Powtarzam, iż nie winuję lekarzy, ale niedoskonałość sztuki lekarskiej.

Zdrowie ludzkie zewsząd na tak liczne wystawione ciosy, wyłączenie chorób tak niepewne, a częstokroć najokropniejsze za sobą pociągające skutki, są silną pobudką, abyśmy starannie unikali przynajmniej tych chorób, których przez zbytek w rozkoszach zmysłowych, gwałtowne namiętności i dobrowolne narażenie się, sami bywamy sprawcami; zapobiegali zaś i wczesnie zaradzali tym, które złądiną nawiedzić nas mogą, lub ich początki już się w naszym ciele objawiają; a to środkami, któreby nie szkodząc zdrowemu, pomagały choremu. Lekstwa zwykajne skutecznie działające na cho-

roby, własności tej nie posiadają: wiadomo bowiem, iż jeżeli w chorém ciele stosownie użyte, niszczą jaką chorobę, takowe zdrowemu ciału, lub cierpiącemu na inną chorobę, szkodzą, sztucznie zadając chorobę. Najskuteczniejszym z takowych środków, doświadczeniami lekarskiemi stwierdzonym, jak się to w niniejszém dziełku okaże, jest Łaźnia parowa Rossyjska. (*) Zdrowemu nie szkodzi, choremu w wielu słabościach pomaga, a większej części chorób (jak twierdzi między innymi i lekarz Berliński JP. Schmidt, z którego rozprawy o łaźniach, wyjątek w tém dziełku udzielimy,) wcześniej użyta, zapobiega, oswobadzając ciało od zepsutych humorów, które są źródłem wielkiej liczby chorób, i wzbudzając przytłumione siły żywotne w rozmaitych naczyniach organizmu ludzkiego, przez co zniszczoną w niem równowagę przywraca.

Opis takowych łaźni, zbawienne skutki z nich wyptywające i najlepszy sposób ich używania, są przedmiotem niniejszego dziełka.

Upowszechnienie sztuki lekarskiej w językach żyjących, i coraz prostsze metody leczenia, zrobiły ją przystępną dla czytającej publiczności, a różnaitość metod, niektórych zupeł-

(*) Są bowiem łaźnie parowe tak swém urządzeniem jak i skutkami różniące się od Rossyjskiej

nie sobie przeciwnych a przeciw wleczeniu praktykowanym, obudziła w niej cały interes, i zwróciła całą jej uwagę na ten tyle ważny najbliżej ją obchodzący przedmiot, tak dalece, że każdy wyznawca jakiegokolwiek metody którą praktykuje, ma swych zwolenników w pacjentach, którzy obierają, podług jakiej metody chcą wyzdrowieć lub umierać.

Całą ludność możnaby podzielić, pod względem lekarskim na trzy klasy: do pierwszej należą niemający żadnej wiary w sztuce lekarskiej; jedni skutkiem nieoświecenia, drudzy zagrożeni licznymi niepomyślnymi wypadkami, idą za radą autora „Emila“, który do chorego wte się odzywa słowa: „człowieku rozsądny, nie stawiaj na tę loteryę, w której wszystkie losy są ci przeciwne; cierp, umieraj, lub odzyskaj zdrowie; ale żyj do ostatniej twojej godziny.“ Tacy w chorobie nawet, przeciw której sztuka lekarska skuteczne posiada środki, umierają raczej, niż się powierzą radom lekarskim.

Drugą klasę zajmują poddający się z całym zaufaniem przepisom lekarskim. Doznają oni dzielnej pomocy w chorobach wyraźnych na które medycyny ma doświadczone środki; w wielu także chorobach, ich nieograniczone zaufanie w lekarzu, skutecznie przyczynia się do wyzdrowienia. Ci znowu, nawet

w chorobach nie wiele znaczących, żadném niebezpieczeństwem niezagrażających, od których sama natura by ich uwolniła; a gorzej jeszcze w słabościach niewiadomej zupełnie istoty, uciekają się do leków, które im zamiast spodziewanej pomocy, nowych przyczyniają cierpień.

Do 3ciej klasy najmniej licznej a największej podziałów mającej, należą wszyscy mający pewną pośrednią lub bezpośrednią znajomość o stanie sztuki lekarskiej, i z własnego lub za cudzém idąc przekonaniem, są stronnikami jakowej metody leczenia, której wyznawcom z całą ufnością się powierzają, i niekiedy wolą podług jednej metody umierać, niż podług innej wyzdrowić. Stronnictwo Le Roylistów jest najliczniejsze, już to, że metoda ta jest bardzo prosta, łatwo trafiająca do przekonania nawet najmniej oświeconych ludzi, już, że podobne oczyszczenia przeciw wielu chorobom i w innych metodach są używane, już, że w mniejszych słabościach samemu można się kurować, a nareszcie, że jest najtańsza i zdrowemu najmniej szkodliwa. Homeopatya mniej liczy stronników między pacjentami, ale za to więcej między lekarzami niż poprzednia. Kuracya wodą zimną bardzo zwołna wchodzi w używanie, gdyż tu zamiast wina lub piwa, trzeba bez prągnięcia pić zimną wodę, i kąpać się w takiej-

że. Dawniejsze metody lubo najwięcej jeszcze praktykowane, lecz w tej klasie najmniej mają zwolenników; już to że są dawne, mniej przystępne; już że w nich dosyć już ludzi pomarło, i kolej przyszła na nowe.

Do klasy 3ciej należą jeszcze sceptycy, którzy o wszystkiém wątpią; lecz przyciśnieni potrzebą, przynajmniej podług metody własnego wyboru umierają.

Nakoniec wypada mi tu jeszcze uczynić wyznanie mojej lekarskiej wiary. Nie potępiając wyłącznie żadnej metody, hasłem mojego wyzdrowienia jest: Łażnia parowa, w której dużo wody zimnej piję, i Le Roy, którego i na wstrzymanie rozwolnienia używam.]

Wszystko to jest tylko jedno, że
przez to, co się dzieje, świat
jest jakby w jakiś sposób
czyszczone, jakby w jakiś
sposób odświeżone, jakby
w jakiś sposób odrodzone.
I to jest właśnie to, co
myślimy, że jest najważniejszą
rolą sztuki, że jest jej
najwyższym zadaniem, że jest
jej największą odpowiedzialnością.
I to jest właśnie to, co
myślimy, że jest najważniejszą
rolą sztuki, że jest jej
najwyższym zadaniem, że jest
jej największą odpowiedzialnością.

O ŁAZNIACH PAROWYCH W OGÓLNOŚCI.

PARA, ten na pozór mdły, ale w skutkach swoich olbrzymi środek, który porusza, a raczej nadaje lot ciężarom, których masa zdawała się na wieczny wskazywać spoczynek; który łamiąc wszelkie zapory przyrodzenia, pokonywa pęd wody, nagrawa się z roz hukanych wiatrów, i zaprowadza do mety, do której sama natura zdawała się bronić przystępu; który martwym massom nadaje pewne życie, ciężary robi lekkimi, skraca czas, zamieniając dni w godziny, i zbliża do siebie najodleglejsze punkta ziemi; ten wielki mechaniczny środek, nową nadający handlowi postać, który mówił, że ta mechanicznie działająca siła olbrzymia, u-

żyta być może do nadania ruchu i ożywienia najsubtelniejszych części organizmu ludzkiego, przywrócenia regularności w cyrkulacyi krwi, uwolnienia ciała od zepsutych wewnątrz soków i udzielenia duszy swobodniejszych myśli, odbywając w łaźni swe dobroczynne operacye. Chcę tu mówić o parowych łaźniach, których skuteczne działanie na zdrowie ludzkie jest już uznane przez najoświeceniwsze narody w Europie, gdzie się coraz więcej upowszechniają. Każde znaczniejsze miasto w Niemczech posiada za radą lekarzy zaprowadzoną łaźnię, nie mniej i we Francyi przekonywają się o dzielności tego środka, i zaprowadzają takowe pod nazwą łaźni Rossyjskich.

Że i w kraju naszym łaźnie były w użyciu, oczywiste znajdujemy dowody w dawnych nadaniach, gdzie często takowe są wspomniane. Przyczyny ich zaniedbania, są dotąd tylko na mylnych domysłach oparte. Zdaje się, iż nie musiały być bardzo upowszechnione, inaczéj

ich zaniedbanie nigdyby nie nastąpiło. Dziwić się zawsze temu należy, że dotychczas prócz Warszawy w reszcie kraju, łaźnie prawie są nieznane, gdy przeciwnie w Niemczech wszędzie się upowszechniają; ale też przyznać należy, iż tam staraniom lekarzów winni są to upowszechnienie. Złaje się, że łaźnie przechodząc do Niemiec przeskoczyły nasz kraj i z rozpraw dopiero lekarzy Niemieckich nauczymy się cenić takowe, zamiast coby o ich dobroczynnych skutkach zachodni sąsiedzi, od nas wiadomość powziąć powinni.

W dziele Pana Gołębiowskiego: *Domy i Dwory*, między innemi co do tego przedmiotu wyczytujemy, że w *Poznaniu* od niepamiętnych czasów była wielka drewniana łaźnia, jak wspomina *Naruszewicz* w t. 7.

Komornicki Wójt miasta Żywca zostawił rękopism z r. 1592 zawierający wydzierżawienie łaźni na rok jeden za 30 złotych.

Górnicki na str. 159. Wyd. *Gałęzowskiego* mówi o łaźniach w *Warszawie* w bliskości Zamku.

Umożliwych łaźnie były bardzo wytwornie z wielkim przepychem urządzone, jak dowodzi między innymi opis łaźni *Pińczowskiej*.

Leszek biały jak wiadomo był zabity w łaźni w *Gąsawie* 1227 r.

W *Strykowski* czytamy, że *Kazimierz Jagiellończyk* używał co trzeci dzień łaźni. *Zygmunt I* i syn jego *Zygmunt August*, którym łaźnią jako środek pocrzepiający zwątlone zdrowie przepisałi lekarzy, używali kąpiei parowych.

Już w ów czas uważano łaźnie za skuteczny środek do uwolnienia się od chorób reumatycznych, artrytycznych, skrofalicznych i innych.

Jeżeli zwrócimy uwagę na *Rosyą*, gdzie łaźnie od dawna są w powszechnym używaniu, dokładniejsze spostrzeżenia statystyczne wykazują, że w tym kraju, ludzie w ogólności dłużej żyją, i

w proporcji więcej mężczyzn się rodzi w stosunku do kobiet niż w innych krajach, nawet w podobnym klimacie i pod tą samą strefą położonych; mężczyźni są w ogólności silni, jędrni, wytrwali. Nie można wprawdzie stanowczo przypisywać tego wszystkiego wyłącznie skutkom łaźni, ale zawsze widocznie okazuje się ona towarzyszką trwałego zdrowia. Lepiejby się można o jej wpływie przekonać, gdybyśmy posiadali porównanie stanu chorób w Rosyi, ze stanem chorób innych krajów, ze względem na uboczne okoliczności.

Podług zdania wielu lekarzy Niemieckich, którzy pisali o tym przedmiocie, większej części chorób zapobiedzby można, wczesném użyciem łaźni.

Każdy środek wywierający jakowy wpływ na organizm zwierzęcy, uważany być może za środek lekarski, a miarą jego skuteczności, mniejsze lub większe jego działanie; dziwić się przeto należy, że sztuka lekarska, na tak sil-

nie działający środek dotąd tak mało zwracała uwagi.

Stuchajmy co mówi jeden uczony zwiedzający kraje wschodnie, pisząc o łaźniach (*w Magasin für die Literatur des Auslandes.*) „Ludzie osłabi-ni! ludzie, którzy doznajecie różnych cierpień fizycznych, uporczywie wam dokuczających, jeżeli chcecie uwolnić się od złego, które was dolega, pośpieszajcie tu do nas! — wejdźcie w wesołym towarzystwie do tych obszernych amfiteatrów, gdzie możecie wolno oddychać klimatem południowym, gdzie wasze członki mogą się swobodnie rozciągać i osiągnąć giękość młodzieńczą; tu odzyskacie zdrowie, — wejdźcie tylko do tej świątyni zdrowia!

„Wy ludzie wielkiego świata! którzy w troskach waszego powołania, przejęci żądzą sławy, w gorączkowej fermentacji ucywilizowanego towarzystwa, porywani jej prądem, w którym każde wrażenie, staje się udręczeniem, powiedźcie, czyż nigdy nie doznaliście rozkoszy, gdy

nagle ustąpienie gwałtownych namiętności, zastąpione zostało pokojem duszy, na otwartej otaczającej was przestrzeni. Dusza wasza wyrwana z téj otchłani, która wszystkie siły wycieńcza, — nie uczułaż nowego życia, pod czystym niebem, w ła godniejszej atmosferze?...

„Nie znam innego porównania, aby wam wystawić owo głębokie uspokojenie umysłu, którego człowiek doznaje w tym sztucznym klimacie, przenikającym wszystkie jego organiczne części, które odmładza dając mu na chwilę zbytek siły żywotnej, i ową fizyczną rozkosz, o której ci, którzy jęj niedoświadczyli, nie mogą mieć dokładnego wyobrażenia.“

Jeszcze na początku 18. wieku, pewien uczony, następujące zrobił postrzeżenie, co do sposobu używanego u różnych narodów Europy w pozbywaniu się trosk i złego humoru. Jak dalece ma słuszność zestawiamy czytelnikom: „Zmartwiony Niemiec pije, Francuz śpiewa, Hiszpan wzdycha, Anglik bierze się do jedzenia,

Włoch kładzie się spać, Polak idzie na taniec, Rossyanin udaje się do łaźni parowej, gdzie zostawia wszelkie troski, Węgier klnie na czém świat stoi. “ Z tych sposobów niewątpliwie łaźnia najskuteczniejszym jest środkiem. W istocie, człowiek ciężkiem dotknięty zmartwieniem, tą trucizną nagle trawiącą zdrowie, gwałtownie rozwijającą zaród każdej choroby w ciele ludzkim; osłabiony na zdrowiu, czarnemi trapiiony myślami, nie mogąc nigdzie znaleźć miru, ucieka się do łaźni z pochyloną głową, z duszą udręczoną smutkiem, i ciałem dolegliwościami skołataném. Jakaż przemiana! Dobroczyzna para w stanie gazu, przejmując cały jego organizm, nadając gietkość młodzieńczą wszystkim jego muskułom, wskrzeszając siły żywotne, przywracając równowagę, tak w funkcjach fizycznych, jak w władzach umysłowych, swobodne myśli przywraca, dolegliwości gazem ulatniają, głowa lekko się wznosi, nadzieja obejmuje zwykle swe panowanie, i człowiek wychodzi z łaźni, jak-

by się nowo na świat narodził, dziwiąc się sobie, jak mógł tak dalece poddawać się smatkowi, jakkolwiek wielkie były jego przyczyny. Może nie jeden z tego się tu rozśmieje, lecz kto zna, jaki zachodzi związek i wpływ wzajemny pomiędzy ciałem a duszą, czyli pomiędzy ciałem a ożywiającą go siłą, ten sobie skutki takowe łatwo wytłómaczy, a śmiejący się, gdy zrobi doświadczenie w podobnym przypadku, sam zapewne z siebie śmiać się będzie, uśmiechając się wesoło. Mającemu zamiar w czarnej melancholii popełnić samobójstwo, radziłbym, aby się pierwój udał do łaźni.

Od niepamiętnych czasów, łaźnia była uważana przez mieszkańców wschodu, za niezbędną potrzebę życia. Dawne Ateny, nietylko miały publiczne łaźnie, do których lud gromadnie się ciśnął, i które podług *Teofrasta* służyły ubogim za miejsce schronienia przed zimnem; ale i osoby prywatne, utrzymywały w swych domach takowe. Ateńczy-

kwie na okrętach nawet zaprowadzili łaźnie. Dotychczasowy Europejski sposób kąpania się, nie jest połączony, ani z przyjemnością, ani ze zbawiennymi skutkami łaźni. Lecz przyjdzie czas, gdzie używanie łaźni policzone zostanie do rzędu pierwszych przyjemności ucywilizowanego świata, a Europa winna będzie Rosyji ten dobroczynny środek.

Powie zapewne nie jeden, że to jest rzeczą nienaturalną, dusić się w izbie napełnionej parą. Lecz ta uwaga ma tylko pozór za sobą: czyż całe życie ludzkie nie jest mniej więć sztuczném? Mieszkanie, odzienie, cały sposób życia, są dziełem sztuki; odczynniki przeto, prostujące nadużycia i wyrządzone gwałty naturze przez sztukę, nie mogą być tylko również sztucznymi. Używszy sztuki do pokrzywienia natury, użyjmyż sztuki do jej odprostowania. Dalej, w dobrze ogrzanej łaźni, para nie przedstawia się naszym oczom, jak się to komu zdawać może; przechodzi ona do stanu powie-

trznego, i jest niewidzialną, rozpuściwszy się w gorącu, jak cukier w wodzie, i tworzy sztuczną atmosferę klimatu gorącego 30 do 40 mniej więcej stopni, na najwyższém miejscu; (*) na dole bowiem do kilkunastu tylko stopni dochodzi. Powietrze w takiój łaźni jest jasne, czyste i przezroczyste, nasycone w znacznej ilości wodą, w czém zbliża się do atmosfery południowego klimatu.

WAŻNE ODKRYCIE SKUTKÓW

ŁAŹNI PAROWEJ.

Nim przystąpię do szczegółowego opisu łaźni, i sposobu najskuteczniejszego jej używania, z przytaczeniem zdań lekarzy Berlińskich, jakie policznych do-

(*) Chcąc doświadczyć, ilej stopni gorąca wytrzymać można w łaźni, kazałem jednego dnia poddać tyle ducha (gorącej pary) że termometr umyślnie zawieszony nad najwyższą ławką, okazał przeszło 50 stopni Réaum.; wszedłszy tam zdawało mi się, iż głowa i końce palcy goreją płomieniem, zaledwie wytrzymałem czasu potrzebny do zobaczenia stopnia, do którego się podniósł termometr.

świadczeniach przez siebie poczynionych, o skutkach łaźni w swych pismach objawili, opiszę tu nowe doświadczone skutki, jakich naocznym ciągle byłem świadkiem, zostawiając scyentyficzny rozbiór sposobu działania tego sztucznego klimatu, na organizm ludzki, wpływu jego na płuca, które niém oddychają, i wytknięcie przyczyn rozwijających się w niém skutków, biegłemu lekarzowi, który umie z każdego środka korzystać, i wyższy nad wszelkie uprzedzenia pragnie zgłębić każde tajniki przyrodzenia, aby tém skuteczniej nieść pomoc cierpiącej ludzkości, którą też i ja powodowany, mam sobie za obowiązek, podać z nich niektóre do wiadomości publicznej.

Dziecię Pana K. w 12 dni po swém urodzeniu, dostało śmiertelnéj choroby, znanéj pod nazwiskiem ściski; (*) wezwa-

(*) Dodać tu wypada iż dziecię, przyszło na świat nieżywe, i nazajutrz okazało się tak chorém, iż lekarz, który operował jego urodzenie, nie tuszyl mu życia.

no trzech, jednego po drugim biegłych lekarzy, z których każdy zapisawszy lekarstwo oświadczył, że dziecię żyć nie może. Lekarstwa te były między sobą zupełnie różne, jak tego w takim razie spodziewać się można było. P. K. mając doświadczenie o bezskuteczności podobnych lekarstw, i dowiedziawszy się od lekarzy o rodzaju choroby, powziął myśl użycia parowej łaźni. Upłynęło około 40 godzin, jak dziecię nie użyło żadnego pokarmu; zwykle bowiem dzieci w tej chorobie nie przyjmują piersi, nie mając żadnej władzy ssania i niemogąc otwierać buzi. Udaliśmy się do łaźni, wprowadziliśmy mamkę z dzieciąciem na wyższe ławki, gdzie przeszło 30 stopni było gorąca; dziecię miauczało jak zwykle; w kilka minut wystąpiły obfite poty, w kwadrans, o radości! dziecię z pociechą ojca zaczęło płakać otwierając buzię; mamka podała mu pierś którą z chęciwością zaczęło ssać; w tedy sprowadziliśmy mamkę na najniższy stopień; aby zaś zgłodniałemu

dziecięciu, nagłym karmieniem nie zaszkodzić, przerywano mu chwilami; nakarmione wyniesiono z łaźni; było rześwe i wesołe, po kilku chwilach zasnęło i przywiezione do domu spało mocno przez kilka godzin, a obudzwszy się, mocnym płaczem żądało pokarmu; ssało dobrze i mocno, poczem nabawiwszy się robiąc wesoło rączkami i nóżkami, zasnęło przy piersi. Lubo okazało się zupełnie uzdrowioném, dla większej jednak pewności użyto jeszcze raz nazajutrz łaźni, i ścisiki nie powróciły wcale.

Ten szczęśliwy wypadek naprowadził na myśl użycia łaźni dla starszej córeczki w czwartym roku będącej, która blisko od roku okryta skrofulicznymi wrzodami chorowała, leczona będąc przez dwóch lekarzy, którzy zaradzali coraz większym i gęściej wyrzynającym się wrzodom. Po rozmaitych ciągłych lekarstwach, zniknęły wrzody, a skrofuły poszły do głowy i otworzyły sobie kanał uszkiem, którem nadzwyczaj cuchnąca, niezdolna,

lubo w małej ilości, ustawicznie płynęła materya. Wszelkie strzykania i długie używania wewnątrz lekarstw, okazały się bezskutecznemi; nareszcie lekarze oświadczyli, iż to płynienie może długo jeszcze potrwać, a nawet zamienić się w defekt. Widząc bezskuteczność lekarstw, pogorszające się zdrowie, zaniechano takowych, i postanowiono uciec się do łaźni; za pierwszém jęj użyciem, z początku materya zaczęła iść obficie, lecz wkrótce ustała, gdy mocne poty nastąpiły. W kilkodniowęj przerwie znówu się sączyła, lecz tylko czasami, w małej ilości i bez żadnego odoru. Przy następnych łaźniach, nie pokazała się już wcale. Dostyc że po kilku parowych kąpielach, dziecko uwolnione zupełnie zostało od tęg nieznośnej i niebezpiecznej choroby, przychodząc widocznie do siebie, już podczas używania łaźni; teraz ma rok gty, jest zupełnie zdrowe i mocnej budowy ciała, mając tylko znaki od wrzodów. Po wyleczeniu się używało jeszcze raz na miesiąc przez niejaki czas łaźni.

Do użycia w powyższych dwóch chorobach łaźni, dało powód Panu K. własne jego doświadczenie jej na sobie samym. Był on dręczony blisko przez półtrzecia roku od bólu głowy, który czuł w samym muzgu. Ból ten nie był wprawdzie wielki, ale nigdy nieustający i za każdym użyciem w najmniejszej ilości trunku spirytusowego, czytaniem kilku stronnic jakiego pisma, a nawet zagrzaniem się przez prędkie chodzenie, doznawał w każdym razie trzydniowego najnieznośniejszego bólu, który mu prawie przytomność odbierał. Używał ciągłej kuracyi, zmieniając co pół roku lekarzy, gdyż nic nie skutkowało. Każdy z nich na co innego kurował, przekonawszy się z poprzednich recept, że kuracya na domyślną słabość dobrze prowadzoną była, udawał się bowiem zawsze do doświadczonych lekarzy. W ostatniem półroczu korowanym był na burzenie krwi, uznane za całą przyczynę tego bólu, lecz i tu nadaremnie.

Tak uprzykrzone wiodąc życie, sły-
 szał wiele dobrego o łaźniach parowych,
 i powziął chęć doświadczenia takowych,
 udzielając swych myśli ostatniemu leka-
 rzowi, który oznajmił iż nietylko środ-
 ka tego doradzać niemoże, ale jako lekarz,
 ma sobie za obowiązek przestrzedz, iż to
 przedsięwzięcie najokropniejsze sprawić
 mogłoby skutki. Jakoż dowodzenia jego
 trafiały do przekonania; bo jak można
 z zastarzałym bólem głowy zwłaszcza w
 mózgu objawiającym się, odważyć się na
 doświadczenie parowej łaźni, gdzie wła-
 śnie głowa najwięcej cierpi przez bicie
 krwi do głowy. Z żalem przeto zaniecliać
 musiał swego zamiaru.

Coraz głośniejsze imię *Hahnemanna*
 przez *homoeopatyczny* sposób leczenia,
 wzbudziło w nim ciekawość poznania je-
 go metody. Odczytał częściowo wykład re-
 formy sztuki lekarskiej przez tego lekarza,
 i powziął mylne czy niemylne przekona-
 nie, (polegając na twierdzeniu swego osta-
 tniego wiele doświadczenia mającego le-

karza, co do rzeczywistości istotnej choroby,) że łaźnia stosownie do zasad *Hahnemanna*, ostrożnie użyta, pomódz powinna. Postanowienie użycia łaźni tém było mocniejsze, gdyby nawet życie kosztować miało, że takowe już mu się sprzykrzyło, wynędzniwszy jego ciało.

Pierwsze użycie łaźni nie małą wznieciło w nim obawę, gdy w parze na 30 około stopni gorącej, ból głowy zaczął się wzmacniać, zwłaszcza że prawie wszyscy wiedzący o tym zamiarze, loicznie dowodzili, że w najlepszym razie dostać może pomieszania zmysłów lub zapalenia mózgu; w krótkce jednak ból zupełnie ustał i nadzieja zajęła miejsce obawy. Z tém wszystkiém po półgodzinnym pobycie wyszedłszy z łaźni i ochłodniwszy, zwyyczajny ból uczuł na nowo. Z następnieni jednak łaźniami zmniejszał się widocznie i chwilowo tylko napastował. Kąpiele te były używane: pierwsze trzy z przerwami dwudniowemi, sześć co drugi dzień, inne co dzień. Po jedenastu czy dwu-

nastu łaźniach, gdy od kilku dni żadnego nie doświadczał bólu, pił wódkę i wino, które żadnego złego nie miały już wpływu. Po dwudziestu łaźniach, czując się jak nigdy zdrowym, i wolny od wszelkiego bólu, zaprzestał ich używania prócz kiedy niekiedy. Odtąd dziewiąty rok jak zupełnym cieszy się zdrowiem i ból głowy niewrócił więcej.

Następujący wypadek niemniej jest ważny.

Jeden z lubowników łaźni, z którym już od lat gciu uczęszczam ciągle, a szczególnie w zimowej porze 4ry razy mniej więcej na miesiące do łaźni, dostał był ośm lat pierwej początków ruptury, w których wypchnięcie błony, coraz znaczniejszym się okazywało, aż do wielkości dużego kurzego jaja, sprawiając w témże miejscu boleści, osobliwie po długim chodzeniu, pomimo że używał starannie paska. W trzecim roku używania łaźni, a w jedenastym od dostania téj słabości, spostrzegł jednego dnia w łaźni, iż

wypchnięcie to znikło, nad wszelkie spodziewanie, gdyż o tém nigdy nawet nie myślał, nie mając żadnej nadziei, aby mógł wyjść z tego po tylu latach, i licząc już trzydzieści kilka lat wieku. Wszystko co zwracało jego uwagę w tym względzie było to, że gdy przypadkiem czuł niekiedy ból w téj części, takowy w łaźni natychmiast ustawał. Postępowanie jego w kąpeli, które mogło także przyczynić się do tego wypadku, było następujące:

1. Przy końcu łaźni, polewając się zimną wodą, puszczał od pewnego czasu na wypukłość ruptury dość mocno bijący promień wody wytryskujący z bocznej rury.

2. Wyszedłszy z kąpeli parowej i osuszwszy ciało, miał zwyczaj kazać się całego smarować spirytusem a najbardziej wypchnięcie rupturowe.

W kilka tygodni po odkryciu zniknięcia ruptury, nie czując więcéj nigdy żadnego bólu, i nie widząc żadnych rupturowych oznak, porzucił pasek i piąty już rok wcale go nie używa.

W opisie powyższych wypadków ludzkość powodowała piszącym, a rzetelność kierowała piórem. Chętnie zawsze udzielię dowody bliższego przekonania, pragnącym korzystać ze zrobionych wyżej wzmiankowanych doświadczeń. O wielu innych pomyślnie doświadczonych skutkach, jako tylko z opowiadania mi wiadomych zamilczam, tém bardziej, że w tym względzie przytoczę poniżej zdania lekarzy Niemieckich.

O WEWNĘTRZNEM URZĄDZENIU
ŁAZIEN ROSSYJSKICH
I SPOSOBIE UŻYWANIA W NICH
KĄPIELI PAROWYCH.

W Warszawie mamy prócz wojskowych i prywatnych, siedm publicznych łaźni; żadna jednak nie może posłużyć za wzór do opisu; udzielamy przeto ogólną o nich wiadomość. Dotąd łaźnia JP. Kozłowskiego naprzeciw dawnego więzienia Prochownią zwanego, odznacza się

czystością tak pary jak i sposobem jój porządnego utrzymania. Od osoby płaci się 2 złote; podzielona jest na łaźnię męzką i żeńską. Kto się chce sam oddzielnie kąpać, może użyć ostatniej za wyższą opłatą. Inne łaźnie kosztują od 8 do 15 gr. od osoby. Z tych dwie na rybakach; to jest jedna naprzeciwko łaźni JP. Kozłowskiego, podwójna po 12 i 15 gr. od osoby; druga cokolwiek dalej, także podwójna po 8 i 15 gr.; 3cia podzielona na męzką i żeńską, najdawniejsza w Warszawie, przy ulicy Biało-Skornój, od osoby po gr. 12; główną jój zaletą jest, że nie kapie z sufitu woda gorąca na kąpiącego się. Byłaby jedną z dogodniejszych, gdyby nie szkodny i szkodliwy zwyczaj zawieszania w łaźni odzieży kąpiących się, co i winnych dla niższych klass urządzonych łaźniach, gdzie gospodarz nie daje na to baczności, ma miejsce; 4ta na Tamce; 5ta na Grzybowie; 6sta przy ulicy Pokornój. Obszerniejszy opis wszystkich łaźni, z ich wygodami i niedogodnościami udzielimy

później, gdy budująca się wielka (jak sły-
hać wzorowa) łaźnia zostanie ukończona.

Łaźnia, jest to zabudowanie najmniej
z trzech izb złożone. Pierwsza izba prze-
znaczoną jest do rozbierania się; da-
lej ustępowa, do której się wychodzi
z łaźni na odpoczynek, lub dla umywa-
nia się; trzecia izba stanowi samą ła-
źnię; jest ona napełniona gorącą parą,
która w właściwym stopniu jest niewi-
dzialna. Na posadzce termometr okazu-
je mniej więcej 10 stopni, w samej gó-
rze mniej więcej 50 stopni. Gorącość tę
podnieść można w górze ile sam doświad-
czyłem do 50 około stopni, a nawet więcej.
Pobokach stoją stopniami coraz wyżej ław-
ki, na których stosownie do wysokości
jest mniejsze lub większe gorąco. W końcu
znajduje się piec, a raczej kupa rozpalo-
nych kamieni, na które, gdy ogień pod nie-
mi zostanie wygaszony woda się leje dla
otrzymania pary. Piec ten urządzony bywa
także w inny sposób; to jest, pod grubym
kotłem zlanego żelaza (jak widzimy w ła-

żni JP. Kozłowskiego,) do góry dnem przewróconym ciągle ogień się pali; wierzch kotła okryty jest średniej wielkości kamieniami, na które się woda leje, z czego powstaje para. W niektórych łaźniach para wychodzi rurą z kotła. W środku z góry od sufitu idzie rura, za odkręceniem której spada gęsty drobny deszcz chłodny, dla orzeźwienia ciała. Z drugiej rury z boku za pokręceniem wytryska cienkimi promieniami woda zimna. W kącie izby stoją dwie wielkie faski, nad każdą z nich znajduje się rura, jedna gorącą, druga zimną dająca wodę. Wieczorem lampy na ścianach oświetają łaźnię.

Postępowanie w tej kąpieli jest następujące:

Wchodzisz nago do łaźni, łaźniennik spłukuje ci ławkę, którą obierasz i stawia przy tobie miednicę z wodą zimną, która koniecznie jest zawsze potrzebną dla ochładzania głowy, twarzy i piersi. Kiedy się już dosyć na jednej z górnych ławek wypocisz, schodzisz na dół lub uda-

jesz

jesz się do izby ustępowej, dla odpoczynku lub umycia się. W razie ostatnim, kładziesz się na ławce, łaźniennik przystąpiwszy z miednicą napełnioną burzącem się mydłem, od stóp do głów na wszystkie strony myje cię z delikatnego łyżka zrobioną maczałką; dalej następuje owo magnetyczne przeciąganie po całym ciele z góry na dół i z dołu do góry, a szczególnie po bokach, krzyżu i plecach, co Rossyjscy bańczykowie z wielką zręcznością wykonywają; poczem znowu całe ciało maczałką namydła, tak, iż wstawszy zdajesz się być cały śnieżną okryty szatą, w której wstępujesz na najwyższą ławkę, kładziesz się na nią, poddając duchu, (pary gorącej) łaźniennik przystępuje z winnikiem, to jest, z miotełką brzoźową, zakonserwowaną z liśćmi; tu następuje tak nazwane *naparżanie*; natrzepuje i rozciera namydloną miotełką ze wszystkich stron ciało twoje. Tu gorąco zelektryzuje cały twój organizm, tu martwe nawet mięskuly przywróci do życia,

tu najmocniej zatkane i zasklepione otwiera pory, i najuporczywsze wydobędzie z ciebie poty; dla tego też kto nie jest przyzwyczajony, obwija głowę w zimnej wodzie zmaczanym ręcznikiem, głowie bowiem najbardziej gorąco dokucza. Gdy zejdziesz na dół, leją na ciebie podług upodobania coraz chłodniejszą wodę. Teraz, jak się łatwo domyślić można, przy oswobodzonym tak umyśle jak i całym organizmie od wszelkiego złego, woda chłodna odbierając zbyteczne gorąco, wraca cię że tak powiem, samemu sobie, i sprawia rozkosz w coraz wyższym stopniu, niekiedy aż do drażliwości, o której nieznający łaźni, nie może mieć wyobrażenia. Ochłodzony po wierzchu zupełnie, wstępujesz na nowo w górną atmosferę, dla doznawania nowej przyjemności: tu dobroczynne ciepło wciskając się w pory, zdaje się, jakoby mrówki w najprzyjemniejszy sposób chodziły po ciele, i przejmując całe ciało, łączy się z wewnętrznym ciepłikiem, i nowych sił

żywotnych dodaje całemu organizmowi. Ogrzawszy się do woli, zstępujesz na dół, gdzie z tizema konewkami letniej wody czekają na ciebie, aby całe ostatecznie ciało opłukać. Po zwykle jednogodzinnym takim pobycie, wychodzisz z łaźni z swobodną myślą, głową lekką, ciałem pulchném i czystém jak kryształ, w postaci kwitnącego młodzieńca. Wszedłszy do ubieralnego dobrze ogrzanego pokaju, obwijają cię w płaszcz z miękkiego płótna, w którym rozciągasz się na wygodnej sofie. Jeżeli nie przyzwyczajony, krótko bawiąc w łaźni, nie dosyć wypociesz się, a stan zdrowia wymaga tego, okrywają cię ciepłą śnieżną białości kołdrą, lub twoim szlafrokiem, pod którym leżąc spokojnie, poty obficie jeszcze wydobywają się z ciała.

Takie jednak przedłużanie potów w innych okolicznościach, osłabiać może. Z resztą poty nie są jedynym skutkiem łaźni parowej i środkiem uzdrawiającym; można bowiem i innym sposobem spra-

wić poty, a równego nie zrobią skutku, jako zupełnie z innego rodzaju przyczyn powstające. Łażnia prócz potów działa wielorako na organizm człowieka. Najprzód otaczając ciało gorącą parą, rozgrzewa zarówno wszystkie jego zewnętrzne części i najdzielniej podnosi czynność organu skóry, która wywiera największy wpływ na całe ciało. Zre płuca oddychają tu powietrzem gorącym, wodą nasycioną, które je odwilża i znaczną masę ciepłika do wewnętrznych części wprowadza. To wewnętrzne i zewnętrzne działanie pary, przenika wszystkie muszkuły i do czynności pobudza, oswobodzając zarazem ciało od wszelkich zepsutych części płynnych, które wraz z potem wyciska. Następnie przez pomnożone poruszenia w całym systemie naczyń krwistych i najsubtelniejszych częściach ich ogólnego układu, za wpływem pary różne ściśnienia rozszerzają się, a zatkania jakie tu i owdzie miejsce miały, nikną i do swego naturalnego stanu przychodzą.

W jakiej porze najlepiej jest używać łaźni parowej, jak często, i jak długo w niej zostawać?

W każdej porze dnia, czy to rano, czy w południe, lub późno w wieczór, używać można łaźni. Zwyczajnie wieczorem jako najwolniejszym od pracy czasie zapełnione bywają łaźnie, w innych porach mniej są uczęszczane. Kto sypiać w nocy nie może, niech użyje łaźni nieco później w wieczór. Najprzyjemniejsza kąpiel jest w 3 lub 4 godziny po obiedzie, wtedy można dwie i trzy godziny a nawet dłużej zabawić w łaźni; przed obiadem równie jak zaraz po jedzeniu nigdy nie można tak długo wytrzymać; idąc rano, zawsze jest lepiej, zjeść lekkie śniadanie na pół godziny przed kąpielą. Również i w każdej porze roku łaźnie są używane, najwięcej jednak w zimie, a najmniej latem. Kto chce pierwszy raz uczęszczać do łaźni, najlepiej jest zaczynać latem, w pięknych dniach wiosny lub pogodnej jesieni, lubo i w zimie żadnego nie ma nie-

bezpieczeństwa, zwłaszcza obierając na to wieczory dni suchych i bez wiatrów, tém bardziej, że właściwie w stanie zdrowym, nie potrzeba żadnego przyzwyczajenia się. Największe zło, jakie spotkać może używającego *pierwszy raz a przydłuższej i zbyt gorącej łaźni*, jest mały ból głowy.

Pierwszy raz wszedłszy do łaźni, najbardziej przestrasza bojaźliwych, para, sprawiając cokolwiek ciężki oddech, lecz to nie trwa jak kilka pierwszych chwil, czyli odetchnień, później wcale się tego nie czuje. Osobom tylko słabych piersi radzić można, aby się zwolna przyzwyczajają, zaczynając w pierwszym razie od kwadransowego pobytu. Zresztą ludzie w podeszłym wieku, i dzieci w pierwszych latach życia swego, bez poprzedniego przyzwyczajenia, czuli się po tych kąpielach zupełnie czerstwemi. To potwierdza i Doktor Schmidt w Berlinie w dziełku swém: *Krótki Rys używania kąpieli parowych Rossyjskich*, gdzie dodaje:

„Nie mógłém większego ukontentowania sprawić memu synowi, jeszcze sześć lat niemającemu, jak kiedym go wziął z sobą do kąpeli parowych rossyjskich. Jasny więc dowód, że nieszkodliwość tychże, nie zasądza się na poprzedniém przyzwyczajeniu.“ Dalej mówi:

„Przyzwyczajenie może mieć miejsce przez częste powtarzanie, nawet tak dalece, że w końcu kąpiele te stać się mogą potrzebą. Jednakże i to nie jest szkodliwém, bo zaspokojenie potrzeby przykłada się w każdym czasie do podniesienia sił ludzkich, prawdziwego wzmocnienia a nie wysilenia, po którém osłabienie następuje. Jeżeli daje się czuć niejakie osłabienie, to jednak długo nie trwa; siły zaraz się wznoszą i zwykle dnia następnego czujemy niewypowiedzianą lekkość, co dowodzi znacznego wzmocnienia.“

„Jak osobliwszém jest to działaniem, że raptowna zmiana wysokiej temperatury na ciało ludzkie w kąpielach paro-

wych Rossyjskich, złych nie wywiera skutków; tak też i to łatwem jest do pojęcia, że kąpiel ta pomyślne dla zdrowia ludzkiego rozlewa dobrodziejstwa.“

„Więcej jednak jak cała teoria, dowodzi doświadczenie nieszkodliwości kąpeli parowej. W Państwie Rossyjskiem gdzie mnóstwo ich używają, nie jest żaden szkodliwy przykład wiadomy, również jak tu w Berlinie, gdzie wszyscy którzy ich używają, w najwyższym stopniu są zadowoleni.“

W każdej przeto porze dnia i roku, każdy człowiek tłusty czy chudy, stary czy młody, mężczyzna czy niewiasta, w stanie zdrowym bez żadnej obawy używać może łaźni, z największym pożytkiem dla utrzymania w czerstwości zdrowia, i zaradzenia mnóstwu chorób. Co do stanu chorobliwego, nie naszą jest rzeczą, prócz objawienia doświadczonych wypadków, udzielać tu jakowe rady. W takim razie mający chęć szukania pomocy w łaźni, radzić się powinien nieuprzedzonego lekarza, który praktycznie zna łaźnię.

Jak często używać można łaźni, to zależy do pewnego stopnia zupełnie od woli uczęszczającego. Widzimy że usługujący łaźniowcy codziennie prócz dni świątecznych, przynajmniej po sześć godzin ciąglej pozostają w łaźni, a nie czują żadnej szkodliwej zmiany w zdrowiu. W skutku przyzwyczajenia, łaźnia nie wywiera na nich żadnego ani dobrego ani złego wpływu; ich puls nie wiele się nawet różni od zwyczajnego, podczas gdy liczba bicia puls u tych, którzy tylko czasami uczęszczają, wynosi na minutę 150 do 170. Aby przeto łaźnia skutkowała, potrzeba w uczęszczaniu do niej, zachować pewną miarę. Używanie łaźni latem co 4—5 tygodni, w innych porach mniej więcej co tydzień, nie jest zbyt cenne; nie konieczne, ażeby się za każdą razą przez godziny parzyć i pocić, kiedy nie czuje się tego potrzeby, ale choćby tylko dla samego wymycia się, czego nawet i czystość wymaga; nigdy bowiem w wannie z wielką względów tak dobrze wymytnymbyć

nie można. W takim to razie zapociwszy się tylko cokolwiek, trzeba kazać maczałką z łyczka lub z flaneli w burzynch mydła całe ciało przetrzeć i potem trzema lub czterema konewkami letniej wody oblać; co wszystko może zajmie pół godziny czasu. Lubo wielu uczęszczając regularnie co tydzień do łaźni, i za każdą razą pozostając w niej jedną lub dwie godzin przy mocnych zawsze potach, zupełnem cieszy się zdrowiem, uczęszczania jednak takiego nie radzimy naśladować; raz że częste używanie mocnych łaźni, czyni je mniej skutecznemi w potrzebie; powtóre że regularne używanie zamienia się w regularną potrzebę, której nie uczyniwszy zadosyć, (gdyż to nie zawsze może być w naszej mocy) doznają się nieprzyjemnego na zdrowie wrażenia; nadto stajemy się przez to niewolnikami własnych potrzeb. Ile regularność moralna jest konieczna i zbawienna, tyle ściśła regularność fizyczna z jednej strony niepomocna a z drugiej szkodliwa. Nie

należy zatém przywiązywać się do stałego porządku w uczęszczaniu, ale niekiedy częściej, niekiedy rzadziej odwiedzać łaźnię. Co do częstszego używania da się sama już uczuć potrzeba, zwłaszcza przy raptownych zmianach powietrza, które są źródłem fluxyj, katarów i t. p., a na które najdzielniejszym zaradczym środkiem są parowe kąpiele. W takim razie można bez żadnej obawy wykąpać się należyście 2 i 3 razy w ciągu tygodnia.

Po każdej wielkiej zmianie temperatury w powietrzu, po czém zwykle objawiają się prędzej lub później panujące słabości, nie trzeba czekać, aż złą skutki dadzą nam się uczuć, ale uprzedzić je, udając się w krótszych przerwach dwa lub trzy razy do łaźni.

Po zbyt niem użyciu pokarmów, po przepiciu się, i innych różnych zbytkach do których często chęć ciągnie, czuje się zazwyczaj nazajutrz w naturalnej pokucie za popełnione grzechy pewną ociężałość, będącą skutkiem osłabienia, a cza-

sem i mocny ból głowy, co niekiedy dopiero w kilka dni całkiem ustaje, w miarę mniej więcej zniszczonej równowagi w działaniach różnych części organizmu ciała ludzkiego. Po każdym podobnym nadużyciu uciech, trzeba się kazać dobrze przetrzepać brzożową miotłką w mocno ogrzanej łaźni. Naparzenie to przywraca równowagę w całym organizmie, i restauruje w zupełności zdrowie, jeżeli to nie było zbyt nadwerężone. W niektórych handlowych miastach Rossyi, po cało tygodniowém czynném zatrudnieniu, handlujący korzystając z wolnego czasu w niedzielę, hulają w tym dniu, jak to i we wszystkich miastach bywa. W poniedziałek po niedzielnej pohulance, aby nabrać nowych sił i ochoty do pracy, biegną hurmem do łaźni, gdzie następuje restauracya sił i zdolności do nowych zatrudnień.

Częstokroć bez żadnej widocznej przyczyny, człowiek czuje ociężałość, niczego mu się nie chce, nic mu się nie podoba,

nić go nie bawi, zdaje mu się coś brakować; symptomata, przez które niekiedy objawiają się początki jakiej choroby; najlepiej w takim razie uciec się do łaźni, a pewno wyjdzie się wesołym i ochoczym.

Rady te ściągają się jedynie do osób zdrowych, które używają łaźni w sposobie dyetalnym i prezerwacyjnym. Co do chorych łaźnia jest rzeczą bardzo względną. Spotykałem się w łaźni z Hr. S. który przez sześć tygodni co dzień prócz dni świątecznych brał kąpiele parowe; dostał on był przeziębienia reumatyzmu tak mocnego, iż początkowo na kulach wchodzić musiał do łaźni, i tak długo uczęszczał póki zupełnie nie uczuł się wolnym od téj słabości. Ja sam codziennie przez dwa tygodnie używałem łaźni, skutek był taki, że cokolwiek schudłem, ale pozbyłem się zastarzałego bólu głowy.

Zachodzi jeszcze pytanie, jak długo kąpać się należy?

W ogólności, czas jaki z korzyścią

w łaźni przepędzić można, nie da się ściśle oznaczyć; zależy to bowiem od wielu okoliczności, jako to: od przyzwyczajenia, od czasu, stanu zdrowia, usposobienia, i stopnia ciepła w łaźni w jakim się pozostaje; gdyż ten jest tak różny, że podczas gdy na dole ciepło wynosi od 10 do 15 stopni, na najwyższej ławce, termometr okazuje 30 do 40 i więcej stopni. Na dole można bawić jak chce długo i nie pocić się; na górnych ławkach nie da się czas bawienia oznaczyć, gdyż tam każdy tylko tak długo może pozostać, póki jest wstanie wytrzymać. Jeden wypocić się może dostatecznie na pierwszej ławce, drugi ledwo na trzeciej. Dla jednych kilkanasto-minutowy pobyt w łaźni jest dostateczny, dla innych i cało godzinny zamały; najlepiej w tém zaradza doświadczenie. Dla nie mających takowego, możemy tu jednak zalecić następujące postępowanie: Początkowo zacząć od kwadransowego pobytu w stopniu lekkim ciepła, który spra-

wia poty, i tak coraz wyżej i dłużej, aż do godziny bawić; czas, który zwykle przyzwyczajeni do łaźni przepędzają w kąpieli parowej; można podczas tego schodzić na dół lub do usiępowej izby na odpoczynek. Zmarzło mi się jednak widzieć osoby pierwszy raz używające łaźni, które od razu wsiepowwały na najwyższe ławki i dość długo bawiły, bez żadnych złych skutków.

Kto jest przyzwyczajony do łaźni, ten może bez obawy złych następności, bawić czasem dwie i trzy godziny w kąpieli przy krótkich odpoczynkach i polewaniu się wodą zimną. Wszedłszy do łaźni, jeżeli przy zapoceniu się spływający pot szczypie w oczy, co dowodzi jego ostrości, wtedy dłuższy pobyt w kąpieli jest potrzebny, dla należytego wypocenia się. Toż samo jeżeli podczas snu zwyczajnego bez żadnej przyczyny, to jest bez zbyt długiego spania, lub zbyt ciepłego przykrycia, doznajemy potów, zawsze kąpiel parowa od tej słabości uwalnia
Lubo katar i małe fluxye zaraz w

łaźni ustają, trzeba jednak dłużej niż zwykle popocić się w parze, aby ich się zupełnie pozbyć. Nawet małe dzieci od dwóch do dziewięciu lat zostając dwie do trzech godzin w łaźni, miały się po niej zawsze dobrze. Byłem świadkiem w roku zeszłym jak pewna bardzo schorzała osoba P. S. była w jednym tygodniu cztery razy w łaźni, gdzie zawsze przeszło po pięć godzin bawiła w mocnym duchu (parze gorącej) ma się rozumieć kilka razy odpocząwszy w ustępowej izbie. A że skutkiem tak długiej i gorącej kąpeli, musiały być bardzo obfite poty, a z tąd i wielkie pragnienie, wypijała w każdej takiej kąpeli po kilka kufli kwartowych czystej wody. Następne kąpiele po dwie godzin trwały. Choroba jej była następująca:

Wspomniona osoba dostawszy wrzodzących wyrzutów po ciele, zażyła kilkanaście proszków chlorku i jodku merkurjuszu podług zapisanej recepty, lecz zamiast spodziewanego laxowania, straszne okazały się symptomatą: cała twarz

tak zewnątrz jak wewnątrz nadzwyczajnie spuchła, język się popadał, zęby się ruszały, nieznośne dało się czuć cuchnienie z ust, i śliny flegmiste, tak obficie płynęły, że codzień po kilka serwet zmoczonych bywało. Nie mogła naturalnie nic jeść i tylko z trudnością pić. Wezwano innego lekarza, mocne kilkadniowe laxowanie nic nie skutkowało; użyto trzeciego, stan choroby nie zmienił się wcale, chyba w tém, że po 10ciu dniach coraz pogorszającą się słabości, spadła zupełnie z ciała, i nie mogła się już własną siłą z łóżka podnosić. Czując się w końcu bardzo niebezpieczną, postanowiła doświadczyć łaźni parowej, do której była przyzwyczajona. Zawieziono ją przeto i wprowadzono do łaźni, gdyż o własnych siłach nie mogła chodzić. Zaraz po użyciu pierwszej kąpieli była już w stanie sama wyjść z łaźni do izby ustępowej, a po 6ciu takich kąpielach w przeciągu dwóch tygodni użytych, wyszła z groźnego jej niebezpieczeństwa, i wziąwszy je-

szcze kilka łaźni odzyskała zupełnie zdrowie, którem się dotąd cieszy.

Kiedy zatém chory czuje, że mu łaźnia pomaga widocznie, i jest do niej przyzwyczajony, może i cztery godziny mrić więcej przy kilku odpoczynkach w niej bawić; dobrze też w takim razie po dwugodzinném kąpaniu się, spocząć w izbie do rozbierania przeznaczonój, na sofie przez kwadrans lub więcej, a przespawszy się kilka minut, na nowo używać kąpie-li. Nie z potrzeby, ale jedynie dla doświadczenia, sam tego próbowałem, bez żadnego nawet osłabienia.

O NAPARZANIU W ŁAŹNI.

Naparzać, jest to natrzepywać i nacierać po całym ciele, namydloną brzo-zową miotełką z liśćmi zakonserwowaną; co następującym odbywa się sposobem: kładziesz się zwykle na najwyższej ławce, lub niżej, jak możesz wytrzymać, poddając duchu, (*) w tedy łaźniennik czyli bańczyk (tak

(*) Duch w łaźni nie jest to właściwie sama zwyczajna para gorąca. Lejąc bowiem w łaźni

nazywają posługujących w łaźni), przystąpiwszy, ciało twoje z każdej strony od stóp do głów natrzepuje i naciera namydloną miotką. Natrzepywanie to, podnosi znacznie stopień ciepła, i rozpala całe ciało. Kto nie jest przyzwyczajony, obwija głowę w zimnej wodzie zmoczonym ręcznikiem. Czynność ta około dwóch minut trwająca, w właściwym wysokim stopniu ciepła użyta, jest dopiekająca ale dobroczynna; prócz innych korzyści ułatwia poty; w niższym stopniu nie robi żadnej przykrości, ale też mniej skutecznie działa; zresztą nie zawsze jest konieczną. Tak rozpalone cia-

wodę na kamienie o tyle tylko gorące, że ją zamieniają w parę, taka para, nie rozpuści się w powietrzu, lecz pozostanie w swej postaci nawet przy ciepłe trzydziestu kilku stopni Reaum.; lejąc zaś wodę gorącą na bardzo rozpalone kamienie, para przechodzi natychmiast do stanu powietrznego, to jest niknie rozpuszczając się w powietrzu, tak, iż w łaźni jest jasno, i para w bardzo małej ilości się pokazuje. Para więc przez połączenie się z wielką ilością ciepłika przeszedłszy do stanu powietrznego, stanowi ów duch, którym się odznaczają łaźnie parowe Rossyjskie.

to możnaby porównać do rozpalonego płótna asbestowego, które się ogniem czyści.

Doznając swędzenia po ciele, osobliwie po nogach, które niekiedy z drapania się jatrzą, najskuteczniej zapobiega się temu przez naporzenie, natrzepując miejsca swędzących długo, póki w miejsce swędzenia nie uczuje się parzenie; uspakaja także przykre swędzenia w częściach ciała, które kiedyś były odzieżbione i t. d.

O POLEWANIU SIĘ W ŁAŻNI ZIMNĄ WODĄ.

Jak o całej w ogólności łaźni, tak i o polewaniu się w niej zimną wodą, wiadomość teoryczna mylnie tylko dając wyobrażenie, na same fałszywe naprowadza wnioski.

Tej właśnie części kąpieli parowej Bossyjskiej, zarzucono największą niewłaściwość; z uwagi: że ciało ludzkie, z tak wysokich stopni ciepła, jak wyżej oznaczono, w stanie zupełnym potu raptownie zimną wodą polewane, lub w wannie w takiéjże wodzie zanurzone,

wystawione być może na śmierć lub sparaliżowanie, i że trzeba być Rosyjaninem, aby będąc rozgrzany, nie uczuć przykrości przy polewaniu się zimną wodą, i nie doznać szkodliwych [złych skutków.

Przytaczane wnioski są po części logicznie wyprowadzone z działań, jakie sobie wystawiono, czyli jakimi się pozornie wydają; ale że wystawione działania są mylne, wnioski nie mogą być jak tylko fałszywe. Mylném jest i to twierdzenie, że im bardziej ciało jest rozgrzane, tém nieprzyjemniejszego doznaje drażnienia od wody zimnej. Ciało ludzkie w zwyczajnym będące stanie ciepła, doznaje nieprzyjemnego wrażenia równie od gorącej jak od zimnej wody. Będąc zaś w stanie nadzwyczajnym, to jest zbyt oziębionym lub zbyt rozgrzanym, w pierwszym razie czuje przyjemność w ciepłe, ogrzewając się; w drugim razie czuje przyjemność w zimnie, chłodząc się.

Upředzenie jakoby polewanie w ła-

źni zimną wodą było tylko właściwe przyzwyczajonym do tego Rosssyanom, jest zupełnie fałszywe; polanie ciała zimną wodą przed użyciem łaźni, byłoby dla Rosssyanina równie przykrém, jak dla nas każdego; gdy tymczasem po jej użyciu woda zimna dla każdego jest nietylko znośna, ale owszem nadzwyczaj przyjemna, a przytém konieczna, nieodstępna od tego rodzaju kąpiele. Wszakże samo doświadczenie przekonywa nas o tój prawdzie; wstawszy bowiem rano w zimnym pokoju, czujemy przykrość w umywaniu się zimną wodą; gdy przeciwnie w dobrze ogrzanym pokoju, w zimnym umywaniu tém większą znajdujemy przyjemność, im bardziej jesteśmy rozgrzani.

To samo dzieje się w łaźni: im bardziej ciało jest rozgrzane, tém zimniejszą polewać się można wodą; a co jest osobliwszém, że im bardziej polewać wodą ciało w wysokim stopniu rozgrzane, tém częściej i tém co raz zimniejszą wodą czuje się potrzeba polewania. Ta to jest operacya, która

najprzyjemniejsze sprawia w polewaném ciele drażnienie, tak dalece, że dzieci z trudnością przychodzi odprowadzić z pod rury, wytryskującej w grubych promieniach wodę zimną, nawet po półgodzinnéj ich pod nią igraszce.

To przyjemne drażnienie rozwija się w ciele następującym sposobem: Wszystkie naczynia ciała, szczególniej skóra, przez działania pary gorącej, do największej czynności są pobudzone; siły żywotne się wzmagają i ruch życia do najwyższego stopnia jest posuniętym. Przez polewanie chłodną wodą, czynność naczyń skórnych, wstrzymywaną chwilowo zostaje, lecz zaraz potém mocniejsza reakcyja siły życia następuje, i *ton* powierzchni ciała nie tylko przywrócony, ale nawet podwyższony bywa, dla tego też daje się czuć potrzeba polewania coraz częściej i coraz chłodniejszą wodą. Ciało zbyt mocno ogrzane i w zbyt nim ruchu życia będące, znajduje się w nienaturalnej swojej sferze, a tém samym w stanie niejakiéj przykrości; wo

da zimna ochładzając je, zniża nadzwyczajny stopień ciepła, zwalnia zbyteczny ruch sił żywotnych, przywraca stan naturalny w całym organizmie, i tym sposobem oswobodzając ciało z przykrego położenia, sprawia nadzwyczajną przyjemność, która tém jest większą, im ciało w wyższym stopniu rozgrzane było.

Woda zimna wylana na ciało, ochładzając takowe, ściąga czyli kurczy części jego powierzchni, ściska pory, przytłumia nateżenie sił, i zwalnia bieg krwi w tychże częściach; ztąd powstaje oddziaływanie (reakcja); przyspieszony bieg krwi wstrzymany w tak szczupłym zakresie, party zewnątrz, tém gwałtowniej wte miejsca uderza; ciepłik znajdując opór w swém rozpięciu, i ścieśnianie granic swych działań, ciągle rozwijając się w ciele, tém w większej massie skupiony, w wyższym stopniu czuć się daje, a siły żywotne nowego nabierają popędu; co tém większą daje czuć potrzebę chłodzenia ciała coraz zimniejszą wodą; i tak za każ-

dém nowém ochłodzeniem nowa następuje reakcja. Ta walka dwóch działań sobie przeciwnych stanowi owo nader przyjemne drażnienie po całym ciele, które się za każdym polaniem wodą odradza, i coraz głębiej w ciele rozwija. W miarę bowiem dłuższego ochładzania, woda zimna przemaga i walka z ciepłikiem co raz głębiej się odbywa; ciało w tedy za dotknięciem jest zimne, jędrne; stosownie przeto do tego stanu, tylko dobrze zimna woda miłe w niem wzbudza czucie.

Ta, że tak powiem gra rozmaitych działań odbywających się we wszystkich częściach organizmu ludzkiego, tak miłe sprawująca drażnienie we wszystkich nerwach, przy zawieszeniu wszelkich napiężeń umysłowych, przenosząca człowieka w inną zupełnie sferę życia, nie może jak tylko bardzo ważne sprawiać skutki stosownie do stanu zdrowia w jakim się kąpiący znajduje; zwłaszcza gdy zważymy, że w takim razie kąpiel ciepła po-

łączona jest z zimną, i ochładzanie ciała w kilkoraki sposób odbywać się może, a każdy z nich różne wywiera na ciało działanie, zapomocą rozmaicie urządzonych rurek, jako to: przez kąpiele kropliste lub deszczowe, tak nazwane duszowe (douches), promieniowe i wannę. Chłodzenie się w wannie nie łączy w sobię tyle przyjemności ile pierwsze. Woda w wannie nie powinna być bardzo zimna, i nie dłużej jak minutę można w niej zostawać, lepiej jest, kilka razy to powtórzyć; przeciwnie w kąpielach polewających zwłaszcza w gorącej łaźni, można bez żadnej obawy pół godziny i dłużej bawić; zresztą nie szkodzi wszystkich razem jedno po drugim użyć, zaczawszy od deszczowej letniej kąpeli zapomocą spółkujących rurek zawierających ciepłą i zimną wodę. i t. d.

Nie należy jednak mniemać, aby cała kąpiel parowa była samą rozkoszą; jak nigdzie nie ma rozkoszy bez przykrości, tak i tu trzeba się pierwój dobrze napo-

cić, nim się jest do tego usposobionym. Aby bowiem doznać wszystkich powyższych przyjemności w takim stopniu, trzeba tyle już być przyzwyczajonym do łaźni, ażeby mózgi wysiedzieć w gorącu przynajmniej godzinę, nie licząc odpoczynków, i dobrze się naparzyć, aby ciało mocno było rozgrzane.

Wszedłszy do łaźni, nie ma potrzeby zaraz oblewać się wodą, bądź ciepłą bądź chłodną, póki się nie czuje tego potrzeby; przytém gorąco nie tak prędko głowie dokucza przez suche jak przez mokre włosy; dłużej jeszcze można wytrzymać obwinawszy głowę ręcznikiem suchym. Przyzwyczajeni do łaźni po większej części nie polewają się zimną wodą aż ku końcowi kąpieli, wyjąwszy pierś dla wolnego oddychania, które zimna woda ułatwia; polawszy się bowiem raz chłodną wodą, czuje się potrzeba coraz częstszego polewania, a szczególnie głowy; nieprzyzwyczajeni nie mogą się jednak bez częstego polewania głowy zi-

mną wodą obejść, jak tylko dobrze się zagrzeją. Ciągłe utrzymywanie zimnej wody na głowie zapomocą flanelowych czapek lub ręczników, jest niezdrowe; głowa powinna równie być gorąca jak inne części ciała, ze zbyt cznego tylko gorąca ochładzać ją należy; szczególniej podczas naparzenia się, które też zwykle nie trwa długo. Przystępując do polewania się wodą, nie ma potrzeby, od razu używać bardzo zimnej wody, która przykre sprawia drażnienie, zamiast gdy stopniowo użyta, nawet zimniejsza, samą tylko rodzi przyjemność.

Opiszę tu sposób i porządek postępowania w kąpieli parowej, jaki zachowuje wiele osób należycie przyzwyczajonych do łaźni, a do których i ja należę; nie dla tego, aby go polecać za konieczny, lub najlepszy, lecz że w doświadczeniu, przy najpomyślniejszych skutkach, łączy wiele przyjemności.

Wszedłszy do łaźni, wstępuję na najwyższe miejsce, gdzie, jeżeli jest zbyt

gorąco, zwolna w dwóch lub trzech minutach dochodzę; poleżawszy cokolwiek, gdy poty zacząną się wydobywać, każę podać ducha i dobrze się naparzyć; w początku bowiem, gdy bieg krwi nie jest jeszcze bardzo przyspieszony, można znacznie dłuższe i mocniejsze naparzenie wytrzymać; popociwszy się potem jeszcze niejaki czas na niższej ławce, wychodzę do *umywalni* (izby na umywanie i spoczynek przeznaczonéj) łaźniennik myje mnie nacierając mocno (*) flanelą lub tyczkową maczałką z mydłem; przy końcu mycia następuje tak nazwane *przeciąganie* po całym namydloném ciele, jak o tém wyżej powiedzieliśmy.

Po myciu, które zarazem jest odpoczynkiem, powracam do łaźni, a zapociwszy się powtórnie, każę się drugi raz naparzyć. Teraz ciało jest wskróś w wy-

(*) *Nim się jest przyzwyczajonym, tarcie tyczkową maczałką tetchące sprawia drażnienie, z czasem jednak, silne nawet tarcie włosianą maczałką nie jest nieprzyjemne, a uzbraja ciało hartując skórę przeciw wszelkim zewnętrznym wpływom.*

sokim stopniu rozgrzane, puls bije tak prędko, że tylko pół-wyrazami zdążyć można bicia jego rachować; wtedy zstępuję na dół, każę na siebie wylać kilka wiader chłodnawej wody, staję pod letnim a coraz chłodniejszym deszczem, dalej puszczam na siebie zrury stosownie urządzonej w grubszych promieniach coraz zimniejszą wodę

Po użyciu w rozmaity sposób zimnej wody, co trwa przynajmniej pół godziny wśród niewymownej przyjemności, którą porównać można z przyjemnością, jakiej doznajemy zaspakajając wielkie pragnienie, ochłodzoną jest zupełnie powierzchnia ciała, które wówczas jest zimne i jędrne, aż skrzypi potarte; wtedy wstępuję na górne ławki, rozgrzewam się na nowo; ciepło łączy się w najprzyjemniejszy sposób z wewnętrznym ciepłikiem, który długo przytłumiany znowu swobodnie promieniuje w całym ciele; naparzenie mocne po raz trzeci odbywam, które nie dopieka już tak bardzo jak poprze-

dnie, zchodzę na dół, a opłukawszy się kilku konewkami letniej wody opuszczam łaźnię

Takię kąpieli, która trwa najmnięj dwie godziny, używam co kilka tygodni; inne kąpiele łaźniowe brane co tydzień, rzadko przechodzą godzinę; a nawet króciej, jeżeli tylko w celu umycia się są użyte. W pierwszym razie najwięcej dwa razy się naparzam, w drugim razie jedno i tolekkie odbywam naparzenie, a takie nie tylko nie jest dokuczające, ale owszem miławe sprawia uczucia. W ogólności godzina czasu zwykle się przepędza w kąpieli parowej.

Wyszędłszy z łaźni, z bardzo rozgrzaném ciałem, poty ciągle wydobywają się jeszcze przez niejaki czas, tém dłużej im mniej ich pozbyliśmy się w kąpieli; trzeba przeto poleżyć na sofie poki poty nie ustaną; poczem otarłszy ciało, i gdy suche, zaraz się ubierać i wracać do domu; ciało bowiem po ustaniu potów, jeszcze dosyć długo jest w wyższej

temperaturze niż zwyczajna, i żadne zimno szkodliwie na nie wpływać nie może.

To cośmy tu powiedzieli przekonywa zarazem, iż bojaźń która wstrzymuje niektóre osoby od uczęszczania do łaźni z obawy zaziębienia się, jest niesłuszna, jedynie na mylnych teorycznych przypuszczeniach oparta. Po kąpieli parowej, ciało przynajmniej przez godzinę tak znaczny jeszcze zbytek ciepłika posiada, czynność wszystkich mięśni tak jest wielka, i ruch siły życia tak mocny, że zwracając cały organizm do naturalnego trybu, raczej zbawiennie niż szkodliwie przez niejaki czas działa, tak dalece, iż nawet podczas kilkanasto stopniowego mrozu można bez żadnej obawy powracać z łaźni do domu. Jak wkażdziej rzeczy, tak i tu doświadczenie najlepsze stanowi przekonanie; ile sam wiem uczęszczając do łaźni już lat dziesięć i o ile wywiedzieć się mogłem, nie tylko w Rosyji ale i tu nie było przykładu, żeby się kto z kąpieli pa-

rowej zaziębił; wszelka przeto w tym względzie troskliwość jest zbyteczna. Ja sam uczęszczałem przez dwie zimy do łaźni, na Pradze, kiedy dopiero ich dwie w Warszawie było; do takowej, z pokoju na rozbieranie przeznaczonego przechodziło się przez sień, przez którą wiatr z śniegiem przewiewał, przy słabowitem wówczas zdrowiu. bez żadnego odzienia, przechodziłem nieraz po śniegu wchodząc lub wychodząc z łaźni, a nie doznałem żadnych złych skutków; to jednak wiedzieć należy, że im bardziej ciało jest rozgrzane, tém mniej potrzebuje obawiać się zaziębienia.

O PICIU W ŁAŹNI.

Zwykle po parowej kąpeli, a przy dłuższém kąpaniu się, już w łaźni mocne daje się czuć pragnienie. W zaspokojeniu jego, nie ma niebezpieczeństwa, jakie zachodzi po mocném poruszeniu np. potańcu, którego skutkiem jest znacznie przyspieszony i mocny oddech oraz gwałtowne poruszenie w płucach, potrzebujących koniecznie ustawicznój zmiany oddychania powie-

trza, podczas gdy w łaźni, pomimo przyspieszonego biegu krwi, oddech jest prawie zwyczajny, i poruszenie w płucach tylko przy bardzo przyspieszonym biegu krwi n.p. stokilkadziesiąt uderzeń na minutę, nieco podniesione, nigdy jednak gwałtowne. Chłodny napój równie tu nie szkodzi jak chłodna woda do polewania użyta, i podobne wywiera działanie wewnątrz jak tamta zewnątrz.

Przy krótszym pobycie w łaźni a tém samém mniejszém pragnieniu, pić można do czego kto przyzwyczajony, bo takowe zupełnie zaspokoić można parą szklanek piwa. W dłużej zaś trwających kąpielach i obfitych potach gdzie już w czasie kąpania, osobliwie napiwszy się raz, pragnienie ustawicznie dokucza, i wielkiej ilości potrzeba napoju na jego zaspokojenie, piwo zakręciłoby w głowie, nieprzyzwyczajonej do takiej ilości. W takim razie woda nawet dla przyzwyczajonych do piwa jest najwłaściwszym napojem z zwłaszcza gdy zważymy,

że ona ma zapełnić pory wypróżnione z potów; ciało bowiem ludzkie, jak wiadomo, podobne jest do gąbki nasyconej wilgocią, której zepsucie w ciele ludzkim jest źródłem rozmaitych chorób. Części téj wilgoci in mniéj podpadają zepsuciu, tém ciało mniéj jest narażone na rozliczne szkodliwe z tąd wynikające skutki. Woda czysta jako niepodpadająca żadnemu zepsuciu, jest najzbawienniejszym środkiem utrzymania w czerstwym stanie organizmu ciała ludzkiego, a jako najdzielniejszy i główny działacz w operacjach chemicznych, najskuteczniejszym pomocnikiem ułatwiającym wszelkie funkcyje odbywające się nieustannie w chemiczném, że tak nazwę *laboratorium* żółdkowém. Cokolwiek bym tu przytoczył na pochwałę wody, wszystko to nie byłoby jeszcze dostatecznym na wysławienie tego zdrowie utrzymującego napoju. „Cały nasz skarbiec” mówi Dr. Fabriciusz „nie posiada żadnego środka, któryby dla swéj bezpiecznie i ogólnie działającej własności,

mógł iść w porównanie z zimną wodą.”
Przytém woda w łaźni lepiej niż zwyczajnie smakuje. (*)

Wypocząwszy po łaźni, szklanka do-
brze ciepłego napoju n. p. herbaty lub co
podobnego, widocznie dobre sprawia
skutki i najprędzej uspakaja pragnienie.
Po łaźni, umiarkowanie w jedzeniu, i pi-
ciu jest nieodzownym warunkiem, aby ła-
źnia pożytecznie wpływała na zdrowie.
Zresztą lekka kolacya, szklanka czystego
wina, kto do nich przyzwyczajony, po ta-
kiej kąpieli bardzo są posilne.

O SMAROWANIU W ŁAŹNI.

Wszelkie w prowadzanie tłustych ob-

(*) Na Rybakach pomiędzy trzema znajdu-
jącemi się tam w bliskości łaźniami, jest
studnia, najwyborniejszą dostarczająca wo-
dę; właścicielka sprzedaje ją na konewki,
lub za miesięczną opłatę; z wielu oddalo-
nych miejsc przysyłają do tej studni,
która zawsze jest zamknięta. Właściciele
powyższych łaźni, powinniby dla wygody
swych gości trzymać ją do picia, a piją-
cy chętnieby za nią płacili. Prócz tego
posiadając przy łaźniach tak wyborną wo-
dę, już tén samém zyskaliby na liczbie
osób uczęszczających.

cych części w zdrowe ciało zapomocą smarowania, jest szkodliwe. Jeżeli zaś stan chorobliwy tego wymaga, doświadczone tylko smarowanie lub za radą lekarza może mieć miejsce. Smarowanie okowitą lub tym podobnemi płynami żadnych złych skutków za sobą nie pociąga, i owszem użycie pierwszej częstokroć uśmierza ból w krzyżach, które poprzednio mocno naparzyć potrzeba. Chcę tu jednak raczej mówić o sposobie w jaki odbywać się powinno smarowanie w parowej kąpieli.

Zdarza się niekiedy widzieć osoby smarujące się w łaźni na najwyższym miejscu po rozparzeniu ciała. Najprzód smarowanie osobliwie rzeczami mocny zapach mającemi, w łaźni gdy więcej osób się w niej znajduje, nie powinno mieć miejsca; sprawia bowiem przykrość, która dowodzi niedelikatności smarującego się, ile, że prawie codziennie w pewnych porach łaźnie są próżne. Powtórne smarowanie w samej łaźni jest bez żadnego użytku, gdyż ozpalone ciało nic nie przyjmuje w siebie

z zewnątrz, ale wszystko z potem wyrzuca, wszelkie przeto smarowanie jest daremne.

Aby smarowanie było skuteczne, należy go użyć po łaźni, naparzywszy i wypociwszy się dostatecznie, po pewnym odpoczynku i osuszeniu ciała, które wtedy tak z wewnątrz jak z zewnątrz chciwie wciąga w siebie wilgoć dla zastąpienia wylanych potów; nadto smarowanie powinno być dobrze rozgrzane.

Taki jest najwłaściwszy, najprzyjemniejszy i najskuteczniejszy sposób używania łaźni, nie wszystkim zwłaszcza u nas, gdzie zbywa na łaźnianikach w tym rodzaju pracy usposobionych, znany jest ten sposób zachowania się w parowej kąpieli, nie wszyscy też doznają właściwych skutków i przyjemności.

Stosownie użyta łaźnia niszczy w ciele zaród większej części chorób; wiele samychże chorób za jej tylko działaniem pozbyć się można. Przyzwyczajony do łaźni od jednego razu uwalnia się od najdotkliwszej fluxyi, i najcięższego kataru,

który się tu *nie zaparza*, co zwykle nastąpić tylko może w wannie. Ciało płci pięknej oswobadza z pryszczów i różnych wyrzutów krwistych i ułatwia regularność.

Zwiedzając wszystkie łaźnie Warszawskie, które w większej liczbie są bardzo małe; znalazłem je napełnione ludźmi, po większej części niższego stanu, szukającymi w nich uzdrowienia we wszystkich swych dolegliwościach; szczupłe ich dostatki ograniczyły całą pomoc lekarską na użyciu łaźni, nie tyle z powodu braku rad lekarskich, jak raczej kosztu środków leczących; oddać bowiem należy lekarzom Warszawskim sprawiedliwość, oświadczając im publiczną wdzięczność, że wszyscy prawie wyznaczyli co dzień pewne godziny, w których udzielają ubogim bezpłatnie rad swoich. Wypytyjąc się, o skutkach doznanych w łaźni, dowiedziałem się, że jeden uzdrowiony został na łamanie w nogach, drugi na niestrawność; ten chodząc o kuli z powodu ciężkiego

rumatyzmu, pozostawił takową w łaźni, ów doznając, jak się wyrażał, *niemocy*, odzyskał swe siły; temu często dokuczające kolki ustąpiły z boku, tamtemu zapalenie gardła, innemu strzykanie bolesne w uszach ustały, i t. d.

Niechaj nikt nie sądzi, że łaźnią uważam za uniwersalne na wszystkie choroby lekarstwo; wiem, iż taki środek nigdy wynaleziony nie będzie; przytaczam tylko doświadczone skutki, które dowodzą, że większej części chorób w zarodzie będących, skutecznie zapobiedz może, uwalniając od niektórych całą siłą działających na zdrowie ludzkie, jak np: od rumatyzmu, skrifuł, zastarzałych bólów głowy, hemoroid i tym podobnych słabości.

Dziwić się nie można że większa część lekarzy nie ordynuje łaźni jako środek lekarski, gdyż o niej tylko teoretyczne mając wyobrażenie, same domysłowe, a tém samém mylne wyprowadzają wnioski.

Jeżeli przytém zważymy tę okoliczność, że w żadnej innej kąpieli skóra pokrywająca ciało, nie może z taką zupełnością być oczyszczoną z obcych ciała szkodliwych części, jak w łaźni, i w tём przyznamy jój pierwszeństwo nad inne i zbawienny jój wpływ na zdrowie ludzkie; „skóra bowiem” mówi Dr *Fabrizius*, (*) „jest siedliskiem jednego z najrozsądlejszych zmysłów naszych, to jest *czucia*, albowiem ona, w każdym punkcie skutkiem dziwnej swój organizacyi, opatrzona jest siatką nerwową, zapomocą której w ustawicznym jesteśny związku z całym zewnętrznym światem, tak dalece, że każdy wpływ onego natychmiast dochodzi do naszego poznania. Przez skórę uskutecznia się nieustanne parowanie (*transpiracya*), jest przeto najgłówniejszym środkiem czyszczącym nasze ciało. Miliony na jój powierzchni rozgałęzionych drobnych naczyń, wyziewają bez przestanku i mimo naszej wie-

(*) *W przekładzie polskim przez Dra. Kule-
szę. str. 68.*

dzy, mnóstwo szkodliwych pierwiastków niepotrzebnych lub obciążających ciało. Zapomocą troskliwych badań wysłędzono, że zdrowa skóra, bez pocenia się oddaje w ciągu dnia przeszło trzy funty niepotrzebnych pierwiastków.”

„Zwyczajnie tym organem czyści się krew, a zatem i całe ciało. Lecz jeżeli skóra będzie nieczynną, albo jej pory są zapchane, wtedy czyszczenie to nie odbywa się z dokładnością przyzwoitą; pozostałe nieczyste pierwiastki obciążają dolegliwie ciało, często nawet w zepsucie przechodzą i rozlicznych chorób stają się przyczyną.”

„Skóra nadto posiada możność utrzymywania temperatury ciała naszego zawsze w jednym stopniu, a to przez podwyższanie lub zniżanie swęj czynności. Dopomaga do utrzymania równowagi pomiędzy licznemi systematami naszego ciała, a w razie zepsucia się takowęj, przywraca ją napowrót. Jeżeli jakowy organ jest w podwyższonym stanie drażliwości, i w tymże znajdzie się zbyt wiele nagromadze-

nie lub zatkanie soków, skóra naówczas przez powiększony swój wyziew, te nagromadzone soki rozcieńcza, płynnemi czyni, i tym sposobem pośrednio lub bezpośrednio pierwotny, regularny i porządnny związek na nowo przywraca. A zatem im bardziej otwartą jest skóra, im silniejsza jéj czynność, tém pewniej zabezpieczeni będziemy od mnóstwa chorób piersiowych, w trzewiach podbrzuszných, nerwowych, od rumatyzmów, katarów, krwotoków i t. d. Nieskończenie wielu przyczynom chorobnym na nas działającym ulegnąćbyśmy musieli, gdyby natura nieubezpieczyła nas otworami skóry do pozbycia się onychże. Żadna z tych chorób nie może się ukończyć bez współdziałania skóry, a największa ich część kończy się jedynie przez poty."

„Wiele w tym przedmiocie moglibyśmy jeszcze przytoczyć, lecz po tém co się już powiedziało, nie znajdzie się nikt zapewne, coby chciał zaprzeczać ważności skóry do utrzymania zdrowia."

„Łatwo ztąd pojąć można, dla czego pomiędzy niską i ubogą klasą ludzi napotykamy często choroby, których pochodzenie zwykle przypisywaliśmy zbyt kownemu sposobowi życia bogaczy. Jakoż w rzeczy samej, równie często ubiednych iak i ubogatyh ludzi spostrzedz można uporczywe reumatyzmy, artrytys, nerwowe słabości, hypochondryą, hemoroidy a osobliwie wyrzuty skórne, krosty, plamy, świerzbę i t. p. Z drugiey strony bywają ludy zupełnie wolne od podobnych chorób, a to jedynie w skutku przyzwyczajenia się do utrzymywania czysto ich skóry. Turcy np. pomimo ich próżniackiego i siedzącego życia, przy ustawiczném pijaniu kawy i paleniu tytoniu, są zdrowi po największej części, gdyż u nich kąpiele do zwyczajnego trybu życia należą. — Rzymianie też i Grecy, obok rozpustnego i zbyt kowego życia podobnież wolnemi byli od wielu dolegliwości, ponieważ kąpanie się unich za tak codzienne uznaniem było jak pokarmy i napoje.”

Sam sposób mycia w łaźni wpływa zbawiennie na zdrowie; tarcie po całym ciele horyzontalnie położoném, namydloną flanelą, sprawia uczucie pewnego krążenia elektrycznego wekrwi, które przy tarcu krzyżów zdaje się przenikać aż do żołądka; dalej, mydło łącząc się z wydobywającymi się potami, i różnemi tłustemi częściami, zabiera je z ciała, które przez to osiąga najwyższy stopień czystości, przywraca w nim elastyczność naturalną, nadaje powierzchni skóry gładkość i połysk właściwy. — Dla tego to troskliwie o swe wdzięki kobiety na wschodzie, nawet mycie się odbywają w łaźni, i tym sposobem konserwują piękność ciała i gładkość atlasową skóry. Wychodzą z łaźni podobne do Nimf, uroczą jaśniejących pięknoscią; w najczystszeń ciele kwitnące powaby, usta koralowe, róże na gładkiej rozwijające się twarzy, czoło wypogodzone, oko pełne życia; oto trofea uzyskane w łaźni, które zdobią ich nadobną postać i podnoszą potęgę ich wdzięków.

O ŁAŻNIACH ROSSYJSKICH.

POD WZGLĘDEM LEKARSKIM

(*Wyjątek z pisma pod tytułem: Krótki Rys używania kąpeli parowych Rossyjskich przez Doktora Schmidt w Berlinie*)

Stosownie do objawionego napoczątku niniejszego dziełka planu, dołączamy tu uwagi P. P. Schucher i Schmidt lekarzy Berlińskich, a szczególnie ostatniego, który poświęcił się z gorliwością gruntownemu poznaniu skutków łaźni parowej i jej wpływu na ciało ludzkie tak w stanie zdrowym jak chorobliwym, robiąc doświadczenia w wzorowo urządzonej łaźni rossyjskiej w Berlinie.

Uważając kąpiele parowe, mówi Dr. Schmidt, jako środek lekarski, wiedzieć potrzeba, kiedy i jak użyte być mogą. Kąpiele parowe ruskie, należą do mocno działających środków; o ile przeto, w jednych przypadkach są nader pomocnemi, o tyle w drugich szkodliwemi stać się mogą. Szkodliwość atoli, ściąga się szczególnie do chorych; zdrowi, którzy tych kąpeli, w sposobie dietalnym używają, nie

mają się czego obawiać; nie są one nawet nieznośnemi, jak sobie niektórzy wyobrażają.

Ztych więc uwag, wynika kwestya w jakich przypadkach kąpiele rosyjskie mają być używane, a w jakich przeciwnie pominięte. Ponieważ zaś skóra w całej swój rozciągłości, wprawiona przez parę w silne działanie, naczyniom krwistym pobudzających udziela środków, przeto używanie kąpieli rosyjskiej miejsca mieć nie powinno:

1. We wszystkich przypadkach tych chorób, w których tak wielka czynność naczeń zmniejszoną być winna, a zatem:

a) We wszystkich tak nazywanych gorączkowych febrach.

b) Szczególniej zaś byłaby niestosowną kąpiel rosyjska przy wszystkich zapaleniach wewnętrznych, bądź to acutycznych lub chronicznych, na dewszystko przy zapaleniach chronicznych wątroby.

c, Przy wszystkich rozpalających połączonej z febrą wyrzutach skórnych, jako to: krost tak nazwanych odry, odry fałszywej, skarłatnej róży.

W tym względzie Dr. Schucher jest przeciwnego zdania, i tak w tych jak i w największych zapaleniach używanie kąpieli parowych zaleca; zastrzegając jedynie umiarkowany stopień ciepła w kąpieli. P. Schmidt, oświadczając się przeciw temu zdaniu, jest jednak tylko warunkowo mu przeciwny, to jest gdy zapalenie z mocną febrą gorączkową jest połączone.

2 We wszystkich febrowych chorobach, gdzie raptowne wzruszenie czynności systemu żył krwistych jest niebezpiecznym.

a, Wszelkie organiczne choroby wewnętrzne, w których wolny przebieg krwi, przez naczénia chorego organu, doznaje przeszkody.

b. Zatkanie w pojedynczych częściach ciała; jak to zapewne ten przypadek w cierpieniach hemoroidalnych ma miejsce. Lubo na hemoroidy kąpiele

rossyiskie są dzielnym środkiem, wszelako w stanie prawdziwej choroby hemoroidalnej gdzie częstokroć *congestia* krwi obrócona jest ku pierśsiom i głowie, trzeba być ostrożnym.

Przeciwnie zaś kąpiele rossyiskie wielką odznaczają się korzyścią:

1. Jako dietalny środek, dla utrzymania zdrowia i oddalania chorób.

Przykre działanie i liczne zmiany temperatury w naszym klimacie ostre wschodnie i polnocne wiatry, i t. d. rzadko mogą być tak zniesione aby zdrowie nasze w niczem nie cierpiało.

Rumatyczne i katarowe zapalenia febrowe, są więc u nas powszechnemi cierpieniami. Kąpiele parowe nietylko je zupełnie uleczejają, ale nawet przez akuradne i wczesne użycie, większe zło odwrócić mogą.

Doktor Schmidt, sam mówi o sobie, iż jego czerstwy stan zdrowia ze zmianą temperatury atmosferycznej zmienił się, głowa doznawała ociężałości;

w kościach czuł pewną słabość, krórá przy naywiększý wytrwałości, zaledwo znieść był w stanie. Oprócz tego oddychanie było ciężkie, nadzwyczajna słabość rozlana po całym ciele, a wywiązanie febry gorączkowéy było bardzo bliskie; to jest były te same cierpienia, jakie zwykle zapaleniu płuc towarzyszą; , pośpieszył zatem do kompieli rossyjskiéy z postanowieniem nieopuszczenia jéj, dopóki ból głowy i ciężki oddech nieustaną; iakoż w półtorej godziny znikły te cierpienia. Niepospolite działanie wywierało przytém, użycie zimnéy wody, którój około 30 wiader na niego wylano, po upływie dwóch dni, pozostałe pomnieysze cierpienia, zupełnie go opuściły.

Po częstém ciała ufatygowaniu, daie się niekiedy uczuwać słabość pozbawjającą snu potrzebnego. Przez użycie kąpieli parowéj słabość ta niknie, a oddech i siły żywotne, stają się do nowych prac i nateżeń zdolnemi.

Nawet po użyciu wielu potraw i napojów, przez co czynność sił człowieka na nieprzyjemne cierpienia jest wystawioną, najszybszym i najszybszym środkiem są kąpiele parowe rosyjskie.

W ogólności, używanie tych kąpielei jest głównie dietalnym. Szczególniej się zlecają jeżeli ciało nadzwyczajnie jest drażliwe, a z tą do chorób przez zewnętrzne wpływy, łatwo skłonne.

Używanie kąpielei parowych od czasu do czasu jest ochroną przeciw wszystkim napadom chorób, na jakie człowiek bywa wystawiony.

2. Wyjąwszy choroby wyżey wymienione, kąpiele rosyjskie, są środkiem uleczałym po największej części w chorobach chronicznych, w których lubo ciało już nie zdaje się być słabym, przecież pojedyncze części w działaniu swym cierpiącemi bywają. Także przeciw niektórym zapaleniom użyte być mogą, jeżeli tylko zapalenia z mocną gorączkową febrą połączone nie są.

Choroby, w których się dotąd okazały być sku tecznymi, są następujące:

a, Zwyczajny katar, który na wewnętrznej skórze nosa i wyższej jego części osiada, i z mocną febrą połączony bywa. Ciało od zwyczajnych dolegliwości, jakimi są nieprzyjemna ciężkość w członkach, i brak apetytytu, prędko uwolnione zostanie. Także na kaszel katarowy pod przytoczonemi warunkami, trudno nad kąpiele parowe znaleźć spieszniejszy sposób.

Nadzwyczajnie jednak działa w zastarzałych katarach, a szczególnie w tak zwanych zatkaniach katarowych, (Stokschnuppen) które przez długie zaniedbanie, złe skutki sprowadzają.

Zadziwiającém jest, z jaką szybkością od roku lub dłuższego czasu zamknięta droga w nosie otwiera się; aby tego dokażać winien chory naprzód 10 do 15 minut w parze pozostać, a potem zaraz głowę i czoło spieszenie zimną wodą kazać oblać. Postępowanie to winno być kilka razy powtórzone.

Podobnież ustępuje chrypka, jeżeli początek jęj pochodził z kataru, a nie z ropienia wyższej części gardła lub jego kanału:

Zbyt wielka czułość u jednego młodego człowieka, pozbawiająca go za każdym zimniejszym powietrzem, naturalnego dźwięku głosu, przez użycie kilku kąpiei rosyjskich, i to jeszcze wśród zimy zupełnie wykorzenioną została.

b, Rumatyzm, bądź to świeżo nabyty, bądź zastarzały, skutkiem którego sztywność lub skurczenie muszkułów a przeto bezczynność członków zrzadzoną została.

Prawdziwie pocieszającym jest, widzieć z jaką szybkością kąpiele rosyjskie w takich przypadkach są pomocne.

Romatyczny ból zębów, kąpiele te bardzo spieszenie uleczają, a nawet i ten na czas niejaki uśmierzają, który pochodzi z zapalenia skóry okrywającej korzenie zębów. Bólu twarzy, tęg nader dręczącej słabości, w jednym przypadku kąpiele rosyjskie, lubo nie zupełnie

uleczyły, znaczną przecieź ulgę przy nio-
sły. Ból nerwowy bioder, kilka razy
także wygojono; w tej chorobie korzy-
stnie jest łączyć duszowanie z kąpielą
parną, a uleczenie o wiele spieszniej mo-
że nastąpić. Wątpić również nie należy
że i w przypadku wyżej przytoczonym
skutek byłby się okazał pomyślniejszym
gdyby zarazem duszowanie było użyte.

Na kurcz żołądka okazały się kilka ra-
zy zupełnie skutecznym środkiem.

Równie także bóle, które częstokroć lat
kilkę po zapaleniu szczególnie w pier-
siach i po wygojonych ranach, wywichnię-
ciach, czuć się dają, i tak zwany kalendarz
w ciele lub kościach tworzą, w żaden spo-
sób pewniej, prędzej i łatwiej, i to na-
zawsze wyprowadzonemi być nie mogą,
jak przez kąpiele rosyjskie.

c, Podagra, skoro już się zupełnie
wyformowała, i jako zapalenie i ból
w członkach objawi się, w ówczas
kąpiele rosyjskie, jeżeli tylko dla zanniej-
szenia zapalenia, postarano się zarazem o

miejscowe odprowadzenie krwi, za najpewniejszy i najspieszniejszy środek uleczenia uważać można; a zatem tylko w uformowanym już stanie téj choroby, kąpiele parowe rossyjskiesą użytecznymi, i nad każde inne sposoby leczenia pierwszeństwo mają. Uprzątają bowiem choroby nietylko spiesznie i pewno, lecz zachowują także od prędkiego jéj powrócenia się, i przeszkadzają powstaniu nader nieprzyjemnym następnyim chorobom w członkach: kontrakcyi i zbrzęknięciu. Jeżeli atoli te okażą się, w ówczas w prawdzietakoże wyprowadzonemi zostaną, lecz dłuższego używania kąpielei rossyjskich potrzeba.

d, Zaskórna puchlina wodna, która powstaje z zatamowania głównych funkcyj organicznych, równie ustępowała po kąpielach rossyjskich i to bardzo spieszno, chociaż wprzód żadne lekarstwa nie skutkowały. Mylném byłoby jednak, gdyby kąpiele te na puchlinę wodną, która główne swe siedlisko w cierpieniach organi-

cznych, a może nawet w ropieniu organów założyła, były używanemi; w takich przypadkach mogłyby tylko nieszczęśliwy przyspieszyć koniec.

e, Chroniczne skórne słabości, a pomiędzy niemi szczególnie cały poczet liszai, w różnych kształtach. Na te, kąpiel rosyjska jest cudnym środkiem, któremu wszystkie bez wyjątku ustępują tak, że żadna inna zła choroba skutkiem ich wygojenia nie następuje. Działania kąpieli w tej chorobie są tak wielkie, że prawie nigdy, i tylko w przypadkach Complicacyi mogłyby potrzebować wsparcia przez inne środki.

Taką samą moc mają do gojenia zastarzałych wrzodów, na nogach nawet najgorszego stopnia, A że do wygojenia tak dawnych częstokroć najdzielniejsze mulekarstwu opierających się chorób, więcej niż jeden lub dwa tuziny kąpieli potrzeba, rozumie się samo z siebie. Podobne choroby trwały częstokroć wiele lat, i zdaje się, że z całą konstytucją tak we-

wnętrze połączone były, że wielka słabość następowała, kiedy na czas niejaki znikwały. Jak można więc spodziewać się, że kilka kąpiele rosyjskich dostateczne byłyby na ich wygojenie?

Uwaga ta byłaby zbytęzną, gdyby kilka przypadków nie było zaszło, w których kąpiele parne rosyjskie za nieskuteczne ogłoszone zostały; gdy po 8 lub 10 kąpielach zupełnego wygojenia nieosiągnięto.

P. Schmidt sam miał nieszczęśliwe zdarzenie zarażenia się liszajami, dotknął się mokrego łuszczkowatego liszaja na ręce chorego, i zaraz potem przez niebaczność potarł nieoczyszczoną ręką brodę. Po upływie trzech dni, okazało się na tém miejscu kilka pryszczów, skóra na brodzie rozgnoiła się i rana powstała. To złe rozszerzało się gwałtownie, i byłoby w krótkim czasie całą twarz pokryło, ile że po ośmiu dniach już całą spodnią wargę i jedną część górnej ogarnęło, gdyby użyte kąpiele rosyjskie temu nie były

przeszkodziły. Po dwunastu kąpielach, z których codziennie jedną użył, Pan Schmidt zupełnie wygojony został, bez najmniejszego używania jakichkolwiek bądź innych sposobów.

Nawet i wstępne choroby, jakie z powodu zniszczenia liszai niestosownymi środkami powstają, można czasami przez kąpiele p-rne Rossyjskie wygoić, a w takim stanie rzeczy mogłyby być także przy płucowych i gardłanych suchotach użytymi, na wypadek jeżeli te choroby nie zrzędziły w organach znacznego nadwężenia. Bardzo uporczywe zapalenie oczów które pozostało skutkiem spiesz- nego zniszczenia liszai na zgięciu lewej nogi, także jedynie tylko kąpielami rossyjskimi wygojone zostało.

Słodki strup uporczywy szerzący się Ogniopiór (Die Milchborke, der Säuglinge und die noch langwierigere, crusta Serpiginosa) ustępuje w kąpielach rossyjskich spiesznie i złatwością. Przytém jest

także korzystnie, gdy matka lub mamka kąpieeli równie używa. (*)

Czyliż potrzeba nowych dowodów, że i świerzb przez te kąpiele goić można, i nawet już po kilka razy wygojono. W stanie téj słabości, wypada kąpać się przynajmniej raz na dzień, a jeżeli być może i dwa razy; tym sposobem świerzb gojono bez najmniejszego użycia innych środków. W razie kiedy choroba ta, do wysokiego stopnia jest posunięta, powszechnie nacieranie siarką, lub kto przekłada *parne siarczane kąpiele*, połączone z kąpielami rosyjskimi uleczenie następuje prędzej, niż gdyby kuracya przez pojedyncze używanie jednego lub drugiego sposobu odbywaną była.

f, Skrofuły, przeciw tym kąpiele rosyjskie jako środek gojenia mają wpraw-

(*) Ja sam doświadczyłem skutecznie łaźni na własném dziecięciu, u którego ogniopiora tak się w trzecim kwartale rozszerzyły, że całą twarz i głowę ciągle kancerowały, i najboleśniejsze sprawiały cierpienia, kilka łaźni były dostateczne na ich zgubienie. — p. a.

dzie bardzo wielką, lecz zawsze warunkową wartość, tak jak każdy inny sposób przeciw tej nieszczęśliwej chorobie używany.

Lecz, gdy płuca i inne wnętrzości, wolnemi są od skrofułów, i te szczególniej wexystujących częściach Periphery czyli w obwodzie ciała znajdują się, można i należy w tym razie skoro system naczyń krwistych nie jest febrą wzburzony, kąpieli rosyjskich używać; wieloliczne wszakże doświadczenia przekonały że użycie to do najdzielniejszych środków, które kiedykolwiek przeciw skrofułom używano należą. Zmniejszają za nadto wielką czułość nerwów, i zniżają drażliwość arteryj, a przeciwnie wznoszą czynność sił żywotnych, jak równie limfatycznych naczeń. Dla tego też są w stanie najmocniejsze i najtwardsze napuchnięcia skrofuliczne rozpedzić i najgorsze wrzody, które się na skrofulicznych chorobach zasadzają, goić. Tak właśnie, osoba płci żeńskiej 22 lat mająca, dręczona skrofuliczném

wielkiemi twardém napuchnieniem w ży-
wocie przez któren się toż napuchnienie
nieforemnie rozciągało, i które widocz-
nie z kresków występowało, (na co blisko
lat dwa nader starannych środków uży-
wano) przez 44 kąpeli rossyjskich
w ciągu trzech kwartałów od tak
twardéj puchliny uwolnioną została, i
następnie dobrego używała zdrowia.

Inna osoba także płci żeńskiéj, któ-
ra przez skrofuliczny wrzód na prawém
kolanie, już właśnie do stanu suchot zbli-
żała się, jedynie przez kąpiele parowe ros-
syjskie, których przeszło 50 użyła, wypro-
wadzoną została.

Jedna z najprzykrzejszych działań
choroby skrofulicznój, jest: (die Harthörig-
keit, tępy słuch) beczułość, odrętwia-
łość. Równie przeciw temu okazały się
kąpiele rossyjskie po kilka razy bardzo
skutecznemi. Przy jednych to złe znacz-
nie zmniejszono, przy innych zaś zupeł-
nie wykorzeniono.

Lubo rodzaj tumorów pęcherzykowatych (Belggeschwülsten) które pod nazwiskiem (der Ganglien oder Ueberbeine) gruczołów węzłowatych są znane, wprost do przypadków choroby skrofalicznej liczyć nie można; przecież nadmienić tu o nich wypada, ile że kąpiele rossyjskie dzielnie na nie działają.

Umyślnie, przeciw nim nie używano tego sposobu, lecz ile przypadkowo zdarzyło się, kiedy z innych przyczyn kąpielebrane były, te ginęły bez oddzielnego starania i używania mocniejszego tarcia lub tym podobnych.

g. Rozdęcie ż, ł (Variköse Ausdehnung der Venen).

Dotąd ani Medycyna, ani też Chirurgia nie podały sposobu przez któryby choroba ta uleczoną być mogła. Ulżenie cierpień jest największém co dotąd wynaleziono, lecz nie ma sposobu zupełnego téj choroby wyleczenia. Przez używanie kąpeli parowych rossyjskich udało się kompletną kuracyą tego rodzaju do skutku doprowadzić

Pewna dama, która w pierwszych miesiącach swéj brzemiennosci niejakié cierpienia, przez nabrzmienie żył krwistych uczuwała, w następnych razach coraz bardziej się toż powiększało; za czwartą razą swéj brzemiennosci przez nadzwyczajne rozdęcie żył, nietylko całych odnóg dolnych (untere Extremität) ale nawet podbrzusza, do stanu prawdziwie godnego politowania przywiedzioną została; i to aż do końca brzemiennosci trwało. Każde położenie ciała, czy to na plecy, czy na bok, sprawiało jéj bole, chodzić nawet nie mogła, częścią dla ściągania w nogach, częścią dla mocnego klócia w goleniach. Wszystkie środki lekarskie jakie tylko mogły być użyte, były daremnemi, dopiero przez szczęśliwe rozwiązanie, owe mocne dręczenia ustały. Rozdęcie żył, trwało jednak w znacznym stopniu i ciągle, a bóle licznie po sobie następujące, mocne i urywkowe klócie, kazały obawiać się okropnego w biodrach cierpienia.

Po bezskuteczném użyciu mnóstwa środków, udano się nakoniec do kąpeli rosyjskich, których działanie najpomyślniejszy wydało skutek. Cierpienie w biodrach już po kilku kąpielach zniknęło, a dalsze tychże używanie, uleczyło rozdęcie żył krwistych. Cztery lata później w drugiej połowie piątej brzemiennosci, dało się znowu uczuć kilka cierpień tego rodzaju; zniknęły jednak natychmiast, po użyciu kąpeli rosyjskiej, co za każdym uczuciem jakowejś dolegliwości, aż po skończeniu 8go miesiąca brzemiennosci, z szczęśliwym skutkiem powtarzano. Rozwiązanie silném dziecięciem o, było się nader szczęśliwie. — Godném uwagi jest przytém jeszcze, że Dama ta pierwsze troje dzieci, częścią dla braku pokarmu, częścią dla mocnego bólu brodawek, wcale nienależycie, a zaś czwarte wcale przez nią karmione być nie mogło; piąte dziecko przy dostatecznym pokarmie i bez cierpień na brodawki sama karmiła.

Następujące dwa wypadki policzyć można do postrzeżeń, przy których lubo

żadne rozdęcie żył miejsca nie miało jednakże znaczne nabranie było widoczném.

Pierwszy przypadek dotyczy pewnej Damy, która od 28 roku wieku swego skutkiem mocnych i powtarzanych zaziębień 8 lat wcięż na kurcz żołądka cierpiała. Po upływie tego czasu ustała raptownie regularność i zarazem zmniejszyły się napady kurczu żołądka. Lecz nastąpił mocny ból głowy, za każdym dniem coraz mocniejszy i nakoniec tak nieznośny, że chora do żadnej czynności zdatną być nie mogła. W kilka miesięcy potem uderzyła na nią Epilepsya. Początkowo okazywała się co 14 dni, następnie co tydzień raz, później co dzień, a nakoniec dwa razy na dzień, z rana i na wieczór. Dwa lata upłynęły od pierwszego okazania się Epilepsyi, w czasie nieustannie mnożących się zjawisk tej choroby; używane lekarstwa wcale nie skutkowały. Twarz chorój była obrzmiałą, sino-czerwoną, oczy mdłe, język poruszał się z trudnością do mówienia, mowa była nie

wyraźną, i utrzymanie ciała zupełnie opuszczone.

W takim stanie zostając, udała się do kąpeli rosyjskich, w której co 5 minut kropla wody miała jej na głowę spadać. To jednak nie nastąpiło, gdyż chora dla bólu, jaki jej spadające krople wody na głowę za każdą razę sprawiały, już więcej dotego nakłonić się nie dała. Wypadało więc tylko oblewać ją zimną wodą. Skutek przewyższył wszystkie nadzieje: napad który więcej niż rok, co wieczór okazywał się, już w pierwszy wieczór po kąpeli chorą opuścił. W cztery miesiące potem, w którym to czasie chora tygodniowo po dwa a rzadko trzy razy kąpeli używała, wolną została od najmniejszego napadu Epilepsy, nawet kurcz żołądka już więcej nie pokazał się, a całe ciało przybrało postać nowego życia.

Drugi przypadek: Pewny młody i silny człowiek, dwadzieścia i dwa lat liczący, którego nigdy żadna nie trapiła słabość, będąc w Grudniu 1817 r. w Ho-

landyi zaproszony na obiad, gdzie bardzo wiele trunków używano, pił najmniej dwadzieścia gatunków wina, a obiad trwał od godziny 5 po południu do 12 w nocy. Po skończonym obiedzie pojechał w czasie największej mgły 3 mile od swego mieszkania. Już wdrodze uczuł mocny ból głowy, a następnego rana po obudzeniu się ze snu niekoniecznie porzypiającego, ból ten jak się sam chory wyraził przeszedł wszystkie granice. Spiesznie użyty proszek na womity nie zrobił skutku, owszem w pół godziny potem zapadł chory w stan bezzmysłowy, z którego dopiero po 6 dniach został wyprowadzony. Po upłynieniu 6 tygodni przecież tego dowiedziano, że chory był w stanie pieczo przechodzić się, lecz do żadnych interesów nie miał zdatności, a nawet po upływie 6 lat od owego dnia wesołego, niesposobność ta ciągle w swój mocy trwała.

Łatwo się domyślić można, ile dla przywrócenia zdrowia tak młodemu i

pełnemu nadziei człowiekowi starań czyniono; lecz stan w którym zostawał, zawsze był jednakowy. Prawa noga i prawa ręka cierpiały najwięcej, krzyże nie mogły znieść długo wolnego stania, po $1/4$ godzinném przejściu, powstawał w całej długości tychże, ból niewypowiedziany, a następnie ciało naprzód opadało, i chory jeżeli chciał uniknąć niebezpieczeństwa przewrócenia się, musiał się w łóżku położyć. Język z trudnością niezrozumiałe słowa tworzył, oczy były mdłe, rysy twarzy ospałe, akolor szaro-niebieski. Nawet nigdy nie był w stanie myśli jednéj, dla braku słów dostatecznie wyrazić; czynność jednakże umysłowa, szczególniej rachuba nic na tém nie cierpiała.

Ze stan ten powstał z rozdęcia naczyń, a szczególnie z mózgu i śpiku krzyżowego, naprowadza na to, nietylko powód choroby, ale i jej zjawiska, szczególniej ból w krzyżach, za prostém podniesieniem ciała.

Po bezskuteczném przez lat 6 leczeniu udał się chory do kąpeli parowych rosyjskich, których 49 uwolniły go od chromania na prawą nogę, jak równie od bólów w krzyżu i w ręce prawej, wyjąwszy nieco w palcach. Nie można więc wątpić, że przy dalszej kontynuacyi kąpeli parowych rosyjskich zupełne zdrowie mógł odzyskać.

Na tém kończąc, łączy Doktor Schmidt swe życzenia, aby rys ten posłużył za prawdziwą wskazówkę, do używania kąpeli parowych rosyjskich.

Zresztą i nie lekarz łatwo z przywiezionych postrzeżeń pozna przypadki, kiedy użycie kąpeli parowych rosyjskich, użyteczném byź może, a kiedy bez rady lekarskiej używaćby ich, nie należało.

ZAKOŃCZENIE.

Nie jeden przeczytawszy to dziełko, zapyta może: jak się to dzieje, że łaźnia parowa będąc tak dzielnym środkiem przeciw wielu cierpieniom w stanie chorobliwym, nie szkodzi przecie zdrowemu, pomimo silnego działania, jakie wywiera na jego organizm? Rzecz ta w następujący sposób da się w części wytłómaczyć: weźmy najprzód jedno z działań łaźni, poty, które tu są ubocznym tylko skutkiem główniejszych operacyj, i tak w swych własnościach jako i sposobie ich sprawienia, samej łaźni parowej właściwe, różniące się bardzo od potów sprawionych przez wielkie poruszenie, lub środki lekarskie; powstają one z wilgoci, którą nasiąknięte jest ciało ludzkie, a która bardzo przedkiemu ulega zepsuciu, i w takim stanie staje się źródłem licznych chorób, których różnica co do jakości czyli natury zawista od tego, jaką część ciała oparowały, a co zależy od różnych częstokroć przypadkowych okoliczności. Dobroczytna natura zaradziła temu złemu, zapomocą niewidzialnej transpiracyi, w której ciało ludzkie ciągle się znajduje, i tym sposobem pozbywa się niezdatnej już ciału wilgoci, która zatrzymana i zepsuta, szkodliwąby mu tylko była. Dla tego to każde wstrzyma-

nie tej naturalnej transpiracyi w jakiegokolwiek części ciała, bądź przez środki wewnątrz działające, bądź okoliczności zewnętrzne, jak np. zaziębienie i t. p. zawsze jakowe choroby za sobą pociąga; łaźnia sprawiając poty, wypędza z niemi zarazem i zepsute części, jeżeli takowe znajdują się w ciele; w przeciwnym zaś razie, poty wychodzą czyste, przez co wilgoć w ciele zostaje odświeżona, i nic więcej. Osłabienie nie ma miejsca, gdyż poty nie następują w skutku sztucznej irytacyi, jaką sprawiają stosowne lekarstwa; ale raczej wzmocnienie, wskutku reakcyi całego organizmu.

Dałej najdrobniejsze części organizmu ludzkiego, najdelikatniejsze jego włókna bądź, w powierzchni ciała, bądź w głębi jego ukryte, te nawet, których żadne oko śmiertelnika nie dojrzy, żaden rozum lekarza nie dosięgnie i nie zbada; do tych wszystkich, siła pary łatwy znajduje przystęp, wszystkie przeniknie, jeżeli są zatkane otworzy i oczyści, odrętwiałe w ruch wprawi i do czynności pobudzi; a nadając regularny bieg krwi we wszystkich częściach, w całym systemie równowagę przywróci; jeżeli nic nie znajdzie do naprawy, co się rzadko zdarzyć może, jeżeli równowaga nie była nadwergżona, nic nie zepsuje, bo na wszystkie sprężyny działając ra-

zem i wiednakowym stosunku, ich harmonii nie zmienia. Zgoła jeżeli nic obcego, niewłaściwego nie znajduje w ciele, takowego nie zmienia, tak jak ogień który płótno asbestowe zbrudu oczyszcza, a czystego nie zmienia.

Szanuj lekarzy dla potrzeby a żyj tak abyś ich nigdy niepotrzebował (*) Aby tém pewniej osiągnąć ten cel, przy życiu porządném dla zapobieżenia chorobom, chociaż zdrowi, używajmy łaźni, abyśmy nie chorowali; nie tylko w cierpieniach fizycznych, ale i w moralnych, używajmy łaźni; (*) po każdej znaczniejszej

(*) Kopczyński mówiąc o wpływie zbawionym życia rządneho na zdrowie.

(*) Zmartwienie i kłopot, oba te cierpienia powstają z przyczyny moralnych; dla tego medycyna nie ma na nie żadnego lekarstwa; ten tylko skutecznym może być lekarzem, i od nich uwolnić, kto jest w stanie przyczyny ich usunąć. Kłopot działa na mózg i w gwałtownym stanie odbiera rozum, zmartwienie działa na serce i odbiera życie; Jest to trucizna której jad rozlewa się po całym organizmie i rozwija wszystkie zarody chorób, jakie się w ciele znajdują, i przy ich pomocy, a nawet sama zabija, przypatrzmy się ugodzonemu gwałtownym zmartwienia ciosem, jak przy ściśnioném boleścią sercu, krew ustępuje z jego twarzy, czoło stygnie, oczy mgłą zachodzą, nos się przedłuża, członki słabieją, wszystko z rąk wypada, chwieje się i pada, lub z wolna trawiony usycha.

Najczęściej te straszne skutki spotykają ludzi class wyższych, ludzi możniejszych, jako nie-

zmianie w atmosferze, nieczekając jej złego wpływu, używajmy łaźni; jeżeli panują jakie choroby, jeszcze częściej używajmy łaźni; aby zapobiedz chorobom niewiadomej istoty, zdaleka się objawiającym w ociężałości, w zasepieniu zdrowia, używajmy łaźni; nie tylko w cierpieniach, przeciw którym łaźnia doświadczonóm jest lekarstwem, ale i w chorobach, których istota i przyczyna nie są wiadome, nim zaczniemy używać niepewnych lekarstw, używajmy pierwój łaźni. A gdy ta okaże się nieskuteczną, do choroby niestosowną, lub gdy istota choroby jest wiadoma i przeciw niej srodki lekarskie wiadome, w tedy dopiero, i wtedy jeszcze pijmy pierwój wodę z rąk doświadczonego lekarza.

nawykłych do podobnych ciosów. Sztuka lekarska nie ma żadnych przeciw temu środków, a głosu filozofii serce słuchać nie chce: jakkolwiek trafne będą w głowie rozumowania w sercu boleść nie ustanie, jeżeli dusza w szkole nieszczęść zahartowaną nie została. Do wstrzymania niszczącego wpływu tej moralnej boleści, na fizyczne jestestwo nasze, bardzo skutecznym środkiem okazała się łaźnia. Im większy śłopot, im gwałtowniejsze zamartwienie, tém spieszniejsze użycie łaźni, jest konieczne, i tém częściej powtarzane być powinno, choćby codzien, a cierpienie tak moralne jak fizyczne niezawodnie ustąpi.

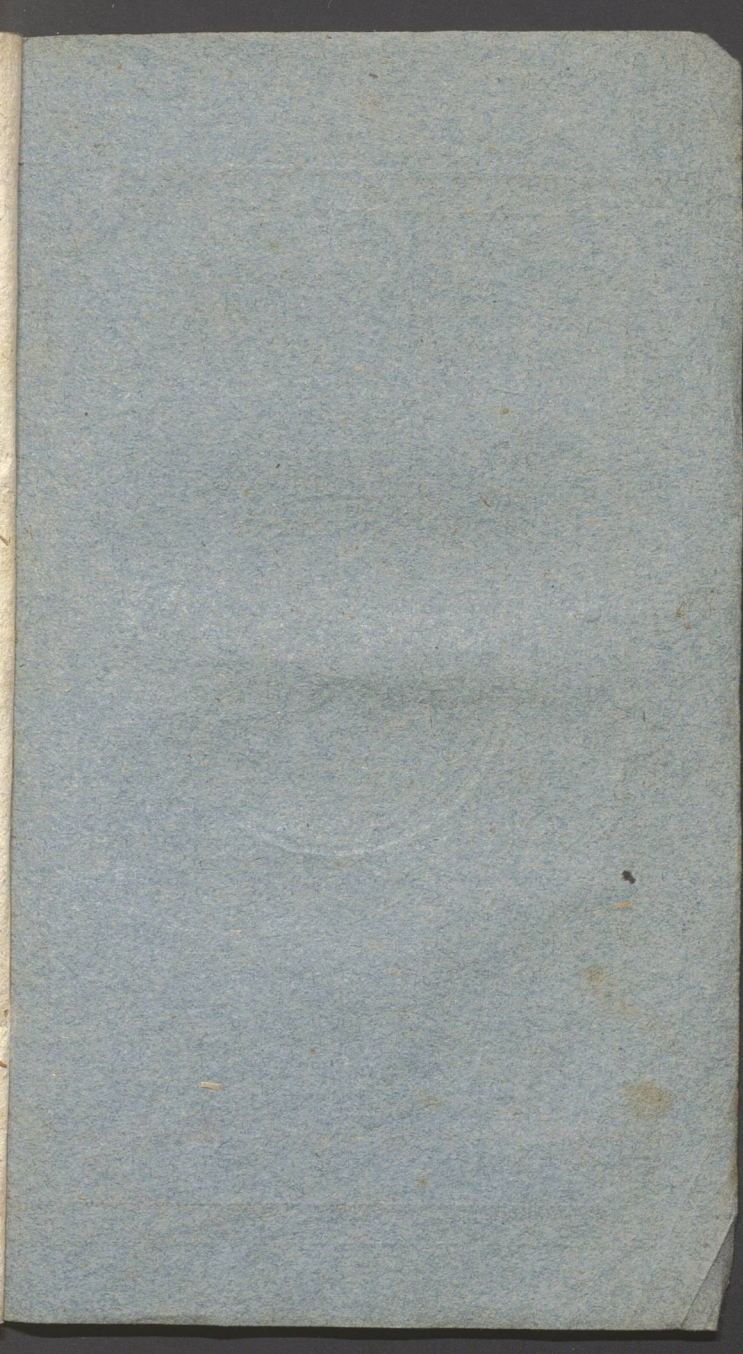
Na początku dziełka w spomnieliśmy o budującej się nowej łaźni parowej, Dziełko niejsze właśnie miało opuścić prassę, gdy ogłoszoném zostało otwarcie tej długo oczekiwanej i pożądaney łaźni wraz z łazienkami. Powierzchność gmachu zawierającego te kąpiele, z prostotą łączy wspaniałość, i pomimo swęj skromnoty jest okazały; jest w nim coś, co najubożniejszego przechodnia zwraca na siebie uwagę, zajmuje i podoba się, słowem jest to gmach, któryby zdołał najcelniejszą ulicę, i czyni zaszczyt jego architektowi.

Powierzchność wewnętrzna odpowiada zupełnie zewnętrznej, i łazienki tak pięknie i wygodnie są urządzone, że nie mamy zagranicznym nic do pozazdroszczenia; narzędzia zaś lekarsko-parowe, tak pod względem dokładności jak różnaitości w ich przeznaczeniu przewyższyły nasze oczekiwanie. Co do samej łaźni parowej, ponieważż zaraz przy jej otworzeniu okazała się potrzeba niektórych poprawek, nie mieliśmy przeto jeszcze sposobności doświadczenia jej dobroci tak pod względem zdrowia jak przyjemności, i dla tego wstrzymaliśmy się z szczegółowym tego zakładu opisem.

KOŃC.

Comptroller in Charge, D. C. Parsonage

1852





BIBLIOTEKA
AKADEMII MEDYCZNEJ
W LUBLINIE

05388

Uniwersytet Medyczny w Lublinie

nr inw.: XX - 40105



BG 5388

