

ЗДРАВΟΣЛОВИЕ

ЛѢЧИТЕЛНОТО ЗНАНИЕ.

Въ книжка VIII отъ тѣзъ година, подъ заглавие „Лѣкарствата“, ние говорихме изобщо, какво нѣщо са лѣкарствата и какви са тѣхните дѣйствиа, употребени въ голѣма и малка доза.

Отъ опитъ е доказано вече, че болестите се лѣкуватъ чрезъ тѣзъ лѣчителни средства, които дѣйствуватъ въ сѣщо едно направление, както болестта, за която тѣ се даватъ. Тѣзи нѣща отдавно се сѣзираха, но стоѣха безъ никакво опредѣление. Трѣбаше единъ гений, като Ханеманъ, да се появи за да ги развие и имъ даде опредѣление. Той събра наедно сичките разпрѣснати тукъ-тамъ дѣйствиа и указа тѣхната практична полза. Чрезъ огромни трудности той показа, че закона на подобieto е не само единъ законъ отъ баучно лиубопитство, но че той е главния естественъ и основателенъ законъ въ лѣчителното изкуство. На него ние днесъ длѣжимъ не толкова лѣчителната сила, отъ колкото лѣчителното знание. Закона се указа, но като какъ трѣба да се приспособи?

Ханеманъ постави и тури въ практика това просто правило:

Че, преди да се даде едно лѣкарство на единъ боленъ организмъ, трѣба да се узнаятъ свойствата на това лѣкарство, и че самия пѣтъ за да се постигне това следствие е опита върху едно здраво лице. Наконецъ, опита да става съ едно само лѣкарство, безъ да е то сѣединено съ друго. Сборъ на сичките тѣй подобни и доказани явления, сѣединени още съ

случаите отъ отравяне, съставляватъ *чистата медицинска омиопатическа материя*. Тя е жизнения източникъ, отъ който ще се черпятъ сичките медицински произведения.

Практически, омиопатиата ни учи, че лѣчението трѣбва да бѣде копирано върху болните явления; или, съ други думи, върху едно изложение отъ болни признаци, които изобразяватъ болестта, да се приспособятъ точно такива признаци отъ лѣкарството, които да са подобни и прилични съ тѣзи на болестта. Следователно, щомъ лѣкарството отива въ сѣщо едно направление съ болестта, щомъ то следва безъ друго сѣщия пѣтъ, щомъ, наконечъ, то спомага не като затѣпява болестта, но като я усилва, то трѣба, за да се избѣгне това усилване, да се намали и изтънчи силата на лѣкарството чрезъ разложение (*dilution*). Отъ тукъ произхождатъ безконечните малки дози, върху които ума человечески се смайва, като срѣща, въ дилионни и по-вече части, тѣхното дѣйствиe.

Опитите на едно лѣкарство върху здраво лице не могатъ да произведатъ едни и сѣщи признаци върху сѣкого; при сичко туй, тѣ биватъ сѣкога приблизителни. Разликата зависи било отъ възрастта на лицето, било, още по-вече, отъ неговото тѣлосложение и разположение или, както го наричатъ, неговата идиозинкрация.

Явлениата отъ тѣзи опити са субективни и обективни; тѣ са тѣй разнообразни и многочисленни, дѣто е твърдѣ трудно да отбере нѣкой, между толкова разнообразни показания. тѣзи, които трѣба да бѣдатъ като по-сгодни и по-полезни; въ това отношение тѣ просто ставатъ едно голѣмо затруднение за лѣкаря. Тая е главната причина, дѣто по-вечето отбѣгватъ употреблението на омиопатиата.

При сичко туй, отъ нѣколко години, начна да се открива единъ другъ пѣтъ, по който това затруднение до нѣйдѣ се намалява. Узнато е, че много лѣ-

карства въ явлениата на признаците си са приближителни въ много отношения, като че са отъ единъ и същъ източникъ, нѣщо, което много пжтя става затруднителна причина за лѣкаря, като кое отъ двѣ, три или по-вече подобни лѣкарства да отбере за болката, която тжрси да надвие; отъ това се е породило да се даватъ двѣ или три лѣкарства въ размена презъ часъ или презъ два.

Водими отъ сродството на тѣхните свойства и отъ близките по подобие признаци, много отъ лѣкарите смнопати, по поводъ на минералните води, нагнаха да употрѣбляватъ не едно само лѣкарство, а по-вече, стига тѣ да иматъ приблизителенъ характеръ по свойствата си. Основани още отъ началото, че жизнената органическа сила, по физиологическото си дѣйствие, отбира това, което е подобно и полезно за нея, а отхвърга това, което не е ней нужно, тѣ, за сѣки органъ, за сѣка отдѣлна органическа система, за сички сродственни болести, изработиха, по силата на това сродствено свойство на лѣкарствата, отдѣлни групи, които, подкрепени отъ една електрическа сила, означаваха се като кога и какъ да се употрѣбляватъ. Този начинъ лѣчение се именува *електро-омиопатически*. Той се отличава отъ другия по това, че обема много разложени лѣкарства, кога пжрвия се състои отъ едно само лѣкарство; още неговото употрѣбление е много по-лесно, по-практично и по-сполучливо отъ пжрвия начинъ, не само за тѣзи, които не са запознати добръ съ медицината, но още и за тѣзи, които са добръ запознати.

Лѣчителните начини са разнообразни, отъ които нѣма да препорѣчаме на нашите читатели, освенъ тѣзи само, които, ако не ползватъ, нѣма поне да повредатъ, стига този, който ги употрѣблява, да умѣе като какъ да ги употрѣби. Подъ тѣзи категория спадатъ магнетическите и водолѣчителните, начини, както и горѣспоменатите два вътрѣшни омиопатически начини, на които, каквато и да бжде, дозата,

не може да бѣде отровителна, следователно, смъртно-носни следствия не може да има. Тя може само да умножи и засили признаците на болката, когато лѣкарството се дава много често, или когато дозата е твърдѣ силна; въ подобенъ случай, щомъ се омекчи силата като се разреди дозата, всичко си влиза въ природния пѣтъ.

Далечъ е човекъ отъ да вникне въ тѣнкостиите на природните дѣйствия; за фактъ на дѣйствиата имъ човекъ може да земе само следствията на тѣхните явления, безъ да иска да отиде по-нататѣкъ. Че една капка, напримѣръ, кафе, което съ чаши пиеме, разложена въ 50 или 100 оки вода може да подѣйствува, не трѣба да ни се показва невѣроятно или сѣмнително, защото дѣйствието въ сѣщностъ е по-голѣмо, отъ колкото не може да се появи въ едно голѣмо материално количество. Силата на едно нѣщо не се сѣстои въ материалността, но въ атомическото му положение. Водата, която произвежда механически една сила отъ 4—5 коня, ако се преобърне въ пара, нѣма ли да произведе сила хиляди пѣти по-голѣма? Следователно, дѣятелността произхожда отъ разширението на атомите. Разложението на едно лѣкарство не прави нищо друго, освенъ да измени положението на лѣкарството, щото да произведе една такава сила, която да може да се употребѣи, по закона на подобieto, върху лѣчението на болестите.

Водими отъ това природно правило, правило по закона на подобieto, десетъ души омиопати, въ една консултация, ще останатъ сѣгласни върху нуждното лѣкарство; кога петъ души аллопати, ще бѣдатъ раздѣлени на десетъ мнѣния, понеже въ тѣхъ не сѣществува подобно природно мѣрило. Тѣзи последните се различаватъ отъ ампириците и отъ бабите, че иматъ дипломи и монополна привилегия да лѣкуватъ. Както да е, уверенъ въ истинността на горѣизложено-то отъ една четиридесетъ годишна практика, азъ не мога, въ отношение на общата полза, освенъ да се

произнеса, че омиопатиата е най-доброто и най-невинното лѣчително средство — особено за тѣзи, които тѣрсятъ да си спомогнатъ безъ да се повредатъ.

БАНИ.

Настоящето описание върху баните е извлѣчение отъ сжчинението на Кнайппа.

Бани на краката.

Подъ това название се описватъ топлите и студените бани.

Студени бани.

Студените бани ставатъ като си втопи нѣкой краката въ студена вода до прасетата, (mollets—мѣсистата частъ на жабите на краката) или до надъ прасетата, и ги държи отъ една до три минути.

Въ време на болестъ, студените бани на краката служатъ най-много да възвѣрнатъ крѣвта, що се е стекла къмъ гърдите или къмъ главата; но тѣ се употрѣбяватъ по-вечето, въ размена, съ други нѣкои употрѣбления--и то, когато болния не е въ положение да издържи общи или половинъ бани.

За хора, които са добръ въ здравieto си, студените бани иматъ двойно едно дѣйствие: укротятъ и усилватъ членовете. Подиръ едно уморяване, едно безсѣние, тѣ произвеждатъ единъ сладжкъ и кротжкъ сѣнь.

Топли бани.

Топлите бани се употрѣбляватъ подъ разни начини:

а). Въ топлата вода, 25—26° R., спусни една кривачъ соль и двойно пепель, и, като се обжрка добръ водата, спусни си краката да стоятъ отъ 12—15 минути.

Понѣкоги, като заповѣдамъ настоятелно, азъ употребявамъ, казва Кнайпцъ, бани подъ една топлина 30° Р., които се запоследватъ отъ една студена баня съ продължение само на $1/2$ минута.

Баните на краката биватъ превъзходни въ сѣкакви случаи, дѣто, по причина на едно слабо и болнакаво положение, или когато е недостатѣчна тѣлесната топлина и пр., строгите средства и студени бани не могатъ да бѣдатъ употребени по причина на малката, или и никаква реакция, що може да се произведе, т. е., когато студената вода възбужда малка топлина по причина кръвната слабостъ.

Топлите бани подобаватъ на тѣзи, които са слаби, анемични, нервни, твърдѣ млади или твърдѣ стари, най-паче на жените; тѣ са спомагателни въ смущениата на кръвообрѣщението, на едно кръвоприлитие, на главоболието, на гърлоболието, на крампите и пр.

б) *Лѣчителни бани на краката* са тѣзи, въ които се поставя цвѣтъ отъ сено. Сенения цвѣтъ се полага въ едно платно завързано (3—5 шеци), върху което се налива врѣлата вода и се покрива сѣда за да истини до единъ приатенъ градусъ, $25-26^{\circ}$ Р, водата. Не вреди, ако платното остане въ водата, или се извади.

Тѣзи бани иматъ едно разносително, прогонително и усилително дѣйствиe; тѣ се употребяватъ за болни крака, особно за крака, които се потятъ, които иматъ рани, които са натѣртени, ударени, които иматъ подутие, заякнато, наливъ между нектите и прѣ. Изъ цѣло може да се каже: тѣзи бани са полезни за сѣкакви повредени крака.

Единъ господинъ страшно страдаше отъ подагра на краката; болките го караха да вика. Краката му, обвити съ едно платно, отъ три, четири прегъвки, намокрено отъ водата на подобна една баня, се избавиха отъ болките въ разстояние на единъ часъ.

в). *Бани на краката съ овезова плъва.* Плъвката се уварява, около $\frac{1}{2}$ часъ, въ единъ меденъ съдъ; водата, като истини до $25-26^0$ Р., употреблява се за баня отъ 20 - 30 минути.

Споредъ моя опитъ, казва Кнайпцъ, нищо не може да надмине ползата на тѣзъ бани, кога се касае да се разнесе и разиде нѣщо кораво по краката или нѣщо разпалено.

Единъ човекъ си одрѣзва калоза върху голѣмия пръстъ на крака. Пръста му се разпаля и отваря една рана. Крака му, обвитъ, три пѣтя въ день, съ едно платно натопено и извито въ подобна сварена вода, оздрави въ разстояние на четри дни.

Единъ боленъ бѣше въ опасностъ да си изгуби сичките пръсти на една кракъ, които бѣха се схумѣли отъ изгниване. Подобни обвивки, както погорѣ казахме, въ малко време го оздравиха.

г). Нека кажемъ още за единъ видъ баня на краката, която е по-вече твърда, отколкото водна. Който има нужда отъ подобна баня, да се не бави. Често и твърдѣ често азъ схмъ я употреблявалъ съ голѣма сполука. Постава въ една качка топлъ ечемикъ, произхождащъ отъ правяне на пивото, т. е. щомъ излиза изъ казаня на пиварницата, и си втопи въртъ краката отъ 15 до 30 минути. Чудесно облекчение получаватъ тѣзи, които страдатъ отъ ревматика, отъ подагра и отъ други подобни несгодности.

Една забелѣжка още, която се отнася до баните на краката: тѣзи които иматъ вените си подути, не трѣбва да правятъ баните си по-нагорѣ отъ прасетата, нито водата имъ да бѣде по-вече топла отъ 25^0 Р.

Половинъ-бани.

Изобщо, подъ туй название азъ разумѣвамъ мѣстни нѣкои бани, които обливатъ тѣлото най-много до пѣтя, до стомаха. Потрѣбна ми бѣше една сред-

ня дума между обща баня и баня на краката; тая средня дума азъ я означавамъ подъ названието половинъ-баня.

Начина на извършването е троенъ:

1-о *Да се стои правъ въ водата*, която да достига до надъ прасетата или до надъ колѣните.

2 о *Да се клѣкне въ водата*, тѣй щото водата да достига до кѣлките.

3 о *Да се сѣдне въ водата*. Последния този начинъ само заслужва да носи точно името половинъ-баня: водата достига до половината на тѣлото, до пѣпа.

Горѣказаните три начина се употребяватъ съ студена вода и са най-доброто средство за закоравяване на тѣлото. Следователно, тѣ подобаватъ на тѣзи, които са въ здраво положение и тѣрсятъ да закоравѣятъ още по-вече, на тѣзи, които са слаби и желаятъ да заякнатъ, на тѣзи, които се въздигатъ отъ болестъ и тѣрсятъ да си добиатъ здравото положение и да се сдобиятъ съ сили. Въ случай на болестъ, тѣхното употребление трѣба да става по нарочно и особено указание; друго-яче тѣ не трѣба да се опитватъ, защото понѣкога последствието имъ бива вредително.

Подъ какъвто начинъ и да е употреблението, за здравите както и за болните, половинъ-банята е сѣкога едно частно лѣчение, т. е. тя е като допълнение на други приспособления и нейното продължение не трѣба да бѣде по-вече отъ $\frac{1}{2}$ до 3 минути

Двата първи начина (да стои нѣкой правъ и на колѣне въ водата) ми са заслужили сѣкога твърдѣ много въ началото на едно водно лѣчение върху хора, които, по тѣжъ или по онѣжъ причина, си бѣха изгубили сѣвършено силите. Подробно нѣма да разказвамъ, ще кажа само, че се нахождатъ много хора, които въ начало не могатъ да претѣрпятъ една обща баня. Тѣзи точка не минавайте съ една презрителна подсмивка. Азъ драговошно мога да ви укажа

не нѣколко, но съ стотина живи примѣри на хора, отъ разна вѣзрастъ и положение. Такива болни именно ме са принудили да помисля за тѣзи два начина (по причина на тѣхната слабостъ); тѣхното положение изискваше едно скромно, умѣрено и внимателно лѣчение, за дълго време, додѣто тѣ привикнатъ да бждатъ въ положение за по-вече.

Обикновенно, при тѣзи два начина, се употрѣблява една друга операция, другъ начинъ на закоравяване, който се състои, да се поставятъ рѣцете въ вода чакъ до раменете. Това съставлява едно цѣло лѣчение (сжставено отъ двѣ частни приспособления), което укрепява естеството и което азъ употрѣблявамъ въ размена съ потоцяването краката въ студена вода.

Третьа начинъ, сжщинската половинъ баня, заслужва напълно нашето внимание; азъ отъ все сърце го препорѣчвамъ на сички, които са добрѣ въ здравieto си. Немощите и недѣгавостите, които се нахождатъ въ долната частъ на корема—които са не малко, и на които причините произхождатъ сѣкога отъ недостатъкъ на закоравяване и отъ привычката на мекошавъ животъ—се погасяватъ въ зародиша си, или, когато веќе съществуватъ, изчезватъ чрезъ това употрѣбление. Тѣзи половинъ-бани иматъ едно укрепително дѣйствие върху долната частъ на корема, тѣ сжхраняватъ и умножаватъ силите. Съ хиляди хора носатъ една, двѣ или три обвивки на корема си и още други нѣща. Да ли тѣзи обвивки ще излѣкуватъ злото? Напротивъ, тѣ често го увеличаватъ, тѣ разслабятъ и изнемощаватъ тѣлото. Следователно, опитайте, малко по малко, но решително, нашите половинъ-бани! Оплакваниата, що ставатъ относително еморидите (кржвотечение или подутие на сѣдалището), коремоболиата отъ газове, ипохондриата, истериата и пр., наскоро ще намалѣятъ; тѣ са болки, които, при болния слабъ коремъ, упраж-

няватъ едно плачевно дѣйствиѣ върху духа и вжобржението.

Относително тѣзи, които са добръ въ здравieto си, азъ ги съветвамъ, сутрина като станатъ, да си измиватъ горнята частъ на тѣлото; послѣ, подиръ пладнѣ или къмъ вечеря да направятъ една половинъ-бана. Тѣзи, които нѣматъ време сутрина да се миатъ, нека го правятъ въ време, когито вжршатъ половинъ-бана.

Нѣколко примѣра ще разяснятъ като какъ става употреблението на тѣзи три начина съ болни хора.

Едно младо момче бѣше тжй изнемощѣло подиръ една тифозна трѣска, дѣто неможеше нищо да вжрше. Въ едно кратко време, то презъ два деня, или презъ три, сѣдаше на колѣне въ водата и стоѣше около една минута въ началото, по-сетнѣ, 2-3 минути. По тозъ начинъ, малко-по-малко, то се поправи и стана тжй добръ, както и по-преди.

Нѣкой си страдаше отъ силенъ приливъ на кржвта, както се случва често, въ долнята частъ на ко-рема. Пжрвия день енергически си оми горнята частъ на тѣлото; на втория день, той се постави на колѣне въ водата; той следва тжй, въ размена, операцията си и, за едно малко време, се освободи отъ вредата, що имаше.

Стомашните болки, които произхождатъ отъ задржаните газове, изчезватъ чрезъ същото средство.

Тѣзи половинъ—бани произвеждатъ едно специфическо дѣйствиѣ върху изгонването на газовете, които, подиръ нѣкои болести, даватъ едно голѣмо безпокойствие.

БАНИ НА СѢДАЛИЩЕТО.

Баните на сѣдалището сж студени и топли.

Студени бани.

Баните на сѣдалището се извжршватъ въ особ-ни сждлини, или, по нѣмане такива, въ направени отъ

дърво, цинкъ или тенеке, които да бждатъ долу потъсени, а горѣ по-широки; височината имъ да бжде по-малка отъ тѣзи на котлите, които употрѣбяваме. Този, който ще ги употрѣбява, ще постави $\frac{1}{2}$ или $\frac{1}{3}$ вода въ тѣхъ, тѣй, дѣто, като сѣдне, съ краката отъ вжнъ, водата да се издигне и да дойде до кржста му. Като се наеме лесното на тѣзи бани, може човекъ и да не се сжблача цѣлъ; ако е сжблѣченъ, трѣба да не забравя, че стаята му трѣба да бжде добрѣ затоплена; въ противевъ случай, той трѣба да покрие съ нѣщо тѣлото си както и краката си, да не се простуди.

Тѣзи бани на сѣдалището, наедно съ половинъ-баните, се считатъ едни отъ най-ползовитите и най-точните въ водолѣчително отношение — особно за долнята частъ на корема. Тѣ иматъ преимуществото да изгонватъ газовете на вжнъ, да спомагатъ смилането на ястието, да улесняватъ запора, да поставятъ кржвообржщението въ добжръ пореджкъ и да усилятъ организма; следователно, тѣ се препоржчатъ като най-добри за слабокржвието, за еморойдите и за страданията на най-деликатните органи въ корема. Никой не трѣба да се плаши отъ това влажно и студено прилагане, на което продължението не е освенъ 1 или 2 минути: добрѣ употрѣбено, то не може никогa да повреди.

Да привикне нѣкъй на студа, да се предпази отъ настинка и да противостои на изменението на времето, което често бива вредително, нѣма да направи злѣ, ако често си прави бани на сѣдалището;—особенно нощъ, да стане и да си лѣгне подиръ банята тѣй, както излѣзе изъ банята безъ да се изтрива. Въ нужно време, тѣзи операция, въ една и сжща нощъ, може да се повтори и потрети безъ да бжде нѣщо небомислено.

Азъ познавамъ едного, казва Кнайпцъ, на когото банята не се изпразня ни лѣте ни зимѣ; той катa нощъ се кжпи и никогa не спи въ затоплена стая.

Азъ не съветвамъ всѣки тѣй да прави; но азъ обичамъ да го посещавамъ, понеже той ако и да е старъ, е вѣренъ на практиката си и се намира добрѣ.

Ако нѣкой подпадне въ безсжние, като се пробуди или преди да заспи, или изобщо е безсжнливъ, то той не трѣба освенъ да прибегне къмъ баните на сѣдалището. Една баня отъ 1 или 2 минути укротява нервите и произвежда единъ приятенъ сжнъ.

Джлго време единъ боленъ не можеше да спи освенъ единъ или два часа нощѣмъ; той се превиваше въ лѣглото си, като прекарваше сѣкакжвъ видъ мисли презъ главата си, и на конецъ дохождаше до едно нетжрпимо раздражнение. Подъ влиянието на тѣзъ бани, той се успокои и начала да спи.

Ако сутрина главата на нѣкого се намира тежка и замаяна, ако сутрина той се нахожда по уморенъ отъ колкото е вечеръ, той не трѣба да се ба-ви отъ да се подложи на тозъ видъ бани.

На конецъ азъ препорѣчамъ отъ все сжрце студените бани на сѣдалището на сички тѣзи, които се намиратъ дабрѣ въ здравието си.

Топли бани.

Топлите бани на сѣдалището, казва Кнайпцъ, не ги употрѣбavamъ никога само съ чиста вода: тургамъ въ водада сѣкога или *преслица* (*зжминска хурка*),* или плѣва отъ овесъ, или цвѣтъ отъ сено.

Приготовлението на тѣзи три бани е еднакво: като вжзври водата, втопява се трѣвното вещество въ нея и се оставя нѣколко време да покжели на единъ не тѣй силенъ огжнъ. Послѣ се свима отъ огжня и се оставя да истини—24°—26°, рѣдко 30° R.; наконецъ, сичко това се всипва въ една баня, въ която болния сѣда и стои $\frac{1}{4}$ часъ. Водата отъ банята не се изхвѣргва, тя си остава тѣй, както си е, и подиръ 3—4 часа болния пакъ влиза съ продъл-

*) La Prêle. Това растение се кавва още *полски хвошъ*, *кукувичя пліунка*.

жепие на 1—2 минути; подиръ единъ часъ послѣ сжщата баня може да се употреби още единъ пѣтъ съ стоение презъ 1 или 2 минути.

Тѣзи бани се правятъ два или три пѣти въ недѣлята, и то въ размена съ студени бани, когато нѣкой страда отъ нѣкоя стара болка, като: подутие отъ емориди, фистула на сѣдалището, болка въ долното черво и пр. Не се запрещава на изсипаните да се ползватъ отъ този видъ бани.

а) Банята съ преслица (*la prêle*) бива много полезна въ едно спасмодическо и ревматическо положение, когато то се нахожда въ бжбреците и въ пикочния мѣхуръ; когато въ пикочта има пѣсѣкъ или камѣкъ; когато пикочния каналъ е повреденъ.

б). Банята на сѣдалището съ плѣва отъ овесъ е твърдѣ полезна за тѣзи, които страдатъ отъ подагра.

в). Баните на сѣдалището съ сененъ цвѣтъ иматъ едно по-общо дѣйствие, тѣй дѣто, когато нѣма преслица и овесена плѣва, може да се употреби сенения цвѣтъ, съ една по-малка полза, върху сичките страдания, казани по-горѣ, на корема. Тѣ сѣкога са се указали полезни въ подутиата на долната частъ по корема, въ нѣкои вжнкашни подутиа, въ кожни нѣкои болести, въ запора, въ еморидите, въ спасмодическите болести и въ тѣзи на коремоболието по причина на газове.

Общи Бани.

Общи бани се наричатъ тѣзи, които обливатъ сичкото тѣло; тѣ тоже биватъ топли и студени и са полезни за болните и за здравите.

Обща студена баня.

Общата студена баня става по два начина: или сичкото тѣло се втопява въ студената вода, или, за да

се избѣгне лошото впечатление въ ху бѣлите дробове (което не е никакъ опасно), то, който ще се къпи, се потапя въ водата до мишниците, тъй щото върховете на бѣлите дробове оставатъ свободни; останалата частъ се изтрива съ една мокра отривалка.

Продължението на студената баня е най-малко отъ $\frac{1}{2}$ минута, а най-много отъ 3 минути.

Ежедневната практика и дългия опитъ, както върху себе си тъй и върху другите, ме увѣриха по единъ неизменимъ начинъ, че въ студените бани, истинското и точно правило е следущето: *колкото стоеенето въ студната баня е кратко, толкова нейното дѣйствие е добро*. Този, който стои 1 минута въ студена обща баня, върши по-умно отъ този, който стои 5 минути. Безъ друго азъ осждамъ сички бани отъ този видъ, ако стоеенето продължава повече отъ 3 минути, били тѣ за здравъ човекъ, или за боленъ.

Относително тѣзи бани, има хора, които правятъ една и двѣ бани въ день, веѣка по $\frac{1}{2}$ часъ. Не говоря за тѣзи, които плаватъ и се движатъ и, като излѣзатъ, се добръ хранятъ. Една силна натура допѣлва наскоро това, що банята му е отнѣла; но хора, които не се движатъ въ водата и които, въ продължение на $\frac{1}{2}$ часъ, се влѣкатъ изтежко, като костена жаба, въ водата, тѣ не само не извличатъ никаква полза, но още се повреждатъ. На мѣсто да направятъ добро на организма, да го усилятъ и захранятъ, тѣ го гризатъ и го изсушаватъ.

Студена обща баня за здрави хора.

Често ме са молѣли да не забравямъ, че студената вода отнема топлината, което отнемане не може да бѣде освенъ вредително за слабокръвните, още раздразнително за нервите.

Сичко това е вѣрно, когато употреблението е грубо и неумѣстно; но употреблението на моите

бани може да става въ сичките времена на годината, зимѣ и лѣтѣ, за сички тѣзи, които се чувствуватъ добръ въ здравieto си; чрезъ тѣхното употрѣбление тѣ ще подкрепятъ и ще заякчатъ здравieto си. по-неже тѣ пречистватъ и разбуждатъ кожата, разхлаждатъ, вжодушевяватъ и усилватъ цѣлиа организмъ. Зимѣ, никога не трѣба да се прави по-вече отъ една баня презъ недѣлата; една е достаточна за 7 дни, даже и за 15.

За сжхранението на здравieto, необходимо е человекъ да може да противостои на разните атмосферически влиания, на разните променения. Нещастенъ е този, който отъ най-малкия вѣтрецъ се вреди, коги въ бѣлиа дробъ, коги въ гърлото, коги въ главата, и чака само добро време за излизане! Джрвото, изложено на откритъ въздухъ, е нечувствително на всичко, на буря, на тихо време, на студъ и топлина; то противостои на вѣттра и на джжда, то се е заякчило. Употрѣблявайте нашите бани, вие ще бждите еднакво силни, като това джрво.

Нахождатъ се много хора, които иматъ отвржщение и се плашатъ отъ студената вода; тѣ са убедени, че тя имъ отнима топлината. Студа отслабва, принудително отслабва, казватъ тѣ, ако, подиръ употрѣблението на студено, незабавно не запоследва една топлина. Да, твжрдѣ добръ, азъ сжмъ сжгласенъ. Напротивъ, азъ предполагамъ, че, като изкліучимъ упражнителните движения, които нашите начала изискватъ следъ сѣко студено употрѣбление, нашите студени бани не отниматъ топлината, а я заджржатъ. Но, вмѣсто да размишляваме, нека поставимъ единъ простъ вжпросъ: Ако единъ слабъ и изнеженъ человекъ, отъ привичка на едно постоянно стоение въ стаята, не смѣе да излѣзе навжнъ зимѣ освенъ при голѣма една нужда; ако той, чрезъ едно студено миеие, или едни студени бани, достигне да закоравѣе, дѣто да може безъ страхъ да ходи

на откритъ въздухъ въ лошите времена на годината, не е ли придобилъ по-вече естествена топлина?

Между многото, нека кажемъ единъ примѣръ. Единъ високопоставенъ човекъ, около 60 годишенъ, имаше голѣмъ страхъ отъ студената вода. Когато ставѣше нужда да отиде нейдѣ на вѣнъ, той обираше всичките вѣлнени вещи, що имаше за обличане: сичките възможни и невъзможни настилки можаха да бѣдатъ следствие на едно недопростимо забравяне. Той не можеше да тѣрпи врата си безъ да бѣде обвитъ и запазенъ достатъчно. Ето, че единъ день грубостта се помѣсва: съ едно злостно удоволствие заповѣдатъ му се общите студени бани, на които господство му се подчинява. Следствиата? Тѣ му са били извънредно благоприятни. Въ нѣколко дни той начала да сѣблича едно по едно облѣклата си; пѣрвата вѣлнена риза и фланела бѣха запоследвани отъ вторите, вратната му фланела се унищожи тоже. Презъ деня, когото той не можеше да си направи банята, струваше му се, че нѣщо му липсва. Тѣй се бѣше изпекълъ тѣй, дѣто презъ мѣсецъ Октомври той си правѣше баните на рѣката подъ откритъ въздухъ, отъ колкото въ една топла стая; пѣрвото го по-вече благодарѣше отъ колкото последното.

Главните въпроси, на които има да отговаряме, са:

Въ какво сѣстояние, въ какви разположения трѣба да бѣде здравото тѣло, за да се ползува най-добрѣ отъ общите студени бани?

Колко време трѣба да се стои въ водата?

Въ кое време на годината е по-сгодно и по-лесно да се начватъ средствата, чрезъ които да придобиеме тѣлесно закоравяване?

За да бѣде нѣкой подъ изискуемите разположения за една обща студена баня, трѣбва тѣлото да бѣде сѣвѣршено и напѣлно стоплено. Следователно, ако си добрѣ стопленъ или чрезъ нѣкоя соба, или чрезъ движението на нѣкоя работа, или отъ нѣкоя

разходка, то въ подобенъ случай времето е сгодно за студена баня. Когато, напротивъ, досещате студени тръпки, или краката ви да са студени, недѣйте никога зема студена баня преди да се стоплите добръ чрезъ нѣкое упражнение. Ако, напротивъ, сте попотени и много даже изпотени, не бойте се, направете си спокойно баните — стига да сте добръ въ здравieto си*).

(Слѣдва).

Серумтерапията.

Подъ горното заглавие днесъ излазя на сцената една лѣчителна метода, която е изменено приложение на Пастіоровата метода. Пастіоръ изнамѣри цѣрението на бѣса и други прихватливи болести, както и предпазването отъ тѣхъ, чрезъ изкуствено заразяване. Той напрѣжкваше бацилната отрова въ зайци и взимаше тѣхните грѣбначни мозъци, отъ които присаждаше на болните отъ бѣсъ. Сегашното изменение се състои въ това, че за присаждане се взима водната частъ на кръвта отъ изкуствено заразено животно, която се нарича серумъ—суроватка. Суроватката на такова животно е една ослаблена бацилна отрова, или, споредъ опредѣлението на нѣкои доктори, бацилна *противоотрова*, която, вцѣркана въ боленъ човекъ, изцѣрѣва го отъ същата болестъ, каквато бацилната отрова поражда, а, вцѣркената въ здравъ, го прави невѣзприемчивъ.

Тази метода се приложи най-успѣшно въ цѣрението на дифтерита (лошото гърло), отъ Д-ръ Берингъ въ Берлинъ и Д-ръ Ру въ Парижъ. Нашите списания и вѣстници достатъчно писаха по успѣхите, които се достигнали въ това чрезъ серотерапията, както и за надѣждите, които се вѣзлагатъ за въ

*) Ако нѣкой е намокренъ отъ дъждъ, не трѣба да се кѣпи, защото може да се повреди. Въ такъвъ случай още ще кажа, че щомъ се излѣзе изъ банята, не трѣба никога да се облича съ мокри дрѣхы; трѣба да са сухи.

бжджще на нея, за да нѣма нужда да се простираме твждрдѣ по сждщото. Смждртността на дѣцата болни отѣ дифтеритѣ е спаднало отѣ 60% до 24% и, ако се взема предѣ видѣ осложнениата и кждсните помощи, даже до 7-8%! Това е едно подобрене много утѣшително и пждлно съ надѣждни обѣщания. Учените и докторите се надѣватѣ, че въ скоро време ще може да се получатѣ горѣ-долу подобни резултати, ако и не по-блѣскави, въ лѣчението и на другите заразителни болести, като охтиката, сифилиса, холерата и прч. и прч., които опустошаватѣ тждй много человечеството. Колко души, на колко различни мѣста по земято кждло, работятѣ въ тоя мигѣ прегждрбени въ лабораториите си надѣ серумтерапевтически опити за други болести! Человечеството напредва, то тржди все по-сигурни и по-точни средства за охранение, за борба съ неумолимата природа, и навѣрно ще излѣзе побѣдителѣ.

Като оставимѣ другите страни на вждпроса, ний ще обждрнеме сега вниманието на нашите читатели вждрху най-важната страна на серумтерапиа.

Какѣ така сждщото нѣщо, което поражда една болестѣ, то и да я цѣри? Не е ли странно, непроеумливо, противоречиво това? Не е ли противно на досегашните наши понятия? Ний по опитѣ знайме, че едно нѣщо се унищожава съ друго противоположно, а не съ сждщото, и народната поговорка: желѣзо желѣзо сѣче,—не се отнася освенѣ за ограниченѣ крждгѣ случаи. А ето, че въ цѣрението на бѣса, шарката, тетаноса, дифтерита се прибѣгва кждмѣ тая отрова, която, дадена въ силна доза на здравѣ человекѣ, ще породи сждщата болестѣ. Не преди много прочутия Кохѣ искаше по сждщия начинѣ да цѣри охтиката и сега съ много малко едно изменение, цѣрението на охтиката гледатѣ да изнамѣратѣ пакѣ на сждщите основи, а именно чрезѣ серумтерапиа.

Колкото и да е странна на прждвъ погледѣ тази метода, фактите и много други научни наблјуде-

ния показватъ, че тя се намира въ истинския пътъ на лѣчителните истини и че рано или късно тя ще бѣде господствуища метода въ медицината, като пригърне още нѣкои усжвършенствувания, които практиката е доказала за необходими.

Нашите читатели сж проумѣли горѣ-долу, какво нѣщо е омеопатиата. Аллопатиата, или сегашната официална медицина, се придържа о принципа, че *противно съпротивно се цѣри*. Така напримѣръ, когато човекъ има безсжние, то трѣбва да му се даде едно такова вещество, което да докарва сжнь, да кажемъ опиумъ. Какво излазя отъ това? Дѣйствително, получава се желаниа сжнь, но той не е истински сжнь, той е едно упоително временно положение, следъ което настѣпва едно по-силно безсжние, за което ще трѣбва да се даде нова по силна доза опиумъ. Туй дѣтинско и изкуствено цѣрение, вмѣсто да докара коренно подобрене, поврѣжда организма и може да сжздаде въ него една изкуствена болестъ, каквата е напримѣръ морфоманиата. То е все сжщото да цѣримъ скржбата си съ вино! Развеселишъ се минутно, но за туй пжкъ, като изтрѣзнѣешъ, по-скржбенъ ставашъ и тичашъ пакъ да се напиешъ, додѣ си завждешъ нѣкоя гибелна привычка.

Омеопатиата учи сжвършенно противното. Тя казва: *подобно съ подобно се цѣри*. Когато се опари човекъ, не трѣбва да втопи опареното въ студена вода, както на пржвъ погледъ се струва, а напротивъ, да го понагрѣе пакъ и полека-лека да го отдржне; тогава никаква болка и пришка не остава. Днесъ тиа хора, които отъ малко чувствуватъ студъ, ги цѣрятъ съ студена вода. Колко за оплакване са тѣзи изъ между тѣхъ, които, като имъ е студено, вмѣсто да се привикнатъ на студа, отиватъ да се трупатъ съ все по-дебели дрѣхи и да се изнежватъ въ много затоплени стаи!—Измржзнали мѣса се цѣрятъ много сигурно съ ледени обвивки. Пианъ отъ вино човекъ изтрѣзва на другия день пакъ отъ вино,

Много подобни наблѹдения и случайното опитване на хинината, която му произведе трѣска, показана на Ханемана, че сигурно изцѣряване може да се получи не съпротивни на болестта вещества, но съподобни. Всичките негови опити потвърдиха блѣскаво това. Тѣзи вещества, които можатъ да породятъ въ здравъ човекъ трѣска, бѣсъ, сипаница, главоболие, нервно разстройство и пр., тѣ сжщите, дадени на боленъ човекъ, ще го изцѣрятъ. Отъ какво произлиза това? Ето отъ какво: всѣко живо и организовано сжщество има въ себе си една редотворна и охранителна сила, чрезъ която то се стрѣми да се държи въ най-благоприятното за своя животъ сжстояние. Както една държава полага всички усилия да държи въ равновесие бѹджета си, да работятъ хубаво учреждениата ѳ и, въобще, да върви добрѣ вътрѣшното ѳ движение, така и организма чрезъ своята жизненна сила непрекъснато дѣйствува да държи въ най-благоприятна хармония различните си части и функции. Той, чрезъ тая сила, води непрестанна борба съ окръжающа го свѣтъ и съ всички зловътворни влиания, които искатъ да внесатъ безредие и разлагане въ него. Здравиято е именно равновесието и хармонията въ организма, а болестта—разстройството причинено отъ външните влиания. Щомъ е тѣй, организма носи въ самия себе си могщето средство, животворния двигателъ, който съ своята непрекъсната борба ще прогони разстройството и ще въздвори равновесието: това е жизнената сила. Нѣма освенъ да ѳ помогне въ даденъ случай, не като внесемъ нови елементи за разстройство, както прави аллопатията съ своята повърхностна метода, но като раздразнеме, предизвикаме, усилимъ въздѣйствието (реагирането) на жизнената сила въ подобна смисълъ, въ каквато дѣйствува болестта. Какъ може да стане туй? Ако можемъ изкуствено да внесеме въ организма сжщо или подобно разстройство, каквото болестта е внесла естествено, то чрезъ това ний

възбуждаме изкуствено жизнената сила да противодѣйства на разстройството и по тоя начинъ тя сполучва да възстанови равновесието. Този начинъ на лѣкуване е колкото простъ, естественъ и сигуренъ, толковъ и благотворенъ, защото той привиква организма къмъ правилно и силно реагиране (противодѣйствие), той го калява въ борбата му противъ злотворните влияния, като го упражнява чрезъ изкуствено възбуждане. Когато другия, аллопатическия начинъ, ослабва организма, защото, вмѣсто да го остави самъ да се бори и да излѣзе побѣдителъ, като възбужда неговата енергия, той, напротивъ, му се притича на помощъ *мимо него*, тѣй да се каже, като съ това го привиква на отпустнатостъ, мекушавостъ и слабо реагиране.

Днесъ истинските учени, и въ хигиената, и въ физиологиата, и въ медицината, и въ педагогиата, и въ психологиата, са дошли до убеждение, че искаме ли да надвийме едно злотворно влияние, ний не трѣбва да бѣгаме страховито въ противното, а да се привикнеме полесно на него, или, съ други думи, да настроимъ жизнената си сила въ такова нормално въздѣйствие къмъ него, щото да не се разваля вътрѣшното ни равновесие. Такова привикване става чрезъ постепенно упражнение въ такава смисълъ. Искаме ли да се упражни нашето тѣло, да понася съ нормално реагиране извѣстно болезнотворно влияние, нѣма освенъ да намѣриме такова вещество, или такова прилагане, което да поражда въ насъ еднакви или подобни признаци. Колкото по-точно подобни са признаците, толкова по-сигурно и ползотворно е упражнението на въздѣйствуищата вътрѣшна сила, толковъ по-сигурно и коренно се изцѣряваме, ако сме болни, и предпазваме, ако сме здрави.

Омеопатиата е приложила за цѣрнение и предпазване такива вещества, които, безъ да иматъ точно *еднакви* сходства съ признаците на болестта, за която са назначени, иматъ само *подобни* признаци. *Изопа-*

тиата, или цѣрението съ самите болезнотворни материи, трѣзи вече не само *подобни*, но и *точно еднакви* признаци между своите вещества и болестите. Д-ръ Конанъ нарече тази метода *омопатиа* за разлика отъ *омеопатиа* (омо—еднакво, омео—подобно).

Ний, въ статиата „Лѣкарствата“, **казахме**, че пикочта, която съдържва почти всички болестни материи на човеческия организмъ, дадена въ малка доза, възбужда жизнената му енергия и го изцѣрвява. Какво е серумтерапиата, ако не едно изменено прилагане на сжщата метода? Това, което омеопатите отъ началото на този векъ проповѣдватъ, изпжква сега предъ учените по други начинъ и тѣ, щатъ — нещатъ, трѣбва да го признаятъ. Тѣ и сега се мжчатъ да даватъ особенни странни обяснения за лѣчителната сила на серума, като му приписватъ едно противоотровно свойство и като избѣгватъ обяснението, което омеопатите са формулирали, но това нѣма да спре истината да си пробие пжтъ. Че омеопатическата теория е истинското и научно обяснение на това, показва и факта, че кржвта на естествено невжзприемчиви хора кжмъ холера въ време на епидемия има сжщото охранително дѣйствиe вжрху други организмъ.

Тука му е мѣстото да обжрнеме вниманието и вжрху друга една истина, която още не може да се сжзнае отъ представителите на официалната медицина.

Ежедневните, ежечасните омеопатически опити доказватъ, че лѣчителните вещества дадени въ безконечно малка доза, която смайва човешкия умъ, цѣрятъ съ много по-сигурна и благотворна сила, отколкото дадени въ голѣма доза. А за различните органически болезнотворни материи, **каквито** са серума, пикочта и пр. трѣбва да отиваме до много високо разложение, ако искаме да не породиме усилване на болестта, вмѣсто отслабване. Много учени мислятъ, че това е само човешка фантазия и, безъ да опи-

татъ, продължаватъ да работятъ съ голѣми дози. Ако Кохъ не сполучи съ своята лимфа, то е именно защото не я намали до една безвредна доза. Само за бѣса се сполучи съ голѣма доза, и то защото бѣса е остра болестъ. Какво виждаме сега въ серумтерапята? Въместо бацилната отрова да се присажда направо въ болния, присаждатъ я на нѣкое силно животно, на което взематъ серума и съ тоя вече лѣкуватъ. Какво показва това? Че се образува нѣкое противотровно вещество въ серума ли? Не, а просто че дозата на отровата се намалява. Ний вѣрваме, че ако тоя серумъ се напръска на друго животно и серума на това друго се напръска на третио и пр. то серума на десетото или петнайсетото животно ще бѣде много по-силенъ и сигуренъ цѣръ, отъ колкото тоя на първото, защото съ това дѣйстване постепенно се намалява вредителната материалностъ на бацилната отрова и се увеличава нейната динамическа сила. Възъ скъзаването на тая истина, цѣра на охтиката и на много други болести за официалните медици ще остане непознатъ още дълго години.

В.

РАЗНИ.

Единъ интересенъ боленъ се намира по настоящемъ въ една болница въ Лионъ. Той е единъ младъ, двадесетъ два годишенъ работникъ — ботушаръ отъ Варъ. Влѣзълъ въ болницата отъ параличъ на половината си тѣло, неговото положение се подобри, когато ненадѣйно той влѣзе въ едно сомнамбулическо състояние, отъ което бѣ невъзможно да се разбуди. Можиха, обаче, да го накаратъ да говори и да се съобщава. Сега, следъ осемнайсетъ дни, болния става, ѣде, ходи, извършва, съ една дума, всичките физически функции. Макаръ и да бѣде съ свързани очи, той може да вижда презъ предмѣтите. Единъ примѣръ: единъ посетителъ му предложи да изиг-

раятъ една игра на карти. Болния прие. Захванаха да играятъ и, безъ да се измами, болния означаваше една по една всички карти на талона, стойността имъ, цвѣта имъ, положението имъ и дори тѣхните вещественни недостатъци. Още по-вече, този човекъ, който едвамъ знаѣше да чете и да пише, сжчини, по заповѣдта на Д-ръ Лепинъ, едно стихотворение. Лѣкарите следятъ съ голѣмо внимание този интересенъ боленъ.

Единъ младъ момжкъ около 18 годишенъ, на име Монто, който живѣе въ селото Буласие, на острова Олеронъ, туря отъ нѣкое време цѣлата страна въ революція. Той лѣкува, казватъ, всичките болести чрезъ рѣкополагане. Репутациата му ненадѣйно се разпространи не само въ острова, но сжщо и въ държавата.

По-вече отъ сто души дохождатъ всѣкой день да чакатъ редъ на вратата му, и всичките се връщатъ ако не излѣкувани, то поне успокоени. Болни идатъ отъ всичките страни, то е едно истинско поклонение.

Монто не иска никаква плата, той приема това, което тѣ желаятъ да му дадатъ.

Едно просто шише съ вино е наравно прието, както и два франка.

Увѣряватъ, че знаменития лѣчитель притежавалъ способността да отгатава мислите. Любопитни са отивали при него за да го лжжатъ, но той ги отгатавалъ и имъ казвалъ, че те не са болни. Въ страната напоследжкъ нѣматъ други разговоръ, освенъ за него и неговите псразителни лѣчения.

Монто не е друго освенъ синъ на земледѣлецъ и е получилъ едно първоначално образование.
