

H. 1893. 29; 1894. 4. 5. 6. 7. 8. 9. 10. 11. 12. 13. 14. 15. 16. 17. 18. 19. 20. 21.
22. 23. 24

Egyszerű Kötet 1/2 k.

JÓ EGÉSZSÉG

(1893-94)
3

NÉPSZERŰ EGÉSZSÉGÜGYI LAP.

A nagyméltósági m. kir. belügyminisztérium által 51.998/93 sz. körrendelettel
valamennyi fővármegyének ajánlva.

2843

SZERKESZTŐ és KIADÓTULAJDONOS:

Dr. RICHTMAN MÓR

FIUME



1893.

ELSŐ ÉVFOLYAM

FIUME, 1893.

A „JÓ EGÉSZSÉG” kiadóhivatala.

ced.



Tekintetes Szerkesztőség!

Van szerencsénk a most megindult lapunknak első számát azon tiszteletteljes kéréssel megküldeni, hogy sziveskedjék azt becses lapjának legközelebbi számában ismertetni (az ismertetésre esetleg a lent közöltek fölhasználni, vagy mutatványul lapunkból egyet-mást közölni) s tekintve lapunk célját, azt olvasóinak melegen ajánlani és az ismertetést tartalmazó számot nekünk beküldeni.

Egyszersmind arra is kérve, hogy sziveskedjék tudunkra adni, hogy hajlandó volna-e velünk csereviszonyba lépni, maradtunk

kiváló tisztelettel

Fiume, 1892. december hóban,

A „JÓ EGÉSSÉG” szerkesztősége.

„Jó egészség” czimmal egy kéthetenként megjelenő népszerű egészségügyi lap indult meg Fiumében, *Dr. Richtman Mór* szerkesztése alatt. Örömmel üdvözljük ezen a magyar tengerpartról jövő, nálunk igazán hézagpotló lapot, mely az egészségtan ígét terjesztve, tanítva, hogyan kell bánni az egészséggel, hivatva lesz ugy egyeseknek mint a családnak, testületeknek és hatóságoknak, szóval mindnyájunknak egészségügyitanácsadójává lenni. Nálunk, ahol a közegészségügyi viszonyok még mindig olyan mostohák, hogy egyik járványos betegség a másikat követi és áldozatait bőven szedve csak fejetlenséget és tudatlan kapkodást okoz; ahol még a karhatalommal keresztülvitt egészségügyi óvintézkedések is ellenszegülésre találhatnak, mint ahogy ez mostanában a fővárosban és több vidéki községben történt, — helyén való az olyan lap, mely fölvilágosítást, utasítást nyújtson, hogyan óvjuk meg egészségünket. Mert hiába! minden embernek legfőbb kapitalisa mégis csak az egészség — és a betegség válogatás nélkül betör palotába és gunyhóba egyaránt.

Hogy a „JÓ EGÉSSÉG” kitűzött céljának meg fog felelni, arról kezeskedik a beküldött első számban közölt munkatársak diszes névjegyzéke, melyben a budapesti és kolozsvári egyetem tanári karából való, valamint a főváros és a vidék jelesebb orvosainak neveivel találkozunk.

Ajánljuk a lapot mindenkinek, annyival inkább, minthogy előfizetésének ára oly csekély, hogy azt a legszegényebb család is megszerezheti. Az előfizetés ára (egy évre 3 ft, fél évre 1 ft. 50 kr., **negyed évre 75 krajczár**) a „JÓ EGÉSSÉG” kiadóhivatalához, Fiumébe küldendő.

TARTALOM.

Névjegyzék.

	Lap		Lap
<i>Asculap: Orvosi házszabályok</i>	17	<i>Háziorvos, Mit tegyünk ajúlásoknál? (K-z dr.)</i>	281
" A tüdőhurutrol	46	" Égés	296
" A hajhullásról	63	" Kelés, kelevény	296
" Bujakóros bőrbetegségek	80	" Fül-fájás	312
" Mikor kell orvost hívni?	81	" Fagyás	313
" Elhízás ellen	111	" Csúz	313
" Elsoványodás ellen	175	" Hideglelés	346
" A lábizzadás ellen	206	" Egyiptomi szemgyulladás	346
" Gyümölcssevéjáról	270	" Mellbaj	347
" Hebegés, dadogás	270	" Mérges füvek és gombák	364
" Mosdásra legalkalmasabb víz	302	" Orbánc	365
" Első segély mérgezéseknél	302	<i>Hertzka Imre dr.: A fürdővendég</i>	161. 182
" Mit kell aranyért ellen csinálni?	317	<i>Heymann Schröter-Sándorffy dr.: A szem:</i>	
" A tüdővész miért gyakori?	350	" I. Az újszülöttek szemápolása	27. 42
" Orrvérzés ellen	350	" II. A szem ápolása a gyermekkorban	78
" Könyvismertetés	14	" III. A szem ápolása az iskolaévekben	92
29. 45. 62. 94. 107. 125. 173. 222. 284. 290.		" IV. A szem, tekintettel az élethivatás megválasztására	104
<i>Áldor A.: Sok az örült</i>	233	" V. A szemek ápolása az aggyorban	123
<i>Arrivélerci: A szem ártott neki</i>	65	" VI. A szem közvetett ápolása a test ápolása által	135
" A szénviz	131	" VII. A világítás	153
" A protekció	179	" VIII. A szemüvegek	169
<i>Balogh Tihomér dr.: A differitiszkérdés Magyarországon</i>	65	" IX. Hogy viseljük magunkat szembajok idején?	188
<i>Berényi Ferenc dr.: Járányügyünkről az óvintézkedésekre való tekintettel</i>	349	" X. A szemgyógyszerek alkalmazása	190
" A gyermekvédő egyletek a közegészségügyi közgazgatás szolgálatában	375	<i>Imre József dr.: A népiskolák egészségügye</i>	118
<i>Büke Gyula dr.: A fül egészségtana</i>	341	<i>Kovács Aladár dr.: Hogy kezeljük a sebeket az orvos megérkezéig</i>	145
<i>Chyzer Kornél dr.: Az önfentartásról</i>	39. 57. 75	<i>Kőrösi Sándor: Egy csókért</i>	1
<i>Demkó dr.: A magyar orvosi rend. története</i>	849	<i>Krausz Ödön dr.: Az első fogzás</i>	11
<i>Doktor bácsi, Gyermekünk egészsége:</i>		<i>Lichtmann Vilmos dr.: Állami és társadalmi intervenció a gyermekek egészsége érdekében</i>	273
" A tisztaság	263	<i>Loewy Lipót dr.: A jó egészség</i>	5
" Fülbajok	264	" A táplálkozásról	33
" Fiatal leányok egészségügye	279	<i>Mangold Henrik dr.: A „dült” és „álló” írás tanításáról</i>	60
" Gyermekünk nappali alvása	280	" Életrendi intések	97. 113
" A szoptatás sorrendje	380	" Ausztria és Magyarország egyetemesinek reciprocitása	378
" Angol betegség	295	<i>Munk Jakab dr.: Rosz fogak</i>	31
" Differitisz, torokgyík	295	" A differitisz	122
" Elválasztás	296	<i>Nékám Lajos Sándor dr.: A vaj</i>	199
" Vörheny	311	<i>Obert Ferenc: A szegények lakásviszonyai városokban</i>	293
" Kanyaró	311	<i>Oszáth Albert dr.: Hogy óvakodjunk a tüdővéstől</i>	129. 148
" Bányahimlő	311	<i>Ottava I. dr.: A ragályos trachomás szembetegség terjedéséről</i>	49
" Fogzási bajok	311	" a nép között	
" Hasmenés	312	<i>Pajor Sándor dr.: Az önfertőzésről</i>	185
" Himlő	329	<i>Pápai Henrik dr.: A védhimlőoltás mai állásáról hazánkban</i>	241
" Ólvar	330	<i>Páucy-Vajna Gábor dr.: A kolera</i>	8
" Pállás	330	<i>Pécsi Dani dr.: Tudnivalók a himlőoltásról</i>	81
" Szamárhurut	330	<i>Róna Lajos Oszkár: A kicsinynek világa</i>	324
" Szájpenész	330	<i>Sussy János dr.: Idegesség</i>	337. 353
" Övjuk gyermekeinket a differiától	345	<i>Schiff Ernő dr.: A kisdetek szellemi életéről</i>	88. 101
" Görvélyesség	549	<i>Schuschny Henrik dr.: Az ifjúsági játék és az iskola</i>	177
" Gyermekápolás Japánban	381	" A külföld újabb haladása a tanuló ifjúság testi nevelése terén	305
" Csontszá a kisdeteknél	381	<i>Spatz Adolf dr.: A görvélykór</i>	289
<i>Faragó Gyula dr.: Gyermekek mozgása</i>	244	<i>Szalay János: A fogakról</i>	227
<i>Farkas Benő dr.: A rövidlátóság és a halóztatás rajzolása</i>	166	<i>Szigeti Márton dr.: Abbazia</i>	49
<i>Fodor József dr.: Az anya egészségügye</i>	372	<i>Taufer Jenő dr.: Iskolaorvosi jelentés az 1892-93 iskolai évről</i>	248
<i>Grünhut József dr.: Tíz parancsolat kolera idején</i>	264	<i>Thuróczy Károly dr.: A pálinkaivásról</i>	20
<i>Házibarád: Hamisított ételmi azerek</i>	328	<i>Falovics Gyula dr.: Hogyan szoptassa az anya gyermekét</i>	103. 209
" Tápszereink konserválása	375	" A gyermekek fogzása	261
<i>Háziorvos, Jó tanácsok:</i>		<i>Weiszberg Zsigmond dr.: Honnan eredt a kolera Budapesten?</i>	21
" Az elhízás ellen	265	" Gyanús megbetegedések	257
" Ilánszor együnk napjában?	265	<i>Wolkenburg Gyula: A „dült” és „álló” írás tanításáról</i>	6
" Városi levegő	281		
" A hajápolásról	281		

Tárgyjegyzék.

Abbazia	Lap.
Ájúlásoknál mit tegyünk	49
Állami és társadalmi intervenció a gyermekek egészsége érdekében	281
Álló írás az iskolában	273
Angol betegség	15
Anya egészségügye	295
Aranyér ellen	372
Ártalmas szépitő szerek	317
Ártalmas titkos szerek	266
Ásványvizek	266, 297
Ausztria és Magyarország egyetemei	283
Bakteriumok a föld alatt	379
Báránymillő	261
Berger dr. kötszere	311
Betegség, a mely a legdrágább	253
Bujakóros bőrbetegségek	96
Csökkent	80
Csontszű a kisdedeknél	1
Csúz	381
Difteritiskérdés Magyarországon	313
Difteritis	65
Difteritis elfojtása	122
Difteritisjárvány	126
Difteritis, torokgyík	174
Difteritis és vörheny	295
Difteritiól óvjuk gyermekeinket	332
Difteriát kik terjesztik?	345
Dohányzás és egészség	363
Dült és ferde írás tanításáról	205
Egérirtó bacillusok	60
Egészség	286
Egészségügyi rendeletek	5
Egészségügyi rendeletek és törvények gyűjteménye	111
Egészségügyi irodalmi vállalatok ajánlása	384
Egyiptomi szemgyulladás	347
Elhízás	346
Elhízás ellen	111
Elhízás ellen	216
Elsóványodás ellen	265
Elválasztás	175
Egés	296
Élettrendi intések	296
Fagyás	97, 113
Felhívás magánorvosokhoz	313
„ orvos- gyógyszerési egyesületekhez	297
Fiatal leányok egészségügye	297
Fogak	279
„	16
Fogakról	31
Fogzás	227
Fogzási bajok	11
Fülbajok	311
Fül egészségтана	264
Fülfájás	341
Fürdőszobák az iskolában	312
Fürdőtörvény	16
Fürdővendég	109
Gilisztákról	161, 182
Görvélyesség	205
Görvélykór	346
Gyanús megbetegedések	289
Gyermekápolás Japánban	257
Gyermekek fogzása	381
Gyermekek m. sdása	260
Gyermekek nappali alvása	244
Gyermekei és tejsterilizálás	260
Gyermekevédő egyetek a közegészségügyi közigazgatás szolgálatában	142
Gyógyfürdők	375
Gyógyszereszek Olaszországban	283
Gyümölcsévesről	350
Hajápolás	270
Hajhullásról	281
Halotttégetés statistikája	63
Halottbhamvasztás egy 200 év előtti barátja	300
Hamisított élelmi szerek	317
Hamisítások felismerése	328
	315

Hányszor együnk napjában?	Lap.	265
Hasménés		312
„Hazánk“		254
Hebegés, dadogás		270
„Hertzka-alapítvány“ Karlsbadban		159
Hideglelés		346
Himlő		329
Himlőoltásról		81
Hírek	314. 332.	383
Időesség		337. 353
Ifjúsági játék és az iskola		177
Iskolaegészségügyi intézkedés		344
Iskolai intézkedések Franciaországban		297
Iskolakönyvek hordása		90
Iskolakönyvek és a kolera		286
Iskolaorvosi jelentés az 1892-93 iskolai évről		248
Japáni fürdők		300
Járványok behurcolása az iskolákba		269
Járványorvosok		254
Járványos betegségek a középkori Európában		245
Járványügyünkről az óvintézkedésekre való tekintettel		349
Játszóterek tanulók számára		95
„Jó Egészség“ könyvtára		370
Kanyaró		311
Kelés, kelevény		296
Kenyér hamsítása		309
Kicsinynek világa		324
Kisdedek szellemi életéről	88.	101
Kitüntetett községi előjárók		348
Kolera		8
Kolera		174
Kolera és babona		285
Kolera Budapesten honnan eredt?		24
Kolerától való védekezés	139. 158. 237.	251
Kolerára való kilátásaink		142
Kolerahírek	254. 267. 283. 298.	314
Koleragyanús esetek bejelentése		331
Kongresszus (közegészségügyi)		90
Kongresszus (balneológiai)		96
Kortársak		268
Kölesönkönyvtárak ragályterjesztők		47
Közegészségi kongresszus		284
Kutya a tábori egészségügy szolgálatában		159
Külföldi orvosok praxisa Angolországban		351
Külföldi újabb haladás a tanuló ifjúság testi nevelése terén		305
Lapunk célja		3. 19
Lapunk kitüntetése		225
Lábizzadás ellen		206
Lágeszű emberek		267
Magánrendező intézetek		252
Magyarország egészségügye		382
Magyar orvosi rend története		349
Mellbaj		347
Mérges füvek és gombák		364
Mérgezéséknél nyújtandó első segítség		302
Mikor kell orvost hívni		81
Mozdásra legalkalmasabb víz		302
Mozogni kell-e ebéd után vagy pihenni?		318
Népiskolák egészségügye		118
Nicotinmérge		219
Női orvosnövendékek		317
Orbán		365
Orvérzés ellen		350
Orvosi honorárium		321
Orvosi házszabályok		17
Orvosnők		205
Otvar		330
Önfentartásról	39. 57.	75
Önfertőzésről		185
Örültek		231
Pállás		330
Pálinkaivásról		20
Pedzer dr. szondái		254
Protektió		179
Részek ellen		16
Részeskedés elleni orvosság		173
Riedinger jégkészítő gépe		253
Rövidlátóság és hálózatos rajzolás		106

Lap.	Lap.
Sebkezelés orvos megérkezéig	145
Schindler-Barnai-féle labdacso	254, 266
Semmelweis-emlék	233
Semmelweis Ignác Fülöp	234
Strichnim fölfedezője	280
Szamarhurut	330
Szájpenész	330
Szegények lakásvizonyai városokban	293
Szem 27, 42, 78, 92, 104, 123, 135, 153, 169, 188	
Szem ártott neki	65
Szemápolás a gyermekkorban	78
Szemápolás az iskolásokban	92
Szemápolás az aggkorban	123
Szem bajok idején hogyan viseljük magunkat?	188
Szem közvetett gondozása	135
Szemgyógyszerek alkalmazása	190
Szem, tekintettel az élethivatal megválasztására	104
Szeművegek	169
Személyi hírek	282, 313, 331
Szeszes italok fogyasztása	46
Szénviz	131
Szobapor befolyása a kenyérre	16
Szoptatás az anya által	193, 209
Szoptatás sorrendje	280
Szülésznők lapja	254
Táplálkozásról	33
Tápszereink konzerválása	379
Tisztaság	263
Törvény a járványok elleni védekezésről	382
Trachomaosztály	348
Trachonás szembetegség terjedése a nép között	49
Tüdőhurutról	46
Tüdővérszól hogyan óvakodjunk?	129, 148
Tüdővész miért oly gyakori?	350
Újszülöttek szemápolása	27, 42
Újszülöttek szemlobja	358
Vaj	199
Vakok statistikája	367
Városi levegő	281
Vegyészeti gyár engedélyzése	283
Védhímlőoltás mai állása hazánkban	241
Világítás	153
Vörheny	311

Könyvismertetések:

<i>Bartels Max dr.</i> : Die Medicin der Naturvölker	356
<i>Berkovits Ferenc dr.</i> : A nagyváradi vízvezeték kérdése	62
<i>Bock Faragó dr.</i> : Az egészséges és a beteg ember	15
<i>Brücke-Faragó dr.</i> : Miként óvjuk gyermekeink életét és egészségét	30
<i>Dömötör Géza</i> : Kisdiednevelés	108
<i>Drasche dr.</i> : Bibliothek der gesammten medicinischen Wissenschaften	299, 334, 365
<i>Eckstein Bernát</i> : Orvosok országos címháza	285
<i>Erdődi János</i> : Test- és egészségügy	300
<i>Faragó Gyula dr.</i> : Orvosi zsebnaptár	30
<i>Giacich-Griborsky dr.</i> : A kisdiedek fölnevelése	125
<i>Gerlőczy-Hankó dr.</i> : Melyik fürdőre menjünk?	333
<i>Gracza György</i> : A magyar szabadságharc története	367
<i>Irsai Artúr dr.</i> : Útmutató a gége- és orrtükrözésben	173
Az első belklinika gégeambulátoriuma	285
<i>Korách Aladár dr.</i> : Kolera	15
Az első segélynyújtás kézikönyve	45
<i>Mangold Henrik dr.</i> : Taschenbuch für Heilsuchende in Bade- und Kurorten	62
Az orsz. balneológiai egyesület címéhez	222
<i>Mangold Gusztáv</i> : Balatonfüredi emlék	222
<i>Páray Dobrovits dr.</i> : Hogyan kell dezinficiálni?	14
<i>Pesti Alfréd</i> : Budapest orvosainak címjegyzéke	108
<i>Preysz Kornél dr.</i> : A tengeri fürdők physiologiai hatása	333
<i>Sassy János dr.</i> : Közkórkázaink működése	108
<i>Sirisaku Andor</i> : A közmondásokról	45
<i>Weiszberg Zsigmond dr.</i> : Az emberi egészség megővéséről	94
Die Reform unseres Sanitätswesens	94



Első évfolyam

(Mutatványszám)

1. szám

Fiume, 1893. január 1.

AZ ELŐFIZETÉS ÁRA:

egy évre . . . 3 frt. — kr. (6 kor.)
fél évre . . . 1 „ 50 „ (3 kor.)
negyed évre . . . 75 „ (1 1/2 kor.)

Hirdetések díja soronként vagy
annak helyéért 20 kr. Mellék-
tek olerón vétetnek föl.

JÓ EGÉSSÉG

NÉPSZERŰ EGÉSSÉGÜGYI LAP.

— Megjelenik minden hónap 1-én és 15-én. —

Szerkesztő: Dr. Richtman Mór, Fiume.

Kiadó: Spiess Károly könyvkiadó, Fiume.

TARTALOM: Fölhívás előfizetésre. — Lapunk czélja. — Tárca: Körösi Sándor: Egy csókért. — Dr. Loewy Lipót: A jó egészség. — Dr. Páczy Gábor: A kolea. — Dr. Krausz Ödön: Az első fogzás és a vele járó ugynevezett betegségek. — Könyvismertetés (Rovalvezető: Aesculap). — Különfélék. — A szerkesztőség üzenetei. — A kiadóhivatal postája.

Fölhívás előfizetésre.

Ezen számmal egy egyelőre kéthetenként, később a mutakozó érdekesség szerint esetleg hetenként megjelenő népszerű egészségügyi lapot indítunk meg, mely hivatva lesz egy egyeseknek mint a családnak, testületeknek és hatóságoknak könnyen érthető, népszerű nyelven egészségügyi tanácsadójává lenni.

Oly alacsonyra szabtuk az előfizetések árát, hogy lapunkat a legszegényebb család is megszerezhesse.

Nem kímélünk kiadást és csak azért szabtuk olcsóra az előfizetés árát, mely a nyomdaköltséget is alig fedezi talán, csak hogy lapunk minél szélesebb körben elterjedjen, hogy a nép lapja legyen.

Az előfizetés ára:

Egy évre . . . 3 frt — kr. (6 korona)
Félévre . . . 1 „ 50 „ (3 korona)
Negyedévre . . . „ 75 „ (1 1/2 kor.)

— 75 krajczár egy évnegyedre! —

EGY CSÓKÉRT

— A „JÓ EGÉSSÉG“ eredeti tárczája. —

Abbaziában ismerkedtem meg vele. Kedves, szelid fiú volt; magas csontos alak, de kék szemeiből ritka kedvesség sugárzott.

Ott sétált rendszeren a tengerparton; örvendett a verőfényes, enyhe téli napoknak, a zöldellő babérlomboknak s a csillogó tenger hullámverésének.

Egészsége állapotáról beszélgettünk. Szegény ifjú, maga sem bizott felgyógyulásában. Társalgásunk komor gondolatokat kelthetett benne; egyszerre elhallgatott; botjával nagy, széles ábrákat rajzolt a fvénybe.

— Egy csókért! — mormogá félbalkán, megtört, szomorú pillantással. Majd hirtelen megrázta érdekes, szép fejét s más tárgyra terelte a beszélgetést.

Ismeretségünk rövid ideig tartott, mert Zoltán két hét múlva chutazott. Az orvosok Algiba küldték. Azóta nem láttam.

Tehát alig egy krajczárnyi kiadás esik egy napra!

Első sorban az orvosokhoz fordulunk, mint akik az egészségtan jelentőségét mindenek előtt megismerték és akik önzetlen odaadással tudományt fejlesztettek, továbbá a lelkesekhez és tanítókhoz, mint akiknek községük javát első sorban kell megszívlelniök.

Továbbá mindazokhoz fordulunk, akik befolyással bírnak kisebb vagy nagyobb közügyekre; községi hatóságokhoz, állami hivatalok és hivatalnokokhoz, bírák, ügyvédek, gyógyszerészek, mérnökök, kereskedők és iparosokhoz, a földmivelő gazdához, valamint minden családhoz minden anyához és minden egyes magyar emberhez, hogy lapunkat támogassa és minél szélesebb körben ajánlja és terjessze.

Az előfizetések árát kérjük a mellékelt postautalványon az alulírott kiadóhivatalhoz beküldeni.

Mutatványszámot kívánatra ingyen küld:

A „JÓ EGÉSSÉG“ kiadóhivatala.

A tavasszal egy gyászba öltözött öreg úr állított be hozzám. Öccsének, Zoltánnak, utolsó üdvözlését jött átadni. Tőle tudtam meg az én érdekes ismerősömnek történetét.

Elmondom úgy, mint az öregről hallottam:

«Oly, volt az a lány, mint a harmat, mint a festő, pünkösdi lilomszál! — Az egész vármegye fiatal-sága törte magát utána, de az ő sötét tüzével ragyogó két szeme s ha se pihent meg hosszasan semkin sem.

«Hogy éppen az én Zoltán öcsémnek kellett utája akadni!

«Már jó ideje rebesgették, hogy a leány mellbeteg. Tetszik tudni, nálunk az alföldön, a futóhomok hazájában, ez nagyon gyakori dolog. Úgy látszik, Mariska maga is tudta, hogy neki nem szabad férjhezmenetelre gondolnia; ezért tartotta magától távol a kéroket. De a mint Zoltánnal megismerkedett, esztét vesztette.

«Sokszor beszélgettem később e dologról a Mariska anyjával és Zoltánnal is, azért tudok mindent olyan részletesen.

«Egy délután a leány egyedül volt otthon, mikor

Lapunk célja.

„Aki huzáját és nemzetét híven szereti, az elküvet min lenni, hogy a nép egészsége javuljon.”

Kitünő munkatársunknak, Fodor tanárnak ezen arany mondanása vitt arra, hogy oly lap szerkesztésére vállalkoztunk, mely népies modorban, a magyar nép szája íze szerint egészségi, orvosi tanácsot nyújtson ott, ahol arra szükség van, mert a modern orvosnak megvan az a joga, sőt kötelessége, hogy mint a nép egészségügyi vezetője és oktatója nyilvánosan följeljen s szóval és írásban odahasson, hogy az egészségtan legegyszerűbb tanai minden egyes ember előtt ismeretesebbek legyenek és tényekké váljanak.

Mert az egészségtan a szó legnemesebb értelmében népszerű tudomány. Kell, hogy hozzáférhetővé váljék mindenkinek; kell, hogy gyümölcsét mindenki élvezhesse, hogy tanait minden egyes ember saját előnyére fölhasználja; saját előnyére és ezzel embertársainak előnyére is, mert senkisé is képes szomszédjának előnyös vagy káros befolyásától elzárkózni és a betegségek csirái utat találnak a pulatához és gunyhóhoz egyaránt.

Pedig mily kevesen vagyunk még magyarok! Nekünk egészségesnek, erősnek kell lennünk! Mert a mely nemzet egészsége rossz, az mindinkább alább és alább süllyed, egész nemzeti léte is veszedelembé juthat. A nemzet elsatnyul, szaporodása csökken és más, egészségesebb, erősebb és jobban szaporodó népek hatalmat nyernek fölötte.

A mi népünk még nem tudott odáig emelkedni, hogy megértse, hogy az egészséges élet létének föfeltele, az orvos rendeléseit és azoknak czélszerűségét még nem tudja eléggé méltányolni és éppen azért, mert nem érti, nem követi. Még a műveltebb ember is az orvosban csak tudóst lát, akinek az orvosi tudomány

Zoltán látogatába jött hozzájuk. Mariska bódultan nyújtá forró kezét az ifjúnak; Zoltán érezte, hogy a lány keze reszket az övében. Tetszik tudni, hogy történik az ilyesm! Mint két szikrázó, tüzes láng, úgy csapott össze a tekintetük. Mariskát köhögés fajtogatta; egyet köhöntett, de nem sokat törődött vele. Ajkuk egybeforrott s az ifjú hosszan, bódogan szívta Mariska ajkáról a szerelem halálos mérgét. Csak az ajtónyílás neszére rebbentek szégyel az ifjak. A Mariska anyja volt.

»Zoltán meg aznap este hozzám jött: legyen a násznagya, kérjem még számára a Mariska kezét. Hába figyelmeztettem, hogy az a leány mellbeteg; csak nevetett szavaimon. Elmondtam neki, hogy a kinek a felesége mellbeteg, annak ugyancsak vigyáznia kell, hogy ő maga is meg ne kapja a bajt, mert megtörténhetik, hogy a köhögés után a beteg ajkán tapad a tüdő váladékának egy része s ezt a férj könnyen lecsókolhatja. Már pedig azzal a halálos betegség csiráját is magába szívta. Zoltán mindezt csak a fejét rázta. Akkor elmondtam neki, hogy a mellbetegség már csak azért is könnyen tovább terjedhet, mert ha a tüdő váladéka padlóra, köpölá-

változó nézetei szerint többé vagy kevésbbé hangzatos latin vagy görög szava van a betegség megnevezésére, vagy bizonyos bajokhoz „jó” recepteket tudjon írni.

A „JÓ EGÉSSÉG” egészséges tanokat kíván hirdetni.

Nem fog ugyan egyes betegségekben tanácsokat adni, mert arra való minden községnek, minden családnak az orvosa, aki, közelről ismerve a viszonyokat, azt sokkal-sokkal jobban teheti, mint mi az tethetők. Hanem az egészségtan igéit terjesztve oktatni, tanítani fog, hogyan kell bánni az egészséges testtel.

A „JÓ EGÉSSÉG” különös tekintettel lesz a nőknek anyai kötelességeikre, utasításokat fog adni a csecsemők ápolásáról, a gyermekek neveléséről, táplálkozásáról; ismertetni fogja a tápszerek megválogatási és elkészítési módját, ezek hamisításának felismerését egyszerű módszerekkel; szóval orvosi tanácsadója lesz olvasójának, míg az egészséges, hogy az is maradhatson.

Hogy a „JÓ EGÉSSÉG” kitűzött céljának mindenkor eleget tenni képes lesz, arról kezeskedik munkatársainknak következő díszes névsorozata:

Dr. Aczél Károly műtőnövendék (Budapest); Dr. Áldor Adolf közpórházi igazgató főorvos (Nagy-Károly); Dr. Balogh Tihánér a közegészségtan középiskolai tanára (Budapest); Dr. Biringer F. kórházi igazgató főorvos (Nyitra); Dr. Chyzer Kornél Zemplénvármegyei tiszt főorvosa, az országos egészségügyi tanács tagja (Sátoralja-Ujhely); Dr. Csapodi István, egyetemi magántanár, az „Egészség” társszerkesztője (Budapest); Czink Lajos kereskedelmi akadémiai tanár (Fiume); Dr. Faragó Gyula, a magy. államasutak gyermekorvosi tanácsadója (Budapest); Dr. Farkas Benő, megyei tiszt főorvos (Komárom);

dába vagy zsebkendőbe jut, ott megszárad, elporlik s a levegőbe felszállva, könnyen tüdőnkbe hatol. Csak úgy lehetne a baj továbbterjedésének gátat vetni, ha a beteg mindig csak kellően dezinficizált vízzel telt csészébe köpne. De hát miféle házasság az, a hol ilyen dolgokra ügyelni s a férjnek a feleségétől folyton remégnie kell?

»Az öcsém mosolyogva, hitetlenül rázta fejét. Megkérdezte, akarok-e násznagya lenni, mert ha nem, akkor máshoz fordul.

»Persze, hogy elvállaltam! Olyan jól végeztem tisztelem, hogy másnap egész délelőtt hiába leste Zoltán a Mariskák ablakfüggönyeinek meglebbenését. Elutaztak még az éjjel s csak akkor tértek vissza városunkba, mikor a szép, lilimarcú leány már a halállal vívódott.

»Zoltánnak akkoriban már sok baja volt az orvosokkal. A Mariska temetése után ide, Abbaziába jött le. A többi tudja öcsém uram.

— Szegény Zoltán! tevé hozzá az öreg, fejecsóválva. — Egy csókért!

Kőrösi Sándor.

Fest Aladár főgimnasiunai tanár (Fiume); Dr. Fleisch Nándor, az „Orvosi Heti Szemle“ szerkesztője (Budapest); Dr. Fischer Jakab, országos kórházi főorvos (Pozsony); Dr. Fedor József, egyetemi tanár, egészségügyi tanácsos stb. (Budapest); Dr. Glaser Marcel, gyakorló orvos (Budapest); Dr. Hajniss Géza, gyermekorvos, Pestmegye tb. főorvosa (Budapest); Dr. Hertzka Imre, fűrdőorvos Karlsbadban, az orsz. közegészségügyi tanács tagja (Budapest); Dr. Imre József, tb. v. főorvos, a városi szemkórház igazgató orvosa (H. M. Várárhely); Dr. Jankovich Pál, az egészségügy középisk. tanára (Székely-Keresztúr); E. Kovách Aladár, a budapesti mentőegyesület főparancsnoka (Budapest); Dr. Kovács Izsó, gyakorló orvos (Nagy-Becske); Dr. Krausz Ödön, tartalékos ezredorvos, fogorvos (Fiume); Körösi Sándor, főgimnasiunai tanár (Fiume); Dr. Lerner Fülöp, gyakorló orvos (Mező-Túr). Dr. Loewy Lipót, az egészségügy középiskolai tanára, tb. megyei főorvos (Pécs); Dr. Mangold Henrik, királyi tanácsos, fűrdőorvos (Balaton Füreden); Matisz János, főgimnasiunai tanár (Fiume); Dr. Mihajlovits Miklós, gyakorló orvos (Budapest); Dr. Munk Jakab, gyakorló orvos, (Duna-Szerdahely); Dr. Ottava Ign., egyetemi magántanár (Budapest); Dr. Pajor Sándor, vizsgógymintézet igazgatóorvos (Budapest); Dr. Pap Samu, országgyűlési képviselő (Budapest); Dr. Pávay-Vajna Gábor, az orsz. közegészségügyi tanács tagja, orsz. kórházi főorvos (Pozsony); Dr. Pécsi Dani, himlőnyirktermelő intézet tulajdonosa (Turkerve); Dr. Róna Samuel, egyetemi magántanár (Budapest); Dr. Rózsahegyi Aladár, egyetemi tanár (Kolozsár); Rozsnyay Mátyás, gyógyszerész (Arad); Dr. Sassy János, kir. törvényszéki orvos (Miskolc); Dr. Sándorffy Nándor, római hit-és bölcsészettudor, főgymn. hittanár (Fiume); Dr. Schiff Ernő, gyermekorvos (Nagyvárad); Dr. Schuschny Henrik, a bpesti V. ker. áll. főreáliskola iskolaorvosa és egészségügy tanára (Budapest); Dr. Szemere Albert, fűrdőorvos (Abbazia); Dr. Szenes Zsigmond, fűrdőorvos (Budapest); Dr. Tauffer Jenő, a közegészségügy középisk. tanára (Temesvár); Dr. Thuróczy Károly, Nyitra vármegye tb. főorvosa, az orsz. közegészségügyi tanács tagja (Nyitra); Dr. Valovics Gyula, járárorvos, kórházi főorvos (Nagy-Kikinda); Dr. Vándor Jakab, gyakorló orvos (Budapest).

A „JÓ EGÉSSÉG“ szerkesztősége.

A JÓ EGÉSSÉG

Dr. LOEWY LIPÓT,

köz. isk. orvos és az egészségügy tanára tb. megyei főorvos.
(PÉCS.)

Az ember mint a teremtés koronája, a természet uralkodójának vallja magát.

A gőgösségnek ezen gyakorlatba vett kifejezése nem igen illik azon gyarló teremtményhez,

mely gyámoltalanságában, tehetetlenségében mi-
ben sem különbözik a természet egyéb lényeitől.
Mert a millió és millió sejtekből oly remekül
összeállított emberi szervezet sohasem oly töké-
letes, hogy a teljes egészség eszményének meg-
feleljen és mindazon veszélyeket elhárítani képes
legyen, melyekkel a külvilággal folytonos érint-
kezés az egészséget fenyegeti. Mérsekeltnek ne-
vezett éghajlatunkban az idő viszontagságai, kul-
turánk előrehaladt korszakában a társadalmi vi-
szonyok félszégei, a megélést egyre nehezebbé,
a test megerőltetését folyton súlyosabbá teszik,
az emberi testet kimerítik, ellentálló képességét
csökkentik és betegségekre mindinkább hajlam-
osítják. Ehhez járul azon sajnos körülmény, hogy
a közönségnek nagy része egészen tájékozatlan
saját egészsége fentartásának legfontosabb szük-
ségletei iránt és nem képes magát oltalmazni
mindazon ártalmak ellen, melyeket a megélhetés
terhe reá ró.

Pedig ma a gőz és villamosság korszakában
már is valóságos élethajszka fejlődött ki, melyben
a meglepetések és csalódások oly gyors egymás-
utánban következnek hogy érzelmvilágunkat
folytonos izgatottságban tartják, idegzetünket túl-
ingerlik, szívünk dobogását, ereink verését lázít-
ják. Ilyen körülmények között egészségünk még
inkább veszélyeztetve van, és kötelességünknek,
egészségünk fölött őrködni, mindazon követel-
ményeknek eleget tenni, melyeket az egészség
megóvása megkíván, a társadalomnak nagyobb
része megfelelni képtelen. Mert nincsen min-
denki azon szerencsés helyzetben, hogy életpályá-
ját oly kedvező körülmények közt befuthatná,
hogy egészségét, életét mindenkoron veszélyeztetle-
nül fentartthatná. Hiszen az ember olyan világ-
ban él, hol összes erejét megfeszítenie, minden tiszt-
ességes eszközt fölhasználnia kell, hogy élete hi-
vatásának, munkaképessége által élete legfőbb
céljának, az élete és egészsége fentartásának
megfeleljen. Hisz az ember a természettől a
munkára van hivatva, a létérti küzdelemre, a
küzdelemre a természet hatalmas és romboló
elemeivel, és nem nézheti tétlenül, összetett kezek-
kel ezek féktelen dulakodásait, sem esdeklés vagy
ráolvasás által csillapíthatja ezek haragját, ha-
nem titokzatos működésük törvényeit kell ku-
tatni, és jótéteményes ható erejüket tanul-
mányozni és céljaira, főleg élete főcéljára, egé-
sége megóvására fölhasználni; ilyképen a köz-
művelődés színvonalán álló egyéniség nem lesz
védtelen és gyámoltalan martaléka a természet
démonjának, hanem e démon engedelmessé rab-
szolgája lesz a művelt embernek és hatalmas
akarátának kész teljesítője.

Hazánkban, mint minden művelt államban, a modern állami berendezések a humanizmus szellemétől áthatva, különös tekintettel vannak a társadalmi közjónak fejlesztésére. A nagyszabású higiénikus intézmények, így: a célszerű vízvezeték, csatornázás, a megfelelő világítás, szellőztetés stb. az ember egészsége javításáról gondoskodnak, épen úgy mint a közjótékonyág számtalan intézményei: népkonyhák, théaszobák, nevelési- és tanítási intézetek, a kórházak, szegényházak és aggápolók, gyermekmenhelyek, bölcsődék, kisdóvók, a munkaidő szabályozása stb. a felebaráti szeretet ihletét hirdetik és főleg a szegényebb néposztály sanyarú sorsának enyhítésére főlállítják. Mint a műveltség az emberszeretettel karöltve jár és az emberi társadalom egészségügyét minden irányban javítani igyekszik, úgy az egyes ember is a kultura haladásával kedvezőbb élethelyezetbe jut, és foglalkozásának, életmódjának ártalmát mindazon segéd- és véd-eszközökkel enyhíteni és jó egészséget, munkaképességet főtartani képes, melyeket a közművelődés vívmányai rendelkezésére bocsátanak.

Elég sajnós azonban, hogy vannak emberek, kik a közművelődésnek ezen az egészség megszilárdítására szolgáló segédeszközcit föl nem használják, hanem még mindig az álhit, előítélet és babona balmézeteivel nyomorítják egészségüket. Sőt gyakran van alkalmunk csodálkozni azon nagy foku tudatlanság felett, mely még a műveltebb osztálynál is nyilvánul, ha saját egészsége megvédéséről van szó. Hogy élő példával éljünk, van elég olyan gazda ki szarvasmarháinak, birkáinak egészség-ápolására a legnagyobb gondot fordítja, táplálkozásuk, gyarapodásuk módjával bebatóan foglalkozik, ki szántóföldjének tulajdonait szorgosan tanulmányozza, hogy a termést s evvel vagyonát gyarapíthassa: vagyonát mely csak eszközül szolgál a célra: maga és családja élete fentartására; és épen ő az, ki a célt téveszti szem elől, midőn az egészségtudomány vívmányait, melyek maga mint családja élete fentartására, egészsége megvédésére szolgálnak, nem ismeri.

De a nők is, minden más irányban nagyobb tájékozottsággal bírnak, mint a legszentebb kötelességük: családjaik gondozása, ápolása teljesítéséhez. Pedig a nők kezeiben nyugszik a család, de a társadalom, sőt az egész emberiség jövőjének sorsa.

A nőt a természet a család központjának kiszemelte; a nő bir legnagyobb befolyással az emberi nem fejlődésére, sőt annak testi és első szellemi nevelésére csakis a nő van hivatva. De a nő, hogy ésszerűen teljesíthesse hivatását, utasi-

tásra, oktatásra szorul; kell, hogy a tapasztalás útján szerzett ismereteket a tudomány adott elveivel egyhangzóba hozza, hogy ösztönszerűen érzett kötelmeit a célirányos ösvényre terelve, magasabb hivatásának soknemű követelményeit lelkiismeretesen teljesíthesse. Ismernie kell mindazon tényezőket, melyek előnyösek vagy károsak az egészségre, hogy ezek szerint mihez tartá-át a gyermekszobában, a lakásban, a háztartásban berendezhesse.

Az imént megindult lap, a „Jó Egység” (mint a fölhívóból kitünik) különös tekintettel fog lenni a nők kötelmeire, utasításokat fog adni a csecsemők ápolásáról, táplálkozásáról, a fiúk és leánykák neveléséről, ruházatáról; ismertetni fogja a tápszerek megválogatási és elkészítési módját, ezek hamisításának fölismerését egyszerű módszerekkel stb. stb.

Készséggel engedek is a szerkesztő Úr becses felhívásának és szerény tehetséggel örmest szolgálatába állok egy oly lapnak, mely mint egészségügyi missionárius az egészségtan igéit fogja terjeszteni népszerű módon; tanítani, oktatni fogja hívőit, miképen kell fentartani az egészséget, elhárítani a betegséget, nem orvossággal, hanem ésszerű eljárással, az egészségtudomány elvitázhatlan alapelvei nyomán.

A KOLERA

— Dr. PÁVAY GÁBOR —

(Pozsony.)

Ah, van járványos betegség, a mely ellen olyan sikeresen védekezhetnénk, mint éppen a kolera s pedig azért mert biztosan ismerjük az ö'dökölő járvány keletkezését, okozóját és tovaterjedésének módozatait.

Azonban a védekezéshez kedélyi nyugalom, sokoldalú körültekintés, szilárd meggyőződés, az *infectiós országokkal, míg a járvány tart, a nemzetközi forgalom feltétlen megszüntetése úgy a személy mint az áruforgalmat illetőleg* — *pium desiderium* a mai önző világban! — az általános tisztaság, a dezinfekció pontos és szigorú fogamatosítása, jó higiénikus viszonyok s a lakosok felvilágosodottsága és tetterős közreműködése, végül tetemes anyagi áldozatok az elengedhetetlenül szükséges tényezők. A szárazföldi vesztegárnak értéke vajmi kevés.

A fukarsággal párosult tünyság, a köztisztaság és dezinfekció elhanyagolása, s a rossz higiénikus viszonyok sehol nem bosszulják meg jobban magokat, mint éppen a koleránál.

Nem elég az, hogy csak a kolerától való féltelm hatása alatt tegyünk meg sürgősen egyet mást a közegészség érdekében, hiszen azok a lazasan félignazdigg keresztül hajtott *«erélyes rendszabályok»* nem védelmeznék meg senkit sem a kolerától.

A közegészségügy javításán akkor kell munkálkodni kitartóan és célravezősen, mikor nincsen járvány, hogy így békében megedve, harcra készen találjon bennünket bármí vész.

Ha erősek leszünk minden tekintetben, akkor félmi

nem kell, mert az tény, hogy a *minden irányú feltétlen tisztaság, a jó levegő, tiszta talaj, jó levegő s a mértékletes életmód a legbiztosabb fegyverek a járványok legyőzésére.*

A most elmondottakat illetőleg *Hamburg és Budapest* szomorú sorsa intő példának szolgálhat Európa minden nagyobb városának.

A ma uralkodó felfogás és tapasztalat szerint a kolera ragadós, fertőző betegség.

Okozója és terjesztője a koleraméreg, vagy is a kolerabetegek ürülékeiben millió és millió számra tenyésző kómmabacillusok. Ezek a kiürülés után megfertőznek minden a beteg közelében fekvő tárgyat, ezekkel és ezokról a koleramérget tovább cipelhetik nemesak a betegeket ápolók és látogatók, hanem még a legyek is. Az ürülékekkel beszennyezett tárgyakon a bacillusok megszáradnak, elporladnak s a levegőbe jutva ismét fertőznek.

A kolerabacillusok legjobb tenyésztő talaja a lakások és udvarok mindenféle piszka és szemete, szóval mindazon hely, hol a szerves anyagok rothadnak s miután a meleg a szerves anyagok bomlását nagyban elősegíti, természetes, hogy a kolera is sokkal inkább uralkodik nyáron mint télen, mikor a nagy hideg a rothadást tetemesen gátolja.

A kolera bacillusai a vízzel, levegővel vagy a koleratürelékekkel beszennyezett kezekkel s az általuk érintett ételekkel, kenyérrel, szivarral, evő és ivóeszközökkel stb. a szájon át jutnak a szervezetbe.

Tehát áll az, hogy a kolerát első sorban a kolera-beteg terjeszti, kivüle azonban az inficiált területről érkező egészségesek is tovább terjeszthetik a betegség fertőző anyagát, valamint tovább terjesztheti minden olyan tárgy, amely a járvány területéről való és melyet a kolerabeteg ürülékeivel beszennyezett.

A kolerát megkaphatja mindenki, de leginkább az, ki a kolerabetegekkel foglalkozik, azokkal egy házban lakik, vagy a ki a kolerásoktól beszennyezett tárgyakkal érintkezik. Ennek fogva a kolera terjedésének korlátozásában a köztisztaságon kívül egyik legsürgősebb feladat minden rendelkezésünkre álló eszközzel oda hatni, hogy a betegség fertőző anyaga szinte ne hurcoltassék.

A most elmondottakból kétségtelenül be van bizonyítva ama jelentős tény, hogy a *kolera csak a kolerabetegek ürülékeiben tenyésző kómmabacillusok terjesztik* s így nagyon is természetes, hogy a *kolerabetegek ürülékét és mindazon tárgyakat, melyeket ezek beszennyeztek*, kell, okvetlenül a legszigorúbban és pedig a legerélyesebben ható kémiai szerekekkel gyorsan és bőven dezinficiálni. E célra egyedül alkalmasak és megbízhatók az 1/10 percentes szublimát vagy az 5% karbolsavoldat, vagy esetleg a mésztej is. *)

A tapasztalás minden kétséget kizárólag bebizonyította, hogy csak a lelkiismeretesen fogantatosított és a legkisebb részletekig kiterjedő alapos és bő dezinfekció képezi úgy szólva egyedüli sarkpontját a kolerajárvány korlátozásának, illetőleg elnyomásának. Mennél sikeresebben van ez fogantatosítva, a járvány annál rövidebb ideig fog dühöngeni és annál kevesebb emberáldozatot fog követelni.

Dezinficiálni kell tehát minden helyet, és minden

*) 1 gmm sub imát egy liter vízben föloldva mint 1/10 percentes szublimátoldat a leghatalmasabb és legelősebb dezinficiáló szer; kb. 1-2 krba kerül. — Az 5% karbolsavoldat úgy készül, ha tiszta karbolsavból 50 gmmot egy liternyi forró vízben negyed-órát folytonosan kavarás közben föloldunk.

tárgyat, mit a kolerabeteg ürülékeivel beszennyezett, s mindenkit, ki velük érintkezett, a legkisebb mulasztásért könnyen eltéve adózhatik a beteg környezete, vagy bárki is, ki a kolerásoktól bepiszkozott és nem jól, vagy esetleg feledékenységből éppen nem dezinficiált tárgyakkal vagy egyénnel érintkezik.

Ha a kolera valamely zsúfolt lakásban kitört, akkor *elengedhetetlenül* szükséges, hogy a kolerabeteget azonnal az e célra berendezett járványkórházba szállítsák, még pedig a hatóság betegszilító kosarában vagy kocsiában.

Ha azonban a kolerabetegnek lakása több szobából áll, úgy a beteg otthon gyógyítható, de *rögtön külön-tessék el az egészségesektől*. E szobát, melynek minden felesleges butorzata azonnal eltávolítandó, az orvoson és ápolón kívül ne lépje át senki, ide látogatót bebocsátani nem szabad. A kolerabeteg szobájának butorzata bárkinél is a lehető legeggy zárúbb legyen, egy ágy, ha lehet vasból, benne szalmazsák vagy matrac, rajta nagy és széles kautsuk lepedő, s e felett pedig vászon lepedő, a fejpárna lőszőrrel vagy finom fűvel (Secgras) töltessék, s a párna hozata pedig Billroth-féle batiszital vagy finom viaszos vászonnal befedendő, takarónak könnyű paplan, vagy finom, puha pokróc használandó, tollas vankosok és dnyhák kerülendők, szőnyegek, képek, szövetfüggönyök, kipárnázott butorok stb. eltávolítandók.

A kolerabeteg szobájában legyen ürszék, egy-két ürtál s egy nagy kád vagy dézsa telve forró lúg vagy 5 százalékos karbolsav- vagy 1/10 percentes szublimátoldattal a bepiszkozott fehérneműek beázta'ására, illetőleg fertőtlenítésére; egy kisebb és nagyobb asztal, a kisebb a betegnek szükséges tárgyak, a nagyobb pedig a mosdókészülék számára, karbolsav és szublimátoldat bőven, porlasztó kűszűék, karbolsav- vagy szublimátpárák előállítására, ruhakefé, több kisebb nagyobb kődedény vagy porcelántál, jég és a behűtendő italok számára, locsoló kanna telve karbolsavoldattal, az ürülékektől esetleg beszennyezett szobapadló fertőtlenítésére, több rongy a padozat vagy ürszék letörlesztére, mely használat után fertőtlenítendő, vagy ha értéktelen elégetendő, végre elegendő fehérnemű, s a szoba kiséprése szükséges kefe vagy cirokseprő, mely használatkor mindannyiszor karbolsavoldatba mártandó.

A kolerabeteg szobáját igen gyakran szükséges szellőztetni, a mindenfélre füstölésnek célja éppen nincs. A kolerabeteg szobájában minden helyet, a hová bármily csekély is jutott a beteg ürülékeiből, okvetetlenül szükséges, *de azonnal*, karbolsav- vagy szublimátoldattal fertőtleníteni s pedig azért rögtön, nehogy esetleg a legyek vagy más rovarok az ürülékeket ellepjék és a bacillusokat tovább cipeljék.

Az ürülékek dezinficiálására szükséges kémiai szerekekkel fukarkodni pedig éppen nem szabad; szabály gyanánt *felállítható, hogy a fertőtlenítésre ethasznált karbolsav vagy szublimátoldat vagy mésztej mennyisége minden alkalommal legyen legalább is annyi, mint az ürüléké*. Az így bőven dezinficiált ürülék legfeljebb fél óra múlva az árnyékszékbe már óvatosan kiönthető.

Kolerabetegnek az árnyékszékeket használni nem szabad, ha azonban a legéberebb felügyelet vagy tilalom ellenére mégis előfordulna ily eset, akkor az árnyékszékeket, mielőtt azokat egészséges egyének használnák, jól ki kell öblíteni s e mellett karbolsav- vagy oltott mészoldattal bőven dezinficiálni s az ülőhelyet pedig forró lúggal vagy szublimátoldattal lesürolni. A kolerabeteg szobájában ételeket vagy evőeszközöket tartani, vagy az ápolónak ott étkezni nem szabad.

Az ápolónak pedig egyik legszigorúbb kötelessége úgy a maga, mint a környezet egészsége érdekében, hogy kezeivel sem önmagát, vagy ajkait, sem másokat vagy bármilyen tárgyat mindaddig ne érintsen, míg azokat jól meg nem mosta és szublimát- vagy karbolsavoldattal nem dezinficiálta, s ezt mindannyiszor haladéktalanul meg kell tennie, valahányszor a beteggel, vagy ürületeinek fertőtlenítésével és kihordásával foglalkozott. Az önmagukat bepiszkolt kolerás betegeket is mindannyiszor le kell mosni karbolsavoldatba mártott szivacsosál, az ajtó kilincseket nem különben. Az ápoló, ha a beteg szobáját elhagyja, új cipőt vagy papucset váltson s ha be volna piszkálva, azt is dezinficiálja.

Kolera alkalmával a ház minden árnyékszéké dezinficiáltassék s pedig nem sód vagy kékgalic oldattal, hanem vagy 5 százalékos sárga karbolsav-, vagy oltott mészsavoldattal, ez utóbbit oleos s a mellett jó is, mindkét oldatból egy napra, személyenként legalább is 1 liter számítandó. —

Nem lesz talán felesleges e helyen felsorolni még azon tényezőket sem, melyeknek határozott befolyásuk van arra nézve, hogy mikor kaphatja meg az ember járvány alkalmával leggyorsabban a kolerát.

Ilyenek: a gyöngye beteges testalkat, a gyomornak és beleknek minden heveny és régi bajai, váltólázak, rendetlen, kicsapongó életmód, iszákosság, nehézséges étel és mindenféle éretlen gyümölcsök, vagy az éretlenek is hámozatlanul való élvezete, főleg a piszkos és szerves alkotó részeket tartalmazó ivóvíz, rossz szeszes italok, dőzsölések, meghűlések, kedélyi rázkódások, végre félelem és túlságos aggodalom.

Nem szenved kétséget továbbá az sem, hogy a kolera kiütésében és tovább terjedésében a társadalmi viszonyoknak is jelentős szerepe van.

A nyomorúságot vagy pauperizmust akarjuk itt különösen kiemelni.

A szegény emberek dohos, sötét, nedves, rosszul szellőztetett és túltömött lakásai, igen sokszor a legszükségesebb élelemhiány, rossz minőségű tápláló szerek, kimerítő munka, tisztátalanság, kezdődő betegségek gyógyításának elhanyagolása, kuruzsolás stb. mind olyan fontos tényezők, melyek kérielhetetlenül megkövetelik áldozat-jajukat.

Ezen sötét pontok javítása legyen főleg járvány alkalmával a humanizmus legszebb feladata, itt fejtse ki ez jótékonyosságát annyira, a mennyire azt a fennforgó viszonyok és körülmények megengedik.

Igaz, hogy a tekintetben egyesek áldozatkészsége csak gyöngye lényegét bocsáthat vigasztalásul a nyomorúság sötét éjébe, de az államnak a társadalommal karöltve, minden lehető meg kell tennie, hogy a munkás és szegény népnek most vázolt sorsa enyhítve és javítva legyen, hogy így aztán a veszedelmes járványtól megmenekedhessék.

Az első fogzás és az ugynevezett velejáró betegségek.

Dr. KRAUSZ ODON
Fiume.

Amint általánosan tudva van, a gyermekek rendszeren fogak nélkül születnek. Megfelel ezen fogatlan állapot azon körülménynek, hogy a természet a kisdedet tápanyagdús, folyékony tápszerrel akarja nevelni t. i. az

anyatejjel, és ez okból ellátja az anyát dús tejel, a kicsikének pedig minden előzetes tanulmány nélkül megadja a képességet, hogy az emlőt okosan használja. Anyatejjel táplálkozik a kis ember kizárólag, amíg csak azt adják neki, mert a maga tehetetlenségében magának táplálékot keresni nem képes.

Később néhány hónap múlva, mintegy az anya figyelmeztetésére, megjelennek az első fogak és ezzel a természet azt akarja mondani, hogy nem tartja szükségesnek, hogy a kicsike még most is kizárólag anyatejből éljen, lehet most már neki az emlő mellett más tápszert is nyújtani, természetesen csak könnyen emészthető és tápláló ételeket. Lassankint, egymásután jönnek a többi fogak is és mind jobban és jobban le lehet szorítani az anyatejet a napirendről, hogy így annál könnyebben sikerüljön a végleges elsoktatás.

A fogak megjelenését nem lehet egész szorosan meghatározott időhöz kötni. Egyik gyermeknél előbb, a másiknál később jelennek meg úgy az első mint a következő fogak, de azért a fogaknak szabálytalan megjelenésére nem lehet ráfogni, hogy az mindig beteges állapotnak volna a kifolyása.

Legelőször megjelennek az alsó álkapocsban a középső metsző fogak, a gyermek születése után a 6-ik és 8-ik hónap között; ezekre következnek a középső metszőfogak a felső álkapocsban és a szélsők az alsó álkapocsban körülbelül a 7-ik—9-ik hónapban. A 8-ik és 10-ik hónap közt jönnek a felső szélső metszőfogak. Ezek után az első zápfogak, szám szerint négyen (jobbról, balról, alul és felül egy egy) a 12-ik és 16-ik hónap között bujnak ki a napvilágra; a 15-ik—21-ik hónapban a négy szemfog foglal állást a metsző és zápfogak között, végre a négy második zápfog a 20-ik és 30 hónap közt, rendszeren előbb az alsók, nemsokára utánuk a felsők. E szerint a fiatal teremtsnek 2½ éves korában rendszeren ki van fejlődve teljes, összesen 20 fogból álló fogazata, u. m. 8 metsző- 4 szem- és nyolcz zápfog.

Amint a fent említett határidőkből kitünik, a természet elég tágra szabta meg az egyes fogak megjelenése idejét és még is fordul elő eset, hogy fogak a 6-ik hónap előtt jelennek meg, (sőt van észlelet arra is, hogy kisdedek már egy-két foggal jöttek a világra) más fogak meg sokkal az őket megillető határidő után.

A fogak elkésztet megjelenése sokszor az angolkór által van okozva, melynek czélszerű kezelése és javulása után az elkésztet fogak is megjelennek. A legtöbb esetben azonban, ha u. i. ezenkívül más tünet angolkórra nem mutat, nincsen ok az aggodalomra, majd megjelennek azok később.

Mindaddig csak a tejfogakról volt és ezután is csak azokról lessz szó; csak annyit kívánok megjegyezni, hogy a 6-ik életévvel egy új kor kezdődik a fogazatra, midőn a tejfogak olyan rendben, mint jöttek, kihullanak és az állandó fogaknak adnak helyet.

A fogak megjelenése ép oly természetes dolog mint szarvak növése némely állatnál. Az újszülött már magával hozza fogazata csirait, és a mint egészben nő nőnek lassan ezek is, míg át nem törnek az álkapocot és mint fogak el nem érik teljes nagyságukat. És minthogy az egész dologot csak természetes tünetmennynek lehet tekinteni, semmiképen sincs igazolva azon felfogás, hogy az önmaga által okozott betegségszerű tünetek nélkül le sem folyhat, hogy egy magát a fogzás alatt csendesen viselő gyermek a kivételhez tartozik; ki kell vennünk azonban egy néhány esetet, melyben a foghús kigyullad és azt a néhány nagyon ritka és nem tökéletesen beigazolt e-

setet, melyekben a kicsikék, állítólag az állkapocs felső rétegeinek túlságos nagy ellenállása következtében, gőcsöket kapnak volna. Az első bajt a fogzás erősebb ligyutadását a száj tisztántartása által lehet elkerülni, a másikon pedig az orvos néhány apró beavatkozással könnyen segíthet. Más baj fellépése éppen nem szükséges, és e tekintetben nagyon sok előítélet van elterjedve.

Akárhányszor hallottam mondani, minden egy öt-hat hónapos gyermek hátsó részében vagy köldökében szenvedett: ez így szokott mindig lenni, ha a gyermeknek a fogja nő. Szinte már el vannak az anyák arra késztelve, hogyha a kicsike a fogzás idejét meg fogja érezni, bizámiatta éjeleni fog kelleniük. Azon helytelen felfogásból indulnak ki, hogy a fogzás betegség és mint betegség kellemetlen dolgok nélkül le nem folyhat. Pedig ennek a felfogásnak meglehetősen a maga káros következményei. Az anya, ki azt hiszi, hogy a fogzással elkerülhetetlenül valami kellemetlen dolognak kell járnia, nem fogja a szükséges óvintézkedéseket azok elkerülésére megtenni, s mint az olyan anya, ki meg van győződve arról, hogy a gyermek életmódjának olaszorszerű rendezése által a gyermeket fájdalomtól, önmagát pedig kellemetlenségtől megóvhatja.

A fogzás alatt a gyermek, ha semmi káros dolog nem hat rá, egészen jól kell hogy érezze magát. Csak-hogy fogzáskor sokkal könnyebben ártanak meg neki az ártalmas dolgok mint máskor, sokkal kisebb lévén az ellenállási képessége.* Előből következik, hogy hamarabb meghűlnék és könnyebben romlók meg enyészési szerveiket stb. Tehát fogzás és megbetegedés nem egy és ugyanaz, egyik meg csak nem is oka a másiknak. Utóbbi el is kerülhető, ha fogzáskor kettős gonddal vigyázunk a gyermekre és megóvjuk őt minden lehetséges káros behatástól. Az idejekorán hívott orvos majd minden esetben feltárja a baj okát és hamarosan véget is vet neki. De azon szülő, ki a betegséget természetnek tartja, nem hív orvost; a baj nagyobb és nagyobb lesz, mert nincs senki, aki a nem is gyanított káros dolgokat hatályon kívül helyezné, és ha a kicsike nem is pusztul el, elég hátrányos következménye marad a később aztán igazán fellépő betegségnak, a mennyiben a gyermek, a betegség által elgyengülten, nem is táplálkozhatik rendszeren, erősödésében és növekedésében hátramarad, a mit sokszor lehetetlen, sokszor nagyon bajos egészen helyre tenni.

Hogy példát hozzak fel a magam tapasztalatából megemlítem a következő esetet. Hivatnak, jöjnek azonnal, mert a kis fincska nagyon rosszul van. A kis fiú fél esztendő, és mint az anyja mindjárt elpanaszolja, a kicsike nem akarja az emlőt elfogadni, sőt hányt is. Azt hiszi, hogy mindez csak a fogzástól származik. A gyermeket, kinek alsó állkapcsa köncpén csakugyan láthatóak voltak az áttörő köncpés metszőfogak, az anyja szoptatta, egy egyszerű bosnyák nő. Részemről természetesen nem nyugodtam bele az anyja véleményébe a baj okát illetően, hanem kezdtem vigyázatosan kikérdezni, hogy ugyan ő mostanában mit evett?

Sokáig kellett ide-oda kérdegetnem, míg végre a többi közt — nyers paprikának is jöttem a nyomára.

Mondhatná a művelt anya, hogy ez ki'olík egy ostoba bosnyák asszonytól, ilyen azonban egy csak félig is intelligens nőről még csak föltenni sem lehet. Megenge-

dem, hogy így van: de hogy intelligens anya szoptatja gyermekét maga? Bizony legtöbbször át van az adva a szoptatás szokásnak, kire a gondos anya bizonyosan szigorúan felügyel és al'neki biztosan csak olyan tápszert fog adni, mely gyermekének is meg ne ártson. De meg fogja-e gátolhatni, hogy az egy ellenőrizetlen pillanatban ne egyez olyasmir, mi a gyermeknek ártalmas lehetne — talán éppen paprikát — és meg fogja-e mindig akadályozhatni, hogy kellemetlen további maradjon a szájában, ha hívós az idő, vagy esni kezd, mikor az pörgetve mellette jöve átfordozva, a jelenről tökéletesen megfeledkezik.

Kisebb vagy nagyobb hibák, melyek máskor a gyermeknek talán csak kis kedvetlenséget okoznak, vagy egészen következmény nélkül maradnak, ilyenkor fogzáskor, mikor a gyermek szervezetének ellenállási képessége csakként, könnyen súlyos betegségnek lehetnek okozói. Szükséges tehát, hogy minden anya szemmel tartsa gyermekének száját, és ha az első fogak mutatkoznak, egész mélyt fejtse ki, hogy a gyermek ilyenkor a legjobb külső viszonyok közt legyen és lehetőleg a legkisebb káros behatástól is megóvassék, anélkül azonban, hogy a túlságos anyai gond alatt a gyermek elpuhuljon és átvéghezi növényenyő fejlődjele, kinek a legkisebb szellőcske is megárt.

Könyvismertetés.

(Rovatvezető: Ansculap.)

Beérkeztek a következő munkák:

Dr. Párvy és Dr. Dobrowsky országos közkórházi főorvosok: *Hogyan kell dezinficiálni?* (Stampfel Károly, Pozsony. Ára 25 kr.)

E. Kovács Aladár, mentőegyesületi főparancsnok: *A kolera* (Dobrowsky és Franko, Budapest. Ára 10 kr.)

E. Kovács A.: *Az első segélynyújtás kézikönyve* (szerző sajtója. Ára 1 ft.)

Dr. Faragó Gyula: *Orvosi szabvány az 1893. évről*. (Légrády testvérek Bpest. Ára 1 ft. 40 kr.)

Dr. Bock-Faragó: *Az egészséges és a beteg ember*. (Légrády testv. Bpest. Ára 1 ft.)

Dr. Brück-Faragó: *Miként óvjuk gyermekeink életét és egészségét?* (Légrády testv. Bpest. Ára 2 ft. 40 kr.)

A „Hogyan kell dezinficiálni?” különös tekintettel a kolera elleni teendőkre és intézkedésekre című mű — melynek szerzői dr. Párvy Gábor és dr. Dobrowsky Mátyás országos kórházi főorvosok — már 3-ik kiadásban hagyta el a sajtót. Ezra műnek 2-ik kiadását az országos sajtó igen lelkesen fogadta s ennek tulajdonítható részben a magyar könyvpiacra a ritka esemény, hogy abból alig 5 hét alatt már a 2-ik kiadás is teljesen elfogyott. A jelen 3-ik kiadás újra át van dolgozva és tetemesen bővítve. A mű a ragadós betegségekről s azok okairól, a dezinfekcióról s a dezinficiáló szerek készítéséről, a dezinficiáló gyakorlati alkalmazásáról, a kolerráról s az óvó-rendszeréről szól. A praktikus és tudományos művet megleően jól alkalmazzák a nagy közhísnak. Nemcsak a kolera a kalmával ad e mű kiadásának tanácsokat, de minden egyes ragadós betegségben tárgyalja a védekezést és fertőtlenítési eljárásokat. A mű négyes módorban van szerkesztve, nyelvezete világos, tiszta s e mellett minden ízében magyaros s mindenekelőtt jól érthető, kiállítás pedig díszesetere világos Stampfel Károly cs. és kir. udvari könyvkereskedőnek. A 64 oldalra terjedő mű ára csak 25 kr.

* Az ellenállási képességnek hasonló esikkenése föltétlenül is tapasztalható bizonyos esetekben és éppen az anyák tudják, hogy a száj életében is vannak különben egészen természetes állapotok, amikor szervezetünk külső behatások sokkal könnyebben ártalmas, mint máskor.

E. Kovách Aladár *«Köler»* című művecskéje rövid utmutatást ad a nagy közönségnek, miként óvja meg egészségét kolera idején, mit egyék és mit ne egyék, mit és hogyan kell fertőtleníteni miként kell elbánni a koleras beteggel és halottal. Végül művéhez egy praktikus felhasználható, egyes lapokra szétmetszhető és a lakószobában, bejegyzőszobában, ebédlőben, szóval lakásunk minden helyiségében felfüggeszthető táblázatot csatol, hogy a koleras időben alkalmazandó óvintézkedések rövid kivonatban mindig szemünk előtt legyenek.

Dr. Bock Ernő elhunyt lipcei egyetemi tanárnak *«Az egészséges és a beteg ember»* című népszerű munkáját a magyar közönség számára átdolgozta Dr. Farago Gyula gyermekorvos. Ezen derék munka az egészséges emberi test, annak minden szervének megismertetése után kitűnően és mindig jó magyarsággal tárgyalja előbb az egészséges, majd a beteg test ápolását. Könnyen megérthető nyelven alapos tájékoztatást nyújt a táplálkozási és szellemi szervek ápolásáról, az egészségre való felügyeletről a különböző életkorban, hű tanácsadónk betegség alkalmával is; szóval olyan munka, melynek nem volna szabad hiányoznia egy magyar családnál sem, mert — mint Farago előszavában mondja — «mi magyarok az egészség dolgában még eddig igen hanyagok és könnyelműek vagyunk. Ez az oka azoknak a szomorú jelenségeknek, hogy a kisdedeink mértéken felül pusztulnak, és a felnőttek sem érik el azt a kort, a meddig a művelt Nyugaton lakó emberek élnek.»

Pedig «az egészség a szegény embernek a tőkéje és a gazdagnak a legdrágább kincse. A szegény beteg embernek elapad a keresetének forrása és a nyomorúság csakhamar bekopogtat az ajtaján és a gazdagnak is oda van minden öröme és élvezete, ha egészség híján van.»

A többi beérkezett munkák ismertetését jövő számban folytatjuk.

Előfizetők kérdőrova.

Ezen rovatban előfizetőinknek tért adunk egészségi kérdésekre. A beérkezett kérdéseket ezen rovatban való közlésük után kiadjuk ezen rovat vezetőjének, ki azokra ugyanezen helyen a következő számban fog felelni.

A kérdéseket a papírosnak mindig csak egy oldalára tisztán és olvashatóan leírva kérjük.

KÜLÖNFÉLÉK.

Az álló írás az iskolákban. Olvasóink előtt bizonyára nem ismeretlen az a mozgalom, mely újabb időben úgy az orvosokat mint a tanfőnököket foglalkoztatja; kimutatni ugyanis, mely írás volna inkább megfelelő az írni tanuló gyermek szemének és helyes testtartásának. A fővárosi iskolákban kísérleteket is tesznek már az álló írással és ezen kísérletek ellenőrzésére bizottságot küldött ki a közoktatásügyi miniszter. A bizottság tagjai között fölosztotta azt a hatvan iskolát, melyet a főváros a kísérletek megtevésére följánlott. Mindegyik iskolában parafelosztályokban tanítják az álló meg a dűlt írást és a bizottság meg fogja figyelni, melyik írás mellett ülnek helyesebben a tanulók. A szerzendő tapasztalatokról a bizottság majd be fog számolni a miniszternek.

A szobapor befolyása a kenyérre. Maljean, francia ezredorvos érdekes kísérleteket tett a katonák kenyérével, mely, mikor a sütőkemenczéből kivesszik, teljesen baktériummentes. Mihelyt fölragadják és a katonai lakószobákban tartják, nem csak a levegővel érintkező felületén lehet élő baktériumokat találni, hanem a kenyér *belében* is. Ezen különféle csirák a szobaporral együtt rakódnak le a kenyér héjára és sokáig életképesek, noha szaporodni nem tudnak. Rendes körülmények között a szobaporban levő csirák nem veszélyesek. De már például a typhus bacillusa, a kolera bacillus és más fertőző betegségek csirái, különösen a diphteritis, a vörheny baktériumai a kenyérre jutva, azt könnyű módon megfertőztethetik és ami a katonák *«komisz»* kenyéréből áll, áll természetesen a mi közönséges *«polgári»* kenyérünkről is, amiért minden esetre tanácsos, a fölragadt kenyeret czélszerűen befödve tartani, hogy a szoba pora és a benne élő betegséges csirák azt el ne lephessék.

A rossz fogak száma rohamosan szaporodik. 200 évvel ezeőtt minden ötödik embernek volt rossz foga, ma nyolczvan közül egynak van teljesen egészséges foga különösen a műveltebb osztályokban, hol különösen a forró ételek és igen hideg italok rontják a fogakat állandóan. Melegre a hideg megárt.

A részegek ellen szigorú törvények vannak Argentínában. Két az utcán részegen találunk, dutyiba teszik és ha kijózanodik, büntetéképp egy hétig utcaszépítő lesz. Istenem! milyen szép tisztán lehetne nálunk tartani akár az — országutakat is!!

Fürdőszobák az iskolákban. Ismeretes dolog, hogy a gyakori fürdés mily rendkívül jótékony befolyással bír szervezetünkre. Ezt a németek — úgy látszik — legjobban látják be, mert több népiskolában a tanulók fürdésére fürdőszobákat rendeztek be. A legelső ily intézményt a göttingai népiskolában honosították meg és most már Boroszlóban, Magdeburgban és Berlinben is állítottak föl iskolai fürdőket, melyek 3 zuhanyból áll, alattuk elhelyezett 3 érczkáddal. Egy-egy gyermek fürdése csak egy pár percbe kerül, úgy hogy a három fürdőre az öltöző szobában már a másik három vár és egy óra alatt az egész osztály megfürödhethet. A fürdő, melynek ilyen egyszerű berendezése kevésbe kerül, csak a rendes tanórák alatt és természetesen csak a tanulók számára van nyitva. Felhívjuk ezen igazán követendő intézményre a közoktatásügyi miniszter figyelmét, a ki már több hasonló rendeletével a tanulók testi nevelésére volt tekintettel és annak javításáról folyton gondoskodik.

A SZERKESZTŐSÉG ÜZENETEL.

Valamennyi munkatársunknak a legszívélyesebb üdvözlét és köszönet! Kérjük, hogy a szép ígértet ne csak írott malaszt maradjon.

A KIADÓHIVATAL POSTÁJA.

R. F. úrnak Budapest. — Mindenestre azon leszünk, hogy az iskolák ocsóbban kaphassák a lapot; egyelőre be kell várunk az előfizetők számát, mielőbb ez iránt intézkednénk.