

# ΦΟΙΒΟΣ

## ΕΠΙΜΗΝΙΟΣ ΣΥΓΓΡΑΦΗ

ΠΕΡΙ

ΤΗΣ ΔΗΜΟΣΙΑΣ ΥΓΙΕΙΑΣ

ΤΗΣ ΟΙΚΟΓΕΝΕΙΑΚΗΣ ΥΓΙΕΙΑΣ ΚΑΙ ΤΗΣ ΠΡΟΧΕΙΡΟΥ

ΟΙΚΙΑΚΗΣ ΙΑΤΡΙΚΗΣ ΕΠΙΣΤΗΜΗΣ ΚΑΙ ΤΗΣ ΙΑΤΡΟΥ

ΚΑΙ ΑΓΩΓΗΣ ΚΑΙ ΠΡΑΞΕΩΣ

Ἐπιτομία συν. προπλ. φ. 5. Διὰ τὸ ἔξοικ. 5 50 μετὰ τοῦ Παρ. φοίβου καὶ Ἠλίου

ΕΤΟΣ ΙΖ'. — Ἐν Ἀθήναις τῇ 1 Σεπτεμβρίου 1895. ΑΡΙΘ. 9.

### ΥΓΙΕΙΝΑ ἢ ἈΛΕΚΤΑ

Ἐστὶς ὁ οὔπω πέπειρος (ἄρ. 17) ὁ συμμιγμένος ἐπιπλαθίσι φυτοῖς, ὁ φθειριῶν (ἔχων μυρία) ἀπογόμενος ἐκ τῶν σκωληθῶν, ὁ σσηκῶς, ὁ ἔχων γλῆν ἢ ἀμμόν, παρέχει ἄρτον ἐπιπλαθῆ εἰς τὴν υἰγιάν.

Ἐστὶς δὲ ἀνάλος ἄρτος (ὁ ἀνάλατος) ὁ συμπεφυγμένος (ζυμωμένος) μετὰ βουτύρου ἢ ἐλαίου, ὁ καλῶς ἀναθιτισμένος, ὁ μὴ καλῶς ἐψημένος, ὁ πλακοῦς (ἢ ἀγίατσια) ἐψημένος ἐν τῇ ἀνθρακίᾳ (θρακόβολῃ), βασις οὐ καλῶς ἐψημένος, δι' ἄπειρος καὶ ἐπιπλαθῆ τῇ υἰγίᾳ ἴσται. Ὡσαύτως ὁ τρογόμενος θεορῆς, ὁ παιδαῖς καὶ εὐρωτιῶν (μὴ ζυμωμένος) ἐπιπλαθῆς, τὸ ἄρτος ἴσται.

Ἐστὶς ὁ ἄρτος βρωθεῖς γενεῆ ἐπιπλαθῆς.

Ἐστὶς ὁ ἄρτος τοῦ ἐπειρητοῦ ἀλευροῦ (ὁ ἀπένιος) ὁ ἀπένιος ἢ ὁ μὴ ταχέως ἀναθιτίζεται (ὁ εὐανάτος) εἶνε εὐπέπτος καὶ θρεπτικώτερος μᾶλλον ἢ δυνατωτικῆς. Ὁ τοιοῦτος ἄρτος χοχίσιμος ἴσται εἰς τοὺς νοσοῦντας καὶ ἀναρρώνοντας, δυνατωτικῆς ἴσται ἰδίως ὁ συμμιγδα ἴσται.

Ἐν γένει ὁ ἀπένιος ἄρτος εἶνε θρεπτικώτερος.

1 ΣΕΠΤΕΜΒΡΙΟΥ 1895.

ἡ ζύμη μὴ τρίβηται καλῶς, ἢ ὑπὲρ τὸ δέον τριφθῆ, παρέχει ἄρτον βηγνυόμενον (σκασμένον).

Ὁ σίτος παρέχει ἄρτον καλὸν μετὰ εἰς μῆνης ἀπὸ τῆς συγκομιδῆς.

Ἡ κόρα (ἐρελικίς) τοῦ ἄρτου εἶνε διπλασίως θρεπτικώτερα τῆς ψύχης. Ἐν γένει ὁ καλῶς ἐψῆμένος ἄρτος εἶνε εὐπεπτότερος καὶ θρεπτικώτερος.

Ὁ πιτυρίτης, ὁ καὶ συνήθως λεγόμενος ἄρτος, ὁ αὐτοπιυρίτης, ὁ πιτυρίας (ὁ ἀκοσκίτης ἄρτος) εἶνε ἀρετικώτερος καὶ εὐκόλιος, καὶ προτιμώτερος τοῦ σιμιγδαλίτου, ὅστις εἶνε πολὺ προτιμώτερος τοῦ ἐξ ἀμύλου ἄρτου.

Ὁ σίτος μετὰ τῶν δημητριακῶν καρπῶν εἶνε ὁ θρεπτικώτερος. Ἡ ποιότης τοῦ ἀγροῦ ἐπηρεάζει ἐπὶ τῆς θρεπτικότητος τοῦ σίτου. Ὁ ὀρεινὸς εἶνε θρεπτικώτερος τοῦ πεδινοῦ. Ὁ σιτάκιος (ἐρετεινός) ὁ καὶ ἀλευρίτης καλούμενος, εἶνε ἐλαφρὸς καὶ λευκός, παρέχει ἄρτον εὐπεπτον καὶ δυναμωτικόν. Ὁ παραγόμενος ἐξ ἀγρῶν ξηρῶν καὶ μὴ παχείας γῆς εἶνε ὀλιγώτερον θρεπτικός, εἶνε ὁμως ἐλαφρότερος καὶ εὐπεπτος. Ὁ ἔχων περισσώτερον σιμιγδαλί εἶνε βαρύτερος, πυκνός, ξανθός καὶ διαφανής· παράγει ἄρτον δύσπεπτον, εἶνε ὁμως δυναμωτικὸς καὶ καλῶς ἀναβατίζει.

Ὁ σίτος γίνεται λευκός, ὅταν κατ' ἢ καλαμιά μετὰ τὸ θέρος ἐν τῷ ἀγρῷ, ὅταν ὁ ἀγρὸς εἶνε ξηρός. Ὁ παραγόμενος σίτος παρ' ἀγροῦ παχείας γῆς εἶνε βαρὺς καὶ θρεπτικός. Ὡσαύτως καὶ ὁ σίτος ἀγροῦ εὐκλείου καὶ εὐαίρου.

Ὁ φυόμενος ἐν ἀγρῷ ψυχρῷ εἶνε πολὺ θρεπτικός, ὡς καὶ ὁ τριμηνιαῖος (διμηνητῆς) καὶ μάλιστα ὁ φυόμενος ἐν ἀγρῷ χειροσκασμένῳ.

Ὁ σίτος ἀγροῦ θερμοῦ τύπου εἶνε πολὺ θρεπτικός, ὁ δὲ φυόμενος ἐν ἀγρῷ ἐλώδει καὶ καθύγρω εἶνε ἐλαφρὸς κατὰ τὸ βῆρος, ὀλιγώτερος θρεπτικός καὶ ἀτονώτερος καὶ παρέχει πολλὴν εἶραν, ἥτις εἶνε ἐπιβλαβὴς τῇ ὑγιείᾳ. Ὁ φυόμενος σίτος ὑπὸ δένδρα καὶ ἐν ἀκιερῷ τόπῳ, παρέχει πολλὰ σιλβάλα καὶ ὀλίγον θρεπτικὸς ἐστίν.

Ὅταν τὸ ἔτος ἦνε εὐκρατον, ὁ σίτος γίνεται εὐτροφώτερος.

Ὅταν ἡ ἀτμοσφαῖρα ἦνε θερμὴ καὶ ὁ ἀνεμος φέρῃ ψεκάδα, παράγεται ἡ ἐρυσίθη καὶ φινώνει ὁ σίτος.

Ὁ πολὺ θερμὸς ἀνεμος, ὁ λίβας, ξηραίνει πρῶτον τὸν σίτον καὶ καθίστησι ταῦτον ἄτροπον.

Ὅσα φυτὰ ποτίζονται διὰ ψυχροῦ ὕδατος, καθίστανται γλυκύτερα.

Βλαστάνουσι ταχύτερα οἱ σπόροι δύο ἢ τριῶν ἐτῶν. Οἱ πρόσφατοι βραδύνουσιν. Ὡσαύτως βραδύνουσιν οἱ σπόροι, εἰάν ὦσι πολλῶν ἐτῶν.

Ἡ δρόσος ποιεῖ γλυκύτερα τὰ κηπευτικά, οἷον τὰς μελιτζάνες τὰς κράμβας καὶ ἄλλους πρὸς βρώσιν καρπούς.

Ἡ κράμβη (τὸ κραιμυλάχανον) εἶνε δύσπεπτος, ὡς καὶ ἡ σφαιροκράμβη (μάππα) κλπ. διότι παράγουσιν ἀέρια, τὰ ὁποῖα διαστέλλουσι καὶ ἐξογκοῦσι τὸν στόμαχον καὶ τὰ ἔντερα. Διὰ τοῦτο εὐλόγως οἱ τρώγοντες τὰ τοιαῦτα κηπευτικά προσθέτουσιν ἐν τῷ βράζειν τεμάχιον κελκίνης πεπεριᾶς, ἢ ῥίπτουσιν ἐν τῷ τρώγειν ἀρθρονον κόκκινον πελέρι· διότι τὸ κάρυγιμα τοῦτο, ἔπερ ἦτον ἀγνωστον παρὰ τοῖς ἀρχαίοις, τονίζει τὸν γαστροεντερικὸν σωλήνα καὶ καταργεῖ τὴν παραγωγὴν ἀερίων. Τὸ μαῦρον πέπερι, ἔπερ ἦτον γνωστὸν παρὰ τοῖς ἀρχαίοις, μικρὰν τοιαύτην δύναμιν ἔχει· διὰ τοῦτο ἐγένετο ἡ κραιμυλιά :

«Ὅποιος ἔχει πικρὸν πεπέρι ῥίπτει καὶ εἰς τὰ λάχανα».

Τὸ ἀλευρον τοῦ ἀραβοσίτου δυσχερῶς ζυμοῦται καὶ ὁ ἐξ αὐτοῦ ἀναβατός ἄρτος εἶνε δύσπεπτός τε τοῦ λευκοῦ. Ἡ μάζα αὐτοῦ δὲν γίνεται καρβέλι· ἀλλὰ ψήνεται ἐντός χαλκίνου ταψίου· πρέπει νὰ τρώγῃται πρόσφατος, διότι ὁ χιμζὸς εἶνε κατὰ τὴν γαστρὴν πικρίζων καὶ δύσπεπτος. Οἱ γεωργοὶ καὶ οἱ ποιμένες τρώγουσι τὴν μάζαν εἰς πλακύντα (πογάτζια), τὴν ὁποῖαν ψήνουσιν ἐπὶ τῆς ἐστίας (γυνίας) καλύπτοντες ταύτην παντογρόθην δι' ἀνθρακίης. Τρώγουσι ταύτην θερμὴν οὕτω καὶ κατόπιν ἐν ἀνάγκῃ ψυγῶν.

Τὸ ἀλευρον τοῦ ἀραβοσίτου ὅταν παρέλθῃ τὸ ἔτος παρέχει μάζαν πικρίζουσαν καὶ ἄρτον ὅχι εὐάρεστον, διότι ἐξίσταται ἀλλοίωσιν ἐνεκὸν λανθανούσης ζυμώσεως.

Ἐν γένει ἡ βρώσις τοῦ ἐξ ἀραβοσίτου ἄρτου εἶνε ὀλιγὴν θρεπτικὴ.

Πρὸ τινῶν ἐτῶν ἰατροὶ τινες ἐν Ἰβηρίᾳ ἐθεώρουσαν τὴν βρώσιν τοῦ ἀραβοσίτου ὡς θεραπεύουσαν τὴν φθίσιν.

Πρὸ τοῦ Ὁμήρου ἤλεθον τὸν σίτον καὶ τοὺς ἄλλους δημητριακοὺς καρπούς διὰ χειρομύλων. Ἦτον ἐργασία ἐπίπονος, καὶ διὰ τὰς πολυανθρώπους οἰκίας, ὡς ἦσαν αἱ τῶν Βασιλέων καὶ ἀρχόντων, ἀπησχόλουν πολλοὺς ἀνθρώπους εἰς τὸ ἀλέθειν.

Ὁὕτως ἤλεθον ἐπὶ πολλοὺς αἰῶνας μετὰ τὸν Ὅμηρον, μέχρι οὗ ἐφευρέθη ἡ χρῆσις τῶν δόντων τῶν τροχῶν, ὅτε καὶ διάφοροι μηχαναὶ ἐπενοήθησαν, τότε ἐφευρέθησαν οἱ ἀνεμόμυλοι, οἱ ἀλογόμυλοι, οἱ ὑδρόμυλοι, οἱ καὶ ὑδραλέται ἐκαλοῦντο.

Διὰ τῶν χειρομύλων ἐγένετο τὸ ἄλευρον, τὸ ἔποιον ὁ Ὅμηρος διακρίνει δύο εἰδῶν· ἄλφιτα καὶ ἀλειάτα. Τὸ ἄλφιτον ἦτον ἡ ἄχνη τοῦ ἀλεύρου, τοῦ δὲ ἄλφιτα τὸ μὴ πολλὸν λεπτόν ἀλεσμένον ἄλευρον τὸ καὶ πιτυροῦχον.

Οἱ συγγραφεῖς διαφωνοῦσι περὶ τῶν δύο τούτων εἰδῶν τοῦ ἀλεύρου. Ὁ Ἀριστοτέλης (πρῶτ.) ἔνοσι ἄλευρον τὸ ἐκ οἴτου παραγόμενον ἄλευρον· ἄλφιτον τὸ ἐκ κριθῆς· βεβίτερον λέγει φύσει ἔστι τὸ ἄλευρον τοῦ ἀλφίτου.

Ἡ ἐξ ἀλεύρου οἴτου μύζα λέγει ὁ Ἀριστοτέλης ὀνομάζεται **σταῖς**, τριβομένη γίνεται μείζον λευκοτέρα, ἡ δὲ τοῦ ἀλφίτου γίνεται **ἐλαττον**.

Ὁ Διοσκουρίδης διακρίνει δύο εἶδη τοῦ ἀλεύρου: **ἄλφιτον** τὸ μὴ ἔχον πίτυρον· **ἄλευρον** τὸ πιτυροῦχον. Καλεῖ δὲ **κρέμνον** τὸ ἠδρότερον τοῦ ἀλεύρου μέρος, τὸ ἔποιον ἐγένετο καὶ ἐκ οἴτου καὶ ἐκ ζειῆς.

Ὁ Ὀριβῆσιος ὡσαύτως ἄλφιτον θεωρεῖ τὸ λεπτότατον καὶ καθαρότατον ἄλευρον, τὸ ὅποιον ἐξάγεται καὶ ἐκ κριθῆς καὶ ἐκ βρώμου.

Ὁ ἀνάλατος ἄρτος βαρύνει περισσότερο τοῦ ἀλατισμένου.

Οἱ κατασκευάζοντες ἄρτους γίνονται ἄχρσοι καὶ καταρροϊκοί. (Ἀριστ. πρ.)

Δύο εἰδῶν κριθῆ ὑπάρχει γυμνή (ἀφλίως) καὶ κεκαλυμμένη· ἀμφότερα ἦσαν γνωστά παρὰ τοῖς ἀρχαίοις (Ὀριβ.).

Πτισάνη καλεῖται ἡ κεκομμένη κριθῆ καὶ τὸ ἐκ ταύτης ῥόφημα. Ἡ ἀστυνομία ὀφείλει νὰ ἐξετάζη καλῶς τοὺς σίτους τῶν ἀτροπολίων.

Ὁ κορμὸς τοῦ ἀραβοσίτου παρέχει ζάχαρον ὅμοιον τῷ ζαχαροκάλαμῳ. Ἐν Βυρώπῃ ἐξάγουσι ταῦτο.

Ὁ Ἀριστοτέλης ὀνομάζει σταῖς τὸ ἐκ οἴτου ζυμάριον μάζαν τὸ ἐκ κριθῆς (Ὀριβ.).

Ὅταν ὁ σίτος δὲν ἦνε καθαρὸς, διότι ἐμπεριέχει καρποὺς παρασίτων φυτῶν, παρέχει ἄρτον μὴ θρεπτικόν, ἐπιβλαβῆ τῇ ὑγείᾳ. Τοιαῦτα παρασίτα εἰσι τὸ μελάμπυρον (δαυλίτης), τὸ σίνιπι, ἡ αἶρα, τὸ μελάνθιον (μαυροκοῦκι), ἡ μήκων (παπαροῦντι), ἡ ἐλξίνη καὶ ἰαλοίνη καλουμένη (κισσάμπελος), ὁ ἀράκος (ράβηρος) κλ.

Ἡ αἶρα (ἦρα) ἐπιφέρει ναυτίαν, ἐμετὸν, σκοτοδινίαν, κόμα καὶ σπασμούς. Ἡ αἶρα ὅταν μᾶλλον ἀποξηρῖνεται, τόσο μᾶλλον ἀποβάλλει τὴν δολιχηριώδη ιδιότητά, καθ' ἣς ἀντιφάρμακα εἰσὶν τὰ ὑπόξυνα ποτὰ καὶ τὰ τονικά.

Τὸ μελάνθιον (μαυροκοῦκι) ἐμπεριέχει δηλητήριον καλούμενον **σαπέονεν**, τὸ ὅποιον φονεῖται ταχέως τὰ ζῶα. Οὗτοι ἡ αἶρα καὶ τὸ μελάνθιον εἰσι τὰ μᾶλλον ἐπιβλαβῆ τῇ ὑγείᾳ. Ἀνάγκη λοιπὸν οἱ ἄγροί νὰ ξεβουτανίζονται καὶ ὁ σίτος νὰ καθαρίζεται πρὶν ἀλεσθῆ.

**Χυθῆρος** καλεῖται ὁ ξεφλουδισμένος σίτος ὡς καὶ ἡ ξεφλουδισμένη κριθῆ, τῆς ὁποίας ὁ χυθῆρος καλεῖται **ἰδίως φάρος**.

**Ἐκρέμνον** καλεῖται τὸ πούλουχοῦρι, ὅπου γίνεται ἐκ οἴτου βρασμένου χωρὶς νὰ σκάση, καὶ εἶτα ἐκραινωμένου ὑπὸ τὸν ἥλιον καὶ ἀλεθόμενου διὰ χειρομύλου ὄχι ἐντελῶς. Ἦνε θρεπτικόν καὶ εὐκτακτὸν βραζόμενον μετὰ ζωμοῦ κρέατος.

## ΠΡΟΧΕΙΡΟΣ ΝΟΣΟΛΟΓΙΑ ΚΑὶ ΘΕΡΑΠΕΥΤΙΚΗ

### Περὶ αἵματροοδῶν

(Συνέχεια προηγουμένου φύλλου)

**Διάγνωσης.** Ἡ ἀσφαλγία ἐπιπάρχει καὶ εἰς τὴν νεφρίτιδα, εἰς τὴν εὐλογίαν, εἰς τὸν ἀνευρισμὸν τῆς ἀορτῆς, εἰς τὴν μυελίτιδα, εἰς τὴν ραχίτιδα, εἰς τὴν διατάραξιν τῆς μήτρας, εἰς τὴν τύκον πικρολεπόντης πυρετοῦ, εἰς τὴν ψευδίτιδα, εἰς τὴν ὀσφυίτιδα, ὅταν συμβαῖν ῥήξις τῶν ὀσφυϊκῶν ἰνῶν ἐκ βίαιας κινήσεως τῶν μυῶν, ὡς καὶ ἐξ αἰφνιδίας ἀνορθώσεως τοῦ κορμοῦ.

Καὶ ἐν τῇ εὐλογίᾳ συνυπάρχει καὶ πυρετός, κεφαλαλγία, ταραχὴ τοῦ στομάχου, γλώσσα λευκὴ πρὸς τὴν βάση, οἱ ὀφθαλμοὶ θολοί.

Ἐν τῷ ἀνευρισμῷ τῆς ἀορτῆς ἐπιπροϋοῦσι τὰ συμπτώματα τῆς δυσπνοίας καὶ τῆς κυκλοφορίας κλπ.

Ἐν τῇ μυελίτιδι οἱ πόνοι τῆς ὀσφύος αἰξάνουσι διὰ τῆς πίεσεως, συνυπαρχοῦσι συμπτώματα σπασμωδικὰ ἢ παραλυτικὰ τῶν κάτω μελῶν.

Ἐν τῇ φαλίτιδι, ἢ ὅπου τὸ συνήθετον ἀναφαίνεται ἐν τῇ μικρῇ ἡλικίᾳ, εἰσὶν ἴδια συμπτώματα, σὺν τοῖς ἄλλοις καὶ πόνοι εἰς τὰς ὀσφύας καὶ εἰς τὰς ἀρθρώσεις καὶ ἀλλαχού.

Ἐν τῷ χρόνιῳ Ἡσολεῖποντι πυρετῷ ὑπερχοῖτης ἐξοχώτεως τοῦ σπληνός, ἢ ὀσφυαλγία εἶνε ἐνίοτε πολὺ ὀδυνηρά.

Ἢ ὁ φουλίτις ἀναφαίνεται ὅταν ἡ μήτηρ ἔχῃ συμφορῆσεις.

Ἐν τῇ φαλίτιδι συνυπάρχει καὶ πυρετὸς ἰσχυρὸς, αἰμοδιάσματος εἰς τοὺς πόδας, δυσκινησία· ὁ δὲ πόνος τῆς ὀσφύος εἶνε ἰσχυρὸς.

Ἐν τῇ κωλικῇ τῶν νεφρῶν οἱ πόνοι τῆς ὀσφύος συνδεδύονται μετὰ συστολῆς ἐνὸς τῶν ὄρχεων, συνυπάρχει ἐμετός. Τὰ οὖρα καθίστανται ἀλλοῖα καὶ ἐπὶ τέλους παρίστανται τὰ συμπτώματα ψαμμιάσεως.

Ἐν τῇ λευκιματωρίᾳ οἱ πόνοι τῆς ὀσφύος εἰσὶν ἡπιώτεροι μετὰ πυρετοῦ. Τὸ οὖρον ἐκκρίνεται ὀλιγώτερον, ἔχει χροῖα ἐρυθρόφιον καὶ μέγιστον ποσὸν λευκώματος· παράγεται ἀνασάρκα καὶ ὁ πάσχων ἔχει ὄψιν ἰδίως φύσεως.

Ἐν τοῖς πλείστοις πάθεισι τοῦ ἥπατος συνυπάρχει ὁ πόνος τῆς ὀσφύος καὶ αἰμορροϊδικὰ διάθεσις.

Ἐν τῇ πληθώρα ἢ ὀσφυαλγία ἐνυπάρχει διαρκὴς καὶ ἡπία.

**Ἡληθώρια** λέγεται αἰξήσις τῶν ἐρυθρῶν σφαιριδίων τοῦ αἵματος, καλεῖται καὶ **πορὶ υαίματι**, **ὕπεραιματι**. Εἶνε πληθώρα τοπικὴ ἐπὶ ἐνὸς ὄργανου, καὶ γενικὴ καὶ καλεῖται **πανυπεραιματι**, τῆς ὁποίας τὰ κυριώτερα συμπτώματα εἰσὶ τὰδε: ἐρυθρότης δέρματος, ἐξόγκωσις τῶν φλεβῶν τῆς ἐπιφανείας τοῦ σώματος, ὁ σφυγμὸς εἶνε πλήρης, σκληρὸς, ἐνυπάρχει αἰσθησις θερμότητος μεγαλειότερας τῆς συνήθους, γίνονται πόνοι συγκεχυμένοι εἰς διάφορα μέρη τοῦ σώματος, καρυθαρία, σκωτοδινία, ὑπνοδία, ἐρυθρότης ὀφθαλμῶν καὶ τοῦ προσώπου κλ. πάντα εἰσὶν εἰς ἐπίτασιν τὴν προῖαν κατὰ τὴν ἀνατολὴν τοῦ Ἡλίου, ὅτε καὶ τὸ σῶμα εἶνε βαρύτερον, οἱ δάκτυλοι τῶν χειρῶν εἰσὶν ἐξοιδημένοι, ὥστε μόλις κάμπτονται.

Ἢ ἀνασάρκα εἶνε ἐλάττωσις τῶν ἐρυθρῶν σφαιριδίων τοῦ αἵματος καὶ πλεονασμὸς ὄρου. Οἱ παλαιοὶ καλοῦσι τὴν νῦν λεγομένην ἀναμίαν ὑπεραιματιαν· παράγει ὀσφυαλγίαν. Ἀναμίαια δὲν ὑπάρχει οὔτε αὔξει οὔτε ἐλαττοῦται τὸ ποτὸν τοῦ αἵματος μόνον τὰ συστατικὰ αὐτοῦ μεταβάλλονται καὶ ἐν μὲν τῇ πλη-

θώρα αὔξονται τὰ ἐρυθρὰ σφαιρίδια καὶ τὸ αἷμα γίνεται πυκνότερον, ἐν δὲ τῇ ἀναμίαιᾳ τὰ ἐρυθρὰ σφαιρίδια ἐλαττοῦνται καὶ αὔξεται ὁ ὄρος.

Πολλὰ τῶν ἐπιθέντων συμπτωμάτων ἀπαντῶνται καὶ εἰς ἄλλα πάθη. Τὰ πλείστα ὅμως ἀπαντῶνται εἰς τὰς αἰμορροϊδας.

Ἐν τῇ αἰμορροϊδικῇ ὑπεραιμίᾳ, ἢ τὰ κυριώτερα συμπτώματα εἰσὶ πόνοι τῆς ὀσφύος, φύσι, (ἀερίου) ἐν τοῖς ἐντέροις, καρυθαρία, κεφαλαγία, γλώσσα ἀκάθαρτος κλπ.

Διαρκεῖ ἡ αἰμορροϊκὴ ὑπεραιμία συνήθως ὀλίγας ἡμέρας, καθ' ἃς τὰ συμπτώματα ὄτε μὲν αὔξονται, ὄτε δὲ ἐλαττοῦνται, ἐνίοτε διαρκοῦσι πλείστας ἡμέρας, μετ' ἃς καταπαύουσι καὶ ἀναφαίνονται ἄλλ' εἰς τινὰς οὐδότως ἀναφαίνονται ἢ σπανίως. Ὅταν ὅμως ἀναφαίνονται τὰ συμπτώματα γίνονται δρμύτερα καὶ λήγουσι συνήθως, ἀφ' οὗ ἐπέβη ῥοή αἵματος εἴτε ἐκ τοῦ πρωκτοῦ, εἴτε ἀλαχόθεν. Ἐνίοτε ἡ λύσις τοῦ πάθους γίνεται δι' ἀφρόνου ἰδρώτος, ὅπερ γίνεται ὅταν τὰ συμπτώματα ὦσιν ἡπία.

Ὅταν παρίσταται ἡ αἰμορροϊκὴ ὑπεραιμία, καλὸν ἔστι νὰ προκαλῆται ἐξαγωγή αἵματος ἐκ τοῦ πρωκτοῦ διὰ βδελῶν καὶ χρήσεως φαρμάκων· διότι ἐνδέχεται νὰ γείνη φλόγωσις ἢ μεταστάσις τοῦ αἵματος, ὅπερ ἐπικίνδυνον.

Ἢ αἰμορροϊδικὴ ὑπεραιμία ἀρχεται ἐξ ἀπλῆς συμφορῆσεως αἵματος καὶ φθάνει εἰς ἐλαφρὰν φλόγωσιν τοῦ κάτω... ὄρου ἐντέρου· ἐκ τῆς τοιαύτης ἐλαφρῆς φλογώσεως τῆς βλενομεμβράνης τοῦ ὄρου ἐντέρου ἐκκρίνεται μυξώδης ὕλη ἐκ τοῦ ἀφροδῶνος ἀνευ ὑπάρξεως αἰμορροϊδίων. Τοῦτο καλεῖται **λευκὰ αἰμορροϊδες**. Ὁ σφυγμὸς ὡς ἐπὶ τὸ πλείστον διατηρεῖται τακτικός. (Ἀκολουθεῖ).

## ΥΓΙΕΙΝΗ ΓΕΩΡΓΙΚΗ

(Συνέχεια)

Μόλις κατὰ τὸν παρελθόντα αἰῶνα ἤρξατο ν' ἀναγεννᾶται ἐν Εὐρώπῃ ἡ πρόοδος τῆς γεωργικῆς, καὶ πολλοὶ σπουδασταὶ ἐνησχολήθησαν ἐπισταμένως εἰς ταύτην, ἥτις ταχέως ἀφίχθη εἰς μεγάλην τελειότητα.

Κατὰ τὸν αἰῶνα τοῦτον ἡ πρόοδος τῆς γεωργίας ἐγένετο τελειότερα. Γίνοι ἀμνώδεις καὶ φύσει ἀκαρποὶ διὰ τῆς τέχνης κατεστάθησαν γονιμώταται. Τὰ ξηρὰ ὄρη ἐγένοντο δασώδη, καὶ ἡ

παραγωγή της γης υπό ολίγην έκταση γίνεται μεγάλη διά της γεωργικής επιστήμης. Νέα φυτά, νέα δένδρα, νέα προϊόντα μετενήχθησαν ἐξ ἄλλων κλιμάτων, καὶ διὰ τῆς γεωργίας εὐδοκίμως ἐκεί, ἐνθα θεωρεῖτο ἄλλοτε ἀδύνατον. Ἡ γεωργικὴ τέχνη ἤδη κατενόησε καὶ κατέβαλε τὴν ἀνισταμένην φύσιν, ἡ γεωργία κατέστησε ὑγιεινὸς τύπους καὶ κατοικισίμους, οἵτινες ἄλλοτε ἐθεωροῦντο ἀπρόσιτοι, πρυξενούντες θνητοφάρους νόσους. Ἡ κτηνοτροφία μεγάλως ἐτελειοποιήθη, καὶ ἐεκλιματίσθησαν κτήνη ἄλλων κλιμάτων.

Ἡ γεωργία ἤδη δὲν μένει εἰς τὰς χεῖρας τῶν ἀμαθῶν καὶ ἀκατεργάστων γεωργῶν. Ἡ γεωργία ἤδη εἶνε ἡ σύντροφος παντὸς σπουδαίου ἀνδρός. Ὅσοι οἱ κυβερνῶντες τὰς κοινωνίας ἐν Ἑυρώπῃ εἶσιν ἐγκρατεῖς τῆς γεωργικῆς διὰ τοῦτο καὶ γνωρίζουσι τίνι τρόπῳ νὰ ζωπορώσῃ τὴν πρόσθεον αὐτῆς.

Ἐν γένει πάντες οἱ σπουδαῖοι ἄνδρες τῶν πεπολιτισμένων ἔθνων, πάντες οἱ αἰκουεσπύται, οἱ κτηματῖαι κλπ. εἶσιν ἐγκρατεῖς τῆς γεωργίας. Τοῦτο εἶχον καὶ οἱ ἀρχαῖοι πρόγονοι ἡμῶν καὶ ἐδιδάσκον κατὰ Σωκράτην ὅτι «αὐτῶν οἱ πάντες μακάριος δύνανται ἀπέχεσθαι τῆς γεωργίας».

Τὸ μᾶλλον ἤδη τελειοποιήσαν τὴν γεωργικὴν ἔθνος εἶνε τὸ των Ἀγγλων.

Ἡ σύστασις τῶν ἀγροκτηνῶν εἶνε ἐπίνοια τοῦ αἰῶνος τούτου, διὰ τούτων κατορθώθη νὰ διαδοθῶσιν αἱ ἀρέλαιαι τῆς γεωργικῆς πρὸς τοὺς πλείστους.

Εἰς ἅσας ἡμῶς κοινωνίας οἱ ἀρχοντές εἶσιν ἀμαθεῖς γεωργικῶν γνώσεων, ἐκεῖ καὶ ἡ γεωργία μένει στάσιμος καὶ ὑπὸ βάρβαρον κατάστασιν τοιαῦται χώραι ἐν Ἑυρώπῃ εἶσιν ἡ Ἰσπανία, ἡ Ρωσσία, ἡ Τουρκία, κλπ.

Εἰς τοιαύτην κατάστασιν εὐρίσκαται καὶ ἡ Ἑλλάς. Οἱ Ἕλληνας ὑποκεισάντες ἀλλεπαλλήλως εἰς διαφόρους βαρβάρους καταστάτας, ἀπέδειξαν καὶ ἐπιστήμας καὶ τέχνας, ἐπομένως καὶ τὰ τῆς γεωργικῆς, καὶ διατήρησαν ἀλληλοδιαδόχως τὴν ἀπλουσιότητα καὶ ἀμεθοδιότητα μεθόδου τῆς γεωργίας. Μετὰ τὴν ἀπελευθέρωσιν τῆς Ἑλλάδος ἐκ τοῦ ζυγοῦ τῆς τυρανίας, ἡ γεωργία ἔμεινε στάσιμος, οὗα ἦτο καὶ ἐπὶ Τουρκίας. Ἡ στασιμότης αὕτη ἐξεκλούθη εἰσέτι διότι οὐδέποτε οὐτεῖς ἐσκέφθη περὶ τῆς ἀξίας τῆς γεωργίας.

Ὅσοι οἱ κατὰ καιρὸν κυβερνῶντες ἐφρόντιζαν νὰ ἐλαττώσῃσι τοὺς φόρους, καὶ νὰ δοθῶσιν θλαὶ αἱ ἔθνικαι γαῖαι εἰς τοὺς

γεωργούς· διότι ἐνόμιζον ὅτι ἡ εὐτυχία τοῦ γεωργοῦ εἶνε εἰς τὴν ἀπόκτησιν πολλῶν γαιῶν. Τοῦτο εἶνε πλάνη ἐξ ἀμαθείας. Ἡ εὐτυχία τοῦ γεωργοῦ ἐγκρίεται εἰς τὴν μεθοδικὴν καλλιέργειαν ὀρισμένης ἐκτάσεως γῆς. Ἐνα αὕτη ἐν ολίγῃ ἐκτάσει, παρέχῃ πολλὰ προϊόντα. Τοῦτο γίνεται διὰ τῶν γεωργικῶν γνώσεων. Καὶ ὅμως μέχρι τοῦδε οὔτε ἐγγερίδιον γεωργικῆς διδάσκειται ὡς ἀναγνωσματάρων κἄν εἰς τὰ δημοτικὰ Σχολεῖα· οὔτε οἱ δημοτικοὶ διδάσκαλοι ἐδιδάχθησαν τὰ στοιχεῖα τῆς γεωργικῆς, ὅπως ἐμπνεύσῃσι ἰδέας τινὰς πρακτικὰς εἰς τοὺς μαθητὰς.

Οἱ δὲ κτηματῖαι τῆς Ἑλλάδος ὅλως ἀμαθεῖς τῶν γεωργικῶν γνώσεων, ἐκτὸς πολὺ ολίγων, ὡς ἐπὶ τὸ πλείστον εἶσι καταχρησμένοι διότι δαπανᾶσιν ἀμεθόδως, δὲν γνωρίζουσι τὴν γεωργικὴν διοίκασιν τῶν κτημάτων των· ἀφίνοντες τὰ ἔργα εἰς ἐπιστάτας, οἵτινες ὡσαύτως εἶσιν ἀμαθεῖς γεωργικῆς, καὶ ἐνασχολοῦνται εἰς ἐπουσιώδη. Ἡ γεωργία δὲν ἀποτελεῖται, ὡς τινες φαντάζονται, μόνον ἐκ τῆς καλλιέργειας τοῦ σίτου καὶ τῶν λαχανικῶν· ἀλλὰ καὶ ἐκ τῆς δένδρασομίας, ἀμπελοουργίας, οἴνοποιίας, σκαλοκτηνοτροφίας, κτηνοτροφίας, κλπ.

Ἡ ἐνασχόλησις εἰς τὴν βελτίωσιν τῶν κτημάτων καὶ τῶν κτηνῶν καὶ ἐν γένει εἰς τὰ τῆς γεωργικῆς καθίστασι τὸν ἀνθρωπικὸν φιλεργόν· ἡ φιλεργία εἶνε ἡ μήτηρ τῆς ἠθικῆς καὶ τῆς εὐπορίας· ὁ φιλεργὸς ἄνθρωπος σπανίως γίνεται ἐγκληματίας· διὰ τοῦτο εἰς τὰ ἔθνη, ἐνθα ἡ γεωργία προσθεύει, ἐκεῖ καὶ τὰ ἐγκλήματα εἶσι σπανιώτερα, καὶ ἡ ἠθικὴ ὑγιεινότερα.

Οἱ βασιλεῖς τῆς Περσίας ἐδιώριζον διοικητὰς τοῦ κράτους των μόνον ἐκεῖνους, οἵτινες ἐγνώριζον τὴν γεωργίαν, καὶ εἶχον καὶ τ' ἄλλα συστατικὰ τοῦ διοικεῖν. Τοὺς δὲ παρεμελοῦντας ταῦτα ἔπαιον καὶ ἐτιμῶσαν.

Διὰ τοῦτο καὶ τὰ ἀρχαῖα καὶ τὰ νέα πεπολιτισμένα ἔθνη ἐβράβευον καὶ ἐτίμων μεγάλως τοὺς βελτιώνοντας τὴν γεωργικὴν. Οἱ Αἰγύπτιοι ἀπέθωσαν τὸν Βούσιριν, τὸν Βάχχον, τὴν Δήμετραν, ὡς τελειοποιήσαντας τὰ τῆς γεωργίας τῆς ἐποχῆς ἐκείνης. Οἱ Ἕλληνες ὡσαύτως ἀπέθωσαν τὸν Τριπτόλεμον, τὸν διδάξαντα τὴν χρῆσιν τοῦ ἀρότου. Πολλοὶ ἐπίσημοι ἄνδρες ἐγκατέλειπον τὰ πολιτικὰ, καὶ ἐπεδόθησαν εἰς τὴν γεωργικὴν. Ὁ Τιμολέων ὁ Κορινθίος ἀφίσας τὰ πολιτικὰ, ἔμενεν εἰς τὸ ἀγροκῆπιόν του ἐπασχολούμενος εἰς τὴν γεωργίαν. Ὁ Ξενοφῶν ἀπέθανεν ἐν Ἠλείᾳ ἀπαχολούμενος εἰς τὴν καλλιέργειαν τῶν κτημάτων του, ἅπερ ἀπέκτησεν ἐκεῖ ἐγκαταλιπὼν τὰ πολιτικὰ τῶν Ἀθηνῶν. Ὁ αὐτοκράτωρ τῆς Ρώμης Διοκλητιανὸς παρητήθη τῆς

αυτοκρατορίας και επεδόθη εις την γεωργίαν. Τα δνόματα των αρχαίων Ρωμαίων προς τιμήν της γεωργίας ελάμβανον εκ των δνομάτων των άσπρίων. Φάβιος (κουκκῆς) εκ του φάβα, άσπερ σημαίνει κύαμος, (κουκκί!) Λέντουλος εκ της φακῆς, Κικέρων εκ του έρεβίνθου, διότι την καλλιέργειαν των άσπρίων τούτων πρώτοι εισήγαγον οι πρόγονοι τούτων. Έν Αθήναις ο άρτοτης βούς δέν εισάγετο, ίνα μή χρησιμαύση τὸ κρέας του ως τροφή των ανθρώπων.

Όταν ο μέγας βασιλεύς της Περσίας κατέκτα τον τότε γνωστόν κόσμον, και 127 σατράπαι έδιώκουν μεγίστας εκτάσεις και πάντες εΐσαν εμπόλεμοι, πάντες ούτοι υπεχρέονον τους κατοίκους να άνασχολώνται εις την γεωργίαν, και πρώτος τὸ παράδειγμα έδιδεν αυτός ο μέγας Βασιλεύς.

Άλλα και αυτή η Βασίλισσα, η σύζυγος του Ούρανίου κράτους, της άπεράντου ταύτης αυτοκρατορίας, κατ' έτος ποιεί μεγαλοπρεπή έορτήν και πανήγυριν προς ένισχυσιν της καλλιεργείας της μετάξης. Αύτη ίδιαις χερσί κόπτει φύλλα μωρέας, τὰ θέτει εν κανίστρω, ένθα ταγίζει κουκούλικ, και πάσαν πράξιν ποιεί μέχρι ού ο βόμβυξ ποιήσει τὸ κουκούλιόν του, κατόπιν λαμβάνει εν τούτων και τὸ τιλιγαδίζει, κλπ. Ούτως ένθαρρόνονται όλαι αι γυναίκες πάσης τάξεως κατ' έτος να άπασχολώνται και εις την κουκουλατοσίαν, ήτις ήπαιτεί ήμέρας ού πλέον του μηνός. έκάστη γυνή θεωρεί τιμήν της την ίδίαν επιδεξιότητα προς ταύτα, έχει δὲ και κέρδος χρημάτων.

(Διεθνικώτερον περί τούτων άρα Βιβλίον του Κόσμου σελ. 28 και 34).

(1) Πάσιγμων της Αμερικῆς άφῆκε τὸ άρτοτρον και εζώσθη τὸ ξίφος προς ένγκατάστασιν της έλευθερίας της Πατριδος του. άμα τὸ έργον του έτελείωσε, άφῆκε τὰ πολιτικά και επανέλαβε την γεωργίαν.

Ο αυτοκράτωρ της Κίνας κατ' έτος εν τινι έορτῃ λαμβάνει τὸ άρτοτρον και άργύνει και σπείρει την γῆν προς παραδειγματισμόν και τιμήν της γεωργίας.

Υπό υγεινήν εποψιν θεωρουμένη η γεωργική, παρέχει μεγάλην και τερπνήν επασχόλησιν, γυμνάζει τὸ σώμα διά των διαφόρων εύχρηστων έργασιών, και ζωογονεί πάσας τὰς σωματικάς και πνευματικάς δυνάμεις του ανθρώπου. Πολλοι καχεκτικοι και αδύνατοι διά της γεωργικῆς καταστάθισαν υγιείς και βωμάλιοι.

Τὰ προς την βελτίωσιν και πρόοδον της γεωργίας κυριώτερα μέσα εΐσιν α') η σύστασις άγροκηπίων, ένθα να διδάσκωνται τὰ

κυριώτερα και πρακτικώτερα μέρη της γεωργίας εις μαθητάς πεμπομένους παρ' έκάστου δήμου και έχοντας έργον τὰ της γεωργικῆς β) τὰ βραβεία τα διδόμενα διά συναγωνισμόν εΐλικρινώς εις εκείνους, οίτινες εισάξουσιν ή επινοήσωσ. τρόπους προς βελτίωσιν της γεωργίας, και γ') η δημοσίευσις συγγραμμάτων της γεωργίας προς χρῆσιν έκάστου και μάλιστα των εκπαιδευμένων νέων. την δημοσίευσιν ταύτην όφείλει να ένισχύη και η Κυβέρνησις, και να εισάγῃ την διδασκαλίαν υποχρεωτικώς εις τὰ σχολεία.

Συγγραμματα γεωργικῆς έλληνιστι εΐχον γράψει πολλά οι άρχαιοι ως ο Φώτιος λέγει. ίτυχώς όλίγα διασώθησαν, ταύτὰ εΐσι τα περι φυτῶν το. θεωρήστω, τὰ οικονομικά του Ξενοφώντος, τὰ του Πισιδου αναφερόμενα εις τὸ σύγγραμμα αυτού έργα και ήμέραι, και συλλογή τις γεωπονικῶν παραγγελημάτων, τὰ όποια και ήδη άποτελοῦσιν άμεταβλήτους κανόνας της γεωργικῆς.

Επί δε αυτοκρατόρων Ελλήνων Κωνσταντινουπόλεως πολλοι συνέγραψαν γεωπονικά. άλλα πάντα εΐσιν εμπλεα δεσιδαιμονιῶν, έχουσι δὲ και πολλὰς καλὰς και όρθῆς ιδέας γεωργικῆς. Δέων ο σοφός Αυτοκράτωρ έγραψε γεωπονίαν. Κασσιανός Βάσις σχολιαστῆς έγραψεν συλλογήν γεωπονικῶν εξ Ελλήνων και Λατινῶν συγγραφέων, ην άφιέρωσεν εις τον Αυτοκράτορα Κωνσταντίνον τον Προφρηγογέννητον. υπέρχουσι και άλλα χειρόγραφα άνεκδοτα. Κατά δε την νέαν ταύτην εποχήν πρώτος επεχείρησε να δημοσιεύσῃ γεωργικῆν εΐνε ο Δ. Γαβδελῶς κατὰ τὸ 1716 έτος εν Βιέννῃ εις όκτώ τόμους, εξ ὧν μόνον τον Α' δημοσίευσε. Μετὰ τούτων έδημοσιεύθη η γεωργική του Γρ. Παλαιολόγου τὸ 1833 εν Ναυπλίῳ εις δύο τόμους, οίτινες, περιλαμβάνουσι περί όλων των της γεωργικῆς άντικειμένων μεθοδικῶς και εύκαταλήπτως.

## ΛΟΓΟΣ ΠΕΡΙ ΥΓΙΕΙΝΗΣ

Έν συνόλω εΐπειν η υγεινή κατέστι ιδία επιστήμη άφ' ότου ανεπτύχθησαν αι φυσικαι επιστήμαι και ιδίως ή φυσική και η χυμία. διότι διά τούτων έξηγούνται τὰ διάφορα φαινόμενα των επί της υγείας επηρεαζόντων έξωθεν και έσωθεν ως π. χ. έχει ο άήρ, αι όροι του έτους, οι άνεμοι, τὰ κλίματα, τὸ γῆς, η θερμότης κλπ. διά της χυμῆς έξηγείται η πέψις. η αίμάτωσις κλπ. διά της φυσικῆς τὰ της άτμοσφαιρας κλπ. Η δε ΐα-

τρικῆ διὰ τῆς φυσικῆς καὶ χυμίας μεγάλως διαφορισθῆ εἰς τὴν διαγνωστικὴν καὶ εἰς τὴν θεραπευτικὴν.

Ἱατρικῆ ἄνευ ὑγιεινῆς εἶνε ἐλλιπὴς καὶ ἐπισηφάλης, Ὑγιεινῆ ἄνευ Ἱατρικῆς δύναται γενέσθαι.

Ἐν συνόλῳ εἶπεν ἡ Ὑγιεινὴ κατέστη ἰδίᾳ ἐπιστήμη κατὰ τὴν αἰῶνα τοῦτον, καθ' ὃν αἱ φυσικαὶ ἐπιστῆμαι μεγάλως ἀνεπτύχθησαν.

Ἡ Ὑγιεινὴ διαιρεῖται εἰς δύο κλάδους. Εἰς δημοσίων ὑγείων καὶ εἰς προσωπικὴν ἢ μερικὴν ὑγείων. Καὶ ἡ μὲν δημοσιὰ ἐξετιάζει τὰ ἐπηρεάζοντα γενικῶς ἐφ' ὅλων τῶν κατοικίων τόπων κατὰ τὸ κλίμα πρὸς τὴν διαφορὰν τῆς θερμότητος, τῆς ἕντασιος καὶ ὑγρασίας, τὰ προϊόντα κλπ. διότι πάντα ἐπηρεάζουσιν ἐπὶ τῆς υγιείας τῶν ἀνθρώπων.

Ἡ γ. Οἱ κάτοικοι τῶν ψυχρῶν κλιμάτων ἔχουσι μεγάλην τὴν ποσότητα τῆς ζωϊκῆς θερμότητος· οἱ δὲ τῶν θερμῶν ἥττονα, διότι ἐκεῖ ἡ φύσις ἔχει ὑψηλὴν πλεονάζουσα ζωϊκῆς θερμότητος ἵνα τὸ σῶμα ἐπαρῆ εἰς πλεονάζουσα θερμότητος ἕνεκεν τοῦ περιβαλλόντος μεγάλου ψύχους. Ὅσον μεγάλῃ ἔχουσι τὴν ζωϊκὴν θερμότητα οἱ κάτοικοι τῶν πολὺ ψυχρῶν κλιμάτων, ὥστε ἀνεπιθυμοῦσι εἰς τὸ περιβαλλόν ψῦχος καὶ ἐπιθυμοῦσι εὐλαφίαν. Οἱ Περσικαὶ οὐτε τὴν κεφαλὴν οὐτε τὸν λαγυρὸν καλύπτουσιν, οὐτε τὴν χεῖρα ἐν τῇ καυτῇ αὐτῶν. Ὡς χωρικῶς τῆς Νορβηγίας ἐργάζεται ἐν ὑπαίθρῳ ἀκαλυπτος τὸ στῆθος, καὶ ὅμως μένει ἰσχυρῶς ἐκ τῆς ἐργασίας, καὶ ἵνα ὀρεσισθῆ κυλιέται ἐπὶ τῆς χιόνος.

Οἱ κάτοικοι τῶν τοιούτων κλιμάτων διὰ τὴν ζῆ πρέπει νὰ τρώγῃ μέγα ποσὸν κρεατῶδους ὕλης εἰς ἵσκιμῶς κατεβρόχθισαν ἐνώπιον περιηγητοῦ περὶ τὰς 10 ὀκάδας κρεατῶδων τροφῶν, ἐν αἷς καὶ τινὰ στυακτικὰ κερία. Ἐν Σιθῆρα ὁ Κοζάκος τρώγει καθ' ἡμέραν μέχρι πέντε ὀκάδων κρέατος, ἐν ᾧ ὁ κάτοικος θερμῶν κλιμάτων ζεῖ δι' ὀλιγίστων φυτικῶν ὑλῶν. Οἱ κάτοικοι τῆς Περουσίας κρέεται διὰ ποσὸν τινος ἀραβικοῦ σίτου. Οἱ κάτοικοι ψυχρῶν κλιμάτων τρώγουσι ἡμίψατον τὸ κρέας καὶ πίνουσιν ἀντὶ αἵνου ἐλαιώδεις ὕλας, οἱ τῶν θερμῶν νοσοῦσι καὶ ἀποθνήσκουσιν, αὐτοὶ δὲ ζῶσι μακροί.

Οἱ κάτοικοι ψυχρῶν κλιμάτων ἔχει τὸ νευρικὸν σύστημα ὀλιγότερον εὐαίσθητον τοῦ τῶν θερμῶν κλιμάτων. Ἰσχυρῶς τέρπουσι ἔχει τραχεῖς διὰ σκαλίγγων καὶ ἄλλων ἰμοίων ὀργάνων, ἐν ᾧ τῶν θερμῶν κλιμάτων τέρπουσι ὀρεῖς καὶ λεπτοὶ ἴσχοι. Ἡ αἰσθητικότης τῶν κατοικίων ψυχρῶν κλιμάτων εἶνε μικροτέρα τῆς τῶν θερμῶν κλιμάτων. Οἱ Μοντεσκίω λέγει ὅτι ἵνα γαργαλισθῆ τις ἄνευ

ὄριστον ψυχροῦ κλιματος πρέπει νὰ ἐκδάρῃ τὸ δέρμα του, ἐν ᾧ νόξις ἀκάνθης ἐπέφερον εἰς κάτοικον θερμοῦ κλιματος ὀλίγη ἀποτέλεσμα. Οἱ πρὸς τὸν πλὸν κάτοικοι ὑποφέρουσιν ἀκινδύνως τὰ τραύματα, πατοῦσιν ἐπὶ τεμαχίων δέλου ἄνευ ἐλαχίστου πόνου.

Καὶ αὐτοὶ αἱ νόσοι κατὰ τὰ αἷτια καὶ τὰ συμπτώματα διαφόρως ἔχουσιν κατὰ διάφορα κλίματα. Τὰ τραύματα ἢ σίφυλις κλπ. Θεραπεύονται εὐκολώτερον εἰς τὰ θερμὰ κλίματα παρὰ εἰς τὰ ψυχρὰ. Ἐν Ἑλλάδι ὅπου ὑπάρχουσι ποταμοί, λίμναι, ποτιζόμενοι ἄγροί, καὶ ἐν γένει ὑγρασία ἐκεῖ συνήθως ἐπικρατεῖ καὶ ὁ διαλείπων πυρετός· ἐν Λονδίῳ ὅμως ἐν Παρισίαις, ἐν Λυὼν (Λουρδούνη) καὶ ἀλλοῦ οἱ κάτοικοι διαφέρουσιν ἐντὸς ὑγρασίας, παρὰ μεγίστους ποταμούς, καὶ ὅμως ὁ διαλείπων πυρετός ἐκεῖ εἶνε σπανιώτατος.

Οἱ κάτοικοι τῶν ψυχρῶν κλιμάτων ἀντέχουσι περισσότερον εἰς τοὺς κόπους, εἰσὶν ταχεῖς, δραστήριοι, ἀνδρείοι καὶ εὐέλπιδοι· ἐν ᾧ οἱ τῶν θερμῶν κλιμάτων εἰσὶν φιλήδονοι καὶ ἀρεσκόμενοι εἰς τὴν ἀνάπαυσιν· εἰσὶν ὅμως σοφώτεροι καὶ εὐαίσθητότεροι. Ὁ κάτοικος θερμοῦ κλιματος μεταβάς εἰς ψυχρὸν κλίμα δυσχερῶς ἀντέχει· συνήθως ἡ φύσις καταστρέφει καὶ αὐτὰ τὰ ζῶα τῶν θερμῶν κλιμάτων. Ὁ τῶν ψυχρῶν ὅμως ἀντέχει εὐκολώτερον εἰς τὰ θερμὰ.

Ἡ ἐκ τοῦ κλιματος τοιαύτη διαφορὰ τῶν σωματικῶν καὶ ἠθικῶν διαθέσεων τῶν ἀνθρώπων ἐπιφέρει καὶ τὴν διαφορὰν ὀλοκληρῶν κοινωνιῶν καὶ ἔθνων κατὰ τὴν διαίταν κατὰ τροφὰς καὶ ποτὰ, κατὰ τὰ ἔθνη καὶ ἔθιμα, καὶ κατ' αὐτὸ τὸ πολιτεῦμα. Τοῦτο ἐπιβεβαιώθη ἐξ ἀρχαιοτάτης ἐποχῆς. Καὶ ὁ θεός Ἰπποκράτης ἐπιβεβαιῶν ταῦτα λέγει.

» Αἱ γὰρ μεταβολαὶ εἰσὶ τῶν πάντων, αἱ αἰεὶ τε ἐγείρουσαι τὴν τε γνώμην τῶν ἀνθρώπων, καὶ οὐκ ἔωσαν ἀτρεμεῖσιν, διὰ ταύτας ἐμὰ δοκᾶσι τὰς προφάσις ἀναγκῆς εἶναι τὸ γένος τὸ κινητὸν, καὶ προσέτι διὰ τοὺς νόμους. Ὅκου δὲ μὴ αὐτοὶ ἐπιούτων εἶσι κρεττοὶ ἀνθρώποι, μὴδὲ αὐτόνομοι, ἀλλὰ δεσπόζονταί.»

Ἐ' αὐτὰ λέγει καὶ ὁ σοφὸς Ἀριστοτέλης εἰς τὸ περὶ πολιτείας.

» Ἐὰν περὶ τὴν Ἀσίαν ἔθνη διανοητικὰ μὲν καὶ τεχνικὰ τὴν ψυχὴν, ἄθυμα δὲ, διόπερ ἀρχόμενα καὶ δουλεύοντα διατελεῖ. Τὸ δὲ τῶν Ἑλλήνων γένος εὐθυμὸν καὶ διανοητικὸν ἐστὶ διόπερ καὶ ἐλεύθερόν τε διατελεῖ, καὶ βέλτιστα πολιτευόμενον, καὶ δυνάμενον ἄρχειν πάντων, μίᾳ τυγχάνων πολιτείᾳ.»

Άλλον λοιπόν ἐκ τῶν ρηθέντων ἐν συντόμῳ ἐστὶ ἡ ὑγιεινὴ ψυχρὸς τῆς κλίματος οὐδόως δύναται αὐτηρῶς ἐφαρμοσθῆναι εἰς κλίμα θερμὸν, ὅτε θερμὸς εἰς ψυχρὸν. (Ὁθεν οὕτε μεταφραστικῶς ὑγιεινὴς φαρμακείας ἐν ψυχρῷ κλίματι δύναται γενέσθαι ἐπιβλαβῆς πρὸς χροῆσιν κατοίκων θερμῷ κλίματι· διότι τὰ ἐν ἐνὶ κλίματι ἐπιβλαβῆ πρὸς τροφὰς ποτὰ, καὶ ἐν γένει διαιταν, εἰσὶν οὐ πρόβλησις εἰς ἄλλο κλίμα ἀνωφελεῖ, ἀλλὰ καὶ ἐπιζήμια.)

Καὶ οὕτως τινὲς εἰς τοὺς κατοίκους τῶν ψυχρῶν κλιμάτων εἰσὶν ἀγνωστοὶ π. χ. Παρὰ τοῖς Λάππων οὐδόως ὑπάρχουσι ἀρθρίτις, ριθίσις, ρευματισμοί, κλπ.

Καὶ αἱ νόσαι οὗτοι ἄλλο ἄλλος ἔχουσιν εἰς τὰ ψυχρὰ κλίματα καὶ ἄλλο εἰς τὰ θερμά· Αἱ κρίσεις αὐτῶν συνήθως εἰς μὲν τὰ θερμά γίνονται διὰ τῶν ἰδρώτων· εἰς δὲ τὰ ψυχρὰ διὰ τῶν ἐκσῶθεν ἐκκρίσεων, διὰ τῶν ὑβρίων. Καὶ ἡ πρόγνωσις, καὶ ἡ θεραπεία μεγάλως διαφέρουσιν ἐκ τῆς κλίματος ψυχρῷ εἰς θερμὸν. Εἰς τοῦτο ἀποδοτέον τὰς ἐκκρίσεις τινῶν κλύματων εἰ, τινὰ χωρία τοῦ Ἰπποκράτους ὑγιεινὰ πρὸς οὐστικά καὶ νοσολογικά. Οἱ τοιοῦτοι δὲν ἐλάβον ὑπὸ ὄψιν ὅτι ὁ Ἰπποκράτης ἔγραψεν ὑπὸ ὄψεως διέφορον κλίμα. Ὅταν ἦμος ἐμελετήθησαν ἐν τῷ Ἑλληνικῷ κλίματι ὑπὸ τῶν γάλλων ἰατρῶν τοῦ κατὰ τὸ 1829 διαμελνάντος ἐν Πελοποννησίῳ γαλλικοῦ στρατοῦ, εὐρέθη ἡ ἀλήθεια καὶ ἐδικαιώθη ὁ θεὸς Ἰπποκράτης. (ἀκολουθεῖ)

## ΠΡΟΧΕΙΡΟΣ ΦΑΡΜΑΚΟΛΟΓΙΑ ΚΑΙ ΘΕΡΑΠΕΥΤΙΚΗ

Ἐκτακτικὴ κατὰ τῶν ἐμετῶν τῶν ἐγκύων γυναικῶν.

- Α. Ἡμέματος Ἰωδίου σταγμ. 10
- Ἰσθμοῦ κίτρου δρ. 4)
- Ἰσθμοῦ κακ. κεράσσου σταγμ. 10
- Καρ. διακωδίων δρ. 4

μ. κ. τ.

Χρήσις. Ἀνὰ μίαν καταλίαν μεγάλην κατὰ δύο ὥρας.

•••••

## ΠΡΟΧΕΙΡΟΣ ΘΕΡΑΠΕΙΑ ΤΗΣ ΕΠΙΣΤΑΞΕΩΣ

Ἡ αἱμορραγία τῆς ρίνος εἰς τὰ μεσημβρινὰ κλίματα συμβαίνει συνήθως ἕως τὸ ἔσρος, ἰδίως εἰς τὴν νεανικὴν ἡλικίαν· προέρχεται ἐκ τῆς μικρᾶς ἀρτηρίας κειμένης ἐπὶ τοῦ διασφραγισμοῦ τῆς ρίνος. Πρὸς πρόχειρον θεραπείαν πίεσον τὴν ρίνα ἐκπύρην διὰ τοῦ ἀντίχειρος καὶ τοῦ δακτύλου δακτύλου, καὶ διατήρησον οὕτω ἐπὶ 10 λεπτὰ ὥρας· συνάμα ἐπίθεε ἐπὶ τοῦ μετώπου ψυχρὸν ὕδωρ, ἢ ρύψασον διὰ τῆς ρίνος διάλυσιν διχλωρούχου σιδήρου.

## ΘΕΡΑΠΕΙΑ ΚΑΤΑ ΤΟΥ ΔΙΑΒΗΤΟΥ

Τροφὴ ἐκ κρέατος, περίπατος πρὸς τὸ ἑσπέρας, παύσις διανοητικῆς ἐργασίας, ἀποφυγὴ κόπων, ἀποφυγὴ τροφῶν γλυκῶν καὶ ἀμυλοειδῶν κτλ. τροφὴ ἐκ κρέων ὠν.

Ὁ ἀρθριτικὸς ὁμοῦς διαβήτης ἀπαιτεῖ ἀποχὴν κρεατωδῶν τροφῶν.

Ἡ αὐτὴ διαίτα ἀνάγεται καὶ εἰς τὸν κωμικὸν διαβήτην.

## ΘΕΡΑΠΕΙΑ ΒΡΟΧΟΚΗΛΗΣ

Ἀπάντησις εἰς τὸν ἐρωτήσαντα περὶ τῆς θεραπείας τῆς βρογχοκῆλης.

Ἡ βλάβη αὕτη θεωρεῖται ὡς ἀνίατος, ἐν Εὐρώπῃ ἐγένοντο παντοῖαι δοκιμαὶ καὶ φαρμακευτικαὶ καὶ χειρουργικαὶ· ἀλλὰ ἀποδοτικῶς ἀπέτυχον καὶ μάλιστα ἐν Γαλλίᾳ καὶ Γερμανίᾳ, ἐνθα ἐπιβλαβῆς ἐπιβλαβῆς ἐπικρατεῖ ἐνδημικῶς εἰς τινὰς χώρας. Αἰτία τῆς παραγωγῆς αὐτῆς νόσου θεωρεῖται ἡ ποιότης τοῦ ποσίου ὕδατος, καὶ μάλιστα τοῦ φρεατίου. Καὶ πολλαχοῦ τὸ φρεατικὸν ὕδωρ παράγει ἡμῶν ὄγκους εἰς τὴν κοιλίαν τῶν γυναικῶν.

Θεωρεῖται ὡς θεραπεύουσα ἡ χρῆσις τῆς Ἰωδίου ποτάσης ἐσωτερικῶς ἀπὸ δόσιν κατ' ἐκάστην μέχρις ἡμισίως δραμίου, καὶ τὸ ἐρμηδάκτυλον ὑπὸ δόσιν κόκκ. 2 μετὰ ἔξους. Ἡ μάλλον ἐπιτυχὴς θεραπεία εἶνε ἡ διὰ τοῦ ἠλεκτρισμοῦ, τακτικῶς φραζομένη κατ' ἐκάστην ἢ κατὰ δύο ἡμέρας διὰ τῆς μεθόδου τοῦ ἠλεκτρικοῦ βελονισμοῦ, ἢν ἡμεῖς ἐκτελοῦμεν διὰ τῆς ἰδίας μεθόδου συμμίκτης ματὰ τῆς Ἰωδίου ποτάσης ἐσωτερικῶς, καὶ ἐξωτερικῶς τοπικῶς ἀπαιτεῖται πρὸς ταῦτα συνεχὴς χρῆσις ἐπὶ 2 ἢ 3 μῆνας. Πολλοὶ ἰάθησαν.

•••••

**Ἐκκαιεπταετα ἀγάπη ἔτιμασε  
παλιγγὴν μὴν τὴν ἀφῆσθη**

Σπουδαίον ἔστιν διδάσκον καλὴν συμπεριφορῆς, καὶ πρόνοιαν  
μυλλοῦτος διὰ τὸν καὶ παλαιὸν φίλον. Ὁ ἔμφρ. ἄνθρωπος προ-  
σεῖ διὰ πᾶσαν πρῶτον.

ἄφῆσθη

Ἦν πᾶσι κοινωνία ὀλίγοι εἶσιν ἔμφρνες, οἱ πλεῖστοι ἄφρο-  
νες καὶ περιπέπτουσι εἰς σφάλματα.

Οἱ ἔμφρνες ἐκτιμῶσι τὴν ἀρετὴν καὶ τὴν ἱκανότητα καὶ  
τιμῶσι τοὺς ἔχοντας ταύτας, τοὺς ἑποίους ἀγαπῶσι καὶ ἐγκαυ-  
χῶνται, ὅταν ἔχουσι φίλους ἢ γνωρίμους τοιούτους, καὶ θυσιάζουσι  
ὑπὲρ αὐτῶν. Παραδειγματὰ ἔστισαν οἱ Κῶν, οἵτινες ἤνονῦντο πα-  
ραδοῦναι τῷ Ἀρταξερξῆ τὸν ἑπισημῶτα των Ἰπποκράτην, ὡς καὶ  
οἱ Ἀβῆρηται, ἐν οἷς ὑπερισχόσασκεσ οἱ ἔμφρνες ἐθρήνον διὰ τὸν  
συμπολίτην των ἑπὶ τὸν μὴ ὀνόματον νὰ ἐργάζεταιται ὑπὲρ τῶν  
κοινῶν καλῶν, καὶ πάλιν θυσιῶν δέκα ταλάτων ἐπέλεσαν  
τὸν Ἰπποκράτην νὰ ἐπισκεφθῆ καὶ ἠγορεύσῃ τοῦ ν. ἦν ἐθεώ-  
ρουν παράφρων.

ἄφῆσθη

Οἱ ἔμφρνες ἀσθάνονται ἡδονῆν, ὅταν ἀκούωσιν ἀδελφόν,  
συγγενῆ, φίλον, συμπολίτην ἐκινούμενον καὶ τιμώμενον, διότι θεω-  
ροῦσιν ὅτι καὶ οὗτοι ἀγαπῶντες τῆς τιμῆς. Πολλάκις καὶ ἦταν  
ἄφρνοι τὸ οὐτὸ εἶναι ἢ ἐπώνυμον ἄλλου ἐπισήμου ἀνδρός, εἰ-  
κότως ἐπὶ τιμὴν καὶ πόθον ν' ἀποκατασταθῆ τοιοῦτος.

Οἱ ἄφρνες ἡμῶς εἶσιν ἀναίσθητοι πρὸς τὰ εὐγενῆ ταῦτα  
αἰσθημάτων, καὶ λυποῦνται ἀλλοῦντες τιμώμενον ἀδελφόν, συγγενῆ,  
φίλον, συμπολίτην κλπ. Οὗτοι λατρεύουσι μόνον τὴ χρῆμα, τέρπον-  
τα ἔσταν ἐλπίσαι νὰ ἀπολαύσωσι τούτου ἔσταν ἡμῶς δὲν ἐλπί-  
σωσι, πρὸς οὐδέτι ἐδιακρίνονται, τὰ πάντα ἐὰν καταστρέφονται  
ἀδιαφοροῦσιν. Ἐν δὲ τῇ ἀπελπίσει καθίστανται θηριώδεις.

Μηδὲνα ἀγαπάσθε πρὶν δοκιμάσθε, ἐὰν ἐνδιαφέρηται ὑπὲρ  
Σοῦ ἡμῶς καὶ θλικῶς. Ἦν δὲ διακρίνονται ὅτι ἀγαπῶσιν ἐν ὅσῳ  
ἐλπίζουσιν ἀπολαύειν πρὸς Σοῦ, εἴτε ἐν τῇ παρουσίᾳ Σοῦ εἴτε ἐκ  
τῶν σχέσεών Σοῦ, εἴτε ἐκ τῆς προσωπικότητος Σοῦ ἐνεργείας, ἐν ὅσῳ  
εἶσαι ὑγιής ἔσταν δε γηράσθε, ὀλίγοι μέλλουσιν ἀγαπῶντες καὶ  
ἐνδιαφερόμενοι. Οὗτοι εἶσιν οἱ ἀληθεῖς φίλοι.