

# ΦΟΙΒΟΣ

## ΕΠΙΜΗΝΙΟΣ ΣΥΓΓΡΑΦΗ

ΠΕΡΙ

ΤΗΣ ΔΗΜΟΣΙΑΣ ΥΓΙΕΙΑΣ

ΤΗΣ ΟΙΚΟΓΕΝΕΙΑΚΗΣ ΥΓΙΕΙΝΗΣ ΚΑΙ ΤΗΣ ΠΡΟΧΕΙΡΟΥ

ΟΙΚΙΑΚΗΣ ΙΑΤΡΙΚΗΣ

ΕΝ ΕΛΛΕΙΨΕΙ ΙΑΤΡΟΥ

ΤΟΥ

Κ. Η. ΚΑΡΑΪΑΝΑ

Ἐτησίᾳ συνδρομῇ δραχ. ν. 3, προπληρωτέα: ἐν τῇ ἀρχῇ τοῦ ἔτους.

ΕΤΟΣ Δ'.—Ἐν Ἀθήναις, τῇ 1 Φεβρουαρίου 1882.—ΑΡ. 5.

### Α'. ΔΗΜΟΣΙΑ ΥΓΙΕΙΑ

Περὶ ἐπιδημιῶν.

(Ἴδε Φοῖβον ἔτος Β' σελ. 129).

Ἐπιδημία λέγεται ὅταν νόσος τις προσβάλλῃ πολλοὺς ἀνθρώπους ἐν τῷ αὐτῷ τόπῳ εὐρισκομένους. Ἡ αἰτία εἶνε ἢ ἀτμοσφαιρική μiasmaticὴ διάθεσις ἢ προερχομένη ὡς ἐπὶ τὸ πλεῖστον τυχαίως καὶ αὐτομάτως, ἢ ἐκ μεταφορῆς μίσημα-τος ἄλλης νόσου δι' ἀνθρώπων ἢ πραγμάτων. Τί δὲ ἐστὶ μίσημα; Ἴδε Φοῖβον ἔτος Γ' σελ. 80, 125.

Ἡ ἐπιδημία διαφέρει τῆς ἐνδημίας. Ἐνδημία, καλεῖται ὅταν ἐν τινὶ τόπῳ ἐπικρατῇ νόσος προερχομένη ἐκ διαρκούς τοπικῆς αἰτίας ὡς γίνεται εἰς τοὺς ἐλώδεις τόπους, ἐξ ὧν προέρχονται οἱ διαλείποντες πυρετοί. Ἡ ἐπιδημία ἅπαξ ἔρχεται καὶ παρέρχεται. Ἡ ἐνδημία εἶνε διαρκής, ἐν ὅσῳ διαρκεῖ καὶ τὸ τοπικὸν αἷτιον.

Καὶ ἡ ἐπιδημία καὶ ἡ ἐνδημία ἀρχικῶν παραγωγῶν αἰτίων ἔχουσι τὴν ὑπαρξίαν ἐν τῇ ἀτμοσφαιρῇ μίσηματος, πῶς μὲν πολλοῦ πῶς δὲ ὀλίγου. Ὅπου ὑπάρχει πολὺ, καὶ ἀρᾶντες

ται παρά υγιούς, ὄντος προδιατεθειμένου, ἀναφαίνεται εἰς τούτον ἢ νόσον.

Ἐάν π. χ. εἰς ἔχων εὐλογίαν τεθῆ ἐντὸς θαλάμου, ἐνθα ἄλλοι ὑπάρχουσιν ὑγιεῖς ἢ καὶ νοσοῦντες ἐξ ἄλλης νόσου μεταδίδεται καὶ εἰς τούτους ἢ εὐλογία ἄνευ ἐπαφῆς· τ' αὐτὸ γίνεται καὶ διὰ τὴν ἀστρακίαν (βέμπελην) καὶ τὴν κοκκίην (ψαθολοῦρι), διὰ τὸν γνήσιον τυφοειδῆ πυρετὸν, τὴν διφθερίτιδα, ἣτις μεταδίδεται ἰδίως εἰς παιδία ἀναπνέοντα τὸν αἰτὸν ἀέρα. Διὰ τοῦτο καὶ ἱατροὶ συνεχῶς προσβάλλονται ἐκ τῶν ἐπιδημικῶν νόσων.

Ὅλαι αἱ ἐπιδημικαὶ καὶ αἱ ἐνδημικαὶ νόσοι, ὡς μωσματικαὶ, μεταδίδονται διὰ τοῦ ἀέρος καὶ εἰς μακροσμίνας ἀποστάσεις, καὶ εἰς τόπους μάλιστα φύσει ὑγιεῖς, ὅταν ἀνεμος διαρκῶς διέρχεται ἐκ τοῦ μωμισμένου τόπου καὶ διευθύνεται πρὸς ἄλλον ὑγιᾶ, διότι φέρει μεθ' αὐτοῦ τὸ μίασμα.

Αἱ ἐπιδημικαὶ ὡς ἐπὶ τὸ πολὺ ἀναφαίνονται κατὰ τὰ τέλη τοῦ θέρους, ἰδίως ἢ εὐλογία, ἢ κοκκίην, ἢ ἀστρακίαν, ἢ ὀφθαλμία κλπ. αἱ δὲ καταρροϊκαὶ καὶ αἱ φλεγμονικαὶ παθήσεις τῶν ἀναπνευστικῶν ὀργάνων εἰσὶν σπάνιαι τὸ θέρος, ἀναφαίνονται ὅμως ἐπιδημικῶς κατὰ τὰς αἰφνηδίας ὡς ἐπὶ τὸ πολὺ μεταβολᾶς τῆς ἀτμοσφαιρας.

Αἱ ἐπιδημικαὶ γεννῶνται, ζῶσιν καὶ ἀποθνήσκουσι. Κατὰ τὸν μέσον αἰῶνα ὑπῆρξαν ἐπιδημικαὶ τῆς σκελετοῦρβης, τῆς λυκανθρωπίας, τῆς σκυλανθρωπίας, κλπ. αἰτίαι ἐξ ηὐλείφθησαν. Ἡ μαύρη λοιμικὴ, καὶ ἡ αὐτόματος γάγγραινα ὑπῆρξαν πρὸ τοῦ 17ου αἰῶνος καὶ ἐξέλειπον· καὶ αὐτὸ τὸ σκορβοῦτον ἤδη ἐστὶ σπανιώτατον.

Ἡ φύσις διατηρεῖ τὴν ἰσορροπίαν πρὸς πᾶν δημιούρημα. Ὄντω ποιεῖ καὶ ἐν ἐπιδημιαῖς. Πᾶσα ἐπιδημία καταστρέφει ἐπαισθητῶς τὸν πληθυσμὸν, καὶ ἐλλατάνει τὸν ἀριθμὸν τῶν κατοίκων. Πρὸς ἀναπλήρωσιν τοῦ κενοῦ τούτου, ἐπιγιγνέται κατὰ τὸ ἐπόμενον ἔτος ὡς καὶ κατὰ τὸ δεύτερον ὑγιεῖα μεγάλη, ἐξ ἧς ὀλίγοι εἰσὶν οἱ θάνατοι παραβλητικῶς πρὸς τὰς γεννήσεις. Οἱ γάμοι γίνονται συχνότεροι ἢ καὶ οὕτως ἀναπληρωθῆ τὸ κενόν.

Αἱ ἐπιδημικαὶ προσβάλλουσι μᾶλλον τοὺς καχεκτικούς, τοὺς ἀδυνάτους, καὶ πάσχοντας ἐκ δυστυχίας καὶ λυπῶν. Παρὰ τοῖς τοιούτοις ἀποθνήσκουσι μᾶλλον τὰ μικρὰ παιδία καὶ οἱ γέροντες.

Ὅλαι αἱ ἐπιδημικαὶ νόσοι οὐδαμῶς ἐπιφέρουσιν ἐπίσης θανάτους· ὁ Ὁξάναμ συνέταξε τὸν κάτωθι πίνακα, ἐξ οὗ δηλοῦται πόσοι ἐπὶ τοῖς ἑκατὸν ἐκ τῶν νοσοῦντων θνήσκουσι παρ' ἐκάστου εἶδους τῆς νόσου.

Καταρροϊκὸς πυρετὸς	2	ἐπὶ τοῖς 100
Κοκκίης	31	2 " "
Ἀστρακία (βέμπελη, σκαρλετίνα)	5	" "
Δυσεντερία	18	" "
Τυφοειδῆς πυρετὸς	20	" "
Διφθερίτης	50	" "
Κακοήθης πυρετὸς	85	" "
Χολέρα	60	" "
Τύφος	60	" "
Πυρετὸς ἐπιλόχειος	60	" "
Περπνευμονία κακοήθης	70	" "
Κίτρινος πυρετὸς	75	" "
Πανώλης μελανῆ	90	" "
Ἀγχνη γαγγραινώδης	80	" "

Ταῦτα μεταβάλλονται διαφόρως κατὰ τὸ κλίμα, κατὰ τὸν πολιτισμὸν, κατὰ τὴν διαίταν, καὶ τὴν ἐπιστημονικὴν κατάστασιν τῆς ἱατρικῆς.

Διάρκουσης τῆς ἐπικρατοῦσης ἐπιδημικῆς νόσου, αἱ ἄλλαι νόσοι καταπαύουσιν, ἢ γίνονται πολὺ σπάνιαι· διὰ τοῦτο οἱ θάνατοι γίνονται ἐκ μόνης μιᾶς νόσου· καὶ φαίνονται πολλοί. Ὁμοίον γίνεται καὶ πρὸς ἐνδημικὰς νόσους. Ὅπου ἐπικρατεῖ ἐλάδης πυρετὸς, ἐκεῖ ἢ φθίσις σπανίξει.

## Β'. ΥΓΙΕΙΝΗ ΕΚΑΣΤΟΥ

### Περὶ ζώνης.

Ἡ ζώνη ἦτον ἐν χρήσει ἐξ ἀρχαιοτάτης ἐποχῆς· καὶ ἄνδρες καὶ γυναῖκες ἔδενον τὴν μέσην των διὰ ταιρίας ἐξ ὑφάσματος λίνου ἢ ἐρίων (μαλλίων), ἢ δέρματος ἢ ἐκ μετάλλου. Τῶν γυναικῶν ἡ ζώνη ἐκαλεῖτο ζώνιον.

Ὁ σκοπὸς τῆς ζώης ἦτο πρὸς διατήρησιν τοῦ ἐνδύματος ἐπὶ τινας θέσεως ἐπὶ τοῦ σώματος· ἔχει δὲ καὶ ἄλλον σκοπὸν ὅταν οἱ ἄνθρωποι ἐνεδύθησαν πολλὰ ραπτὰ ἐνδύματα κατὰ τὸν ἀσιατικὸν τρόπον.

Εἰς τοὺς κατοικοῦντας εἰς τόπους ὑγροῦς καὶ θερμοῦς ἢ παχεῖα ἢ βαθεῖα ζώνη χρησιμεύει πρὸς διατήρησιν θερμότητος διαρκοῦς ἐπὶ τῆς κοιλίας καὶ ἰδίως ἐπὶ τοῦ στομάχου· διότι θερμαίνει τὸν στόμαχον καὶ εὐκολύνει τὴν πέψιν· καὶ προσέτι προφυλάττει ἐκ βλάβης ἐκ περιψύξεως· ὅταν ἡ κοιλία προσβληθῇ ὑπὸ ρεύματος ἀέρος ὑψίσταται ἐρεθισμὸς καὶ φλογώσεις εἰς τὰ σπλάγχνα, ἐξ ὧν ἐπέρχονται πύου, διάρροια, δυσεντερία, κλπ. Διὰ τοῦτο οἱ ἀνατολῆται φέρουσι πλατείας ζώνας καλυπτούσας τὸ πλεῖστον τῆς κοιλίας, καὶ παρ' ἡμῶν οἱ φέροντες ἐγκώριον ἐνδυμασίαν ἔχουσι τὴν ζώνην πλατεῖαν οὐ μόνον οἱ ἄνδρες ἀλλὰ καὶ αἱ γυναῖκες· ἔχει λοιπὸν ἡ τοιαύτη ζώνη ὑγιεινὸν σκοπὸν. Βαθύζωνοι ἦσαν αἱ Τρωαί.

Ἐὰν ἡ ζώνη συσφίγγῃ μετρίως τὴν μέσῃ ἦτοι τοὺς ὀσφύας μῦς, ἐπιφέρει αὐξήσιν τῆς δυνάμεως αὐτῶν, καὶ δύναται τις ν' ἀντέχῃ περισσότερον εἰς τὸ βᾶδισμα, καὶ βάρη περισσότερα ν' ἀνέχηται. Διὰ τοῦτο ὑπαφέρουσι οἱ φοροῦντες σιλαχλικίον, τὸ ὁποῖον συσφίγγεται διὰ τελαμώνος (λαρίου) ἐπὶ τῆς μέσης, πολὺ βᾶρος, τὸ ἀποτελούμενον ἐκ δύο μεγάλων μπιστολίων, ἐκ χαρπίου, ἐκ μεγάλης μάχαιρας (γιαταγαίου), ἐκ τῶν βαλασκῶν, κλπ.

Ἐὰν ὁμως ἡ ζώνη ἦνε στενὴ καθ' ὅλα, καὶ ἔμπροσθεν καὶ ὀπισθεν, καὶ γίνεται πλεον τοῦ δέοντος περισφιγξίς, τότε ἡ τοιαύτη ζώνη καθίσταται ἐπιβλαβὴς τῇ ὑγιείᾳ· διότι πιέζει ὑπὲρ τὸ δέον τὰ σπλάγχνα, βλάπτει ταῦτα· ἐπιφέρει δυσπεψίαν, στενοχωρίαν, καὶ συμφορήσεις πρὸς τὰ ἄνω· ἐπὶ δὲ τῶν ὀσφύων μυῶν (κρεάτων τῆς μέσης) ἐπιφέρει ἀτροφίαν καὶ ἀδυναμίαν αὐτῶν· καὶ ἐν γένει ἡ περισφιγγούσα στενὴ καὶ μάλιστα δερματίνη ζώνη, ἐπιφέρει ἀτροφίαν, καὶ σκλήρυνσιν τῶν ἐκ ταύτης πιεζομένων μερῶν τοῦ σώματος.

#### Περὶ χειρίδων (χειροκτίων).

Ἐπὶ ὀμηρικῆς ἔτι ἐποχῆς ὑπῆρχον ἐν χρήσει τὰ χειρόκτια, ἅπερ ἐκαλοῦντο χειράδες· ἀλλ' ἔφερον ταῦτα οὐχὶ οἱ εὐγενοί, ἀλλ' οἱ γεωργοὶ ὅταν ἐθέριζον ἵνα προφυλάττανται αἱ χεῖρες ἐκ τῆς προσβολῆς τῶν ἀκανθῶν καὶ ἰοβόλων ἐρπετῶν.

Οἱ Πέρσαι ὁμως εἶχον ταῦτα χάρις τρυφιλότητος· ὑπὸ τὴν χρήσιν ταύτην εἶχον καὶ οἱ εὐρωπαῖοι τὰ χειρόκτια κατὰ τὸν μεσαιῶνα, καὶ ἔφερον ταῦτα οἱ ἐξευγενισμένοι, καὶ ἀπετέλουν συστατικὸν τῆς ἐξευγενισμένης ἐνδυμασίας. Κατὰ τὸν μεσαιῶνα ὡς καὶ νῦν καὶ αὐτοὶ οἱ δυτικοὶ κληρικοὶ ἔφερον χειρόκτια. Ὅταν οἱ σταυροφόροι ἐκυρίευσαν τὴν Κωνσταντινούπολιν καὶ ἔθεσαν οἰκουμένικὸν Πατριάρχην ἐν αὐτῇ Λατίνον, οὗτος φέρων τὴν τοῦ Πατριάρχου στολὴν ἐφόρει καὶ χειρόκτια. Ἡ ἀνατολικὴ ὁμως ἐκκλησία ἀπαγορεύει ταῦτα εἰς τοὺς ἱερωμένους, ὡς ἀπαγορεύει καὶ τὴν χρήσιν τοῦ ἀλεξιβροχίου (ὀμπρέλλας)· διότι θεωρεῖ ταῦτα θηλυπρεπῆ καὶ ἀναρμόδια εἰς τοὺς στρατιώτας τοῦ Ἰησοῦ.

Ὁ κύριος σκοπὸς τῶν χειροκτίων εἶνε, ἡ προφύλαξις τῶν χειρῶν ἐκ τῆς προσβολῆς τοῦ δρυμέως ψύχους, διόπερ χρησιμώτερα εἰσιν εἰς τοὺς κατοίκους τῶν βορείων κλιμάτων. Ἡ εἰσέτι διατήρησις τινῶν ἐθίμων τοῦ μεσαιῶνος πρὸς τὸν ἐξευγενισμόν ἐπέφερον ὥστε καλῶς δὲν ὑπάρχει ἐπαισθητὸν ψύχος νὰ γείνηται χρήσις χειροκτίων οὐ μόνον πρὸς κάλυμμα χειρῶν ἀκόμψου καὶ κακῶς ἐχούσης, ἀλλὰ καὶ ὠραίας χειρῶς καὶ ὠραίων δακτύλων, τὰ ὁποῖα διὰ τῆς χρήσεως τῶν χειροκτίων καθίστανται ἀφανῆ.

Τὰ στενὰ χειρόκτια τὰ χάρις καλλωπισμοῦ καὶ λεπτότητος φερόμενα ἐπιφέρουσι βλάβας καὶ διαταράξεις τῇ ὑγιείᾳ, ἐμποδίζουσι τὴν ἀθλοῦν διαπνοὴν τῶν χειρῶν, πιέζουσι τὴν χεῖρα, καὶ τὸ αἷμα ἐμποδίζουσι νὰ ἔλθῃ ἐπὶ τῆς ἐπιφανείας αὐτῆς, διὸ φέρεται πρὸς τὰ ἄνω, ἐξ οὗ ἐπιγίνονται συμφορήσεις τοῦ στήθους καὶ τοῦ προσώπου, σκοτοδινία, κεφαλαλγία εἰς τοὺς πρὸς ταύτην διατεθειμένους, καὶ διαταράξεις τῆς πρὸς φαγιτὸν ὀρέξεως.

#### Γ'. ΥΓΙΕΙΝΗ ΘΕΡΑΠΕΥΤΙΚΗ

##### Περὶ σωμασκίας.

Ἡ μεγάλη ὑπόληψις, ἣν ὁ σπουδαῖος κόσμος πρὸς πολλὰ ἔργα τῶν ἀρχαίων προγόνων ἐλλήνων ἔχει, ἐπέφερε καὶ τὴν ἀναγνώρησιν τῆς σωμασκίας πρὸς τὴν ἐνίσχυσιν τῶν σωματικῶν δυνάμεων. Ὅθεν πανταχοῦ ἐν Εὐρώπῃ κατὰ μίμησιν

τῶν ἀρχαίων εἰσήχθησαν αἱ σωμαστικαὶ εἰς ἅπαντα τὰ ἐκπα-  
 δευτήρια ἀρρένων τε καὶ θηλέων. Πολλαχού ὁ νεωτερισμὸς  
 προσέθηκε εἰς τὰ τῶν ἀρχαίων εἶδη σωμαστικῆς καὶ νέαι συ-  
 τικὰ ἐκείνοις. Ἀλλὰ πάντες οἱ τῆς σωμαστικῆς διδασκαλίας  
 περιορίζουσι τὴν διάνοιάν των εἰς τὰ τυπικὰ καὶ κατὰ μίμη-  
 σιν τῶν ἀρχαίων γυμνάσματα, χωρὶς νὰ διερευνησῶσιν ἢ  
 ταῦτα κατὰ τὰς νέας ταύτας ἐποχὰς συμβαδίζουσι καὶ ἐκ-  
 πληρῶσι καλῶς τὸν σκοπὸν.

Οἱ ἀρχαίοι, ἐκτὸς τῶν Σπαρτιατῶν, τὰς σωμαστικὰς εἰχο-  
 μόνον διὰ τοὺς ἀρρένας· τὰ εἶδη τῶν σωμαστικῶν ἦσαν προα-  
 ρισμένα ὅπως παρέξωσι ρώμην καὶ ἰσχύον εἰς σῶμα κατὰ  
 ληλον πρὸς πόλεμον· τότε ὁ πόλεμος ἐγένετο δι' ἀσχυμ-  
 χίας· καὶ ὁ ἰσχυρότερος τὸ σῶμα ἠδύνατο τὸ ἀκόντιον ἰσχυ-  
 ρότερον καὶ ἐπιτυχέστερον νὰ ρίψῃ, καὶ διὰ τῆς πάλης νὰ  
 καταβάλλῃ τὸν ἐχθρὸν του, καὶ διὰ τῆς ταχύτητος τῶν ποδῶν  
 του νὰ κυνηγήσῃ τὸν ἐχθρὸν του, ἢ αὐτὸς νὰ τρέξῃ φεύγων,  
 ὅπως διαφύγῃ κίνδυνον. Πρὸς τὰ τοιαῦτα καὶ τὰ ὅμοια πε-  
 ριστρέφοντο τότε αἱ σωμαστικαί.

Ἡδὴ ὁ πόλεμος γίνεται διὰ τηλεμαχίας. Ἡ ἐν μάχῃ δια-  
 χείρισις τῶν ὀπλῶν γίνεται δι' ἄλλων σωματικῶν κινήσεων  
 καὶ θέσεων. Ἐπομένως αἱ σωμαστικαὶ κατὰ ταῦτα πρέπει νὰ  
 γίνωνται. Τὰ σχοινοβατικὰ οὕτως εἰπεῖν γυμνάσια, ἀπὸ τοῦ  
 νεωτερισμοῦ τῶν εὐρωπαϊκῶν ἀβασανίστως πρὸς τὸν κύριον  
 σκοπὸν τῶν ἀρχαίων εἰσήγαγεν ὡς συντελοῦντα πρὸς τὴν  
 ἐνίσχυσιν τῶν σωματικῶν δυνάμεων, εἰσὶν ἄλλαι ἀκατά-  
 ληλα καὶ ἀποφευκτέα, πρόξενα δ' ἐνίστε καὶ σωματικῆς βλα-  
 βῆς, ὅταν μάλιστα γείνωνται ὑπερβαλόντως. « Ἡ ὑπερβάλ-  
 λουσα σωμαστικὴ καθίστηται, κατὰ Πλάτωνα, ἀγριωτέρη  
 τοῦς γυμναζομένους. » Αἱ σωμαστικαὶ κατὰ τὰς ἐποχὰς ταύ-  
 ταις πρέπει νὰ γείνωνται σύμφωνα πρὸς τὸν σκοπὸν καὶ τὴν  
 φύσιν. Τῶν μὲν μικρῶν παιδίων τῶν ἀλληλοδακτικῶν ἕστω-  
 σαν ὁ βηματισμὸς, τὸ ἐναρμόνιον βῆμα, ὁ δρόμος, ἡ κρικ-  
 λασία, ἡ σφαῖρα, κλπ. μετὰ διασκεδάσεως ἵνα κινήται τὸ  
 παιδίον διαφόρως· διότι ἡ κίνησις ἐν τῇ ἡλικίᾳ ταύτῃ εἶνε  
 τροφή σώματος καὶ πνεύματος· ἄνευ ἀσκήσεως, ἄνευ κινή-  
 σεων σωματικῶν τὸ σῶμα μαραίνεται, ὅσον δῆποτε καλεῖται  
 διὰ τροφῶν καὶ ἂν τρέφῃται τὸ παιδίον.

Ὅταν τὸ σῶμα ἐκ φύσεως ἐνδυναμωθῇ καὶ ἀφίχθῃ εἰς τὸ  
 14 ἔτος, τότε γυμναστέον τὴν ὀπλιστικὴν, ἣτις καὶ τὰς σω-

ματικὰς καὶ τὰς πνευματικὰς δυνάμεις ἐνισχύει, καὶ πρὸς  
 στρατιωτικὴν ὑπηρεσίαν καὶ πόλεμον ἱκανὸν καθίστησι.

Τὰ κοράσια ὡς ἐκ τοῦ διοργανισμοῦ των καὶ τοῦ προορι-  
 σμοῦ των οὐδόλως πρέπει νὰ υποβάλλωνται εἰς τὰς εἰσα-  
 χθείσας κατ'εὐρωπαϊκὸν πειθαισμὸν σωμαστικῆς εἰς τὰ ἐκ-  
 παιδευτήρια. Πρὸς ταῦτα ἀρκεῖ ἡ ἐκμάθησις τοῦ χοροῦ, καὶ  
 ἡ οἰκιακὴ ὑπηρεσία πρὸς ἀγκύμνασιν τῶν σωματικῶν δυνά-  
 μεων.

Τοιαύτας τινὰς ιδέας πληροφοροῦμεθα ὅτι καὶ ὁ κ. Καλα-  
 μήδης Νομάρχης, ἀνὴρ σπουδαῖος, καὶ πεπειραμένος διοικη-  
 τικὸς υπάλληλος υπέβαλεν εἰς τὸ ἀρμόδιον ὑπουργεῖον, τὸ  
 ὅποιον ἀφείλει μελετῆσαι καλῶς τὸ θέμα, ὡς ἐν ἐκ τῶν σπου-  
 δαιωτέρων, καὶ ἐγκαίρως προληφθῶσι πολλαὶ ὑγιειναὶ βλάβαι  
 προερχόμεναι ἐκ τῆς ἐπιβαλλομένης ἤδη γυμναστικῆς  
 εἰς τοὺς σπουδαστάς, ἄνευ διακρίσεως τῆς σωματικῆς κατα-  
 στάσεως τοῦ γυμναζομένου νέου, ἄνευ προσήκοντος μέτρου,  
 καὶ ἐν γένει ἄνευ ἀποτελεσματικῆς σκοποῦ.

Παρὰ τοῖς ἀρχαίοις διεκρίνοντο αἱ σωμαστικαὶ εἰς παιδικὰς  
 καὶ εἰς ἀσκήσεις.

Αἱ παιδικαὶ ἦσαν διὰ τοὺς παῖδας. Ἡ σφαίρισις ἢ σφαιρο-  
 μαχία, ἣτις ἦτον τὸ ἀγαπητότερον, καὶ ἐξετελείτο διαφόροις  
 τρόποις, ὧν τινες διατηροῦνται καὶ παρ' ἡμῖν· ἦσαν καὶ πολλαὶ  
 ἄλλαι, ὧν τινες ὡσαύτως διατηροῦνται εἰσέτι παρ' ἡμῖν. Ταῦτα  
 ἐγείνοντο πρὸς εὐκαμψίαν καὶ εὐεξίαν τοῦ σώματος.

Αἱ ἀσκήσεις ἦσαν μὲν διὰ τοὺς νέους πρὸς πολεμικὸν σκοπὸν·  
 εἶχον δὲ αὐταὶ καὶ ὑγιεινὸν σκοπὸν· διότι συνετέλουν πρὸς  
 διατήρησιν τῆς ὑγείας, διότι ὅταν τὸ σῶμα ἐνισχύηται διὰ  
 τῶν ἀσκήσεων, διατηρεῖται καὶ ἡ ὑγίεια. Ὑπὸ τὴν ἐποχὴν  
 ταύτην ὁ Ἱπποκράτης καὶ οἱ σύγχρονοί του καὶ οἱ μεταγενέ-  
 στεροι ἰατροὶ μετεχειρίζοντο τὰς σωμαστικὰς καὶ πρὸς ὑγιει-  
 νὴν ἢ διαιτητικὴν θεραπείαν. Φαίνεται ὅτι ἡ ἔννοια αὕτη  
 εἶνε ἀρχαιοτάτη· διότι τὰ γυμνάσια ἦσαν ἀφιερωμένα εἰς τὸν  
 Ἀπόλλωνα, ὅστις ἦτον ὁ θεὸς τῶν ἰατρῶν. Διὰ τοῦτο τὸ  
 πάλαι οἱ τῶν γυμνασίων διευθύνται, οἱ γυμνασταὶ καὶ λοιποὶ  
 ἐγνώριζον ἰατρικὴν καὶ ἐθεράπευον καὶ πάσχοντας.

Δύο δὲ τούτων ὁ Ἴκκος καὶ ὁ Ἡρόδικος ἐτι μᾶλλον ἐφῆρ-  
 μώσαν τὴν γυμναστικὴν εἰς τὴν θεραπευτικὴν καὶ ἤνωσαν  
 μετὰ ταύτης τὴν διαίταν, τὴν ἐγκράτειαν, καὶ τὴν σφόδρσύν-  
 νην. Ὁ Ἡρόδικος δὲ κατεχρῆσθη τὴν τοιαύτην θεραπευτικὴν,  
 καὶ ἐπέφερε μᾶλλον βλάβας ἢ ὠφελείας.

Τὸ βέβαιον εἶνε ὅτι ἡ γυμναστικὴ γιγνομένη κατὰ τὴν  
σμοπὴν ἐνισχύει τὸ σῶμα, καὶ προφυλάττει τὴν ὑγίαιαν κα-  
μάλιστα εἰς πάντους νοσώδεις ἐκ μίαισματικῶν πυρετῶν. Δι-  
τούτο καὶ ὁ Δυκοῦργος ὁ τῆς Σπάρτης νομοθέτης ἐνομοθέτησε  
πυλὴ τῆς σωμασκάας, καὶ εἰς αὐτὰς τὰς παρθένους ἐπέβαλε  
διότι τὸ κλίμα τῆς Σπάρτης εἶνε φύσει νοσώδες πρὸς διαλεί-  
ποντας πυρετούς.

### Δ. ΠΡΟΧΕΙΡΟΣ ΝΟΣΟΛΟΓΙΑ ΚΑΙ ΘΕΡΑΠΕΥΤΙΚΗ

#### Περὶ ἰκτέρου.

Ἡ λέξις ἰκτερος (κοινῶς χρυσὴ ἢ κίτριναδα) παρ-  
γεται ἐκ τοῦ ἰκτίος, ὅπερ εἶνε ζῶον ἔχον κίτρινους ὀφθαλ-  
μούς, προέρχεται ἐκ παθήσεως τῆς χολοδόχου κύστεως. Ἡ  
πάθησις ταύτης προέρχεται ἐξ ἐξογκώσεως τοῦ ἥπατος,  
ἐξ ἀπλῆς διαβατικῆς συμφορήσεως, ἐκ χρονίας φλογώ-  
σεως ἐξ ὀξείας φλογώσεως, κλπ. εἶνε λοιπὸν ὁ ἰκτερός  
ὡχρὸν ἰδίᾳ νόσος, ἀλλὰ σύμπτωμα μέγα τῆς παθήσεως τῆς  
χολοδόχου κύστεως· διότι δὲν χύνεται ἡ χολὴ ὑπὸ τῶν πε-  
λαρῶν ἐπὶ τὸ δωδεκαδακτύλου ἐντέρον.

Ἐπέρχεται ἄλλοτε ἀίφνης καὶ διὰ μιᾶς, καὶ ἄλλοτε κατὰ  
ὀλίγον. Αναφαίνεται κατ' ἀρχὰς ἐπὶ τοῦ λευκοῦ τῶν ὀφθαλ-  
μῶν, ἐπὶ τοῦ κάτω μέρους τοῦ λαιμοῦ, καὶ ἐπὶ τέλους ὅλου τοῦ  
δέρμα καθίσταται κίτρινον ὡς ὁ χρυσός, ὅλοι σχεδὸν οἱ χυ-  
μοὶ τοῦ σώματος ἔχουσι κατὰ τὸ μᾶλλον καὶ ἥττον βαφὴν  
κίτρινην καὶ σίερος καὶ οὖρον· τὸ δὲ κόπρανα εἰσι λευκά.  
Τοῦτο δεικνύει ὅτι ἡ χολὴ δὲν χύνεται τότε εἰς τὴν ἔντερν,  
ἀλλ' ἀπορροφᾶται καὶ φέρεται παντοῦ ἐν τῷ σώματι διὰ τοῦ  
αἵματος, ὅπερ τότε ἔχει καὶ τὰ τῆς χολῆς συστατικά.

Διακρίνεται εἰς δύο εἶδη ὁ ἰκτερός.  
Τὸ ἐν εἶνε ἁπλοῦν, καὶ ἐπισυμβαίνει ἐνίοτε ἐκ παραχῆ  
τοῦ στομάχου, ἐκ διαταρξίσεως τῶν πνευμόνων, ἐκ μεγάλης  
θερμότητος, ἐκ πολυφαγίας, ὅταν γίνηται δυσπεψία, ἐκ σφο-  
δρῶν παραχῶν ἠθικῶν, ἐξ αἰφνιδίας λύπης, κλπ. συμβαίνει  
σπασμὸς τοῦ ἀγωγοῦ τῆς χολῆς καὶ ἐμποδίζεται ἡ χύσις ταύ-  
της εἰς τὰ ἔντερα· γίνεταί δὲ καὶ ἐκ λίθων τῆς χολοδόχου  
κύστεως.

Ὁ ἰκτερός οὗτος θεραπεύεται εὐκόλως καὶ διαφόροις τρό-  
ποις. Διὰ χουτρῶν, ποτῶν δροσιστικῶν, ἀναπαύσεως, διαμο-  
νῆς ἐν ἐξοχικῇ οἰκίᾳ, διασκεδάσεως, κλπ. ὠφελεῖ τὸ ἀφέψη-  
μον τῶν μίσχων τῶν κεράσων, καὶ τῆς ρίζης τῶν ἀσπαράγγ-  
ων, στάγματα καθαρῶν, ἢ ἀλοῆ, ἢ ἀρκενθῆς (κεδρό-  
κουκα), τὰ ὑπόξυνα ποτά, ἀφέψημα φύλλων κάρυας, ἢ ἀποχῆ  
γάλακτος κλπ.

Κοινῶς θεραπεύουσι ταῦτον διαφόροις τρόποις· ποιοῦσι  
τρεις χαράξεις ὑπὸ τὴν γλῶσσαν ἐπὶ τοῦ χαλινοῦ αὐτῆς· ἢ  
ἐπὶ τοῦ μεσόφρου. Δίδουσι κόνην ἐκ ζιγγιβάρεως (πιπερ-  
ρορίζης) ἐπὶ 4 ἡμέρας. Δίδουσι δύο δράμια ὑδροχλωρικής  
ἀμμωνίας, (νισαντίρι) ὑπὸ κόνην, μετ' ἴσου ποσοῦ ζαχάρεως  
διηρημένης εἰς δύο ἴσα μέρη, ὧν τὸ ἐν λαμβάνει ὁ πάσχων  
τὴν πρωτάν, καὶ τ' ἄλλο τὴν ἐσπέραν ὑπὸ λήγουσαν τελήνην  
(χάση φεγγαρίου)· καὶ ὁ χυμὸς τοῦ ὄνισκου θεραπεύει (Ἴδε  
Φοῖβον ε. ε. σελ. 21) κλπ.

Γραῖαί τινες χωρικά θεραπεύουσι τὴν χρυσὴν μυστικῶς  
δίδουσαι πρὸς κατάποσιν ἐπὶ τρεῖς ἡμέρας ἀνὰ μίαν στα-  
φίδα ἀκεραίαν· τὸ μυστικὸν τοῦτο φάρμακον εἶνε βδελυρότα-  
τον καὶ ἴδιον τοῦ ἀκαθάρτου βίου τῶν ἐντὸς τῆς σταφίδος  
θέτουσι τρεῖς φθειρας κορμοῦ.

Τὸ ἄλλο εἶδος τοῦ ἰκτέρου προέρχεται ἐκ τῆς ὀξείας φλο-  
γώσεως τοῦ ἥπατος, καὶ εἶνε ὀξείως συμπτωματικόν, καὶ θε-  
ραπεύεται μετὰ τῆς θεραπείας τοῦ πάθους. Προέρχεται καὶ  
ὅταν τὸ ἥπαρ εἶνε εὐπαθὲς καὶ ἐρεθισμένον, ὅταν ἐπισυμβῶ-  
σιν ἐν τῷ μεταξύ παραχῆ, προσβολὴ ψύχους, κλπ. Ὅμοιου-  
τος ἰκτερός θεραπεύεται συνθεραπευομένον καὶ τοῦ ἥπατος.

Ἐν τῇ ἰατρικῇ ὑπάρχει καὶ ἰκτερός ἐρυθρός (φοινιγ-  
μός), μελάς, χλωρός τῶν νεογενῶν· κοινῶς δια-  
κρίνεται χρυσὴ κίτρινη καὶ χρυσὴ λευκὴ, αὐτὴ ἀνάγε-  
ται εἰς τοὺς σπληνικούς.

### Ε. ΠΡΟΧΕΙΡΟΣ ΦΑΡΜΑΚΟΛΟΓΙΑ

#### Περὶ τῆς ὑγρᾶς ἀμμωνίας.

Τὸ ὑγρὸν τοῦτο ἀσφραϊνόμενον ἐπιφέρει ἰσχυρὸν κεντισμὸν  
εἰς τὴν ρίνα, ἐξ οὗ καὶ δάκρυα χύνονται ἐκ τῶν ὀφθαλμῶν,

καὶ εἰν διαρκέστερον προσβάλλη ἐπερχεται ἐρυθρίτης τῶν ὀφθαλμῶν· εἰν δὲ ἰσχυρῶς καὶ διαρκέστερον ὀσφραυθῆναι ἐνδέχεται νὰ ἐπισυμβῶσι λίαν δυσάρεστα ἀποτελέσματα καὶ αὐτὸς ὁ θάνατος.

Ἐὰν ἐπιτεθῇ ἐπὶ τοῦ δέρματος, ἐπιφέρει θερμότητα· οὕτω μείνη καιρὸν τινα, ἐπιφέρει καθῶσιν καὶ φλύκταιναν ὡς τὸ ἐκδόριον. Διὰ τοῦτο ὅταν θέλῃς ταχέως ν' ἀφαιρέσῃς τὴν ἐπι-δερμίδα τοῦ σώματος ἐκ τινος μέρους, ἵνα ἐπιθέσῃς μορφὴν ἢ ἄλλο ἰατρικόν, χρῶ τὴν ἐπίθεσιν τῆς ἀμμωνίας ὡς ἔξῃ.

Δάβε νόμισμα χρυσοῦν ἢ ἀργυροῦν καθάρισον τὴν ἐπιφάνειάν του, καὶ ἐνσταξον ἐπ' αὐτῆς στάγματα ὑγρῆς ἀμμωνίας καυστικῆς ἰσχυρᾶς, καὶ ἐπίθεσον ἐπὶ τοῦ δέρματος. Μετὰ τινα λεπτὰ ὥρας ἀφαιρέσον τὸ νόμισμα, καὶ εὑρίσκεις τὴν ἐπιδερμίδα ἐξογκωμένην φλυκταινώδη, ἀφαιρέσον διὰ λαβίδος ταύτην, καὶ ἐπίθεε ἐπὶ τοῦ γυμνοῦ οὕτω δέρματος ἢ ἰατρικὸν τῆς βουλήσεώς σου. Οὕτως ἐπιτίθεται ἡ κίρκος ἢ εἰς θεικῆς μορφίνης πρὸς θεραπείαν νευραλγίας, ρευματισμοῦ, κλπ. Ἡ μέθοδος αὕτη τῆς θεραπείας καλεῖται ἐν δερμική.

Διὰ τῆς ὀσφρήσεως ἐπιφέρει διέγερσιν τοῦ νευρικοῦ συστήματος· διὰ τοῦτο ὀσφραϊνομένη ὀλίγον ἐπαναφέρει τοὺς λειποθυμημένους, καὶ ἐπιτε καὶ τοὺς πνιγμένους· ἀφελὲ κατὰ τῆς ὑστερικῆς συγκοπῆς, κατὰ τῆς κεφαλαλγίας κλπ.

Κατὰ τῆς κεφαλαλγίας, ἢ τῆς ἡμικρανίας, πρέπει νὰ ὀσφραίνηται κατ' ὀλίγον καὶ συνεχῶς. Ἴνα λοιπὸν ὁ πάσχων ἐκ ἀτμῶν ὀλίγων ἀμμωνίας γίνεται μίγμα ἐξ ὑδροχλωρικῆς ἀμμωνίας εἰς κόμην καὶ ἀσβέστου τιτύτου, τὰ ὅποια ἀναμιγνύονται καλῶς καὶ τίθενται ἐντὸς φιάλης πωμομένης διὰ φελλοῦ. Ὅταν λοιπὸν θέλῃς νὰ ὀσφραίνῃσαι ἀτμῶν ἀμμωνίας, ὀσφράνθητι τοῦτο· διότι ἐξέρχονται κατ' ὀλίγον τοιοῦτοι ἀτμοὶ ἀβλαβῶς, καὶ διαρκοῦσι πολλὰς ἡμέρας. Κατὰ τῆς ἡμικρανίας ἢ κεφαλιγίας χρῶ καὶ τὴν κίττωθι σκευασίαν ἣτις ἐπιτυγχάνει καλῶς.

Δάβε οἶνοπνεύματος δυνατοῦ	δρ.	40
καφουράς	»	5
ἀμμωνίας ὑγρῆς καυστικῆς	»	10
ἐλαίου τοῦ γλυκανίσου	»	1

μῆξον, καὶ φύλαξον ἐν φιάλῃ.

**Χρήσις.** — Ὅταν ἔλθῃ ὁ πονοκέφαλος ὀσφράνθητι συνεχῶς τὸ ἰατρικὸν τοῦτο, καὶ λάβε μικρὸν τεμαχίου λευκοῦ πανίου ἐπίμηκες ὡς ταινία β ἢ γ δακτύλων, ἔμβρεξον ἐκ τοῦ ὑγροῦ, καὶ ἐπίθεε ἐπὶ τοῦ μετώπου, καὶ ἄφες μέχρι οὗ στεγνώσῃ, καὶ πάλιν ἔμβρεξον τὸ πανίον καὶ ἐπίθεε, καὶ ἐπανάλαβε συνεχῶς μέχρι παύσεως τοῦ πονοκεφάλου· ἀλλὰ ταυτοχρόνως πρέπει νὰ γείνηται καὶ ἡ ὀσφρυνσις.

Πρόσεξον ὅπως τὸ πανίον ἦνε μετρίως ἔμβρεγμένον ἵνα μὴ ρεῖ τὸ ὑγρὸν ἐπὶ τῶν ὀφθαλμῶν· διότι βλάπτει τούτους.

Ἐὰν ἡ καυστικὴ ὑγρὰ ἀμμωνία ἐνωθῇ μετὰ κοινῆς ἐλαίου ὑπὸ ἀναλογίαν ἐνὸς μέρους ταύτης μετὰ β ἢ 8 μερῶν τούτου, ἀποτελεῖται σαπωνώδης ἀλοιφή, ἣτις καλεῖται ἰατρικῶς ἄλειμμα δι' ἀμμωνίας (λιωμέντο βολάτιλε) καὶ φυλάττεται ἐντὸς φιάλης πωμομένης.

Ἡ ἀλοιφή αὕτη ἐπαλειφομένη ἐπὶ τοῦ σώματος τοῦ πάσχοντος ἐκ ρευματικῶν πόνων ἔνεκα κρυολογήματος διαλύει τούτους· ἐπιφέρει θερμότητα ἐπὶ τοῦ δέρματος καὶ αὐξάνει τὴν ἀδηλοῦν διαπνοήν. Καλόν ἐστὶ νὰ πλῆ ὁ πάσχων καὶ ἔμβρεγμα ἐκ φιλόρας (τιλίου), ἢ τσαῦου, ἢ ἀκτῆς (σαμπούκου) διότι οὕτως αὐξεται ἡ θερμότης τοῦ σώματος καὶ τὸ κρυολόγημα ταχέως διαλύεται.

Καυστικῆς ὑγρᾶς ἀμμωνίας εἰν ἐπιστάξης στάγματά τινα ἐπὶ πληγῆς, προσελθούσης ἐξ ὄψεως, σκορπίου ἢ λυσσῶντος κυνός, διαλύει τὸν ἰὸν (τὸ δηλητήριον)· τινὲς δίδουσι καὶ ἐσωτερικῶς β ἢ 8 στάγματα ταύτης ἐν ὕδατι, ὅπερ ὀφέλιμον.

Τινὲς θεωροῦσι καλὸν ὅπως ἐνοῦται μετὰ δυπλασίου ὕδατος, οὕτως ὀφελὲ ἐπιτιθεμένη κατὰ τοῦ δαγκύματος, τῶν κωνώπων, κλπ. Ἐκαστος πρέπει νὰ ἔχῃ ἐν τῇ οἰκίᾳ του ποσὸν τι ἀμμωνίας.

Ἐσωτερικῶς εἰν ἐνσταλαχθῶσιν β ἕως 8 σταγῶνες ἐντὸς ποτηρίου ὕδατος ψυχροῦ, καὶ ποθῇ τὸ ὑγρὸν, διαλύει τὴν μέθην, δύναται ἐν μεγίστῃ ἀνάγκῃ νὰ ἐπαναληθῇ ἢ δύοσις μετὰ ἡμίσειαν ὥραν.

### Ζ'. ΠΡΟΧΕΙΡΟΣ ΦΑΡΜΑΚΕΥΤΙΚΗ

#### Καπνίσματα και υποκαπνίσματα.

Ἡ ἐντὸς διαστήματός τινος διάχυσις ἀέριου ἢ ἀτμῶν πρὸς ἀλλοίωσιν τῆς τοῦ ἀναπνεομένου ἀέρος ιδιότητος, καὶ τροποποίησιν τῆς δυνάμεως αὐτοῦ ἐπὶ τῆς τοῦ σώματος νομίας καλεῖται κάπνισμα. Ἐὰν δὲ γίνηται ποτὸ ἐπὶ μέρους τοῦ σώματος πάσχοντος, ὅπερ διατηρεῖται περιωρισμένου διὰ περικαλυμμάτων καλεῖται ὑποκάπνισμα.

Τὸ κάπνισμα λοιπὸν δύναται γενέσθαι διὰ ξηρῶν ἀτμῶν σώματός τινος, ἢ δι' ὑγρῶν ἀτμῶν ὑγροῦ.

Τὸ ξηρὸν κάπνισμα γίνεται διὰ τοῦ σακχάρου, δι' ἀρκευθίδων (σφαίρια κέδρου, κενδρίκουκα), δι' ἡλεκτρον, θείου, ὑδραργύρου, βενζόης, ὀλυβάνου, κλπ. Ἐκαστον τούτων ἐπιρρίπτεται ἐπὶ φλεγόντων ὑβρίκων, αἱ δὲ ἐκ τούτων παραγόμενοι ξηροὶ ἀτμοὶ πληροῦσι τὸ διαίστημα, ἔνθα ὑπάρχει ὁ πᾶσχων, ἢ πληροῦσι περιωρισμένον μέρος.

Τὸ ὑγρὸν κάπνισμα γίνεται διὰ τῶν ἀτμῶν βράζοντος ὕδατος, ἔνθα ἐνυπάρχουσι καὶ ὕλαι ἀρωματικά. Γίνεται τοῦτο τοπικῶς ἐπὶ μέρους τοῦ σώματος πρὸς θεραπεσίαν ἰσχυίδος, καὶ ἄλλων τοπικῶν παθῶν. Τότε διευθύνονται ἐν περιωρισμένῳ χώρῳ, ἐντὸς τοῦ ὁποίου κείται τὸ ἔξατμιζόν ἄγγος, ἢ διὰ χώνης ἢ ἄλλου σκεύους διευθύνεται ἐπὶ τινος χώρας τοῦ σώματος ἐντὸς τῶν ὧτων, τῶν ριθῶνων, τοῦ φάρυγγος, κλπ. Τὸ ὑγρὸν κάπνισμα ἀνάγεται εἰς τὰ ἀτμώδη λουτρά, περὶ ὧν ἰδὲ Π α ρ α φ ο ἰ β ο ν.

#### Κάπνισμα διὰ χλωρίου.

Ὁ σκοπὸς τοῦ καπνίσματος τούτου ἐστὶν ἡ διὰ χλωρίου καταστροφή μισμμάτων, εὑρισκομένων ἐν θαλάμῳ ἢ ἄλλῳ διαστήματι. Πρὸς παραρρωγὴν τοῦ χλωρίου γίνεται τότε τὸ μίγμα

Λάβε ἅλατος κοινοῦ	δραχ.	100
ἄξειδωμένου μαγγανησίου	”	50
ὑδατος κοινοῦ	”	60
θεικοῦ ὀξέος	”	60

Ἀνάμιξον ἐν πηλίνῳ ἀγγεῖῳ τὰ τρία πρῶτα εἶδη, καὶ προσθέσας εἶτα τὸ ὀξύ, ἀνακίνησον διὰ ράβδου· οὕτω παράγεται κατ' ὀλίγον καὶ διαρκῶς χλωρίον, ὅπερ κατακοραίνει τὸν ἀέρα, ἔνθα κείται τὸ μίγμα· ἐὰν πρόκηται ἢ καταστροφή μίγματος ἐν θαλάμῳ, τίθεται τὸ μίγμα ἐν αὐτῷ, καὶ πάντοθεν κλείεται ὁ θάλαμος· μετὰ 24 ὥρας, ἀνοίγονται θύραι καὶ παράθυρα πρὸς ἀνανέωσιν τοῦ ἐν αὐτῷ ἀέρος. Τὸ ρηθὲν ποσὸν ἰκανὸν ἐστὶ πρὸς καθαρισμόν θαλάμου ἐκτάσεως πέντε τετραγωνικῶν μέτρων· ὅτως καθαρίζονται καὶ στρωμαί, καὶ ἐνδύματα κλπ. ὑποβαλλομένου τοῦ μίγματος ἐν κλειστῷ θαλάμῳ.

Γίνεται κάπνισμα διὰ μίγματος ἁλατος κοινοῦ, καὶ διὰ χλωροῦχου τιτάνου, τίθεται ἐπὶ τριβλίου ἐν τῷ θαλάμῳ, ἢ διαλύεται ἐν ὕδατι, καὶ ἐμβρέχονται ὀθονια, ἅπερ ἐκτίθενται ἐπὶ σχοινίαν ἵνα ἐπιταχυθῇ ἡ ἐξάτμισις, καὶ κορεσθῇ οὕτως ἀτμῶν ὁ ἀήρ· ἐκ τῶν ἀτμῶν τῶν παραγομένων ἐκ τῆς ἐνώσεως τῶν δύο τούτων σωμάτων.

Παράγεται χλωρίον καὶ ὅταν τεθῇ ἐν φιάλῃ, ἢ ἐν ἄλλῳ ὑέλινῳ ἢ πηλίνῳ ἀγγεῖῳ μαγγανησίον ὀξειδωμένον καὶ ὑδροχλωρικὸν ὀξύ· οὕτως ἀναπτύσσεται κατ' ὀλίγον χλωρίον, καὶ δύναται τις πρὸς προφύλαξιν φέρειν μεθ' ἑαυτοῦ τὸ μικρὸν ἄγγος τοῦτο, ὅπερ ἀνοίγει τὴν ὀπήν κατὰ θέλησιν· ὑπάρχει καὶ ἐπιτήδες σκευὸς πρὸς τοῦτο φέρων στρόφιγγα.

Ἐξ ἀρχαιοτάτης ἐποχῆς ἦτο γνωστὸν τὸ διὰ καπνίσματος καθάρισμα τοῦ μiasματικῆς ἀέρος. (Ἰδὲ Συνέκδ. ὑγιεινῆν ἐδ. Β' σελ. 15).

Συνήθως γίνονται ἀντιμiasματικοὶ καπνισμοὶ καὶ διὰ νίτρου, καὶ διὰ μαγειρικοῦ ἁλατος.

Λάβε νίτρον	γραμ.	15
θεικοῦ ὀξέος	”	15

θέσον τὸ νίτρον ἐν ἀγγεῖῳ πηλίνῳ καὶ ἐπίχυσον τὸ θεικὸν ὀξύ, ἀφες ἐκτὸς τοῦ θαλάμου ἄχρις οὗ ἐκλυθῶσιν οἱ ἀτμοί, οἵτινες τὸ πρῶτον παράγονται ἐρυθροί, καὶ εἶτα ἀναφαίνονται λευκοί, τότε θέσον τὸ ἄγγος ἐντὸς τοῦ θαλάμου πρὸς καθαρισμόν.

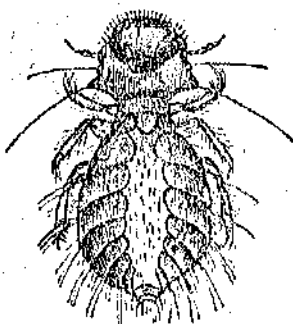
Τὴν διὰ ξηρῶν καπνισμάτων θεραπείαν μεταχειρίζονται πολλαχοῦ ἐμπειρικοὶ ἀμαθεῖς ἰατροί, οἵτινες ἀγνοοῦντες τ' ἀποτέλεσματα τῆς ὑπερβολῆς ἐπέφερον ὀλέθρους. Τινὲς

θεραπεύουσιν οὕτω τὸ σπυρίκωλον, τὰ σφιδιδικά τε  
θη, καὶ τινὰ κακοήθη ἐξανθήματα. θέτουσι κινάβαρον (θεσί-  
χον ὑδράργυρον) μεμιγμένον μετὰ μήλων κυπαρίσσι  
ἐπὶ ἀνθρακιάς, ἐφ' ἧς διατηροῦσι τὸν πάσχοντα περιε-  
λυμένον πάντοθεν δι' ὑφασμάτων, οὕτως ὥστε νὰ μὴ ἀν-  
κοινωνῇ ὁ εἰσπνεόμενος ἀλλ' ὁ ἔχων τοὺς ἀναπνεομένους  
ἀτμούς, μετὰ τοῦ ἐξωτερικοῦ ἀέρος. Πολλοὶ ὑπέφερον π-  
λισμόν, καὶ τινες ἀπέθανον.

Ἐν γένει γίνονται καπνίσματα καὶ ἀρωματικά καὶ βλά-  
λων ὑλῶν κατὰ τὸν σκοπὸν.

### Κοτόψειρα ἢ Λοιμώψειρα.

Εἶνε ζωῶφιον ὄρατὸν γυμνοῖς ὀφθαλμοῖς, γεννᾶται καὶ ἔ-  
πὶ τῶν ὀρνίθων, περιστερῶν, καὶ ἄλλων πτηνῶν, πολλὰ ἐ-  
ρίσκονται ἐπὶ τοῦ ράμφους, καὶ ἐ-  
πὶ τῶν πτερῶν· διαφέρουσι κατὰ  
τὸν εἶδος τοῦ ζώου (ἰδὲ ἀν-  
τιεἰκόνα). Πολυπλασιάζονται  
ἐπὶ τῶν ὀρνίθων καὶ περιστερῶν  
τῶν κακῶς περιποιημένων, εἰς τὴν  
ὁποῖα φέρουσι τὸν θάνατον ἢ μ-  
ψυχρανθῆ τὸ σῶμα φεύγουσι καὶ  
γίνονται ἀφανῆ. Μεταβαίνουσι  
ἐνίοτε εἰς τὸν ἄνθρωπον, ἐνθα ἐπι-  
φέρουσι κνισμὸν καὶ ἀνησυχίαν  
ἀλλὰ ταχέως φεύγουσιν ἀπ' αὐτοῦ  
διότι δὲν εὐδοκιμοῦσιν ἐπὶ τοῦ ἀνθρωπίνου δέρματος.



Ὁμοιάζουσι μὲ τοὺς φθειράς· ἐκεῖνοι ὅμως ἔχουσι πρ-  
βοσκίδα, δι' ἧς ἐκφυζῶσι τὸ αἷμα, οὗτοι ἔχουσι στόμην  
μὲ σιαγῶνας ἐχρῦσας δύο ὀδόντας ἐπὶ δὲ τῆς κεφαλῆς δύο  
κεράτια.

Ὁ Ἄριστοτέλης λέγει ὅτι «οἱ ὀρνίθες καὶ οἱ φασιανὲς  
ἔχουσι φθειράς, ὅταν δὲν ἐντρίβωνται ἐν κοιτορῶν, ἀλλὰ  
καταστρέφονται ὑπὸ τῶν φθειρῶν.

## ΕΠΙΣΤΟΛΑΙ

Βραῖλα 8 Δεκεμβρίου 1881.

Ἀξιότιμε ἰατρὲ κ. Ι. Η. Πύρλα. Εἰς Ἀθήνας.

Πόσον θὰ ἐλογιζόμην εὐτυχῆς καὶ κατὰ πολλὰ ὑπόχρεος  
εἰς ἡμᾶς ἐὰν εἰς ἀπάντησιν διὰ τοῦ προσεχόδου ἀξιολόγου  
φύλλου σας "Φοίβου" μοὶ ἐδίδετε τὴν ἐξῆς πληροφορίαν.

Ἐπειδὴ εἰς τὸ πρῶτον φυλλάδιον τοῦ "Φοίβου" τοῦ Δε-  
κεμβρίου ὑπ' ἀριθ. 1 ὅπερ μοὶ περιήλθε κατ' αὐτάς· διότι  
τυγχάνω συνδρομητῆς, εἶδον νὰ κάμητε λόγον περὶ τῆς ἐκ  
τῆς ἀναγνώσεως τῶν μυθιστορημάτων βλάβης καὶ νὰ συμ-  
βουλευήτε τοὺς ἀναγνώστας τῆς ἀποχῆς αὐτῶν, Σᾶς πα-  
ρακαλῶ ἐν ὀλίγαις λέξεσι εὐαρεστούμενοι νὰ μοὶ εἴπητε, ἀνοὶ  
εἰς τὰ θεάτρα συχναίοντες ἀκροαταὶ εἰς τὴν αὐτὴν τῶν μυθι-  
στορημάτων κατηγορίαν ὑπάγονται; ἢ ὄχι; καὶ ἐν τοιαύτῃ  
περιπτώσει διατὶ πολλάκις ὁ ἀκροατὴς ἐν τῷ θεάτρῳ συκι-  
νεῖται περισσότερο παρ' ἐκ τῆς ἀναγνώσεως τῶν μυθιστορη-  
μάτων, καὶ ἔταν μάλιστα αἱ παραστάσεις εἶναι συγκινητικαί;

Ἐὐέλπις ὅτι περὶ τοῦ ἀνωτέρου θέλω τύχει ὑμετέρας ἀπαν-  
τήσεως, ἐκφράζω ὑμῖν ἐκ τῶν προτέρων τὰς θερμὰς μου εὐ-  
χρηστικῆς, μεθ' ὧν διατελῶ κτλ. Ι. Η.

Ἀπάντησις. Τὰ θεάτρα ἀρχικῶν σκοπῶν εἶχον τὴν διὰ  
πράξεων διδασκαλίαν τῆς ἠθικῆς, ἐνθα τὴν μὲν ἀρετὴν παρ-  
στανον βραβευομένην, τὴν δὲ κακίαν τιμωρομένην. Αἱ τρα-  
γωδαὶ καὶ τὰ ἄλλα δράματα καὶ τὸ πάλαι καὶ νῦν εἰσὶν μυ-  
θιστορήματα ἠθικῆς διδασκαλίας γυγνομένης οὐχὶ δι' ἀνα-  
γνώσεως, ἀλλὰ διὰ παραστάσεως πραγματικῆς τῶν περιγρα-  
φομένων γεγονότων, ἐξ ὧν αἱ ἐντυπώσεις εἰς τοὺς ἀκροατὰς  
καὶ θεατὰς γίνονται ζωηρότεραι, καὶ ἀποτελεσματικώτεραι  
αἱ διδασκαλίαι, παρ' οἷαι γίνονται διὰ μόνης τῆς ἀναγνώσεως.

Ὁ νεώτερος ἡμῶν πολιτισμὸς, ὅστις κυλινδεται εἰς τὴν  
ἕλην, καὶ εἰς πᾶς ἐκ ταύτης τέρψεις, οὐ πολὺ ἐνδιαφερόμενος  
διὰ τὴν ἠθικὴν τελειοποίησιν, ἦν καὶ ὁ χριστιανισμὸς καὶ ἡ  
ἠθικὴ φιλοσοφία ἐπιβάλλει εἰς πᾶσαν κοινωνίαν διὰ τοῦ  
εὐαγγελικοῦ ρήματος, ἔσ ε σ θ ε ο ὧ ν ὑ μ ε ἰ ς τ ἔ λ ε ἰ ο ἰ  
ὡ ς π ε ρ ὁ π α τ ῆ ρ ἡ μ ῶ ν ὁ ἐ ν ο ὕ ρ α ν ο ἰ ς τ ἔ λ ε ἰ ὀ ς  
ἔ σ τ ἰ πα ρ ε κ τ ρ α π ε ἰ ς ἐ κ τ ῆ ς ἠ θ ι κ ῆ ς τ ἔ ρ ψ ε ω ς ἐ π ἠ ἠ ρ ε κ ε τ ῆ ν πα-  
ρ ε κ τ ρ ο π ῆ ν καὶ εἰς τὰς θεατρικὰς παραστάσεις, ἐν αἷς διδά-  
σκονται ἐν πράγμασι τὰ ἀνηθικώτερα μυθιστορήματα.



Παρατήρησον ὅπου ὑπάρχουσι θέατρα τῆς τοιαύτης ἐπο-  
χῆς, ἐκεῖ καὶ ἡ ἠθικὴ διαφθορὰ προβαίνει μεγάλως· διὸ  
μεγαλειτέρας διδασκαλίας καὶ ζωηροτέρας ἐντυπώσεις πα-  
ρέχει ἢ ἐν τῷ θεάτρῳ παράστασις, παρὰ ἡ ἀνάγνωσις.

Χάριν λοιπὸν τῆς ἠθικῆς διαμορφώσεως ὀφείλουσι οἱ γυ-  
νεῖς καὶ οἱ παιδαγωγοὶ οὐ μόνον νὰ καταργῶσι τὴν ἀνάγνω-  
σιν τῶν μυθιστορημάτων, ἐκτὸς ὀλίγων περιωρισμένων ἐντὸς  
τῆς ἀρετῆς, ἀλλὰ καὶ ν' ἀπέχωσι τῆς φοιτήσεως εἰς θέατρα  
τοιαύτης φύσεως· ἐκτὸς ἂν παρίσταται τραγωδία ἢ δράμα τι  
ἠθικοῦ ποιητοῦ. Ἀποχὴ λοιπὸν καὶ τῶν Vaudevilles καὶ τῶν  
παρομοίων παραστάσεων. Μισοῖτο καὶ ἐπικατάρταται ἐστῶσαν  
οἱ ἄρχοντες καὶ οἱ παιδαγωγοὶ οἱ εἰς τὰ τοιαῦτα φοιτῶντες.

Ἐκαστος τῶν συνδρομητῶν τοῦ «Φοίβου» καὶ τῆς «Γεωρ-  
γικῆς» παρακαλεῖται ὅπως λάβῃ τὸν κόπον νὰ πέμψῃ τὴν  
εὐτελεῖ συνδρομὴν τῶν φρ. 5 διὰ τὸ ἐσωτερικόν, καὶ 5,50 διὰ  
τὸ ἐξωτερικόν εἰς γραμματόσημα οἰουδήποτε ἔθνους ταχυ-  
δρομικῶς ἐν ἐπιστολῇ, ἀφαιρῶν ἐκ τοῦ ποσοῦ τὰ ταχυδρο-  
μικά, πρὸς τὸν ἐκδότην κ. Ι. Π. Πύρλαν ὑπ' εὐθύνην αὐτοῦ·  
διότι οὐδεμία μέχρι τοῦδε ἀφορμὴ ἐδόθη πρὸς δυσπιστίαν εἰς  
τὴν ταχυδρομικὴν ὑπηρεσίαν.

Οὕτως γίνεται μεγάλη εὐκολία τῆς εἰσπράξεως, καὶ ἀπο-  
φυγὴ ἐπαχθῶν ἀπαιτήσεων ἐξ εἰσπρακτόρων, καὶ μεγάλη  
χάρις εἰς τὴν διεύθυνσιν τοῦ «Φοίβου».

“Ἄνευ χαλκοῦ Φοῖβος οὐ μαντεύεται.”

Πωλοῦνται ἐν τῷ γραφείῳ τοῦ Φοίβου ἐκ τῶν συγγραμ-  
μάτων τοῦ κ. Ι. Π. Πύρλα.

Συνέκδημος ὑγιεινῆ ἐκδ. Β' .....	φρ. 6
” Ἰατροδικαστικὴ τόμοι 3.....	” 10
Ἐγχειρίδιον φυσικῆς πειραματικῆς.....	” 2
Πραγματεία περὶ τοῦ Καφέ .....	” 1
” ” ” ἐν Ἑλλάδι ἄρμο- δίου πολιτεύματος .....	” 1
Περὶ χολέρας.....	” 1
“Φοῖβος” τῶν ἐτῶν Α', Β' καὶ Γ', ἀνά.....	” 5
“Παραφοῖβος” Α' καὶ Β' ἔτους.....	” 2 1/2
“Γεωργικὴ” ἐτήσια συνδρομὴ.....	” 2