

U P O M I N E K

D L A

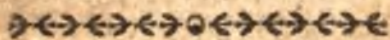
TROSKLIWYCH RODZICOW,
ZAWIERAJĄCY ROSPRAWĘ.

O fizyczném (cielesném) wycho-
waniu dzieci podług zasad
medycyny,

przez

M. M a h l,

Doktora medycyny we Lwowie.



№ 621.

UNIwersytet Łódzki
Zakład Historii
i Filozofii Medycyny

W e L w o w i e,

Wyciśnięto u Józefa Jana Pillera.



25.

Przedmowa.

Zdrowie człowieka jest na ziemi naywiększém i nayważnieyszém dobrem, które nawet przy niedostatku innych darów fortuny uprzyjemnić mu życie i uszczęśliwić go może; gdzie bowiem zdrowia nie ma tam niczego nie dostaie. Atoli, wesołe i szczęśliwe życie człowieka na tym świecie zależy wielce od fizycznego wychowania w iego dzieciństwie. Wychowanie bowiem mając wielki wpływ na doskonałość i utrwalenie zdrowia, a nawet wszystko to, co tylko na człowieka w młodocianym wieku działa; nie tylko w obecności ale nawet w całym ciągu przyszłego życia iego ważne i stanowcze za sobą prowadzi skutki.

Rozsądne i przyzwoite wychowanie fizyczne, jest niezawodnym środkiem do przedłużenia naszego życia; przeciwnie zaś, w błędném wychowaniu tkwią nay-

główniejsze przyczyny skracające wiek ludzki. — Sławni mężowie wyrachowali że ze stu żywo urodzonych niemowląt, przed końcem trzeciego roku, więcej nad trzédzieścioro ten świat opuszczają. Do tak okrutney zaguby dzieci, przykładą się nieochybnie złe onych wychowanie fizyczne.

Delikatne i miętkie wychowanie w dziecinnym wieku, szkodliwe przewyżczaienia i błędy w pokarmie i napoju, tudzież w ubiorze i inném pielegnowaniu dziecka, przyczyną są nietylko powszechnéy słabowitości, ale nawet prowadzą w mañoletności mnóstwo chorób zagrażających życiu przy pierwszém rozwinięciu dziecka, zaszczepiają w niem na dalszy wiek skłonności do wielu chorób i wpędzają wielką część ludzi za nadto wczéśnie do grobu! —

Wykształcenie przeto sił fizycznych przyszłego człowieka, zasługuje na największą uwagę, szczęście bowiem i wewnętrzna spokoyność rodziców ze szczęściem ich dzieci ściśle jest połączone. — Lecz niedosyć na tém, ażeby rodzice wtenczas dopiero staranie o swoiém dziecku mieli, kiedy już na świat przyydzie;

owszém chwila zapłodnienia i zachowanie się matki w czasie noszenia drugiej istoty w żywocie swoim, mają równie wielki wpływ na przyszłe zdrowie i życie człowieka. —

A zatem spodziewam się przyłożyć do powszechney korzyści, podawaiąc troskliwym rodzicom naysposobniejsze i nayistotniejsze zasady, które od wielu doświadczonych lekarzy o tym ważnym przedmiocie wykazane, moiém zaś własném i długoletném doświadczeniem potwierdzone zostały. Na fundamencie tych zasad mogą rodzice osiągnąć wielki zamiar, to jest ustalenie zdrowia dzieci swoich.

Pierwszy Oddział

o staranności rodzicielskiej przed
porodem dzieci.

§. 1.

O zdrowych małżeństwach.

Naypierwszym i naypotrzebniejszym warunkiem trwałego i zdrowego ukształcenia ciała iest, ieżeli dziecko z cnotliwych zdrowych i mocnych urodzi się rodziców.

Nader iest trudno odznaczyć wszystkie znamiona doskonałego zdrowia, z tych powodów należy przy kojarzeniu małżeństw uważać, czyli obiedwie osoby silną i mocną budowę ciała, żywe oczy, wesołość i zdrowy kolor w twarzy mają; pod temi warunkami można się spodziewać fizycznego zdrowia i dobrego ukształcenia dzieci. — Atoli często nawet iuż w samém zapłodnieniu bywa pierwszy zaród do ułomności zaszczepiony, gdyż my nosiemy na sobie piętna rodziców naszych, nietylko co do ogólnego kształtu i usposobienia ciała, ale nawet co do szczególnych słabo-

ści i wad niektórych wewnętrznych części; skłonności nawet do chorób w składzie i budowie ciała poczętek swój mające, przez rodziców swym dzieciom mogą być zaszczipione. — N. p. pedogra, kamień, suchoty, hemoroidy. — Nic pewniejszego, że rodzice którzy się przez nieporządne życie osłabili, zaszczipiając w swe dzieci wraz z życiem nadwątlone swe zdrowie, zaszczipiają w nich także nasiona chorób, a przeto stawiają się przyczyną za nadto wczesney ich śmierci. — Z tych względów bacność na stan zdrowia osób wstępuiących w stan małżeński. może być nayważniejszym przedmiotem.

§. 2.

Prawdziwe przywiązanie małżeństwa i miłość są wtórym źródłem z którego zdrowych i dobrze ukształconych dzieci spodziewać się możemy. Dzieci z podobnego małżeństwa przychodzą na świat nayczęściej żywe i trwałe są budowy ciała; przeciwnie zaś, małżeństwa przymuszone, dla politycznych stosunków, albo między pokrewieństwem skojarzone, podług dawnego doświadczenia, rzadko kiedy zdrowe i krzepkie wydaia dzieci.

§. 3.

O Małżeństwach zbyt wczesnych.

Wiek osob wstępuiących w stan małżeński na niemałą zasługuie uwagę. — Człowiek iak każde inne zwierze, otrzymuie z czasem swoje zupełne

wykształcenie i swoje fizyczne siły, a przyszedłszy do pewney dojrzałości, wykazują się u dziewcząt już około dwunastego, u chłopców od 15go do 16go i 18go roku, niektóre fenomena zapowiadające działalność zapładniaiącego pędu, która działalność trwa od pierwszego peryodu przez kilka lat, pokąd nie przyydzie do pewney doskonałości. W pierwszym czasie, władza zapładniania nie jest jeszcze w dojrzałym stanie, bowiem dojrzałość wtenczas dopiero następuje, kiedy rośnienie ciała zupełnie ukończonem zostanie.

Ten peryod płci żeńskiej trwa krócéy; u mężczyzn zaś rozciąga się aż do 24 roku. Pierwszy peryod można uważać iako znak możności zapładniania, lecz bynajmniey nie jest jeszcze powołaniem do uskuteczniania onego.

Osoby za nadto młode wydaia na świat słabowite dzieci, a nawet własny ich orgau zapładniaiący staje się w miarę częstego używania przedwcześnie niedołężnym.

§. 4.

Luboć płeć żeńska po nastąpioney dojrzałości swoje wykształcenie wcześnief otrzymuje, iednak należałoby życzyć, ażeby rodzice swych córek prędzey za mąż nie wydawali, pokądby takowe przez 3 lub 4 lata miesięczney nie odbyły regularności; ieżeli zaś młode dziewczęta słabowitey są konstytucyi, tém bardzief o zawczesném małżeństwie nie należy myśleć, iakowych bowiem dzieci można się po nich spodziewać? —

Zbyt młode matki stają się zwykle od tego czasu nieszczeniwiemi i wydają przedwczesne płody. Naturalnie wypada ztąd iż podobne małoletnie matki, ani swym dzieciom potrzebnego pokarmu dostarczyć, ani też dolegliwości ciąży i położu bez znacznego uszczerbku własnego zdrowia wytrzymać nie są w stanie. Zaiste zanadto wiele przykładów naucza, iak smutne wypadki przedwczesne małżeństwa na zdrowie kobiet sprowadzają.

§. 5.

O spóźnionych i niedobraniach małżeństwach.

Atoli rodziców wiek zbyt opóźniony co do sił w tymże czasie wydanych dzieci nierównie bywa szkodliwym; albowiem, gdy do wydania mocnych i dobrze ukształconych dzieci, doskonałe ukształcenie organów zapładniających i iędrność całego ciała, nieodbicie jest potrzebną, ta doskonałość zaś u mężczyzn tylko do 50 lub 60, a u kobiet do 40 a rzadko do 50 roku się rozciąga, wynika ztąd, że wiek zbyt opóźniony, przynależytéj zdolności iaka do wydania krzepkich dzieci potrzebną bywa, posiadać nie może a przeto do zapładniania z powodu wysilenia i zużywanych organów, równie iak i wiek zbyt młody z powodu niedożytego wykształcenia ciała, i niedostarczających sił młodych, niezdolnym bywa.

Często spostrzedz można niedobre małżeństwa, starzy mężowie żenią się pospolicie z mło-

dem i niewiastami lub dziewczętami. Że podobne małżeństwa, olbrzymów wydać nie są w stanie, wyświeca się z tego, cośmy już pierwej namienili i stwierdza się codziennem doświadczeniem.

§. 6.

O niektórych prawidłach tyczących zachowania się matek w czasie brzemienności.

Jakożkolwiek oyciec, pierwszym iest źródłem, z którego przyszła-istota, pierwsze swoje tchnienie i pierwsze ocknienie odbiera, atoli niezaprzeczonym iest dowodem, że dalsze rozwinięcie dziecka iedynie od matki zawisło. Płód bowiem z matką w przeciągu ciąży nayściśley iest połączony; razem z matką stanowi on prawie ieden żywot i iedną istotę, z tego powodu, nietylko stan zdrowia matki, ale nawet wszelkie inne korzystne lub szkodliwe wrażenia w całym tym ciągu, muszą mieć wielki wpływ na całe ukształcenie i życie niemowlęcia.

Mądrość boska rozporządziła wszystko naylepiej dla zabezpieczenia utwarzaiącey się istoty od wszelkiego niebezpieczeństwa i szkodliwych wpływów. Pomimo nayściśleyszego związku między matką i płodem, pomimo że tenże wszelkie żywienie i soki razem z nią dzieli, iednak płód ubezpieczony iest od wszelkich uszkodzeń mechanicznych przez swoje ułożenie i przez pływanie pośród wody, tudzież zasłoniiony od wszelkich

wrażen moralnych iak i nerwowych przez to; iż żaden bezpośredni związek między matką i dzieckiem nie znajduje miejsca. Mamy nawet przykłady, że rodzica umarła a niemowle zostało przy życiu.

§. 7.

Brzemienne matki już w starożytnych czasach były w poszanowaniu. Miały nawet pewne dostojenstwa, a znieważenie lub nadwężenie ich podwójną odbierało karę. Nadto, ciężarne niewiasty były obowiązane zachowywać się podług pewnych przepisów i szczególniejszą na swój płód dawać bacność. Niestety! iak mało kobiet maia teraz swój stan ciężarny w przynależnym poszanowaniu. Jak mało jest ciężarnych, wstrzymujących się przez ten czas od szkodliwych pokarmów, napoiów, i zabaw, tak dla nich, iak i dla płodu niepomyślne przynoszących skutki! —

§. 8.

O pokarmie i napoiu.

Pokarm i napój, iak wszelkie inne bądź zewnętrzne, bądź wewnętrzne wpływy w miarę użycia i ograniczenia swego, są albo szkodliwe albo pożyteczne.

Pokarmy i napoje im mocniej są podrażniające i rozpalające, tem szkodliwszemi dla niektórych płodów stanać się mogą, i przeciwnie im gorsze pożywienie i napój niektórych ciężarnych

jest w ogólności, tém szkodliwsze za sobą może spowodować skutki; dziecko bowiem wraz z matką pokarm i napój dzieli. To samo rozumi się, co do wpływów, powietrza, poruszeń umysłu i t. d. — Skutkujące wrażenia zaś i słabości o których tu mowa, nie tyczą się wcale owych gwałtownych wrażeń n. p. Upadnienia, uderzenia, nadtluczenia, podzwignienia, ciężkiej pracy i t. p. Skutki podobnych przypadków, są bez wyjątku mniej, więcej, tak matce iak i dziecieniu szkodliwe. —

§ 9.

Pożywienie jest iedną z uaywiększych potrzeb, oraz nayważniejszym warunkiem życia i zdrowia. Lecz nadużycie w pokarmach spowodować choroby. Dobre i mierne pożywienie utrzymuje zdrowie w pomyślnym stanie, zbytni zaś pokarm, albo też częste obładowywanie żołądka, tudzież podrażniające iakoż i przeciwnie złe i nadpsute potrawy, albo niedostatek onych, jest niezawodną pobudką do chorób i słabowitości niemowląt. Jeżeli kobieta w czasie ciąży, zbyt wiele mięsa, korzeni, lub inne zbyt posilające potrawy iada, dostaje zapalenia; siły iej zaczynają działać częściej i mocniej, ztąd następuje przepelnienie krwi, potem rozpalenie i krwotoki, a nakoniec mocne osłabienie sił staje się pobudką do poronienia; albo jeżeli brzemienna szczęśliwie przebędzie cały periody ciąży, płód słabowity na świat wydaie. Brak pożywienia z drugiey strony, równie jest niezawodną przyczyną słabości, która bardzo często po

wsiach i miastach między ubóstwem spostrzegać się daie. Zdarzenia te zawisły wprawdzie od wielu szczególnych okoliczności, konstytucyi i organizacyi ciężarnych, korzystne lub szkodliwe przyjmujących pokarmy; atoli daia się w tym względzie niektóre powszechne ustanowić prawidła.

§. 10.

Wesołe zdrowe i mocne niewiasty opatrzone we wszelkie potrzeby i wygody życia, niedoznawające ani trosk ani frasunków, a szczególnie kobiety, którym na żadnych wrażeniach co do zdrowia nie zbywa; powinny mało, albo wcale nie używać rozpalających pokarmów, przeciwnie zaś kobiety, na których zdrowie wszelkie przyzwoite wrażenia mniej skutkują mogą bez obawy, a nawet z korzyścią pożywać mięso i inne podrażniające pokarmy.

§. 11.

Wszelkie potrawy bez wyjątku rozdrażniają i zasilają wedle różnicy mniej więcej. Każdy posiłek iako wprowadzone drażnienie zradza w momencie poruszenie w żołądku; czuje to każdy zgłodniały, skoro do siebie pokarm przyymie, nim tenże ciało zasilać pocznie, człowiek bywa zaraz weselszy, mocniejszy, i kolor twarzy rumiany.

Nareście potrawy iako środki zasileń powracają i odwetowują wszystko utracone. Naybardziej wzmacnia i posila mięso, potem iaia, legómína, mleko, iarzyna, ryba, ogrodowe i strączkowe

owocy. Dla kobiet ciężarnych i bardziej słabowitych właściwe jest pożywienie pierwszego rodzaju, lecz mocnym, drażliwym i krwistym przyzwoitsze są pokarmy rodzaju drugiego.

§. 12.

Wybór pożywienia w stanie ciężarnym nierównie jest ważnym; każdy bowiem błąd popełniony, może z czasem podług okoliczności nieodzowną dziecięciu przynieść szkodę. Przyzwyczajone do mięsa, nie powinny zaniedbywać tego pokarmu podczas ciąży, lecz miernie go używając, raczy innych podrażniających zasileń wystrzegać się; przeciwnie bowiem, zwykły ich napastować, znużenia, mdłość, kurcz, i tym podobne dolegliwości. Niektóre mają odrazę od mięsa, dla tych dobre są klejki, iaia, winne supy i pewna ilość umacniającego wina. Atoli nie należy z koniecznością przymuszać ich do mięsa. Odrazie i wómitom można czasem zaradzić lekarstwami, a natenczas powróci znowu apetyt do mięsa. Osoby odbywające częsty ruch, niepocące, ani unużające się niepowinny iadać ani mięsa, ani innych mocno podrażniających potraw, zwłaszcza kiedy są mocno zgrzane, powinny dotąd posilać się owocami, rybą i legóminą pokąd nie ustanie zgrzanie. Przeciwnie znowu niewiasty, których poruszenie utrudza i pot na nich wyciska wymagają pokarmów mocniejszych. Ciężarne, odbywające nieczęste poruszenia, powinny miernie pożywać mięso, albowiem zbyt wiele mięsa sprawia wzburzenie, przepełnienie krwi, zapalenie, krwawe upławy i poronienie.

Słabowite i złym porodom uległe kobiety, powinny w pierwszych miesiącach ciąży, nieczęste czynić poruszenia i w miarę pożywać mięso. Później nieco posłużą im do zdrowia poruszenia częścieysze i pokarmy z mięsa. Złe i nieprzyzwoicie dobrane pożywienie bywa częstokroć źródłem złych porodów, lub innych nieszczęśliwych wypadków. Z tego wszystkiego wyświeca się, że przy szczęśliwym wyborze, tak mięsne iak i roślinne zasilenia dla ciężarnych pożytecznemi i umacniającemi stanąć się mogą. —

§. 13.

Atoli wiele kobiet błędzą ulegając wodom pożądliwości swoich. Pożądliwości nie zawsze są szczerym przewodnikiem. Niewiasty, których smak wykwinłym doborem potraw się zepsuł, nie powinny zgoła zważać na pożądliwości swoje. Jednakże kobietom z młodości przezwyczaionym do miernego i niewyszukanego pokarmu, wolno już częściej, usłuchać swoich skłonności.

Niektóre kobiety, spuszczaia się na los, i doświadczenie swoje iedzą wszystko bez miary i bez różnicy wyboru i czasu; rodzą iednak iędrne dzieci. Lecz przyczyną tego, bywa mocna konstytucya ich ciała, bowiem w sposobie ich życia, nie można szukać przyczyny z której częstokroć smutne wydarzaia się wypadki; zwłaszcza gdy ich poprzedzi zła organizacya ciała i nieczerstwe zdrowie. Pewna wstrzymieźliwość co do dziecięcia

w tym względzie bywa bardziey korzystną niżeli za nadto wielka uległość.

§. 14.

Napoie skutkuia na życie, zdrowie i słabości a nawet i na wykształcenie człowieka podobnie iak pokarmy, albo wrażenia inne. Co do napoiów iako to: likiery, wino, czekolada, piwo, herbata, mleko, migdałowe mleko, woda przez się, lub zmieszana z wyciśniętymi sokami, lemoniada, i zwyczajna herbata, należą do klasy napoiów posilających; lecz w tak małym stopniu iż przez używanie tych iedynie napoiów, zdrowie ani umocnić ani utrwalić iest niepodobna. Nazywają się przeto napoie ochładzające i służą dla krwistych, gorących, i dla zupełnie zdrowych brzemennych.

Napoie z mleka, aromatyczney herbaty, kawy, czekolady, piwa, wina, likierów, posilają nieco mocniej, lecz oraz, bardziey podrażniają siły. Wymienione napoie korzystne są niewiastom słabowitym, i tym na których inne wrażenia mocnego nie mają wpływu. Stopnie drażnienia wykazanych trunków rosną następującym sposobem: 1mo likiery, potem wino, piwo, kawa, czekolada, herbata, mleko, migdałowe mleko, woda z wyciśniętymi sokami, lemoniada, i woda studzienna. Stopniowanie to sprawdzi się dostatecznie, iezeli wyrażone napoie dobrego będą gatunku. Każdy bowiem przyzna, że złe nietęgę wino roz-

drażnia mniej, niżeli mocne, i że zła kawa mniej rozpala, niżeli mocna.

§. 15.

Codziennie i zbytne nadużycie gorących napoiów, w których ciężarne niewiasty częstokroć przebierają miarę; staie się nieodzownym powodem do skłonności chorób, lub rzeczywistych słabowitości, po porodzie lub przed porodem; które równie z przyczyny ścisłego związku dziecięcia z matką i na niego złe sprowadzają skutki. Częste używanie wina nad miarę, szczególniej zaś gorzałki w naszych okolicach, staie się pobudką do wzburzenia, które płodowi ludzkiemu nader szkodliwem bywa; sprowadza bowiem krwawe upławy, a ztąd najczęściej poronienie. Dla tego rzadko można spostrzedz niewiastę, któraby się zwykła opiać, a przytém wiele rodziła dzieci; w przeciwnym bowiem przypadku chociaż ie urodzi w krótkim czasie znowu ją odumieraia.

Wzbyteczne picie kawy, osobliwie gdy mocno iest przepalona, zdaie się równie bydz przyczyną tak często w terazniejszych czasach wydarzaiących się złych porodów. Azatym, żywe, mocne i gorące niewiasty, którym na wrażeniach drażliwych w cale nie zbywa, powinny ile możności mocnych wystrzegać się trunków, i tylko iednym zwyczajnym kontentować się napoiem; przeciwnie zaś, słabowite, zimne i pracowite niewiasty, mogą z pewnością dobrego skutku w miarę mocniejszych używać trunków.

§. 16.

O poruszeniu.

Cielesne poruszenia iak wszelkie inne drażnienia mogą być szkodliwemi. Mierne poruszenie ciała, ułatwia bieg krwi, prędszym postępuję krokiem trawienie żołądka i wypróżnianie. Atoli zbytne poruszenie ciała, pobudza krew i inne soki do gwałtowniejszego krążenia, przeszkadza zmieszaniu, wypróżnieniu, i rozdzieleniu się soków. Gwałtowne poruszenie sprawia naprzód zgrzanie; potem utrudzenie, dalej stratę soków, i staie się częstokroć niebezpiecznem do wzrostu i do wykształcenia zarodu. Złe skutki zbytne poruszenia następuia tem pewniey, im częściej takowe poruszenie bywa powtarzanem. Przeto sumienne i troskliwe o swoje dzieci niewiasty, powinny w czasie ciąży co do poruszenia nader być ostrożnemi. Gwałtowne poruszenia pochodzą z prędkię iazdy, zwłaszcza na wzgórkowatym gościńcu, tudzież z tańcu, z ciągłego chodzenia, z ciężkię pracy, podzwignienia, z biegania, nakoniec z nieostrożnego wyciągnięcia ręki raptownie za rzeczą w dole lub w górze zostaiącą. Zdarzyło się bowiem że ciężarna usiłuiąc skwapliwie podjąć upadłe dziecko, w tey chwili poroniła.

A zatym, zbytne poruszenie szkodzi przeto, że sprawia drażliwe wzburzenie krwi i soków; mierne zaś poruszenie nietylko że nie bywa szkodliwe ale owszem staie się pożytecznem dla kobiet z młodości nawykłych do poruszenia.

§. 17.

Przeto kobiety wychowane w mieście i od dzieciństwa wzwyczajone do mocnych poruszeń ciała, które ani ich utrudzają ani też osłabiają, mogą w pierwszych miesiącach ciąży codziennie mocniejsze czynić poruszenia, lecz poruszenia te nie powinny być tego rodzaju, któreby przez dzwiganie podnoszenie, lub wyprężanie się matkom i płodom ich szkodę przynosić mogły. Wieśniaczki zaś, nawykłe do uciążliwej pracy, zdołają równie mocniejsze znieść poruszenia. Ciężarne, które pożywają mocne i posilające pokarmy, powinny się wystrzegać wszelkich mocnych i ciągłych poruszeń ciała, zwłaszcza zaraz po obiedzie, sprawia bowiem przepełnienie krwi, krwotoki, a ztąd następują poronienia. Niewiasty słabowite, powinny w pierwszych miesiącach ciąży, co do poruszeń ciała nader być ostrożnemi; iakkolwiek bowiem poruszenie umacniającym jest środkiem, przecież słabowite, niepowinny go używać nad miarę, ponieważ chęć do poruszenia, wznaga się co raz bardziej, a tém samém staie się szkodliwą. Kobiety skłonne do krwotoków i uległe poronieniom, jeżeli płód swój zachować i osłabić nie myślą, powinny się wystrzegać wszelkich rodzajów poruszenia.

§. 18.

Trudno jest odznaczyć stopnie poruszenia dla każdej pojedynczey osoby, lecz iak już namieniliśmy, zawisło to wielce od wzwyczajenia się i od

przedmiotu, który czuie czyli iest utrudzony. Według prawidła zaś: powinna każda niewiasta mniej czynić poruszenia w ciąży, niżeli w innym czasie, mniej nawet w pierwszych czterech miesiącach niż w następujących; dziecko bowiem, łatwiej zniesie w późniejszym czasie drażliwość poruszenia i przedszy obieg krwi ztąd wypływający. — W następnych miesiącach codzienne poruszenie na wolnym powietrzu, przyczynia się mocno do zdrowia i szczęśliwego położu. —

W ostatnich zaś czterech lub sześciu tygodniach trzeba się znowu wstrzymać od poruszenia, lecz zupełnie go nie zaniedbywać; dziecko bowiem w tym czasie porusza się już własnym obrotem i życiem. Obieg krwi bywa mocniejszy w tych czasach i gorącość zwiększa się wszędzie. Z powodu zaś mocnych poruszeń w tych czasach, wydarzają się częste poronienia lub słabowite na świat wychodzą dzieci. Zdarza się wprawdzie często, że ciężarne mimo najmocniejsze poruszenia, mimo ciężkiej pracy, lub wykwinne życie, w czasie ciąży, iednakowoż szczęśliwie odbywają położy. Atoli ztąd wynika tylko, że nie każdy szkodliwy wpływ szkodzi zarówno wszystkim niewiastom; lecz tego nie udowadnia, że zbytne poruszenie nie bywa przyczyną tak częstych i nieszczęśliwych wypadków.

§. 19.

Spoczynek ciała może się stać dla ciężarnych albo szkodliwym albo pożytecznym. Jeżeli niedo-

statkiem poruszenia nie mocno poruszają się siły, zatem spoczynek umacnia, jeżeli następuje zaraz po wielkim utrudzeniu; chociaż właściwie środkiem umacniającym nie jest, iednakże poskramia gwałtowne rozdrażnienie. Spoczynek ciała może być równie szkodliwym iak wymienione poruszeń ostateczności. Zbytny bowiem spoczynek sprawia niezdadność organów do przyznaczonych czynności, ztąd pochodzi zastanowienie soków, tudzież nierówne ich zmieszanie i rozdzielenie się, nakoniec ostrość soków, która sprowadza złe porody, przepelnienie śliny w dziecku, schudnienie, a czasem nawet zbytne otyłość.

A zatym, iak spoczynku tak i poruszenia kobiety ciężarne nie powinny używać nad miarę. W ogólności zdrowym kobietom służy spoczynek, słabym zaś mierne poruszenie. Spokojność duszy skutkuje również przez oddalanie i poskramianie wszelkich drażnień duszy, iak i spoczynek rozwalnia mocne organów działania.

§. 20.

O spaniu i czuwaniu.

Sen jest iednym z nayszczególniejszych urządzeń twórcy. Przyzwoity sen jest naygłówniejszym środkiem do utrzymania życia. Skutki iego są: przymnożenie uczerstwienie i odwetowanie sił w dniu utraconych, tudzież odłączanie wszelkiego niepotrzebnego i szkodliwego wcielenia. — Zatym sen ile człowiekowi utracone powraca siły, jest

środkiem umacniającym. Sen bowiem wraca nam prawie nowe i uczerstwione siły, czego dowodem codzienne doświadczenie. Przy niedostatku snu, tracimy bez ustanku siły, wątłea organy, niszczenia soki, a ztąd następują osłabienia, znużenia i nieprzyzwoite rozdzielenie się pokarmów. Długie spanie sprowadza zbytne przepelnienie szkodliwych soków, przytem czyni organy ociężałemi i nieużytecznemi.

Jeżeli tedy ciężarne ciągle i długo czuwają mocne poruszenia czynią, wiele rozdrażniających pokarmów używają i rozpalające napoje piją; ściągają na siebie osłabienie, które na zaród podobne sprowadza skutki. Niewiasty w czasie ciąży tak się zachowujące, płodzą słabowite dzieci, którym wszelka staranność w przyszłości mało co pomódz zdoła.

Przeciwnie znowu, kobiety podczas brzemienności gnuśne, które zbyt długo sypiają, przytem zgryzoty, złe pożywienie i wilgotne pomieszkania mają; przebywają uciążliwe położki i wydaia na świat podobnie słabowite dzieci.

§. 21.

Jedynie tey ciężarney, pozwolony iest sen dłuższy, która się przez cały dzień ręczną trudniła robotą, a przyzwyczajona do poruszenia, pod wieczór mocno się utrudziła. Dla podobnych kobiet 8 lub 9 godzin snu nie będą na zbyt, lecz nawykłym do siedzenia przez cały dzień, 6 lub 7 godzin snu mogą być dostateczne.

Niewiastom mocney konstytucyi i doskonałego zdrowia służy sen mniej, niżeli słabym; każdy bowiem przyzna, że sen iako środek umacniający i posilający, osobom mocnym mniej się wracać powinien niżeli słabym.

§. 22.

O namiętnościach,

Namiętności mają wielki wpływ na zdrowie i życie człowieka. Niektóre namiętności unoszą lub rozdrażniają, niektóre znowu zasnęją lub rozpalają w mniejszym stopniu. Do pierwszego rzędu należą: niezmierna radość, jasny promień miłosney nadziei, gniew, straszna zazdrość. W drugim rzędzie umieszczone są: nayszczególniej przestach, nieszczęśliwe kochanie, powolna zazdrość, troski, ciągła tęsknota i t. p. Obadwa rodzaje wzbite do wysokiego stopnia prowadzą chorobę; pierwszy rodzaj namiętności skutkuje prędko, wtóry zwolna. — Gwałtowne namiętności wiodą za sobą prędkie i mocne skutki, stępią bowiem i przytłumiają nerwy, tudzież wyniszczają wszystkie siły matki i niemowlęcia, a nayszczególniej szkodzą ciężarnym burzliwego temperamentu. — Przeto ciężarna powinna czuwać nad swoimi namiętnościami; iak smutney bowiem niedoli może popaść niemowlę, jeżeli matka iego gwałtownym poruszeniom umysłu przyzwyciężyć się dozwoli! Ileż razy nie widziano poronienia po gwałtownym rozłoszczeniu się? —! Często nawet po takich wybuchach na-

niętności następują kurcze w macicy, które dzie-
cięciu na całe życie przynoszą szkodę! —

Zwolna pożerające namiętności osłabiają nie-
równie ciało z niedostatku przyzwoitego drażnie-
nia. Ileżto nie postrzegamy ciężarnych wędnieją-
cych pod ciężarem trosk i ciągłych frasunków? —
Że sposób życia takowy, znaczny ma wpływ na
zaród, można sobie łatwo wystawić.

§. 23.

Nie ma człowieka wolnego od namiętności.
Namiętności są sprężynami spraw naszych, i już
w żywocie naszym zaszczipione. Jeżeli są w mier-
nym stopniu, skutkują dobroczynnie na naszą orga-
nizację i stawiają się nawet umacniającemi środka-
mi naszego zdrowia; gwałtowne tylko, w zbytecz-
ne i ciągłe namiętności ruinują nieodzownie zdro-
wie ludzkie. Namiętności skutkują mocniej na
płeć białą a niżeli na męską, żeńska bowiem płeć,
mieści w sobie więcej czułości, drażliwości, i
miękości niżeli męska. Atoli nie na wszystkie ko-
biety w równym skutkują stopniu; niektóre bowiem
uniosłszy się namiętnościami, zwykły miewać poro-
nienia albo zbyt osłabione dzieci. Niektóre zno-
wu, mniej są uległe gwałtownym namiętnościom,
lecz zato mniejszym i ciągłym. Podobne namięt-
ności pożerają zwolna matkę i dziecko, które naj-
częściej nędzny otrzymuje stan zdrowia. Nadto,
namiętności gwałtowne stają się śmiertelnemi czę-
sem, zgoła każdej chwili sprowadzają one u moc-
nych, krwistych i iątrżliwych niewiast szkodliwe

skutki; przykłady zaś nauczają, że wysokie stopnie napiętności i innym podobnie staia się szkodliwemi.

§. 24.

O puszczeniu krwi.

W czasie rozwinięcia niewiasty, to iest, w czasie kiedy iuż dziecie począc iest w stanie, udzielił twórca kobiecie pewną obfitość krwi, którą ciągle dotąd utraca, pokąd brzemienną nie zostawa. U zdrowych kobiet trwaią te miesięczne odpływy aż do 40 lub 50 roku, lecz skoro kobieta zastąpi, natychmiast ustaie płynienie krwi, i nie powraca aż po 9 miesiącach, to iest: aż przy porodzie, ale obraca się w pokarm dziecięcia.

Przeto wypływ krwi miesięczny iest zasobem pożytecznych soków, które są przyznaczone do pożywienia i rozgrzewania płodu, ieżeli się zawiąże.

Ta obfitość krwi, o której nie przewidziano, że w czasie ciąży koniecznie iest potrzebną; przytem pewne znaki krwistości stały się pobudką, iż wiele ciężarnych, z własney chęci przyzwyczaiło się do puszczenia krwi często, albo przynajmniey raz w miesiąc. Zwyczaj ten rozciągnął się prawie do wszystkich kobiet tak dalece, iż nawet po dziś dzień wiele iest niewiast zostawiających w tym przesądzie, iż nieochybnie poronić muszą ieżeliby sobie raz przynajmniey u końcu ciąży krwi nie opuściły. — Atoli doświadczenie wielkich lekarzy,

stwierdza, że największa liczba ciężarnych, które szczególnym wyjątkiem podczas ciąży nawet, miesięcznym podlegają czasom; najczęściej słabowite i blade wydaia dzieci, a tem bardziey ciężarne, które ze zwyczaju sobie i swoim płodom potrzebną ilość krwi sztuką uymuia; zwykły rodzić chude i tak wynędzniałe dzieci, że te w krótce do pierwotnego powracają nicestwa, nadto, jeżeli puszczanie krwi częstém bywa, zdarza się że nawet dziecie spędza. Sposób ten na nieszczęście bardzo dobrze iest wiadomy osobom ciężarnym, bezślubnym, które płody słabości swoich przed okiem publiczności ukrywać usiłuią. —

A przeto uszkodzenie z ubycia krwi podczas ciąży rozciąga się nie tylko na dziecie, ale owszem wpływa także na matkę z niedostatku bowiem krwi potrzebney, traci siły, i napastuią ją wszelkie rodzaje kurczu, ciężkie trawienie, a często nawet zradza się skłonność do puchlizny.

§. 25.

Przeto, jeżeli z zaszczepionego zwyczaju puszczania krwi w czasie ciąży niepoliczone wypływaią szkody, które tem znakomitsze bywaią, im częściej puszczanie krwi iest powtarzane; niepowinna żadna ciężarna, którą własne i dziecięcia obchodzi zdrowie, za poradą nieumieiętnych lub za najmnieyszą pubudką do tak niebezpiecznego udawać się środka. Przeciwnie zaś, jeżeli tego doświadczony doradza lekarz z powodu nadchozącey choroby, albo też z zbyteczney mnogości

krwi, natenczas nietylko matce ale nawet i dzie-
cięciu puszczenie krwi jest pożytecznem, a często
nawet iedynym środkiem do uratowania życia.

§. 26.

O Lekarstwach.

Cieżarne zwykły nayczęściej, natychmiast uda-
wać się do lekarstwa, skoro im naymnieysza do-
kuczy słabość; atoli przyczyna tey słabości opiera
się nayczęściej, na naturalney odmianie, którey
niewiasta zaraz po poczęciu podlega; z tych po-
wodów w tym stanie niepotrzebnemi są wszelkie
lekarstwa. — Dowolne używanie lekarstw lub nie-
stosowne doradzenie takowych, staie się zwykle
niebezpiecznym środkiem, który zaiste rzadko po-
myślne sprowadza skutki a nayczęściej matce i
dziecku niebezpieczeństwem zagraża. —

Naybardziej szkodzą ciężarnym lekarstwa la-
ksuiące. Uszkodzenia z podobnych, lub innych
często powtarzanych lekarstw wynikłe, wpływają
widocznie na płód człowieczy. Naysmutnieysze
zład wydarzają się przypadki.

§. 27.

O imaginacyi.

Zdaie się że wyobraźnia ciężarnych, żywszą
ognistszą i do wyższego bywa posunięta stopnia,
iako innych ludzi. — Zdarza się częstokroć widzieć
brzemiennych w płaczu. Młode niewiasty płaczą

z radości, nad nowém iestestwem w łonie ich zostaiącym, któremu nawet przypisują dostojenstwo iakoweyś nadziemiańskiej istoty — stare niewiasty opłakują swe troski i smutek z boiaźni nieprzebycia połogu.

Luboć imaginacya nie skutkuje na wykształcenie dziecka, można bowiem wiele wynaleść przyczyn z których niekształtność dziecka wypływać może pomiiając mniey skuteczną władzę wyobrażeń macierzyńskich; iednakże zaprzeczyć się nie daie, że i z tey strony wiele niebezpieczeństwa na zaród wypłynąć może, zwłaszcza że wyobraźnia ciężarnych mocno iest natężona. Każda bowiem gwałtowna namietność macierzyńska szczególniey przestach, przerywa bieg soków z znakomitęm uszkodzeniem płodu, a nawet iak codzienne naucza doświadczanie niedonoszone wyrzuca dziecie. — Przez nierozsądne wychowanie w młodości nie ieden przedmiot sprawia w nas boiaźń i przełękniecie, któremu przyzwoitem wychowaniem zapobiegnaćby można.

Nieraz zdarzają się zwierzęta, a nayszczególniey owady, koty, szczury, robaki, które raptownem i niespodzianem zjawieniem swoim, nayprzeciwnieysze na ciężarnych czynią wrażenia. —

Równie też bywają częstokroć niebezpiecznemi, straszliwe widoki, iako to: widok osoby w konwulsyach, tudzież zranioney lub skaliczoney, nagłe niebezpieczeństwo, raptowne przestraszenie z wystrzału, krzyku lub grzmotu i t. p. pochodzące. —

Cieżarna przeto winna poskramiać swoją imaginacyą i unikać okazyi, które pobudką do przełknięcia się stają. —

§. 28.

Wszystkie te wymienione prawidła opierają się na ustawach natury, na codziennem doświadczeniu, i zawierają poprzedniczą naukę fizycznego wychowania dzieci. Naytroskliwsza bowiem opieka, i nayrozsądniejszy plan wychowania mogą się stać zawodnemi, jeżeli w pierwszym istnieniu człowieka nie zawiąże się usposobienie do dalszego udoskonalenia. —

Możnaby ieszcze więcey przywieść prawideł użytecznych do zachowania zdrowia dziecięcia, które umyślnie opuściłem, z przyczyny ażebym się nie stał rozwlekłym. Z tegoż samego powodu nie dosyć obszernie są wyjaśnione wymienione prawidła. —

Zamiarem moim iedynie było, wykazać przepisy zachowania się w czasie ciąży i wymienić źródła z których słabowite i ułomne wychodzą dzieci, tudzież odznaczyć warunki udoskonalenia, które iesli przy pierwszym istnieniu zbywają; najczęściej są przyczyną że dzieci nigdy owego stopnia tęgości ciała nie dostępują, któren do pierwotney ich szczęśliwości iako podstawa nieodbicie bywa potrzebnym. —

Pod słabościami rzeczonemi nie rozumieją się słabości pozorne, którym iako mniej niebezpiecznym łatwo można zaradzić. Z nayszczuplejszych

bowiem i po porodzie bez życia prawie zdawaia-
cych się dzieci, staia się częstokroć mocne i krzep-
kie ludzie, ieśli budowa ich ciała we wszystkich
częściach iest przyzwoita, a przytem organy cho-
ciaż ukryta iednak dostateczna w sobie chowaią
się; zwłaszcza gdy pozorna słabość skutkiem cięż-
kiego porodu albo innych przypadków się stała.

Ominąłem tu wszelkie przykre lub znośniej-
sze wypadki przypadające w samym porodzie lub
po porodzeniu z powodu że do meiego nie należą
zamiaru. Wykazuję bowiem iedynie sposoby p-
stępowania przez któreby słabowite dzieci ile moż-
ności mogły osiągnąć dłuższe życie i siły, iako-
też zdrowo urodzone, zachowując swoją krzepkość
ażeby na przyszłość nie zostały słabowitemi, —

Drugi Oddział.

§. 29.

O staraniu około dziecka po poro- dzie.

Skoro dziecieienne obaczy światło, płacz iest pierwszą iego czynnością. Podlega ono znakomitey podtenczas zmianie. Dotąd otaczała go na około woda, iak rybka pływało sobie wygodnie wśród ciepłego i wilgotnego żywiołu; teraz zniwala go potrzeba rozłączyć się z tym światem i przeyść w świat nowy, gdzie dłużej zostawać i dnie bytu swojego z większemi niewygodami pędzić iest przymuszone. —

Nowourodzony człowiek przychodzi w sferę, w której pierwszy raz powietrzem oddychać musi. Ileż to niebezpieczeństw z powodu nacisku powietrza, zimna, i gorącości nie spotykają go na tej odmiennej drodze! Powietrze atmosfery wciska się gwałtownie do iego piersi, i wraz rozpiera wklęsłe płuca; daley drażliwa ostrość powietrza, nieprzyjemne uczucia i raptowna zmiana stanu przeszłego w obecny, pobudza dziecie do płaczu,

jakoby do wołania o pomoc nad przyszłą koleją nieszczęść swoich! —

Częstokroć zdarza się, że dzieci albo z natury słabe, albo z passowania się podczas porodu, albo z przytłumienia oddechu, lub inney iakowey przyczyny, tak dalece osłabione przychodzą na świat, że osoby bez oświecenia umarłemi ie bydy sądzą, grzebią nawet lub dalszemu zostawiają losowi. — Podobnych przypadków wiele się już przytrafiło:

§. 30.

Szlamowatość czyli przepełnienie śliny w ustach, w gardle lub w rurkach powietrznych bywa przeszkodą, że dziecko z samego początku powietrza w siebie wciągnąć nie może. Należy przeto uważać pilnie ażeby słabemu i gasnącemu prawie już życiu, iak nayspieszniej zaradzić. — Do tego używają się rozmaite sposoby podrażnienia, któremi się poruszenie nerwów orzyzwia, muszkuły przeznaczone do rozpierania piersi porusza i do próżnych płuc przywabia powietrze. Dzieie się to sposobem następującym: naprzód nacieraia się ostrożnie nóżki, i całe ciało, a naybardziej grzbiet, nos podrażnia się piórkiem i ślina ociera się z usteczek. Przygotowanie to powinno nastąpić natychmiast po porodzie doświadczono bowiem, że jeżeli wyczyszczenie ust bywa zaniedbanem, dziecko trzeciego lub czwartego dnia zaczyna chrapać i umiera. Piórkiem lub palcem trzeba mu sprawić odrazę w usteczkach, aby zwomitowało, tudzież

nie przeciskając nosa i często przestawiając; zwolna nadymać usteczka powietrzem, które się znowu za każdym nadęciem przez lekkie ciśnienie piersi do oddechu podobne, z płuc wyprowadza. Daley wpuszczają się w usta ciepłe krople napoju (który sposób nayczęściey iest używany) ostrożnie podwiewuie się brzuszek i przykłada się do piersi macierzyńskich, przezco brodawka piersiowa obfitująca w rozmaite muszkuły i nerwy podrażnia się i swoje działania odbywać poczyną. W tym przypadku trzeba także na słabe i dotąd pokarmem matki utrzymywane dziecko, które samo oddychać nie iest w stanie, uważać pilnie, ażeby przez oderżnięcie pępkowego sznurka, pozbawione posiłku krwi macierzyńskiej natychmiast na wieki nie usnęło. — Azatym w podobnym razie, nie należy ani odcinać, ani zawiązywać pępkowego sznurka. —

§ 31.

Naygłówniejszą nately iest rzeczą opatrzenie, azali dziecko rzeczywiście lub tylko pozornie iest słabem. — Jeżeli w ciągu porodu żadna nie zaydzie przyczyna, któraby dziecko osłabiła, i jeżeli poród prędko i szczęśliwie przejdzie, a dziecko osłabione i prawie bez życia się urodzi, natenczas istotnie iest słabem.

Wtym razie naylepsza iest kąpiel z letnięj wody zmieszana z pewną ilością wina lub wódki. Dziecie w tę kąpiel przez 5 lub 6 minut zostając trzeba ustawicznie z lekka poruszać, i dotąd

nie używać mocniejszych środków, dopóki się nie okażą pewniejsze znaki oryżwienienia, po których do mocniejszych drażnień zwolna można postąpić. Atoli im słabsze iest dziecie, tem leksze ale częstsze powinny bydź drażnienia.

§. 32.

Pozorna słabość odznacza się iużto przez niedostatek życia, iużto przez zczerwienienie i obrzękłość ciała; po ciężkim zaś porodzie przez widoczne krwią zrumienienie. Takowe dziecie potrzeba letnią przemywać wodą i dozwoić mu spoczynku. Dobrze iest czasem wypuścić ze 2 łyżek krwi z pępkowego sznurka, ieżeli ieszcze zawiązanym i oderzniętym nie iest. Lecz podobna operacya bez lekarza nie powinna bydź przedsiębraną.

Jeżeli tedy pozornie zmarłe niemowle znowu szczęśliwie do życia wróci, albo ieżeli się zdrowem urodzi; należy podwiązać sznurek pępkowy i dziecie w letniey oczyścić wodzie. Niektórzy używają do przemywania wody z winem. —

Nayważniejszym obowiązkiem akuszerki natenczas iest, opatrzyć powierzchnią ciała dziecięcia, i dostrzegać, czyli nie ma na niey iakiey wyrośli, czyli skład ciała wszędzie iest przyzwoity, czyli kanały i zwyczajne otwory nie zarosły, czyli się gdzie nie znayduie obrzękłość, nagniecenie, wywichnienie, albo złamanie kości którey, w którym razie pomoc lekarza nayspieszniey iest potrzebną. W ciągu tego opatrywania iako też i w innym czasie, potrzeba dziecie troskliwie chro-

nić od zaziębienia, które się źródłem licznych nieszczęść staie. Ileżto dzieci nie przepłaciło męką swoją zboczenie od tych prawideł — Wyiawszy dziecie z pierwszej kąpieli trzeba go osuszyć rozgrzaną chustą, a skoro się z nię rozwinie obwii się całe ciało z główką, znowu w inną rozgrzaną chustę, w krótce potem następuje wymienione opatrywanie. Jeżeli tedy wszystko w naturalnym znayduie się stanie, podkłada się pod główkę dziecięcia lekką chusteczkę i zabiegając zaziębieniu obwii się całe ciało w pieluchy i w lekką kołderkę, przytęm osłaniaia się oczka, aby ich nie raziło światło, i uspione kładzie się przy boku matki, przy której tak długo spać powinno, po kad się samo nie obudzi, co się nayeściej po 6 lub 7 godzinach przytrafiać zwykło.

§. 33.

O pokarmie dziecięcia.

Kiedy dziecie powietrzem oddychać iuż zacznie, wzruszaią się zaraz iego wnętrzości żywiey bieży uspione działanie żałodka, i kanału kiszko-
wego, ułatwia się poruszenie krwi i wszelkich płynów, które się żywszym umacniaia biegiem; w kiszkach rozchodzi się przepełnienie flegmy, nareście obudza się w dziecięciu pragnienie pokarmu, którego ustami iuż żada. —

Mądra opatrzość obrała dla delikatney budowy dziecka tak przyzwoity pokarm, że go nawet z tych samych utworzyła soków, które dotychczas pokarmem dziecka były. Bowiem skoro się ściągnie macica, prowadzi ona, iakby przez odosob-

nione naczynia, pewny płyn w piersi, i tym sposobem otwiera nowe źródło pokarmu. — Tym pokarmem jest mleko, które z początku nieco wodniste i słonawe, iednakże jest dostateczne do zaspokoienia pierwotnego głodu, do rozwolnienia i wyprowadzenia lipkiej materyi z kiszek i do poruszenia strawności żołądka. Lecz skoro dziecko po trzech dniach na siłach się wzmoże, gdy piersiste naczynia i ruki rozszerzą się i rozwolnią, poczyną gęściejsze i tłusćiejsze, a tem samem bar dziey posilające, wypływać mleko. —

§. 34.

Co do czasu, w którym dziecko pierwszy raz do piersi przykładać się powinno, rozmaite są lekarzów zdania. Jedni mniemają ażeby dotąd dziecięcia nie przykładać do piersi, pokądby nie było wyczyszczone z materyi kleiowatey, którą (*) me-

(*) Kanał kiszkowy nowonarodzonych dzieci zatkany jest lipką materją. Zatrzymanie tey materyi w kiskach może się stać szkodliwe; azatym trzeba ją wyprowadzić i przysposobić kanał do nowego działania. Staie się to nayłatniey przez zasilenie i podrażnienie macierzyńskim pokarmem. Jeżeli zaś sama matka dziecka karmić nie może, albo jeżeli się pokarm tak późno wydobędzie z piersi, że dziecko na niego czekać nie może; natedy dają się na rozwolnienie i wyprowadzenie tey materyi, rozwałniające olejki. Lecz bez względu na okoliczności, iedynie ze zwyczaju poić nowonarodzone dziecko laksniącemi lekarskwy, szkodliwem jest nadużyciem.

konium zowią; przeciwnie bowiem gęstnienie mleko z czego bardzo przykre powstaia bole, a nawet i konwulsye, z tych powodów radzą, ażeby dziecie aż po upłynionych 12 godzinach przykładac do piersi. Inni znowu radzą to czynić aż po 24 godzinach. Atoli, ponieważ wstrzymywanie dziecięcia od piersi przez 10 lub 12 godzin, w początkach, z tego powodu bardziey korzystnem aniżeli szkodliwem dla niego się staie; iz wielce przyczynia się do rozwolnienia kleiowatey materyi w kiskach, przeto też mniey mu zaszkodzi mała ilość cienkiego i wodnistego mleka, które pierwszy odchód z dziecięcia wyprowadza, niżeli wszelkie rozwalniające a do tego nayczęściey używane sposoby. Azatym, słuszną iest, żeby zgłodniałe dziecie natychmiast, przykładac do piersi, skoro położnica cokolwiek się przespi i rosołem posili. Wyiawszy w tym przypadku, ieżeliby iaka istotna wada, albo inna ważna przyczyna nie przypuszczała pokarmu do piersi przezco by ssanie dziecięciu, bardziey szkodliwem aniżeli pożytecznem bydz mogło. —

Żadna matka nie powinna dozwoić, ażeby pierwszy iey pokarm, któren dziecku iako lekarstwo od natury iest przyznaczony ściagały mlekiociagi, banki szczenięta, lub stare bez zębów wysysały baby; pokarm bowiem skutkuie na żołądek dziecięcia daleko mocniey, niż wszelką sztuką przeprawione laksujące oleyki. —

Przez wzbyteczne używanie takowych, powstaia kurcze w żołądku, kolki, womity, osłabiaią-

ee biegunki, zapalenie wnętrzości, i t. p. skutki, po których żółtaczka nastąpić może.

§. 35.

Każda matka powinna w pierwszych dniach zaraz po porodzie, skoro z dziecięcia lipka materya zeydzie, czasami tylko przykładac go do piersi, dziecko bowiem w tym czasie bardziey potrzebuie spoczynku, aniżeli pokarmu. Dlatego trzeba mu przed przyysciem piersiowey gorączki, w ciągu 24 godzin 4 lub 6 razy dawać piersi, po odbyciu zaś gorączki częściej i w pewnych czasach, to iest w dzień co 2 godzin, w nocy zaś tylko 3 razy, i za każdym razem w małej ilości posilać, z powodu ażeby się słabowity nie przepełnił i nie rozciągnął żołądek, przezco by zgęstniałego nie mógł strawić pokarmu, a tem samem rozmaitym podlegał uszkodzeniom. — Równie też nie powinna matka ile razy dziecko zakrzyczy natychmiast nadstawiać mu piersi; dziecko bowiem krzycząc nie zawsze żąda posiłku. Żąda ono częstokroć swym płaczem przecyszczenia stolca, lub osuszenia pieluszek, nareście wiatry, parcia, lub niewygodne położenie, mogą bydź przyczyną iego krzyku. Mocne spowijanie pieluchami pobudza dziecko także do płaczu; ieżeli tedy troskliwa matka przy każdym płaczu nadstawia mu piersi, nie zniesie słaby i delikatny żołądek dziecka przepełnienia pokarmu, któren straciwszy swój posilający przymiot, zsiada się z wolna i sprawuje womity, odrzucania, łkania, rznięcie żołądka, parcia, ostry

zielonawy i kawałkami ciągnący się stolec, zatkanie żołądka, zatrzymanie uryny, zrywanie się ze snu, i inne jeszcze gorsze nieszczęścia. — Lecz jeżeli cokolwiek uwagi i pilności dołoży matka, rozróżni w krótko, czyli dziecko z bólu lub zgłodu płacze, nadto, z poruszeń ciała nawet, które z tym krzykiem bywają połączone, można już potrzeby dziecięcia dostatecznie rozeznąć. Przeciwnie znowu jeżeli matka tylko co dwie lub 3 godzin zdroiem swych piersi posila dziecko, zbiera się w tym przeciągu należyta mnogość pokarmu w jey piersiach, dziecko zaś w tym ciągu, zyskuje czas do strawienia mleka którego już wyssało.

§. 36.

Jeżeli ważne nie zachodzą przyczyny, w których lekarz stanowić ma miejsce, powinna każda matka własne dziecko swoimi karmić piersmi. Dziecie bowiem zostawiając tak długo częścią matki, i po porodzie powinno zostawać iey częścią, a tem samem i współuczestnikiem iey życia, zwolna tylko i dopiero wtenczas gdy dziecko na siłach się wzmoże, może przejść z tey dobrotliwej opieki do stanu niepodległości. Azatym każde powinno dziecko w pierwotnym czasie z piersi własney matki odbierać pożywienie, które jest nieodbitym warunkiem iego wzrostu i utrzymania.

Macierzyńskie mleko, jest najzdrowszym i najsobliwszym pokarmem, będąc bowiem posilne i strawne, przez własność umacniającą i rozgrze-

waiącą służy równie dla słabych iak i dla zdrowych dzieci.

Nie podpada równie żadney wątpliwości i to, że zdrowy pokarm wielce się przyczynia do trwałego zdrowia dziecięcia; ieżeli bowiem pokarm niezawodnym iest środkiem, do dzielności i umocnienia organów, tudzież do wyrobienia dobrych soków i do ukształcenia ciała, musi równie byđź środkiem do przydłużenia życia; bowiem mocna posada pierwszego istnienia zostaje oraz mocnym fundamentem całego życia. Tylko macierzynski pokarm utrzymuje zdrowe i czerstwe dzieci, a słabowitych umacnia macierzynski iedynie pokarm iest naywłaściwszem naydogodnieyszem, iuż przed porodem nawet dziecku podobnem, znaio mem i dla delikatney budowy iego, nayprzyzwoitszem zasileniem.

§. 37.

Matka, która od natury na siebie włożony obowiązek wypełnia, to iest matka, która własnymi piersiami karmi dzieci swoje, następujące odnosi ztąd korzyści. Szczęśliwie przybywa połogi, lżeyszym podpada słabościom podczas wydobywania się pokarmu, krótsze ma przeczyszczzenie, nieczęsto doznaie bólu w piersiach, i w macicy, a nayszczególniej wzмага się iey zdrowie. Doświadczono nawet, że matki, karmiące dzieci swoje, bardziej są wesołemi, żywemi i mocnieyszemi, tudzież większy mają apetyt do iedzenia, aniżeli kobiety, które swoich nie karmią dzieci. O gdybym zdołał przemówić do głębi serc rodzicielskich przedstawiając tak ważne dla nich i dla ich dzieci

złąd wynikające korzyści! — Atoli nie mogę tu także znakomitey dla matki zamilczeć szkody, z powodu jeżeli dziecka własnemi nie karmi piersmi. — Te szkody są następujące: burzliwe i niebezpieczne przepełnienie pokarmu, tudzież zgęstnienie i stwardnienie onego w piersiach, z tych powstają ściśnienie piersi, zatkanie wnętrzości, nieuśmierzona gorączka, drzenie, konwulsye, nieczułość, okulawienie, długo trwające przeczyszczanie, białe upławy, z których, jeżeli się nieprzyzwolicie ich leczy, albo zawczasu im nie zabiegnie, sprośne się otwierają wrzody, a nawet zatwardnienie w macicy z czego nakoniec rak się robi. Po przepełnieniu i zgęstnieniu zatrzymanego pokarmu, powstają częstokroć jeszcze gorsze nieszczęścia. Wiedziano bowiem przykłady, że zatrzymany pokarm, uderzył do mózgu, piersi, albo do innych naczyń wewnętrznych. Można tu także dołączyć, wszelkie uszkodzenia pochodzące ze zbyt częstych położeń. Liczne nerwowe choroby, które w niniejszych czasach tak często między kobietami grasują w miastach, hemoroidy na przykład, którym teraz niewiasty częściej niż w przeszłych czasach podlegają; przypisują lekarze zwyczajowi, że własne matki nie karmią swoich dzieci; Nadto zatrzymanie pokarmu zdaie się równie przyczyną byź i tego, że teraz częściej niż kiedy umierają niewiasty.

Nie lepszy także los spotyka dziecie pozbawione tych soków, którym jest winno szczęśliwą budowę swojego ciała. Podobne dzieci powiada pewny doświadczony lekarz są, iak rośliny, które

z własney wywiezione oyczyzny i w obcym zasadzone kraiu, nie przyyinuia się mocno i wędnieia, albo obfitym poione zdroiem cudzoziemskich soków, zamiast naturalney postaci, wyradzaia się w obce niekształne i gąbkowate drzewa.

Lecz ponieważ posilaiących soków, które się własną wyrabiaia budową i właściwem usposobieniem ciała, żadnym choćby i nayzdrowszym sokiem wynagrodzić nie można; tudzież ponieważ tych soków, które każda budowa ciała w sobie własnem wyrabia usposobieniem, przez nalewanie krwi w ciało, żadnym sposobem wynagrodzić nie można, tak też iest niepodobna, ażeby obce mleko, luboć ma znamiona naydoskonalszego zdrowia, w tym stopniu posiadało przymiot posilaiący, iak mleko macierzyńskie, które utrzymuiać dotychczas delikatną budowę dziecka, podług praw mądrego przyrodzenia w tym celu dla niego zostało utworzone.

§. 38.

Jeżeli matka sama nie karmi dziecka następuiać dla niego wynikaiaztąd szkody. Każde dziecko przychodzące na świat mieści w sobie pewną kleiowatość, która przez usunięcie dziecka od macierzyńskiego pokarmu w niem zatrzymaną i niedostatecznie wyprowadzoną bywa, z czego nayokropnieysze wydarzaja się przypadki. Bowiem wszelką sztuką przeprawione laksuiać lekarstwa nie potrafią tak dokładnie wyprowadzić tey materyi, iak mleko macierzyńskie, którego przymiot z przyby-

waiącemi siłami, codziennie się odmienia i do trawienia, tudzież do właściwych potrzeb ciała, co raz przyzwoitszym się stawa. A przeto, pozbawione macierzyńskiego pokarmu, dostaje dziecko niestrawności żołądka, gwałtownego rznięcia, gorączki, niespokojności, i konwulsyów. W tych przypadkach bywa częstokroć wszelka pomoc lekarska bezskuteczną i nadaremna. — Obcy, tłusciejszy pokarm obciąża już przez się słabowite dziecka naczynia, sprawia ciężki oddech, i rozlewając po całym ciele wodnistą i szlamowatą wilgoć oszukuje później maską tłustości i zdrowia.

§. 39.

Atoli mogą się zdarzyć rozmaite przeszkody, dla których matka tego świętego obowiązku wypełniać nie jest w stanie. O uchYLENIE tych zawad, jeżeli można należy się postarać i każdej doradzać matce, żeby sama karmiła dziecko, zwłaszcza jeżeli jest mocną, zdrową, dobrze zbudowaną i dostateczne posiada siły. — Jednakże częstokroć zachodzą takie przeszkody, dla których karmienie dziecka, albo z wielką trudnością dla matki niepodobnym, albo też dla niej wielce niebezpiecznym być może. Te pochodzą albo z wadliwych piersi, jeżeli brodawki piersiowe tak są szczupłe i tak głęboko wewnątrz wciągnięte, że ich dziecko ani zachwycić, ani wydobyć nie może; zdarza się to najczęściej u pierwiastek, którym z pędu i napływu krwi nabrzmiewają piersi, gdy do nich zawczasu nie przyłożą dziecięcia. — Jak-

kolwiek rozmaitym sposobem podobnym wadom za-
radziłby można, iednakże wszelka sztuka lekarska,
nie częstokroć nie zdoła, ieżeli piersiowe brodaw-
ki pierwiastek od nacisku sznurówek, źle ukształ-
conemi zostały.

Odszkodzone brodawki sprawia przy ssaniu
gwałtowne bole, a często nawet i zapalenie piersi.
Takowemu nieszczęściu którego przyczyna częścią
ostra flegma dziecięcia, częścią tarcie ustami bro-
dawek, luboć nayprzyzwoitszemi środkami, nie
zawsze się uda dostatecznie zaradzić.

Pokarm macierzyński, ma częstokroć tak złą
własność, że ią nawet poprawić niepodobna, przy-
czyna tego, albo złe i nieprzyzwoite pożywienie
matki, albo chociaż pokarm właściwie dobrym
bydź może, organy w których się pokarm wyrabia,
podlegają częstokroć słabościom i wadom tak da-
lece, że tenże dostatecznie się w nich zmieszać
rozdzielać i osiadać nie może, lecz zatrzymuje
swą ostrość. Z tej to przyczyny można częstokroć
spoztrzedź dzieci, które nie będąc w stanie znieść
macierzyńskiego pokarmu ustawicznie płaczą i chu-
dnieją. — Innym znowu matkom nie dostaie po-
karmu, ten przypadek zwykły się zdarzać u kobiet
zestarzałych i nazbyt tłustych. Doświadczono tak-
że, że niewiasty posiadające wielkie piersi nie
maia dostatecznego zasobu mleka. Ten niedosta-
tek może także pochodzić z choroby, albo z oszczę-
dnego ciężkiego i niestrawnego pożywienia, tu-
dzież z ustawicznego poruszenia umysłu n. p. ze
smutku.

Inne znowu kobiety mają aż nazbyt pokarmu; ta wielka obfitość może się stać powodem do wielu nieszczęśliwych wypadków, staie się bowiem zarodem do suchot, konsumpcyi i szkorbutu, częste karmienie przyczynia się także do utraty posiłających soków, a ztąd wynika niezmierna ostrość krwi, pragnienie, gorączka, nareście codziennie wzmagające się wątlenie i osłabienie. — W tym razie wypada odłączyć od matki dziecko i raczey inney zalecić iego posilanie.

§. 40.

Lecz częstokroć wymawiają się matki od tego świętego obowiązku, albo własnym uporem, albo też inną mniej gruntowną przyczyną. Częstokroć mniema kobieta, albo że jest zbyt słabą, albo że iey wypadnie dzień i noc trzymać dziecko przy piersiach. Te wymówki najczęściey nie są gruntowne; co do pierwszej bowiem, biegle tylko w swej sztuce lekarze mogą stanowić, czyli kobieta zbyt słabą jest do karmienia, zwłaszcza że wielu słabowitym karmienie dziecka przyniosło najpomyślniejsze skutki. Co do drugiej, mogą się kobiety podług własnej wygody iak najlepiey urządzić. Nic bowiem nie jest łacniej a przytém z większą korzyścią, iak swoje własne dziecko do pewnego przyzwyczaić porządku.

Naydzielniey przyczynia się do zdrowia dziecięcia, ieżeli matka zaraz w pierwszych tygodniach po porodzie w dzień co 2 lub 3 godzin (iak iuż rzeczono) w nocy zaś tylko 2 razy dzie-

cięciu piersi ssać daie, później zaś od nocnego ssania zwolna go odzwyczaią, bo dziecko usypia pospolicie na piersiach matki, a pokarm zostaje się w ustach i kwaśnieie. Dziecko przyzwyczajone do porządku nie przerywa snu matki, która używa wszelkiej rokoszy wypływającej z własnego karmienia, a unika niebezpieczeństwa iakie niekarmiącey zagraża matce.

W każdym względzie byłoby to z dobrem ludzkości, gdyby matki znowu zaczęły karmić swe dzieci. Zaiste, własne macierzyńskie uczucie powinno ich do tego nakłonić. Jak mocno powinna się bowiem przywiązać i miłość macierzyńska, kiedy matka posila dziecko własnym źródłem swych piersi. Jestto roślina, którą ona sama zaszczerpiła, sama wykarmiła i wychodowała, ach co za radość dla czułej i kochającej matki!! —

§. 41.

Matka podeymująca się karmić swe dziecko, powinna szczerze zająć się tym obowiązkiem, powinna porządne i przyzwoite prowadzić życie. Co się tyczy napoiów, potraw, poruszeń i t. p. mogą służyć te same prawidła, które wyżej przy ciężarności są wyrażone. Atoli, wszelkie prawidła zachowania się nie osiągną zamierzonego celu, jeżeli matka nie będzie posilała dziecięcia w pewnym porządku, i dostatecznie, jeżeli dziecięciu kilka godzin a nawet częstokroć cały dzień czekać przyjdzie, nim matka piersią swoją posilić go raczy; w tym razie wszelkie prawidła nic nie pomogą.

dziecie zostanie słabowitem, nadto, luboć wprzód krzepkie było, osłabnie i schudnie. Im rzadziej matka dziecku piersi ssać daie, tem bardziej opadaia iey piersi, a nakoniec zupełnie tracą pokarm.

Matka powinna dziecięciu dawać piersi wtenczas, kiedy sama w dobrym iest humorze, kiedy spokojna, ieżeli można zrana po śniadaniu i po obiedzie, skoro żołądek strawi. — Jeżeli napływ pokarmu w obydwóch piersiach iest iednakowy powinna dziecie kolejno od iedney do drugiey przesadzać piersi, ażeby mleko w żadney z nich nie osiadało się i żeby ustawicznie iednakowe położenie nie zaszkodziło dziecięciu. Po gwałtownych poruszeniach umysłu a szczególniey po gniewie, zaleknieniu, zmartwieniu, po gwałtowney radości lub smutku, nigdy nie powinna dawać mu piersi, wszelkie bowiem poruszenia umysłu skutkuia mocno na pokarm i mogą w dziecięciu śmiertelne sprawić konwulsye. Dlatego po każdym podobnem uniesieniu powinnością iest matki starać się wyprowadzić pokarm z swych piersi, i kilka godzin od karmienia się wstrzymać aż pokąd zupełnie uspokioia nie zostanie. Równie też powinna wystrzegać się posilania dziecka po ciężkich poruszeniach ciała, albo po uziębieniu. Wyłamywanie się z tych prawideł, ściagnęło częstokroć najszkodliwsze skutki na życie i zdrowie niemowlęcia. —

Nienależy także obudzać dziecie do pokarmu, ani dozwalać ażeby podczas ssania, przy piersiach

nsypiało, w obudwu bowiem razach, szkodzi organom żołądka. Naywłaściwiey posłuży mu ssanie wtenczas, gdy matka skoro się dziecko ze snu obudzi, z pościółki go wydobędzie, rozwinie z pieluszek, i uwolniwszy z więzów delikatne członki, dopiero mu do pokarmu nadstawi piersi swoich.

Nienależy także zapominać przemywania i wyczyszczania ust dziecka, po każdym zasileniu.

Tym sposobem może dziecko z korzyścią swego, i swojej matki zdrowia, 3, 4, a nawet i 6 miesięcy bez żadnego innego pokarmu, iedynie pokarmem swéy matki posilać się. Przytrafiający się zaś podczas karmienia w kilku miesiącach odchód miesięczny nie ma szkodliwego wpływu na zdrowie niemowlęcia, naywięcéy ieżeli w tym czasie, albo cokolwiek naprzód przemiiająca niestrawność, wzdęcie, nieszkodliwe womity, tudzież lekkie laksacye albo ze 2 noc niespokojnych dziecko napastują.

§. 42.

O karmieniu dziecka przez mamkę.

Nader iest trudno wynaleść mamkę z dobrymi przymiotami. Wiele bowiem są albo w niektórych częściach, albo po całym ciele zarażone chorobą rozwięzłości; inne znowu, temu nieszczęściu niepodpadłe, podlegają przypadkowym słabościom wysypkom, albo też przez swoje namiętności stają się niezdatnemi do tego obowiązku; a

przeto, któż może ręczyć, że tym sposobem nie zaszczepi się w dziecku choroba, lub skłonność, do choroby ciała i duszy, do której w żywocie matki ani zarodu nie było, ani też skład iego ciała mógł przepuszczać kiedy? Badanie nasze zasięga iedynie pod zmysły podpadające części, ale niestety nieraz już doświadczono, że choroby i własności duszy tak przyczaione bydź mogą, że ich nawet oku naybiegłęyszego w swęj sztuce lekarza i naysposobniejszemu znawcy ludzi wysledzić jest niepodobna. —

Jeżeli tedy konieczna zmusza potrzeba przyymować mamkę, należy aby lekarz lub chirurg dokładnie ją opatrzył, lecz żadna nie powinna odważyć się matka, za raieniem złośliwych i interesownych rayfurek, albo innych niedoświadczonych osób samowolnie do swojego dziecięcia przyymować mamkę. —

§. 43.

Z powodu przyymowania mamek popełniają matki nayczęściey następujące błędy; przyimują one dla nowonarodzonego dziecka częstokroć taką mamkę, której rok minął po połogu. Pokarm podobney zadawnioney mamki bywa za gęsty i nie przystoi, ani dla wieku ani dla organów delikatnego dziecka, którego pożywienie powinno bydź cienkie i snadne do strawienia. Zresztą nie zważają także i nato, że klasa ludzi trudniąca się namaczeniem nayczęściey jest uboższą i przy ciężkiej pracy nędznie się wyżywiającą, osoba zosta-

iąca zdrową przy takim sposobie życia, zniewolona bywa nie tylko do spokojnego i siedzącego sposobu życia, którego właśnie czerstwe iey zdrowie, nadwątlić może, ale nadto, przymusza ją do obładowania żołądka potrawami i napoiami. Mnie maia matki, że przezto dobrze robią swym dzieciom, a właśnie przeciwnie się dzieie.

Mamce przyzwyczajoney do mięsa w przody, i potem należy iey udzielać, lecz nieprzyzwyczajoney i późnięj nie trzeba dawać, zwolna tylko można do mięsnych postąpić potraw. Ogólnie te potrawy przyczyniają się naybardziej do zdrowia dziecięcia i mamki, które mamka wedle dawnego przyzwyczajenia z apetytem iada i trawi. Jednakże powinna wystrzegać się potraw kwaśnych i wzdymających mianowicie grochu, rzepy, ogurków i t. p. Niepodobna uwierzyć ile zdrowa mamka potrzebuie pokarmu. Do wydania półkwarty mleka, potrzeba 4 albo 5 funtów posilających potraw, potrzebuie także pokarmu dla swego własnego utrzymania.

Wielu mamkom przybywa pokarmu, przez częste iadło legominy, zwłaszcza jeżeli wprzody niedostatek miały w iedzeniu; atoli pokarm ten ubędzie stosownie, iak chęć iadła się zmniejszy. Mięso udziela naybardziej pokarmu, bo mięso żywi naydzielnięj i bez ustanku. — Rozmaite iadło służy naylepiej. Za napóy można dawać wody, a po obiedzie dobrego piwa, lecz stare piwo tudzież tęga kawa i wódka szkodzą dziecięciu.

§. 44.

Niewiasty posilające dzieci, mniemają, że w tym stanie więcej powinny spiić napoiów, niż przedtym. Lecz przezto nie miesza się dokładnie z sokami, sok posilający, który się ustawicznie zciencza, lecz tem prędzey łączy się z krwią i zsiada się w piersiach — a ztąd jeżeli zasilające soki utracą własność swoją, niepodobna ażeby pokarm dobrego został przymiotu. — Równie i to jest błędem, jeżeli mamkom dla przymnożenia pokarmu zbyt wiele bulionów, lub innych sztuka przeprawnych potraw i napoiów się daie, albo też małą chęć iadła korzeniami łechtą; tym sposobem a nayszczególniej z nieczystego i zamkniętego powietrza, tudzież z siedzącego sposobu życia, psuje się strawność żołądka a pokarm utracą dobry przymiot. Panująca słabowitość i chorowitość zbyt wielu dzieci zdaie się tego być skutkiem. — Ostrość soków bowiem zaczyna przygryzać delikatną budowę, sprowadza rozmaite wysypki na skórze, lub choroby żołądka, okrutne rznięcie, krwawe biegunki, a nakoniec śmiertelne konwulsye. —

Jeżeli pokarm przez używanie napoiów i potraw znacznie swą własność odmieni, należy zważać na to, i postarać się o dobrą dyetę mamki.

§. 45.

Dla pomocy i ułatwienia strawności żołądka, mogą posłużyć poruszenia ciała, zwłaszcza jeżeli niewiasta zdrowa jest, i wprzód już do nich na-

wykła. Poruszenie ciała utrzymuje prawie każdą mamkę przy dobrej zdrowiu, zaniedbanie zaś poruszenia, szkodzi wyrabianiu się soków, tudzież jeżeli mamka sobie i dziecięciu zaszkodzić nie myśli, nie powinna także zaniedbywać pierwotnego zwyczaju, używania wolnego i świeżego powietrza, iako też nie powinna zamykać się w ciasnych izbach, które wilgotnem i nieczystem powietrzem są napełnione. — A przeto powinna mamka luboć niecodziennie iednakże podczas pogody, ubrana iak pora roku wymaga, pod dobrym dozorem na świeżem przechodzić się powietrzu; ieżeli zaś to bydz nie może, powinna w mniejszej ilości tą się zatrudniać robotą, do której wprzód przyzwyczajoną była; a mianowicie należy tu ćwiczenie zewnętrznych członków ciała, poruszając z pewną odmianą ręce i piersi, dla przywabienia do nich większej wilgoci. N. p. staczanie pieluszek. —

Atoli poruszenia te nie powinna czynić zaraz po obiedzie, ale godziną wprzód. —

Wzbyteczne poruszenie umniejsza napływ soków i jest równie iak wzbyteczne ssanie i spoczywanie szkodzącem. Jednakże potrzebnego spoczynku trzeba dozwolić mamce, i nie dopuścić ażeby w czasie słabości, albo niedogody dziecięcia ustawicznie czuwać miała. —

§. 46.

Wszystko co zalecono matkom karmiącym, iak często dziecie w pierwszym czasie, później zaś we 24 godzinach potrzeba karmić, tudzież ile

przy każdym posilaniu ssać mu dozwalać, powinny równie zachować i mamki, albowiem mogą w przeciwnym razie wykazane, i niebezpieczne wyniknąć skutki. —

Mamka powinna zawsze dobrze okrywać piersi, a oziębiwszy je dotąd dziecku nie dawać, aż pokąd się nie rozegrzeją. Trzeba ją także chronić od gniewu, ieżli zaś temu zabiedz nie było można, trzeba by pokarm z piersi wycisnęła. Mamka powinna także wstrzymać się od współkowania; ieżeli zaś w czasie karmienia nadeydzie pora miesięcznego odpływu, należy wtenczas podobnie sobie postąpić, iak wyżej przy matkach, o tem się powiedziało; to iest nieodmieniając karmicielki, dozwoić ażeby te nieważne przeminęły słabości.

Niektórzy radzą w tym razie posilać dziecko czystym z iaiami rozbitem mlekiem.

Jeżeli mamka zachoruje, trzeba ażeby dotąd nie karmiła dziecka, dopóki nie wyzdrowieie. Nakoniec zaleca się mamce nayszczególniey ochędóstwo; wiadomo bowiem, że brudne osoby podlegają częściey chorobom niżeli lubiące ochędóstwo. Nayczęściey zaczyna się naprzód psuć skóra, z czego potym mnóstwo innych ciężkich na dziecie wpływających wynika chorób. —

§. 47.

Jeżeli mamka stosownie do potrzeb dziecka dosyć ma pokarmu, może dziecko przez 4, 6, a nawet i 8 miesięcy iak wyżej wymieniono, zostaiąc

przy piersiach matki lub mamki, bez żadnego innego pożywienia iedynie tym pokarmem się obchodzić i rosnać; lecz ieśli dziecko iest mocne, a matka stosownie do iego głodu zbyt mało ma pokarmu, natenczas można zaczynać dziecku, wraz z pokarmem mamki lub matki z korzyścią dawać nieco napoiów i potraw. Przy zbliżającym się czasie odłączenia należy go także do iedzenia przyzwyczaić.

Ubywanie pokarmu mamki lub matki, tudzież wzmagający się głód wzrastającego dziecka, powinny wskazać czas, w którym się dziecko przy piersiach rozmaitym pożywieniem hodować zaczyna.

Jeżeli mamka lub matka słabey iest koustytucyi i dosyć pokarmu nie ma, tudzież jeżeli przy mocnem naciąganiu i ssaniu piersi, nieprzyjemnego doznaie bolu, albo jeżeli czuie suchość w ustach i w powietrznych rurkach, a czasem dzwonienie albo szum w uszach, nakoniec jeżeli dziecko zaczyna sypiać niespokojnie, tracić wesołość, kolor, w twarzy i chudnieć, co się nayczęściej w 5tym 4tym a nawet w 3cim. miesiącu bez widoczney przyczyny wykazywać zwykło, należy w tym czasie mimo piersi i inne dziecięciu dawać pożywienie.— Jakiem to pożywienie bydź powinno, okaże się w dalszym ciągu ninieyszego pisma.

§. 48.

Jeżeli ze strony matki i dziecka żadne szczególne nie zachodzą okoliczności, któreby odłącze-

nie dziecka koniecznie wymagały; należy dotąd dziecko karmić piersią, aż dopoki 6 albo 8 nie dostanie zębów, toć iest bowiem skinienie przyrodzenia, że dziecko już samo żywić się iest w stanie. Czas ten zwykły przypadać między 10tym i 16tym miesiącem. Jeżeli zaś pierwey wykluia się zęby dziecięciu, albo jeżeli już z niemi się urodzi; bywa to nadprzyrodzony i niebardzo pożądany przypadek. Dlatego niepowinna matka dłużej karmić dziecięcia, iak 5 ćwierci roku, naydaley, oprócz jeżeliby tego wymagała nadzwyczajna słabość dziecięcia, albo delikatny i lekki pokarm, którego przyczyna w mleku macierzyńskiem znaydywać się może.

Nie należy także wtenczas odłączać dziecko, gdy mu się zęby wykluwaią; przyzwoiciey iest zatrzymać się przez ten cały peryod wykluwania się.

Zbytnie długie karmienie sprawuje przepelnienie posilających soków, tudzież że dziecko zbyt tłuscieie i łacno się zaflegmia. —

Znayduia się wprawdzie narody, które swym dzieciom przez kilka lat piersi ssać dozwalaia. Dzikie niewiasty Kanady i wielu osad Sybiryyskich karmia swe dzieci aż do 6go albo 7go roku; Murzynki czynia toż samo, z powodu ażeby wiele nie miały dzieci, lecz ten zwyczaj zupełnie iest szkodliwy.

Bo chociażby się wcale nie należało obawiać, ażeby z powodu długiego karmienia, dla zdrowey moralney matki, która na wsi świeżego używa powietrza i codziennie zatrudnia się robotą, szkodliwe nie wyniknęły skutki; iednakże w miastach,

gdzie matki lub mamki w szczupłych mieszczą się pokojach, nie zatrudniają się pracą, rozlicznym ulegają namiętnościom iako: lubieżności i gniewowi, marnotrawne i miękie prowadzą życie, a przeto tak siebie samych iak i płody swoje na liczne narażają niebezpieczeństwa, iest nieodbycie potrzebną rzeczą, ażeby dziecie zawczasu od piersi odłączano.

Lecz do delikatnego pokarmu nawyknionego dziecka, bez przygotowania i przyzwyczajenia go do innych potraw, nie należy raptem usuwać od piersi; zwolna tylko, przyzwyczajwszy go wprzód do właściwego posiłku, można odłączyć; w przeciwnym bowiem razie, zagrażałoby mu niebezpieczeństwo życia, karmicielka zaś mogłaby popaść nieszczęściu, które niekarmiącą spotyka. —

Jednakże mogą zayść okoliczności wymagające koniecznie przedwczesnego odłączenia od piersi; te są: jeżeli matka lub mamka wciąż zastąpi, jeżeli się pokarm zepsuie i do karmienia niezdatnym stanie, jeżeli piersiowe brodawki karmicielki zranione są albo zbolące, jeżeli karmicielka lub dziecie niebezpiecznie zachoruje, albo jeżeli karmicielce pokarm ubędzie, nakoniec jeżeli samo dziecie zupełnie ssąć niechce. Ten przypadek wydarza się częstokroć tak, że dziecie ani piersi swej matki ani mamki niechce brać w usta. Dziecie bowiem dostaje niekiedy takiego wstrętu od mleka, że skoro zobaczy pierś lub co podobnego do pokarmu, n. p. migdałowe mleko, natychmiast poczyną krzyczeć. Wstręt takowy przychodzi najczęściej nie z czasem lecz raptem, dziecie zaś

znayduie się przytém pospolicie bardzo zdrowe. W tych przypadkach a nayszczególniey w ostatnim, ieżeli dziecie nawet inney mamki piersi ssać niechce, co się nayczęściej zdarza, wypada go odłączyć.

§. 49.

O karmieniu dziecka potrawami tudzież pokarmem matki lub inamki.

Wyżey iuż namieniono, że skoro karmicielce stosownie do posilania dziecka przyzwoitego zbywa pokarmu, należy dziecięciu wprzód iuż inne dawać posiłki. Lecz te dawane posilenia, powinny byǳ zdrowiu i siłom iego przyzwoite, posilające, łatwe do strawienia, płynnego i rozwalniającego rodzaju. —

Należy tu wymienić iakie pożywienia naistotniey młodemu dziecku są przyzwoite. W ogólności dwa są rodzaje pokarmu dla dziecka. Pierwszym iest mleko, wtorym bulion. MoŜnaby mnieć nawet, że mleko lepszym iest pokarmem, lecz rozważywszy, że tak mleko iak buliony nic innego nie są, iako zwierające soki; zatém každy iednakowość obudwóm przyzna; bo luboć mleko czyścieyszym się sokiem wydaie, iednak istotnie nim nie iest, wczoraysza bowiem strawa, dobre iuż dzisiay utworzyła mleko, zatym zbyt krótki iest czas, w którymby mleko iako sok nayczyścieyszy wydystylować się mogło, zwłaszcza że mleko krowy lub kozy, przez ustawiczne doienie zostae

zcienczone a tćm samem dobrćy własnoscć nieć nie może.

Bulion zaś nic nie iest innego, iak czysty z mięsnych potraw wygotowany sok zwierzęcy, któren przez długi czas mocą organów wyprawiony, do pożywienia się daie.

Wiele odłączonych dzieci karmią się mlćkiem, luboć posiłek z mlćka podług licznych doświadczeń niezawsze naylepsze sprowadza skutki. Przeciwnie zaś, dzieci karmione bulionem udaie się nad podziw.

Dzieciom krzepkim i mocnego żołądka, posłuży bardziey mlćko, iednakże trzeba do niego wlewać trochć rościeku z herbaty albo cienkiego napoju z ięczmienia lub owsa, albo też dodaie się iakie inne smaku i naturze dziecka odpowiadające posilenie, któregoby zdołało łatwo trawić. —

Przeciwnie znowu, dzieci słabobite, którego niedostatecznie posila pokarm karmicielki, albo które zbyt słabe ma organy żołądka, co się nayczćsciey przez kwaskowate cuchnienie z szyi, przez odbiianie, womity, przez cienkie i niedostateczne zafarbowanie stolca, tudzież przez rznięcie żołądka, nieregularne spanie, i bladość odznacza, należy miasto lekarstwa karmić bulionem z chudych cieląt, lub kurcząt osłodziwszy go troche cukrem.

Dzieciom trawiącym dobrze cienkie mlćko krówie, należałoby się raz albo dwa razy na dzień dawać lekkie buliony z mięsa; bowiem podobne pożywienie miesza się dobrze i wielce służy do zdrowia. —

Nietrzeba dawać dzieciom ciągiem pokarmu, ani w takiej ilości ażeby głód ich zupełnie zaspakać, owszem należy im dawać miernie, regularnie, i dla żołądka ich w nayprzyzwoitszey ilości.

Naylepszym pokarmem dla dziecka, któremu już pół roku, iest zupa z sucharkiem cienko rostartym albo z czerstwą bułeczką, manna zmieszana na pół z mlekiem i wodą albo też na pół z bulionem i z gęstawą nieco zupą. Tym sposobem można dziecięciu aż do czasu odłączenia urozmaicać pokarm karmicielki.

§. 50.

Wiele rodziców znajduje się w tym błędnym i nader szkodliwym przysądzie, iż słabowitym dzieciom dla przymnożenia sił i polepszenia zdrowia należy często i wiele na raz dawać pożywienia, lecz rozważywszy, że jeżeli w pierwszych miesiącach, jak wyżej wymieniono, szczególniejszy wzgląd mieć należy na słabowite i zbyt drażliwe organy żołądka mocnych i zdrowych dzieci, wypada tem bardziey zwrócić swą baczość, na ten punkt słabowitych dzieci. Nie wszystko bowiem posila ciało dziecięcia, co ono ziada, lecz to co dziecko strawi, ztąd wynika, że im słabsze iest dziecko, tem w mniejszey ilości i tem częściej należy dawać mu pożywienie. Stosownie do głodu dziecka, można mu oprócz pokarmu karmicielki, dawać pożywienie ciepłe i świeże, lecz zawsze w małej ilości za każdą razą.

Przymnażanie posiłku zależy od większej lub mniejszej strawności żołądka. Jednakże potrzeba wystrzegać się opychać żołądek dziecka.

§. 51.

Legomina jest dla dziecięcia zupełnie niedogodnym pokarmem, czyli tak zwany grzybek dla dzieci, któren z mąki, mleka i cukru się robi. Ta potrawa pozbawiła już tysiące dzieci zdrowia i życia. Obstrukcyje, womity, ustawiczne rznięcie żołądka, ciskawica, szlamowaty, zielonawy i czarny odchód, obrzęknięcie brzucha, parcia i wszelkie rodzaje przypadających kurczów, pochodzą najczęściej z tej kleiowatej i zamulającej potrawy, a luboć niektóre dzieci szczęśliwie przy legominie się udaia, są to jednak trafunki, na które żadna matka troskliwa swojego dziecka tem mniej nie powinna narażać, ieżeli lepszy, zdrowszy, przytem oszczędniejszy i nie tak kosztowny pokarm dla niego obrać zupełnie jest w iey mocy.

Nierównie jest szkodliwe zbyt częste używanie cukru, sprawuje bowiem przepełnienie flegmy, rznięcie żołądka i biegunki. Podobne przynosi skutki przyzwyczajenie dziecka do kawy, lub czekolady, z rozmoczoną bułką, sprawuje bowiem zamulenie żołądka, a ztąd obstrukcyje.

Równie brzydkim i obmierzłym zwyczajem jest używanie papki. która następującym sposobem się robi: żuie się chleb, lub rozwalnia i rozpuszcza się w mleku, i cukrze, potem zawiezuje się w kawałek szmaty, zamacza się w kawie, herbacie

albo w ślinie i tak wkłada się w usta bądź spiętego bądź czuwającego dziecka, ażeby bez ustanku ssało. Spanie takowego płotka nietylko że wcale nie jest potrzebne, ale nawet szkodliwe, jeżeli bowiem dziecie zbyt mało z niego otrzymuje pokarmu, zatem środkiem posilania być nie może, a przytem nie należy także ustawicznie karmić dziecięcia. Równie też jest nierozsądnie uspakiać to dziecie papką, które przez wzbyteczne obładowanie i nierząd żołądka, ustawicznie nękaia bole, dopóki się bowiem nie usunie istotna przyczyna boleści jego próżne będzie usiłowanie słodkawym i podrażliwym pokarmem przytłumić w niem uczucie bólu. Z wielu nawet miar, papka może się stać szkodliwą, ponieważ chleb zmieszany z cukrem psuje się prędko i kwaśnieje, ten kwas razem z powietrzem wciąga dziecie ustawicznie do siebie, a przeto utwarza się w jego żołądku zaród zepsucia i kwasu, do czego dzieci nayszczególniej są skłonne, ztąd zaś wynikają bole brzucha i odęcia.

Przez ustawiczne natężanie i ssanie papki, słabnieją także płuca, twarz powleka bladość, dziecie utraci sen, albo nie usypia bez papki w ustach, z której się nawet udusić może. Nadto, ubóstwo i nieczyste nianki, używają do robienia jej, częstokroć najbrudniejszych gałganów, albo też biorą dwudniową na ziemi lub w innym wilgotnym kącie zleżałą papkę i wtykają w usta dziecięcia.

Przez te niewyczyszczanie ust codzienne wążdzieją dziąsła, a ztąd robią się na ustach i wargach

wyrzuty i pryszcze, albo też wynikają inne choroby, przeszkadzające wykluwaniu się pierwszych zębów mlecznych, i zaszczepiające zaród zepsucia zębów wtórych, które już na całe życie człowieka są przyznaczone.

§. 52.

Karmienie dziecka potrawami, powinno następować regularnie, kolejno i zawsze aż we 2 godzin po karmieniu pierśmi.

Przewarzone napoje tudzież wszelkie rodzaje kawy, i herbaty szkodzą dziecku niezmiernie w pierwszym roku, sprawiają bowiem rozwolnienie, które gorącością wody ieszcze bardziey się wzmaga. Równie i piwo nie służy małym dzieciom.

Lecz nayszkodliwszym jest zbytkiem dawać dziecku przy piersiach oprócz pokarmu karmicielki cienkie i płynne pożywienie a'tém' bardziey zalewać go innemi napojami.

Jeżeli zbliży się czas odłączenia, natenczas można dawać dziecięciu cienkiego rosółu z roztartą bułeczką lub sucharkiem, albo też gęste iak śmietana warzywo z roztartą bułeczką w wodzie lub na pół w mleku i wodzie. Atoli i przytem należy zachować wyżej wyrażony porządek, i na raz nie wiele dawać.

Nierównie szkodliwym jest zwyczajem żuć potrawy dziecięciu; zwykły to robić nietylko matki, ale nawet obce osoby, i strupieszale baby, które, mając naapsute soki, i podlegając zaraźli-

wym chorobom, psują niezmiernie soki dziecięcia i zaszczepiają w niem zaród do nayobrzydliwszych chorób.

Omiiam tu zupełnie wychowanie dziecka wodnistemi potrawami, to jest owemi posiłkami, któremi się dziecko żywi bez pokarmu matki lub mamki, ten bowiem sposób będąc naytrudniejszym wymaga osobliwszego dozoru zręczności i pilności, lecz ponieważ rzadko się udaje a przeto mniej jest używany.

Trzeci Oddział.

O dalszych prawidłach fizycznego wychowania.

§. 53.

Nie nie jest dziecięciu tak wielce pożytecznem i tak nieodbicie potrzebnem do iego wzrostu i zdrowia, iak kąpanie i przemywanie w letney wodzie.

Nie podobienstwem jest naśladować zwyczaj wielu grubych, po dziś dzień żyjących ieszcze narodów, które dla umocnienia ciała swych dzieci, tudzież, dla zrobienia ich wytrwałemi na wszelkie niewygody, biegną z nowonarodzonem do bliskiej rzeki nurzaia i przemywaią w zimney wodzie. Sposób bowiem ich życia a tém samem i konstytucya ciała, wielce się różni od naszej, iednakże luboć ciało grubych narodów przez ostre i zimne klima, przez ciężki i pracowity sposób życia, mocno jest zahartowane, a przecie chcielibysmy wiedzieć ile niemowląt, zwyczaj ten przepłacaia swem życiem. Z tego powodu na iak wielkie niebezpieczeństwo narazilibysmy dzieci nasze, postępuiać

z niemi podobnie. Rozważywszy bowiem, że dziecko pierwsze istnienie, wzrost i zdrowie swoje przez całych 9 miesięcy, iedynie w parney otrzymało kąpieli, każdy uzna niepodobieństwo, ażeby delikatna organizacya niemowlęcia tak gwałtowna zdołała znieść odmianę. Z tych powodów należy w tym peryodzie naybardziej na to zważać, ażeby iak naymniey dziecko od zwyczajnych oddalać wpływów, wszelka bowiem raptowna odmiana, może mu przynieść złe skutki. Azatym w tych nayważniejszych chwilach, powinniśmy ile możności sztuką przynaymniey, właściwe dziecku przysposabiać wpływy, do czego letna kąpiel przez swoją podobną temperaturę i obmywanie brudu, z ciała, nayprzyzwoitszym iest środkiem.

Z tych względów należy nowonarodzone dziecko natychmiast w letney wodzie kąpać i przemywać.

§. 54.

Kąpiel zbyt ciepła drażni skórę, i połączona iest z tem niebezpieczeństwem iż wszelkie po niej następujące uziębienie dziecka szkodliwe bydz może. Przeciwnie, chłodna kąpiel zatwardza skórę przez mnieyszą drażliwość, przytępia organy działania, i ieżeli po niej raptowne nastąpi ciepło zagraza niebezpieczeństwem złych skutków którym niezaziębiaiąc dziecka zabiedz było można.

Im bardziej słabe lub z sił opadłe iest dziecko, tudzież im bardziej w cieple utrzymywane lub delikatnie iest wychowane, tym z większą

ostrożnością trzeba postępować z iego kąpielą. Dobrze jest słabowite dziecko w cieplejszey kąpać wodzie, lecz z przybywającemi siły i z wiekiem należy umniejszać stopnie ciepła. Pewien z najsławniejszych lekarzów wykazał stopnie ciepłej kąpeli, które do tych czas za najlepsze są uznane. Mówi on: Kąpiel umacnia jeżeli naturalne ciepło ciała większe jest niżeli ciepło kąpeli; przeciwnie kąpiel osłabia, jeżeli ciepło kąpeli większe jest niż ciepło ciała. W pierwszych tygodniach należy dziecko przez pół, później przez cały kwadrans kąpać. Kąpiel przez się złączona z ożywiającem wrażeniem wody, tudzież przez swoją własność przeczyszczania i otwierania porów jest naysobliwszym umacniającym środkiem. Uważmy ieno, ile sił ile nowego życia dodaie letnia kąpiel nogom przykrą strudzonym podrażą, w iednym prawie momencie ustaie nieczułość i osłabienie. Jestto dostatecznym dowodem, że woda posiada orzyzwiającą siłę. Z tych względów każdy pozna iak dobroczynnie skutkuje ciepła kąpiel na delikatne i do ciepła przyzwyczajone dziecko. Atoli kąpiel młodego dziecka w tym stopniu zawsze powinna być ciepła, ażeby dorosły włożywszy w nią rękę dopiero uczuwał ciepło; przytém luboć kąpiel do utrzymania sił i zdrowia przedziwnym jest środkiem iednakże nie należy codziennie iey używać.

W pierwotnym czasie można dziecko kąpać codziennie przez 3 lub 4 tygodnie w ciepłej wodzie, później zaś tylko 2 lub 3 razy na tydzień.

Naylepsza woda do kąpeli iest z deszczu lub z rzeki, gdzie zaś tylko studzienna się znajduje, potrzeba do nięć ciepłego lub gorącego dolać mleka ugotowawszy w niem wprzód pół łotu mydła i kilka funtów pszenicznych otrębów.

Lecz wszystkiey wody nie należy gotować, utraci bowiem wiele z swych części, które są ięć żywiołem. W lecie najlepsza do kąpeli woda, iest słonecznym rozegrzana promieniem. W kąpeli trzeba ciało dziecięć głąskać z lekka i snadnie nacierać gąbką. —

§ 55.

Do kąpeli nowonarodzonych nie należy ani wódki lać, ani dodawać ziół aromatycznych, oprócz ięćli dziećć prawie umarłe na świat przyidzie, w tym razie dla rozdmuchnienia w niem płomyku życia można mimowolnie do mocniejszych udać się środków. W innych przypadkach niepotrzebne są mocno drażniące kąpiele, a nawet i niebezpieczne, bo ięćli dziećć bardzo iest słabe, tęć kąpiel rozdrażnia niezmiernie skórę ięć, i całe ciało, przykłady zaś nauczają, że tym sposobem zatłumia się częstokroć słabo tleiąca iskra życia. Krzepkie i hoże niemowlęć nie potrzebuują mocnych podrażnień, a przeto i tęć kąpeli, albowiem w przeciwnym razie wpadają w osłabienie.

Jednakże używanie mocnć kąpeli niezawsze bywa niepotrzebne, doświadczono bowiem, że słabowite dziećć umocniły się kąpielami; do któ-

rych mieszano cokolwiek wina lub wódki. Mydło podrażnia lekko, a przeto można go użyć bez obawy do kąpieli słabowitego dziecka. —

§. 56.

Z kąpielą złączone iest także przemywanie, które zbierając brud z ciała i otwierając pory najsłabszym oczyszczania iest środkiem. Ciało dziecka należy codziennie letną przemywać wodą. Całej bowiem kąpieli iak iuż namieniono należy tylko 2 lub 3 razy na tydzień w późniejszym używać czasie, a nayszczególniej przemywać główkę, gdyż przeto zapobiega się wyrzutom, które pochodząc z nieczystości i ciepłego utrzymywania głowy wcale się nie przyczyniają do zdrowia. Dzieci utrzymywane w czystości bywają pospolicie zdrowsze i nie podlegają żadnym wylewom głowy. Przeciwnie zaś zbyt ciepło i nieczysto utrzymywane głowy, zlewają nayeściej strupy.

Do wody nie zaszkodzi dodawać mleka, albo otrębów, lecz dodawanie wina, wódki, tęgich rościeków z ziół aromatycznych do kąpieli zdrowego dziecka, nietylko że iest niepotrzebne, ale nawet może być niekiedy szkodliwe. —

Dziecie potrzeba przez cały rok kąpać i przemywać. Po przemyciu albo skąpaniu należy go natychmiast ciepłą osuszyć chustą; mogłoby mu bowiem skąpanie lub przemywanie przez zaziębienie bardziej zaszkodzić niż pomódz.

Skoro się dziecko obudzi, nie trzeba go ani kąpać ani przemywać, ponieważ chłodną kąpielą

zatomowałyby się raptownie snem powiększona waporacya ciała. Podobnie zaszkodzi dziecku, kąpać go zaraz po iedzeniu.

§. 57.

O powiianiu i ubieraniu dzieci.

Giętkie i delikatne ciało dziecięcia a nayszczególniey kości grzbietowe nie mając ieszcze mocy utrzymania się wymagają podpory, z tegoćto powodu, wynalezione są pieluszki, za pomocą których osoby trudniące się wychowaniem dzieci, mogą ie dźwigać i pielegnować. Ale iak nierozsądnie i na zgube słabego niemowlęcia używają one częstokroć tych pieluszek!

Rozciągnąwszy bowiem prosto wszystkie członki a nawet i całe ciało dziecięcia krępują ie mocno w pieluchy i tym sposobem kształcą z niego walek, któren, żeby się ruszyć nie mógł, wkładają do pościeli i obwiązują powiaczami. — W tem nędznem i nayprzykrzeyszem położeniu, płacz tylko zostaje mu iedyną obroną, na który matka albo wcale nie zważa, albo mniemając że głód lub pragnienie tegoż przyczyną, wtyka mu piersi w usta.

Podobne spowiianie staie się nader szkodliwym, uciska bowiem delikatne części i przyszkadza wolnemu poruszeniu członków z naywiększym uszczerbkiem zdrowia; tudzież zatrzymuje waporacye przezco się dziecie ustawicznie moczy.

Mocne ciśnienie zewnątrz popędza krew ku głowie i przerywa ieý obieg, z czego wynikają

śmiertelne apoplexye. Nadaremnie usiłuje dziecko wydobyć ręce i nóżki, przezco złamania, wywichnienia, wykręcenia członków i t. p. zdarzają się przypadki.

Lecz częstokroć wpadaia matki w błąd przeciwny, to iest; częstokroć nie powiaia swych dzieci, lecz kładą ie na poły nagie w pościółkę. Takowe postępowanie nierównie iest szkodliwe, dziecko bowiem zostaiac przez 9 miesięcy zamknięte w żywocie matki, tyle tylko miało mieysca, że się poruszać mogło, przyszedłszy tedy na świat, mogli ono wiedzieć iak swoich używać członków? Wolne poruszenie stosownie z drażliwością dziecka niebawem bywa nadużyte a tem samem mu szkodzi. Dziecie bowiem zaczyna częstokroć spinać i tak gwałtownie krzyczeć ze żczerwienieie po całym cieie, przezto wzmaga się obieg krwi przedszy, a ztąd może wyniknąć wystąpienie soków.

Przeciwnie znowu ieżeli lekko przykrywa się dziecie, natenczas wystawia się na niebezpieczeństwo zaziębienia, które w innym względzie mu szkodzi.

W tym bowiem razie równie iak z mocnego spowiiania może dostać ruptury, a nayszczególniej co do pępka. A przeto należy nowonarodzone niemowle ciepło, wygodnie i tym sposobem miękkimi obwiać pieluszkami, ażeby brzuszek którego żadne nie zaślaniaia kości, mocniej był podwiązany, aniżeli piersi, te znowu mocniej iak inne części ciała; iednakże spowiianie to powinno tak bydz wygodne, ażeby dziecie cokolwiek mogło się ruszać i rozciągnięte nie leżało. Do spinania

pieluszek nie należy używać szpilek, ale wstążek. —

§. 58.

Skoro dziecko do sześciu albo siedmiu dójdzie tygodni, trzeba go powiać wolniej, iednakże należy brzusek podwiązywać mocniej iak inne części ciała. Cały ubior dziecięcia powinien się składać z koszulki szerokiej, która w kształcie szlafroka, na przodzie bywa rozerznięta, tudzież z bawełnianey kołderki, w którą nóżki się zawiązaia, i która pod ramiączkami się spina. Rączki zostawia się zupełnie wolne, iednakże należycie przykryte.

Dobrze iest obwiąć dziecko w szytą kołderkę która mu podpięra główkę, rozgrzewa dostatecznie i nie rozpala iak poduszka, i w której także wolno i prosto ułożyć go można. Tym sposobem można go powiać do pół roku, zwłaszcza że przeto w cieple się utrzymuie.

Nie należy wkładać na głowę dziecięcia ani zbyt ciepłego ani zbyt ciężkiego czypeczka iezeli bowiem czypeczek iest ciasny, gniecie ciemie dziecięcia, a przeto i mózg którego żadne nie ochraniaia kości, przeciwnie znowu, ieśli czypeczek zbyt wolno związany iest na głowie, spadaia z niego wstążki za naymnieyszem poruszeniem dziecka i tym sposobem, ścisaaia albo ciemie, albo żyły u szyi, z czego częstokroć śmiertelne wyniaia apoplexye.

Co się tyczy ciepła ubioru, należy brzusek i nóżki ciepły utrzymywać, niżeli głowę i piersi, szyja zaś powinna być wolna i podczas zimna tylko, lekko przykryta. W naszym klimacie które tak częściej podlega zmianie nie należy dozwalać, ażeby dziecko z otwartymi piersiami i z nagą chodziło szyją.

Nie mniej także szkodzi dziecięciu ciasne podwiązywanie szyi i zbyt ciepłe utrzymywanie piersi.

Pończoszki które dziecko często moczy uryną, należy często odmieniać z powodu ażeby się nie-uziębiło. Dziecie nieumiejące chodzić nie potrzebuje obuwia, to albowiem, uciska i nagnięta mu nóżki, tudzież przyszkadza poruszeniu palców i staie się przyczyną, że dziecko później bezpiecznie stawać nie może, lecz wełniane albo bawełniane obuwie może być użyteczniejsze dziecku.

Z resztą co się tyczy ubioru, potrzeba zważać na szczególne okoliczności iako to: na stan zdrowia, na mniejszą lub większą tkliwość i podrażliwość dziecięcia, na zmiany powietrza, na wiek i t. p. a wedle tych okoliczności można mu dawać cieplejsze lub chłodniejsze odzienie.

§. 59.

O spaniu dzieci.

Sen i pożywienie są naygłówniejsze środki, które nam powracają w czasie czuwania i poruszenia utracone soki. Dziecie któremu krótki dopiero

czas upłynął po porodzie spi, a nawet powinno sypiać dłużej; zostając bowiem w żywocie macierzyńskim spi prawie ustawicznie, przyszedłszy zaś na świat spi po naywiększej części, i sen posila go naymocnię; w niedostatku zaś snu, nędznieie dziecie i może nawet zgasać ieżeli przez 24 godzin w tych czasach czuwać iest przymuszone.

Dobrym iest to znakiem, ieżeli dziecie długo i spokojnie sypia, a nawet powinnością rodziców, ile możności długiego dozwolić mu spania. Naturalne bowiem działania w ciele niemowląt, postępują daleko spiesznię, niżeli w ciele dorosłych ludzi, z tego powodu słabnieją prędko ich siły; a ztąd wynika nayoczewiścię że dziecie dla pozyskania sił i dzielniejszego wzrostu, częściej potrzebuie zasilenia, a tém samem i dłuższego spania, niżeli dorosły człowiek.

Niedorzecznością iest zatem, mniemać, że zdrowe dziecie przez długie i częste spanie odurzyć może. Zdarza się bowiem często, że rodzice, z tego uroionego przesądu, wymierzając swym dzieciom pewne godziny do spania nayśłodsze przerywają im spanie.

Równie iest bezzasadnem mniemanie, że dzieci wśród małego szelestu nie mogą sypiać. Sen bowiem dla dziecięcia tak wielką iest potrzeba iż mając uszione ieszcze zmysły nawet w pośród hałasu spać będzie, dopiero z czasem, kiedy się zmysły rozwina łącnię obudza się ze snu. —

Lecz nayszkodliwię iest obudzać dziecie raptownie, gdyż z tego mogą wyniknąć kurcze i konwulsye.

§. 60.

Jakkolwiek sen naturalny potrzebny jest dzie-
cięciu, iednakże szkodliwa i niebezpieczna jest
niewolić go do spania, albo też rozmaitych uży-
wać środków do usypiania go; usypiającym środ-
kiem jest sok z kozłowych rogów, nayszkodliw-
szym zaś opium albo sok z maku; skutki sposobów
tych aż nadto dobrze są znane osobom trudniącym
się wychowaniem niemowląt. Poia one tajemnie ty-
mi sokami dziecko, i osiągaia wprawdzie swój za-
miar, ale niestety częstokroć wydarza się że dzie-
cie i na wieki usypia, albo też dostaje apoplexyi,
okulawienia, albo puchlizny w mózgu.

Nie mniej [szkodliwy jest sposób, starać się,
ażehy dziecko przez obładowanie żołądka usypiało.

Mocne kołysanie jest równie usypiającym i
ogłuszającym środkiem. Bowiem przez wzbyteczne
kołysanie, dostaje dziecko zawrotu głowy, usypia
wprawdzie, iak po każdym ogłuszającym środku,
lecz przez codzienne podobne ogłuszenia może
naywiększey popaść szkodzie, a nawet może się
w niem zašczepić zaród do nieuśmierzonych bo-
lów głowy. Nic naturalnieyszego iak, że po ta-
kowych gwałtownych poruszeniach, dostaje dziecko
słabowitey głowy, częstokroć zaś zostaje nieśmiałe
i głupowate. Gwałtowne kołysanie wstrząsa żołą-
dek a ztąd następuia: odrzucanie, zgęstniałego po-
karmu, rznięcie żołądka, i zgęstnienie mleka, na-
koniec tem pewniey przychodzą te nieszczęścia im
częściej gwałtownie bywa kołysane, albo wstrząsa-

ne, oprócz częstotliwego przypadku że może wypaść z kołyski.

Azatem nienależy używać usypiających środków, lecz zostawić dowolnym skinieniom przyrodzenia, które najczęściey w przynależnym czasie sen zsyła.

Jeżeli zaś słabość jest przyczyną że dziecko nie może sypiać, natenczas trzeba zaradzić się lekarza, albo jeżeli pieluszki lub ciasny ubiór go gniecie, tudzież jeżeli hałas albo wielka gorącość jest w łóżku lub izbie, należy usunąć te przeszkody, a sen w krótce nadeydzie.

§. 61.

Z wzrostem sił, zasilen i tęgości dziecięcia rodzi się w niem potrzeba dłuższego czuwania. Jeżeli dziecku pół roku już minie, można go przyzwyczaić ażeby w pewnych sypiało czasach, to jest przez całą noc, kilka godzin z rana i po południu. Zawczasu należy dziecko przyzwyczaić do sypiania w nocy, przeto bowiem usuwa się go od wszelkich wrażeń światła, hałasu, i t. p. Im daley dziecko postępuje w wieku, tem mniej wymaga snu dniowego, przy końcu nawet drugiego roku, a czasem nawet i wprzody traci już samo chęć do ranne'go spania. Lecz sen po południowy, może trwać aż do trzeciego roku, a czasem nawet i dłużej, jeżeli dziecko wielką ma skłonność do niego; do tego bowiem czasu, można brać połowę życia a tem samem dwanaście godzin dniowych za konieczną potrzebę do snu dziecięcia,

lecz co roku można ten czas umniejszać o godzinę dopóki do siódmego roku na 8 lub 9 nie zmniejszy się godzin, któren czas aż do męzkiego może już pozostać wieku.

§. 62.

We względzie do położenia, trzeba uważać, ażeby dziecko główką leżało wyżej albowiem przez horyzontalny albo w tył bardziej wygięty układ, uderza krew z większą mocą do głowy, a tem samem staie się szkodliwą. Nie mniej szkodzi także pochyte, krzywe, lub siedzące położenie dziecięciu, nadarza bowiem sposobność do zrośnięcia się członków.

Nie należy usypiać dziecka w pierzynach, te bowiem snadnie się pod niem pomykają i stawiają się przyczyną nierównego układu, tudzież rospalają ciało, przez wzbyteczną gorącość, a ztąd wynika mnóstwo szkodliwych następności; iako to: wykrzywienie ramion, miękość i tkliwość na przykre zmiany i ostrość powietrza, zaród do wczesnej lubieżności, skłonność do zaziębienia i t. p.

Dla tego należy przyzwyczajać dzieci do śpienia na materacach wypchanych końskimi włosami, albo też na siennikach. Wyjąwszy jeżeli tego pewne wymagają okoliczności n. p. słabość, albo niedostatek ciepła w dziecięciu. Jednak trzeba przynajmniej poduszkę suchym mchem lub końskimi wypchać włosami. Miasto letnej z bawełny uszytej kołderki, można go w zimie lekką przykrywać pierzynką.

Pościółkę należy często przywietrzać, czyścić, nawlekać i łóżeczko prześcielać świeżą bielizną. Nie mniej i pokój przyznaczony do sypiania dzieci, należy czyścić, przywietrzać i w zimie nie bardzo mocno palić.

Osoby mające wygodne pomieszkąnie, powinny do sypiania swych dzieci wyznaczyć pokoje wysokie obszerne i w dzień niezamieszkałe, w domach zaś gdzie takie urządzenie niepodobne bywa, można przez ochędóstwo z nayniższych izb i nayszczuplejszych, nayzdrowsze zrobić pokoje.

Nie należy nigdy dozwalać, ażeby dorosłe dzieci ze staremi sypiały osobami, albowiem starych orzyźwia waporacya młodych z których przeto naydelikatniejsze wychodzą płyny.

Jest bowiem doświadczoną rzeczą, że siła z ciała zdrowego, w nadwątłone przechodzi ciało, gorącością zaś i podrażliwością pomnaża się w tym stopniu u starych w jakim stopniu młodym ubywa.

Nie należy także dozwalać ażeby dwoie dzieci sypiały, albo leżały razem, częścią dla zabieżenia wzmagającego się ciepła, niepokoju i ewaporacyi, częścią, ażeby się przeto nie obudziły pewne drażnienia lub chuci. Dla tego należy każdemu dziecku osobne wyznaczyć łóżko.

Z tych względów należy także mieć baczność, ażeby dorostki ocknąwszy się po spaniu nie długo zostawały w łóżku, albowiem przez rozżarzoną imaginacyę, przez podrażliwe ciepło a nawet przez sam stan wewnętrznego odchodu, te chwile mogą się stać sposobnością do obudzenia chuci,

wywieżujących zbyt wczesnie pęd zapładnia-
nia. —

Nierozsądną miłością w swych dzieciach zaślepione rodzice, mniemają, że im przezto wcale nie szkodzą, owszem sądzą nawet, że przez długie leżenie wiele im wyświadczaiają dobrego; lecz w tym razie błędzą nayokropnięj. Przeciwnie zaś rodzice, świadome tego niebezpieczeństwa a niezważające na nie, zaniedbuią nayważniejszego obowiązku i sami przyczyniaią się do zaguby swych dzieci.

§. 63.

O chodzeniu i noszeniu niemowląt.

Nayszkodliwszém nadużyciem które się wkra-
dło do fizycznego wychowania, iest bez wątpienia
noszenie dziecka na ręku w prostém położeniu.

W pierwszych czasach nayprzyzwoitszy iest
dziecięciu układ horyzontalny na grzbiecie z pod-
niesioną cokolwiek główką na materacu albo też
na poduszce tego nabitey. W pierwszym bowiem
miesiącu nie zdoła słabowite dziecko prosto i bez
szkody utrzymać się na ręku, mając bowiem zbyt-
nie słabowite muszkuły upada, a przezto może
sobie grzbiet lub inne nadwereżyć członki; azatym
dotąd nie należy nosić dziecka na ręku, dopóki
mushkuły iego, nie wzmocnią się i nie stężeią. —

Słabowite dziecko potrzeba iak naymnięj no-
sić, należy mu w pierwszym półroczu pięścią pod-
pierać główkę. Nie trzeba także ustawicznie na

iedném. nosić go ręką, ale odmieniać to na prawém, to na lewém; mocne bowiem naciskanie członków, tudzież ustawiczne siedzenie na iedném ręką, może się stać powodem do wykręcenia lub innych ułomności. —

Nayprzyzwoiciéy iest ieżeli dziecko z przodu siedzi na ręce a druga ręka ciało się utrzymuje, iednakże pokąd nie stężeie ciało, nie trzeba go często nosić, a nawet i późnief nie należy do tego przyzwyczaiać dziecięcia.

Równie i z tego wynikają złe skutki, gdy nianki, przerzucają dzieci z iednego ramienia na drugie. Atoli ieszcze większe wynika nieszczęście, gdy piastunki raptownie podrzucając dziecko do góry, szybko znowu spuszczaą go na dół, słowem kiedy dziecko huydaą. Dla zabespieczenia go od upadnienia, sadzaą one dziecko na pięści, prawey ręki, lewą zaś przytrzymują mu ziohra i piersi, tym sposobem ścisnąwszy do kupy piersi, wykrzywiaą mu ziohra, i przyczyniają się do iego ułomności.

Podobne huydania należy na zawsze zakazać niankom.

§. 64.

Dziecie uczuwa codziennie powiększanie się sił swoich, z tego powodu obudza się w niem wczesnie chęć używania onych. Z początku usiłuje dziecko siedzieć, lecz nie długo zwykło się tem kontentować, w krótce próbuie ruszać się z miejsca na miejsce, i dla tego raczkuie, aż nareście

powstawiając zwolna na nogi, i trzymając się krawędzi, chociaż bez przewodnika samo naucza się chodzić.

Jednakże nie należy dziecie dotąd stawiać na nogi, dopóki samo nie zacznie się spinać, również nie trzeba dozwalać, żeby zbyt długo stało, albowiem zbyt wczesne stawanie i chodzenie połączone jest z tém niebezpieczeństwem, że z powodu nieumocowanych jeszcze kości, które nie mogą znieść ciężaru ciała, zwykły nienaturalnie wykrzywiać się nóżki, a nayszczególniej należy od tego wstrzymywać te dzieci, które są skłonne do angielskiej choroby.

Piastunki zwykły częstokroć dla zabawki, przy nauczaniu stania, chwytają dzieci pod pachy, podnosić do góry i spuszczać je prostopadło z całą ciężkością ciała na słabowite nóżki; luboć takie postępowanie wielóm może nieszkodliwem się здаwać, jednakże dla smukłej i regularnej budowy rozwijającego się ciała może być nader szkodliwem, kości bowiem pierwotne, których skraje jeszcze są chrząstkowate, łatwo mogą się nadwierać; zgoła wszelkie natężenie słabowitych sił dziecka, jest podobnie szkodliwe jak każde mocne poruszenie ciała, jeżeli n. p. piastunka, podskakuje z dzieckiem lub skacze. Lecz naybardziej szkodzi mocne poruszenie jeżeli nastąpi zaraz po iedzeniu.

§. 65.

Naylepszy i naymniej szkodliwy sposób uczenia dzieci chodzić jest następujący: Jeżeli do sta-

wania albo chodzenia nabierze dziecko ochoty, sadowi się go na podłogę, kocem lub kołdrą wyścieloney i obstawia się przedmiotami, których bez skaleczenia trzymać się może. W letney porze można te pierwiastkowe ćwiczenia na suchej czyścić murawie, lecz tym sposobem, ażeby promienie słońca nie ćmiły oczu dziecka. Podobne postępowanie skutkuje naydzielniey na iego zdrowie, i siły, iest nawet środkiem obudzaiącym w dziećciu ochotę do chodzenia.

Wszelkie wykwintne i wymuszone nsilowanie sztuki pomagaiące do chodzenia szkodzą dziećciu.

Nie mniefy przeto szkodliwemi są leyce, czyli paski dziecinne, umocowane przy ramiączkach kaftanika, kaftanik bowiem wstrzymuie wolne poruszenia muszkuł a przez ciśnienie paskiem można częstokroć wywichnąć członki, zwłaszcza ieżeli upadłe dziecko za pomocą tego paska podnosi się do góry, natenczas ciśnie pasek niezmiernie pierś, cały bowiem ciężar dziećcia opiera się o niego, a ztąd dostaią dzieci wykłesłych pierśi i wysokich ramion.

Nie lepszego przymiotu są wózki w których stoiące dziecko chodzić się uczy, przez długie bowiem stanie słabnieią nóżki, a przez popychanie gniotą się pierśi dziećcia.

Ucząc chodzić nie należy dziecko utrzymywać za rękę, przeto bowiem nabiera pochyłego kształtu i podpada niebezpieczeństwu wywichnienia rączki. Nakoniec ieżeli dziecko upadnie, nie należy go raptownie podeymować za rączkę wysuwaiąc ia

bowiem ze swoich stawów, można dziecko zrobić
 słomkiem. —

§. 66.

Ó używaniu świeżego powietrza.

Świeże powietrze przyczynia się niezmiernie do wzmocnienia i utrwalenia niemowlęcego zdrowia. Najłatwiej możemy się o tem przykonać, gdy porównamy, świeżą, żywą i wesołą cerę dzieci, które codziennie świeżego używają powietrza z wybladłą i prawie śaloną twarzą dzieci, które są w zamkniętych wychowane pokojach. Dla tego trzeba dzieci zwolna do świeżego przyzwyczaić powietrza, później zaś starać się, ażeby w niem przez niejakie czas codziennie przybywały, albowiem takie postępowanie jest nayskuteczniejszym środkiem przyzwyczajenia ich do ostrości i rozmaitych zmian powietrza, i zahartowania ich zdrowia przeciw wszelkim uszkodzeniom wilgoci. Atoli oswaiając dziecko z tym żywiołem, ostrożnie należy postępować; bo luboć powietrze niezmiernie skutkuje na nasze zdrowie, jednakże delikatna organizacya i słabe siły dziecięcia szkodują wielce na tem, jeżeli powietrze raptownie na niego działa. Z tego powodu powinny wrażenia powietrza, z początku bardzo nieznacznie i tem słabiej na niego wpływać, im bardziej dziecko jest słabowite, tudzież im mniej czynnemi są jego organy, z kąd wynika, że przebywanie wśród wolnego powietrza tym bardziej bywa szkodliwe dla nowo-

narodzonego, im bardziej dziecko iest słabowite, tudzież im bardziej powietrze zimne iest albo ciepłe, nayprzyzwoitsze zaś iest to, które się zbliża naybardziej do zwykłej temperatury dziecka, chociaż przebywania i w takim nawet powietrzu, nowonarodzonemu radzićby nie należało.

Nowonarodzone niemowle należy przez cały dni 14 ciągle pielegnować w pokoju. Lecz tak w zimie iak w lecie trzeba codziennie pół godziny, otworem zostawiać okna i dziecko do innego przenieść pokoju; za przymknięciem zaś okien dotąd nie należy przynosić dziecięcia, póki się powietrze w pokoju nie utemperuje, w lecie zaś można go zaraz po przewietrzeniu przynieść do izby i ukłaść w pościółkę.

W letnym czasie można po 14 dniach, trzymać dziecko przy otwartem oknie, byle tylko przeń nie przeciągało powietrze. Po upłynieniu zaś 6 lub 8 tygodni, można go co raz więcej przyzwyczaić do świeżey aury, nie wystawiając na siekę, lub niepogodę. Jeżeli zdrowe dziecko dóydzie iuż do pół roku należy go codziennie na świeże wynosić powietrze. W czasie wiosny i lata a nawet ieszcze wcześnię choćby ostre cokolwiek było powietrze, należy go w niem przynajmniey przez pół godziny utrzymywać, i tym sposobem przyzwyczaić do wszelkiej temperatury i niepogody.

Jednakże nie należy nosić dziecka po ulicach gnoiami lub waporacyami napelnionych, lecz po ogrodzie, albo po takowych miejscach, które murawą albo drzewami są osłonięne; albowiem tylko

podobnych miejsc powietrze orzyźwia dziecko i nadaie mu koloru, siły, mocy i energii.

§. 67.

Staranie rodzicielskie powinno usilnie dążyć do tego, ażeby pokoje wyznaczone dla dzieci, tak w zimie iak w lecie codziennie dobrze były przywietrzone; zamknięte bowiem i nieczyste powietrze równie iak iad ruynuje zdrowie niemowląt, sprawia naygwałtowniejsze konwulsye i jest naygłówniejszą przyczyną przez którą wiele dzieci w pierwszych miesiącach na odrę umieraia.

Nayszczególniey należy przywietrzać pokoje, gdzie wiele sypia osób, iednakże w przewietrzaniu ostrożnie postępować i starać się ażeby przez pokoje nie przeciągało powietrze.

Podczas zimy należy miernie palić w pokojach, których ciepło do tego stopnia powinno bydz utemperowane, aby się w niem nie pociło dziecko ani sprawiało krwi wzburzenia. Lecz zaiste, nader często spostrzegamy, że niemaietni ludzie, którzy z swą liczną familią w szczupłych i niskich mieszczą się izbach, z uszczerbkiem własnego i swoich dzieci zdrowia, niezmiernie rozgrzewaia swoje pomieszkania, zamykaią ie i nie wpuszczaią nigdy otworem okien wolnego do nich powietrza. —

Dzieci chowane w zamkniętym i nieczystym powietrzu, bywaią skłonne do słabości piersi i innych chorób, w przeciwnym zaś razie, przez przyzwoite wychowanie tudzież przez oddychanie

świeżem powietrzem nabieraia tęgości zdrowia i siły.

Wiele osób wychowuiących dzieci w pokojach rozpalonych iak w oranżeryach poznawaia częstokroć zbyt późno niepowetowaną szkodę ich zdrowia, usiłowaniem ich iest, wynagrodzić to raptownie świeżem powietrzem, lecz powszechnie wiadomo, że wszelki raptowny przechód z gorącości do zimna, i przeciwnie; dorosłym nawet bardzo może zaszkodzić, azatym iak daleko większą musi przynieść szkodę, podobne postępowanie, tkliwemu i delikatnemu dziecku. Z tych powodów bardzo iest niebezpieczna, wychodzić na zimne powietrze z dziećmi wychowanemi wśród gorących pokoiów, w puchach i wśród ustawicznego pocenia.

Zbyt ciepłe wychowanie i przeciwna odmiana powietrza iest naygłówniejszą przyczyną kataru, dychawicy, i innych nieszczęść napastuiących dzieci.

Niektórzy myślą uchronić dziecko od tego niebezpieczeństwa, przez troskliwe osłanianie przed wyysciem z gorącego pokoju w grube odzienie, albo w pierzynki, tak dalece, że będąc okolone swoią temperaturą zaledwo może powietrze niektóre dotknąć części iego. Ale spytaymy się ich, czyli zdolaią oni zasłonić przed zimnem powietrzem płuca i zewnętrzną powierzchnią ciała.

Pomimo to nabawia się ciało dziecięcia, otoczone atmonsferą ewaporacyi, albo też osłonięte grubem odzieniem lub futrem słabowitością i tkli-

wością na wszelkie zmiany powietrza i zostaje ciągle chorowite.

Dla utrzymania świeżego powietrza w izbie należy mimo częstego przewietrzania, uprzątnąć z niej wszystko, coby do iego zepsucia jakim bądź sposobem mogło się przyczyniać; iako: brudną bieliznę, łoiowe świcy, nocne stolce, i t. p. Nie należy także dozwalać, ażeby w tych pokojach prano, przesuszano, lub prasowano bieliznę, nakoniec ażeby w nich ani z węgla ani z mokrego drzewa żadne nie znajdowały się wapory. Wyziewy rozgrzanego octu orzyżwiaią cokolwiek powietrze, kadzenie zaś rospalonemi, lub na węglach skwarzacemi się kadzidłami żadnego nie przynosi pożytku, albowiem wszelki dym więcey przyczynia się do zepsucia niż do orzeźwienia powietrza.

§. 68.

O ochędóstwie.

Do zachowania i umocnienia zdrowia, mimo czystego powietrza nie mniej potrzebne iest ochędóstwo tyczące się bezpośrednie dziecięcia. Częste odmienianie bielizny, iest zapewne największą dobroczynnością wyrządzaną dziecięciu.

Ochędóstwo samo przez się zaślania od wielu chorób. Wiele dzieci uleczone z początku od angielskiej choroby, iedynie tym sposobem, że ich codziennie w świeżą i dobrze wykadzoną przybieraną bieliznę. Albowiem przez zaniedbane ochędóstwo zatykaia się pory w skórze, przezco zdro-

wiu niemają przynoszą szkodę, ponieważ skóra osłaniając powierzchnią naszego ciała, ochrania nie tylko nasze delikatne części, ale jest nawet istotnieżywionym organem i w tej mierze podobna jest do płuc w działaniu: że przez nią iak przez płuca w kształcie waporów nieużyteczne wyziewamy cząsteczki, i przeciwnie wsysające naczynia, które się po kraiach skóry naszej rozprzestrzeniają wsysając w siebie pewne cząsteczki potrzebne do utrzymania ciała, wprowadzają je w obieg. Subtelne cząsteczki które przez znajdujące się w skórze naczynia mniej więcej z nas wychodzą nazywamy niewidomą ewaporacją. Jednakże za dotknięciem się zwierściadła, albo innego lskniącego ciała, - daie się ta ewaporacja dostrzegać. Jeżeli wyziewy tych cząsteczek do tego stopnia się wzmożą, że aż krople wystąpią na skórze nazywamy je potem. Azatym ponieważ ewaporacja nieodbicie potrzebna jest do zachowania zdrowia, należy przeto wystrzegać się wszystkiego co by ją mogło tamować; przez zaniedbanie zaś ochędóstwa co do skóry i wzmagający się brud ciała, staie się zatamowana ewaporacja posadą wszelkich chorób. Dla tego należy w czystości utrzymywać skórę, gdyż przeto pomagamy ewaporacyi.

Dzieci wychowane w ochędóstwie udują się przedziwnie, lecz brudasy rzadko kiedy doskonałego są zdrowia. Wiele chorób iako krosty, grużoły, ostudy, zatwardzenie, i wszelkie ztąd złe skutki, zchudnienie, choroba kości, zarosnienia,

ciągła słabowitość i inne wypływają nieszczęściom podobnie jak z zamulonego żołądka.

§. 69.

Dla zablężenia tym nieszczęściom, trzeba dziecku jeżeli można codziennie świeżą dawać bieliznę, często odmieniać odzież, przeczyszczać i przywietrzać pościółkę. Częste kąpanie i przemywanie należy także do ochędóstwa. Nayszczególniej należy codzien przemywać jamki, i zagięcia, ponieważ z nieczystości szczególnych nawet części powstaie czasem słabość zagrażająca niebezpieczeństwem życia. Z tegożto powodu przez zaniebane przecyszczanie usteczek, robią się na nich gąbki, to jest: białe sterczące wrzody podobne do małej gąbki, które okrywszy wnątrz usteczek i powierzchnią języka, podrażliwością swoją sprawuią rozliczne bole, przykre ssanie, połykanie, płynienie flegmy, łkanie, odrzucanie, a nawet gorączkę i biegunkę. Z czasem rozprzestrzenione aż do żołądka i kiszkowego kanału mogą się stać niebezpieczną chorobą. Azatym konieczna iest, przemywać małym dzieciom codziennie kilka razy usta, oprócz całego ciała, a nayszczególniej po iedzeniu.

Wsypuiąc tłuczony cukier do wody którą się przemywaią usta dziecięcia można czasem zapobiegnać tym gąbkom. Zropienie w miejscach w których skóra się fałduje lub pomyka iest równie skutkiem nieczystości a nayszczególniej skutkiem lenistwa nieprzecyszczania pościółki.

Azatem oprócz częstego kąpania należy jeszcze codziennie 3 lub 4 razy przesuszać bieliznę, tym sposobem zabiegnie się zropieniu i ostrości skóry; ztąd wynika iak wiele zawisło na pielegnowaniu skóry. Ale mamki i piastunki tak dalece zaniedbują ten obowiązek, że zaledwo odmieniają dziecku pieluchy.

Z tych powodów nayważniejszym rodziców jest obowiązkiem uważać pilnie na fizyczne wychowanie w tey mierze, i nie zaniedbywać niczego coby się tego tyczyć mogło.

§. 70.

O pożywieniu starszych dzieci.

Ponieważ o pożywieniu aż do czasu odłączenia dziecka w drugim już namieniłem oddziale, zatem wspomnę ieszcze iakie posiłki służą im po odłączeniu od piersi.

Co się tyczy pożywienia dla dziecinnego wieku, błędzą częstokroć rodzice. Wiele bowiem z powodu nierozsądney miłości, opychają swe dzieci potrawami i zalewają ie napoiami, przez których złe własności robią swe dzieci niedołęznymi. Albowiem naywiększa liczba chorób dziecinnych wynika z obładowania żołądka.

Dlatego należy pilnie uważać, na przymiot udzielanego pokarmu, i nie mniemać, że przez wzbyteczne picie i iedzenie umacnia się niemowle, albowiem tak mówi sławny lekarz: Rodzice którzy sądzą że wzbyteczném piciem i iedzeniem

umacniaia się dzieci .zawodzą się okropnie , żaden bowiem przesąd nie przyprawia tylu o zgubę ile ta błędna zasada. Wszystko cokolwiek dziecie nad potrzebę do siebie bierze , osłabia go bardziej niż umacnia.

Nie trzeba także iak wiele osób czynią bez różnicy dawać dziecięciu pożywienie. Nayszczególniej szkodzą mu legominy , pieczone cukry i kołacze , zamulaia bowiem żołądek , który nie może ie trawić. Ztąd wynika obrzękłość brzucha , robaki , zchudnienie , i angielska choroba.

Kołacze szkodzą naybardziej przez swoje masło , które się do nich używa , wszelka bowiem tłustość iest szkodliwą. Nie należy im także kwaśnych udzielać potraw.

§. 71.

Dwoiaki iest rodzaj pożywienia , zwierzęcy i roślinny.

Roślinne pożywienia potrzeba mieszać z mlekiem. Świeże i niezlewane mleko , iest przyzwoitym pokarmem dla małoletniego wieku , przyzwoitszym nawet iak dla nowonarodzonego. Rzadko kiedy zdarza się widzieć ażeby dzieci , które iedynie mlekiem żyją mocne były i zdrowe. Wiele niemowląt trawi z ciężkością mleko , można to poznać z raptownego ich krzyku z napęcznionego brzucha , z bladej cery i z niedostateczney chęci iadła , z odbiiania kwasu , z womitów , z gęstego stolca , albowiem teć są oczewiste znaki osłabienia

kiszek i żołądka z powodu ciągłego używania mleka.

Azatem dla zaradzenia tym nieszczęściom należy czasem dawać dziecięciu bulionu, a jeśli by już rzeczywiście okazały się znamiona niestrawności i kwasu, należy natychmiast zaniechać karmienia mlekiem, dawać bulion z roztartymi żółtkami, przezco ustanie kwas i osłabienie wnętrzości. Jeśli by zaś wynikiłe ztąd następności znaczne już były, w tym razie potrzebny jest bulion i przyzwoite lekarstwa. Albowiem, ponieważ bulion bardziey posila niż mleko, wzmacnia się więc działanie wnętrzości, naprawia się strawność żołądka; i zagraджа utworzaniu się kwasu.

Żółtka z jay dlatego są dobre w czasie odbijania kwasem, gdyż w nich znaydują się wiele części w zwierzęcą przemienionych naturę, tudzież że mydłowątą mają własność.

Zdrowe dzieci którym mlęczne służą potrawy, i które nie cierpią bulionów, można do dwóch, trzech, nawet i więcej lat karmić mlekiem, iednakże trzeba zapobiegać wymienionym nieszczęściom, przez dodawanie kanellowego cukru, wanilii, albo innych korzeni.

Słabowite zaś dzieci należy zawczasu przyzwyczaić do bulionów, bulion bowiem nie szkodzi wnętrzościom, ustaie słabość i dzielnie posila dziecko.

W mleku lub bulionie można rozgotować skórkę z bułeczki, sucharek, ryż, kaszkę, albo grys pszeniczny. Takie pożywienia służą odłączo-

nemu dziecku byle tylko świeżo zgotowane i nie-
nadpsute były.

§. 72.

Kiedy już dziecko sił nabierze, gdy zmoże
robić poruszenia i swoich używać członków, tu-
dzież gdy wedle wymienionych prawideł umocni
się, nie posłuży mu wcale miękie i delikatne po-
żywienie składające się z samych bulionów; roz-
wolni bowiem stężone części, rozmiękczy żołądek
i kanał kiszkowy, i tym sposobem robi je do
trawienia niesposobnemi, niedosyć na tem, przez
delikatne usposobienie ciała zrodzi nawet skłonność
do wielu innych chorób.

Dlatego należy dziecko stopniowo przyzwy-
czaić do grubszego zasilenia, to jest; do zdro-
wych mocnych i domowych potraw, iednakże nie
należy obładowywać je niemi, tudzież zaniechać
wszelkie legominy i inne dzieciom szkodliwe po-
żywienia, tym sposobem wzmoże się działalność
żołądka, który już prędzey zacznie trawić.

§. 73.

Gdy dzieciom trzonowe wykluia się zęby
można im dawać po trosze mięsa. Z zawczesnego
bowiem karmienia mięsem, wynikają szkodliwe na-
stępności, iako; zgniła niestrawność, robaki i t. p.
Nayszczególniejszym powodem tych dolegliwości,
bywa pieczone, albo korzeniem zaprawne mięso.
Ze wszystkich potraw nayszkodliwsze jest tłuste

mięso, przez własne psucie, tudzież przez trudność wyprowadzenia go z żołądka.

Mocnym i zażywnym dzieciom nie należy wcale udzielać mięsnych potraw, albo przynajmniej bardzo rzadko. Roślinne pożywienie posłuży bardziej ich zdrowiu. Ładnie one wyglądają przy mięsie, ale najmniejsza pobudka może sprawić gwałtowne krwi wzburzenie, w czasie gorączki zaś lub ospy, które już przez się krew popędzają do głowy, mięsne pożywienie może się stać przyczyną zapalenia, konwulsyi i apoplexyi.

Przeciwnie słabym dzieciom, służy mięso niezmiernie, umacnia ich i pomaga do wzrostu. Dowodem tego najliczniejsze przykłady. Sławni lekarze dostrzegli, że przez mięsne karmienie bladawych i słabowitych dzieci, uśmierzyła się ostrość ospy, kuru, i innych chorób, nadto doświadczyli nawet częstokroć, że mięsne pożywienie stało się iedynym i nayszczególniejszym środkiem ratunku.

Mięso powinno być dobre, kruche, nietłuste, i miernie używane. Raz tylko na dzień należy dawać słabowitym dzieciom, jeżeli się wykłuży im zęby, któremiby żuć mogły.

§. 74.

J a r z y n a.

Oprócz owoców i mączastych ziarn nazywamy jarzyną wszelkie polne i ogrodowe rośliny, które do potraw używamy; iako: rzepe, marchew, iar-

muż, pasternak, kalarepę, kartofle i wiele innych.

Wszelka iarzyna nie tak posila iak nadyma, przytęm ochładza i rozwalnia.

Wielu sądzą, że osobliwszą dobroć wyświadczaia swym dzieciom, każąc im codziennie tęgą porcyę wpakować w siebie iarzyny; atoli mocny tylko żołądek strawi zupełnie iarzynę. Wiele dzieci wracaia ią niestrawione. Widziano nawet iż po 2 lub 3 dniach womitami niestrawiona wychodziła iarzyna.

Nie należy więc do niey niewolić, może bowiem zachorować dziecko z częstego iey używania, zwłaszcza, że w użyciu iey częstokroć przybiera miarę. Dla zdrowych i mocnych dzieci może służyć iarzyna, iednakże trzeba im tylko 3 lub 4 razy w tygodniu miernie na przemiany z innemi dawać potrawami, żyjąc bowiem samą iarzyną zostaną blade i słabowite.

W pierwszych dwu latach szkodzą kartofle, luboć posilaiącemi się bydź zdaia, delikatny żołądek dziecka nie może ich trawić; maia bowiem w sobie lipką szlamowatość. Po upłynieniu zaś dwóch lat, można im dawać miernie, nietłusto, w postacyi iarzyny, kleiku albo zupy.

§. 75.

O strączkowych owocach.

Miedzy owocami młodem i zielonemi, tudzież miedzy dojrzałemi, wysuszonemi i suchemi,

które łupiną są okryte, zachodzi pewna różnica. Dopóki bowiem świeże ieszczę, mają w sobie moc posilającej iarzyny, zasilaia nawet, przeradzaia soki, i skutkuia na urynę iednakże nadymaia. Lecz doyrzały i wysuszony owoc otrzymuje mączastą własność, która zamula i trudna iest do strawienia, nadyma bardziey, z tém wszystkiém mocnem i zdrowém iest posileniem.

Młodym i słabowitym dzieciom nie służy strączkowate owocy, ale mocniejsze dzieci, które we 2 leciech, częste iuż robią poruszenia, można iuż do nich powoli przyzwyczaić. Nadymaiać własność strączkowatych owoców można cokolwiek zmniejszyć przeprawą, to iest; miętkiem rozgotowaniem, przecedzaniem, przez sitko dla odłączenia niestrawney łupiny, i letkimi korzeniami.

§. 76.

O F r u k t a c h.

Pod tém imieniem rozumieią się soczyste owocy, które iadać można i które we środku ziarenka mają. Znayduia się owoce, które wewnątrz stężone mają iadra, iako; gruszki, jabłka i t. p. tudzież owoce kamienne, iako; czereśnie, śliwki, brzoskwinie i t. d. które płynne mają iadra. Do tej klasy należą także poziomki, pożyczki, iagody z kolcami, maliny i tym podobne.

Co do smaku owoce są kwaśne, słodkie, kwaskowate, gorzkie, kwaskowato słodkawe, wodnisto słodkawe, cierpkie i maśne iak olej. Owo-

ce posilają iedynie przez swoją słodką szlamowatość tém bardziej im słodsze są i tęższe mają jądra. Z powodu mydlowatych własności swoich, rozrządzaią zgęstniałe soki i tym sposobem zabiegają zatkanom. Przez swój smak kwaskowaty, gaszą pragnienie, chłodzą i uśmierzaią gorącość, nakoniec zapobiegają dzielnie skłonności rospuszczania się soków.

Zbytne używanie fruktów, sprawia parcie, odęcie podbrzusza, rznięcie żołądka, tamuie ewaporacyę, sprowadza ciskawicę, womity, bladą cerę, skłonność do febry, a na koniec zupełne osłabienie. Surowe owoce mając w sobie wiele powietrza nadymają bardziej niż gotowane. Zżywnym i utuczonym osobom służą owoce, ponieważ ich orzyźwiają; lecz słabowite osoby i chude mając słabe organy trawienia słabnieją ieszcze bardziej przez używanie fruktów, które nawet częstokroć staia się dla nich zwolna niszczącą trucizną, sprawiają bowiem gorzkość, bolenie brzucha, brak apetytu, ciskawicę, nakoniec kurcze i zupełne osłabienie. Ztąd może każdy poznać, że owoce nie każdej służą osobie.

Dzieciom półrocznym, które są zdrowe i mocne, posłużą owoce dobrego gatunku, skłonny zaś do obstrukcyi bywają częstokroć iedynym lekarstwem.

Niedoyrzały owoc szkodzi zawsze inniej więcej, nie trzeba go więc dawać dziecięciu. Wybrane tylko i nieczęsto należy dawać mu frukta. Soczyste owoce i słodkie zdrowsze są niż suche albo kwaśne. Z jabłek lub gruszek należy obrac

skórkę, łupiny bowiem niestrawne są i sprawiają ból żołądka.

Błędem, słabowitym i że tak powiem nalanym dzieciom nie służą wcale owoce, albowiem przez częste ich używanie słabnieją i mizernieją codziennie, zostają ustawicznie chorowite, opóźniają się w wzroście a nareście ciężką chorobę przepłacają swym życiem.

Niełatwo można wyznaczyć, w jakiej ilości należy dziecku dawać owoce i które owoce trawić jest w stanie, z tych powodów, usiłując polepszyć jego zdrowie fizyczne, należy w tej mierze ostrożnie sobie postępować.

§. 77.

Pieczyno i cukrowe ciasta.

Wszelkie pieczywa zawierają w sobie masło i inne tłustości. Niestrawnemi są nayszczególniej dla dzieci, których ciało nieczęste czyni poruszenia; sprawiają bowiem ściskanie żołądka, zamulenie, wnetrzności, i obstrukcyę. Nie mniej obciążają żołądek cukrowe ciasta używane nad miarę i przeistaczają się w lipką i kwaskowatą materię. Dla tego, należą wszelkie ciasta do niepożytecznych łakutków, i nie służą zupełnie dla słabowitych dzieci, a nayszczególniej kołacze.

§. 78.

Chleb biały wypieczony czyli bułka używany przy iedzeniu potraw służy bardzo do zdrowia

małych dzieci, iednakże nie powinien być bardzo świeży, gorący, albo lipki. Żytny chleb iest dla 3 letnych zdrowych dzieci, bardzo przyzwoitem pożywieniem. Doświadczono bowiem, że sam chleb iedynie umocnił dziecie, iednakże potrzeba dzielnego żołądka:

Dlatego nie należy dawać chleba dzieciom, które wielki brzuch mają, tudzież nieruchawym i które angielskiey ulegają chorobie.

Chleb pszeniczny zmieszany z częścią żytney mąki mniemany iest za naylepszy, im lepiej wypieczony i wyrosnięty, tem zdrowszy iest do iedzenia. Jednakże chleb nie powinien być iedynem pożywieniem dziecięcia z tego bowiem powstaia często odęcia, bo w żołądku rozwiaia się z niego wiatry, robi się kwas a dziecie dostae wielkiego brzucha obstrukcyi, skrofulów, robaków, angielskiey choroby i chudnienia.

Oto są zwyczajne pożywienia, które wedle osobistego wieku, zwyczaju, konstytucyi ciała, i według stanu zdrowia mniej więcej dzieciom należy dawać.

§. 79.

O napoiach.

Nayprzyzwoitszym i naynaturalnieyszym napoim dla dziecka przy końcu pierwszego roku, iest czysta woda. Ona bowiem gasi pragnienie, łączy się zgodnie ze wszystkimi potrawami, rozwalnia je, przemienia w posilające soki, spłukuje wnetrz-

ności, i bez trudności naysnadniey ustępuje z żołądka. Jednak wiele zawisło od temperatury wody, ażeby posłużyła do zdrowia.

Nigdy nie należy dawać zimney wody dziecku zaraz po odłączeniu, a nawet i w późniejszym wieku, jeżeli iest słabowite, lub iakimbądź sposobem zgrzane, albo dopiero ocknione ze snu, ponieważ ztąd wynika rznięcie żołądka, bolenie brzucha, obstrukcyja, biegunka, niestrawność, gorączka i tym podobne choroby.

Należałoby więc zrazu dawać dzieciom cokolwiek letney wody, i zwolna tylko postępować do chłodniejszey, tym sposobem przyzwyczajwszy ich do chłodney, nie zaszkodzi im później i zimna, lecz posłuży do zdrowia.

Mocnym dzieciom służy napój zimny, a szczególnie napój z zimney wody, iednak nie zaraz po iedzeniu, ocknieniu się albo zgrzaniu, słabowitym zaś nie służy podobny napój do póty, dopóki wnętrzości ich i ciało nie osiągnie przynależytey tęgości i mocy. Atoli i wtenczas iak iuż namieniono, nie trzeba na raz, ale ostrożnie co raz chłodniejszą podawać wodę. Nayszczęśliwszą rekoynią przyszłego zdrowia iest mówi sławny lekarz, przyzwyczajenie dziecka do wody.

§. 80.

Przeciwnie znowu, częste używanie gorących napoiów iakiegobądź rodzaju, staie się dzieciom wielką przykrością; żołądek bowiem i кишки utracają przezto swoją działalność, rozwalniaią się

stężone części z czego bardzo łatwo rozliczne wynikią słabości. Z resztą najsłabsze zaziębienie jakim bądź sposobem sprawia w tym razie najokropniejsze skutki, a częstokroć uciążliwe choroby.

Lecz trzeba o tem wiedzieć, że tylko częste i ciągle używanie gorących napoiów przynosi znaczną szkodę; albowiem w pewnych okolicznościach ciepły napój staie się bardzo użytecznym, umacnia zdrowie i siły. Każdy spostrzeże to łatwo, gdy zziębiony, napiie się rosółu, herbaty, albo innego ciepłego napoju, wkrótce go ten rozgrzeie, orzyżwi i umocni. —

§. 81.

H e r b a t a.

Najpospolitsze gatunki herbaty, która do picia dzieciom się daie są warzywa z ziela słodkiego drzewa, ryżu, ięczmienia i t. p. te rodzaje herbaty nie posilaia, lecz przeciwnie, codzienne ich używanie może się stać szkodliwem a najszczególniej dla dziecka niedawno odłączonego i słabowitego żołądka. Dla dziecka w pierwszym półroczu może służyć ten napój świeżo wygotywany w mieszawszy weń cokolwiek krowiego mleka, wtenczas gdy karmicielce na przyzwoitym zbędzie pokarmie. Równie pożyteczną iest rozgrzewaiąca herbata, iako; warzywo z melissy, mięty, lub innych ziół aromatycznych, byle tylko dziecku słabowitego żołądka, któremu rok lub 2 minęło lata w miarę była dawana. Lecz żywym zdrowym i

mocnym dzieciom szkodzi aromatyczny napój z herbaty tak mocno jak wino lub inne rospalające trunki.

§. 82.

K a w a.

Letko przepalona kawa służy do zdrowia jeżeli ją nie zbyt często słabowitym udzielamy dzieciom. Mocna bowiem kawa podrażnia nadzwyczajnie nerwy, przyspiesza krążenie soków, rozpala i wyciska pot, i pędzi urynę; z tych powodów szkodzi dzieciom tém bardziej, im częściej takową pija, gdyż wycieczając ich soki staie się przyczyną ciężkich chorób.

Dolewek mleka lub śmietany umniejsza drażliwość kawy i robi ją posilającą. Dawając więc dzieciom kawę, należy ją mieszać z znaczną ilością mleka i rzadko tylko dawać.

Atoli zbytkiem można to nazwać, jeżeli kto 2 lub 3 razy na dzień daie dzieciom pić kawę.

Cykorya przymieszana do kawy, pomaga strawności, azatym dawana w miarę służy zdrowiu.

§. 83.

C z e k o l a d a.

Letkim i słodkim napojem iest czekolada, która dzielnie posila, gdy z mlekiem i iaiami iest przymieszana. Można ją nawet dziecięciu 2 razy w tygodniu zamiast innego dawać pożywienia.

Czekolada zdrowiu służąca, robi się z kakao i cukru; jednak dla dzieci nie należy ją mocno przeprawiać staie się bowiem nadto tlnsta, a przez to niestrawna. Z codziennego używania tey czekolady dostają dzieci napęcznionego brzucha i obstrukcyi. Łatwiey daie się trawić zmieszana z wanilią albo innem korzeniem. Lecz ponieważ mocno drażni wnętrzności, dla tego nie należy ją dawać często, dzieciom mającym słaby żołądek. Mocnym zaś tém bardziey nie należy ją dawać, albowiem szkodliwą się staie. Zresztą czekolada iest w niektórych słabościach przedziwnem lekarstwem.

Wywarzenia w mleku przepalonych łupin z kakao nie można doradzać wcale, wynikające bowiem ztąd zasilenie, zawisło iedynie od mleka i od tych małych cząsteczek bobu, które gdzie niegdzie w łupinach pozostały; lecz doświadczone, że słabowite dzieci, przez częste używanie tego napoiu, luboć nabierają ciała, iednakże wyglądają blado, a częstokroć tak bardzo mizernią, że przez kilka miesięcy i nayprzyzwoitszemi lekarstwami nie można im zaradzić. Jeżeli nadto są przepalone łupiny, szkodzą przez swoją własność, która w węgiel się zamieniła.

§. 84.

P i w o.

W okolicach gdzie nie ma dobrej wody, można dziecie, przyzwyczaić do piwa, które ani

zbyt stare ani zbyt młode być powinno, lecz lekkie, cienkie, jasne, przezroczyste, dobrze wywarzone i miernie przeciągnięte drożdżami.

Piwo posilające przyjemnym jest napojem, jeżeli nietęgę można go bez obawy dawać dziecku, któremu rok już minął. Mocne piwo zaczmiela a przeto szkodzi dzieciom. Piwo młode i niedobrze wywarzone, sprawia odęcie, kurcze w kiszkach, rznięcie w brzuchu, palącą i zatrzymaną urynę. Chudym i słabowitym dzieciom jest piwo nader pożytecznym napojem. Nie mniej służy zdrowiu piwna zupa z iaiami i cukrem rozbita. Lecz dzieciom zostającym przy piersiach, nie należy wcale dawać piwa.

§. 35.

W i n o.

Wino nie jest napojem, ale tęgim i umacniającem lekarstwem. Wino iakiego bądź gatunku drażni, rospala, wypręża stężone części, wzmacnia krążenie soków, ocucca, i zwiększa wszystkie siły. Te skutki bywają mniejsze lub większe według rozmaitej tęgości wina. Lecz słodkie i kwaśne wino bywa pospolicie mniej tęgim.

Wino służy iedynie osobom starym, zimnym, powolnym, i tym którym zbywa na cieple i na żywoci. Ale osobom krwistym drażliwym, a nayszczególniej młodym szkodzi wino niezmiernie i tym gorsze sprowadza skutki, im częściej takowe używają. A przeto mocnym, żywym

i przy piersiach zostającym dzieciom nie trzeba zupełnie dawać wina; iedna bowiem łyżeczka tego wina może nayokropnieysze spowodzić skutki. Wino choćby go w ilości bardzo nieznaczney dawano dziecku codziennie, ukraca iednak życie iego.

Wiele niestety zagubiono dzieci, przez nierozsądne zalewanie winem w pierwszych początkach ich życia. Wiele dzieci straciło pamięć zostały tępego umysłu, nieśmiałe, wstydliwe i bojaźliwe.

Atoli, iakożkolwiek szkodzi wino dzieciom mocnym i żywego temperamentu, osobliwsza iednak przynosi korzyść, ieżeli go bładym i słabym codziennie udzielamy dzieciom. Dla takich bowiem dzieci iest wino wzmacniającem lekarstwem, a często nawet iedynym środkiem uratowania.

Lecz w tym razie, nie trzeba dowolnie sobie postępować, ale należy wprzód zaradzić się w tey mierze biegłego lekarza. Tym sposobem można go udzielać iako balsam życia w pierwotnym nawet wieku, lecz z wielką ostrożnością. Przytém nienależy także zaniedbywać przyzwoitego pożywienia, letney kąpieli i ochędóstwa.

§. 86.

G o r z a ł k a.

Gorzałka rozpala krew, popędza chyżey soki rozciąga ich naczynia i wszystkie porusza organy. Przez swoją moc rospalającą szkodzi nayszczegół-

niey żywym i podrażliwym osobom młodocianego wieku.

Napóy ten sprawiedliwie nazwany iest płynącym ogniem, on przeszkadza dziecku do wzrostu, ogołaca go z sił umysłu ścieśnia wszystko i ztwardnia. Soki zsiadaia się, gęstnieia i ustaia w biegu, zatykaia gruzoły i wnętrzności, i stawiaia się posadą niebezpiecznych chorób. Pomimo to sprawuie gorzałka, ostrość, choroby skóry i wiele innych nieszczęść.

Z tych powodów nie trzeba dzieciom dawać wódki, i należałoby życzeć aby rodzice, którzy ten zagubiaiaący trunek zwykli dawać swym dzieciom, zupełnie zaniechali ten zwyczaj.

§. 87.

Dołączam ieszcze do tego oddziału prawidła, które ieżeli należycie będą zachowane mogą się wielce przyczynić do utrzymania zdrowia i do zapobieżenia wielu słabościom.

1mo Potrzeba przyzwyczaiać dziecie do pewnego porządku, w iedzeniu i piciu, wyznaczyć mu godzinę obiadową i dawać przyzwoite iedzenie, zawsze w przyznaczonym czasie, z tych powodów ażeby przez nieregularne iedzenie i picie nie ustawało działanie żołądka.

2do Należy uważać ażeby dziecie nie obładowało sobie żołądka, i wmiarę tylko strawności swoiey dostawało iedzenie. Dla tego dotąd tylko potrzeba dozwolić mu iadać, pokąd się nie nasyci, dłużej nie, choeiażby ieszcze iadać mogło.

3to W wieczór nie powinny dzieci, ani mięsa, ani obciążającej legominy, ani też co innego iadać, coby nadymało. Wieczerja ich powinna się składać z potraw letkich do strawienia, po której powinny czuwać z godzinę. Nie trzeba ich także obudzać ze snu do iedzenia.

4to Nie trzeba im dawać gorących potraw, które częstokroć sprawują zapalenie w ustach, na ięzyku, w szyi a nawet i w żołądku; przez częste podobne pobłędzenia utracają dzieci smak w ustach, którego utrata wpływa przez całe życie na zdrowie niemowlęcia. Pomimo to, dostają dzieci z gorącego iedzenia słabych, kruchych, wygryzionych i ogniłych zębów, które równie niemają przynoszą im szkodę.

5to Podczas iedzenia nie należy dzieciom pić dawać, lecz aż po skończonym obiedzie. Wszelki bowiem napój w czasie iedzenia ochładza lub zaléwa żołądek, a tém samém szkodzi trawieniu. Nakoniec szkodzi nayszczególniey zębom, które rozgrzawszy się iedzeniem z powodu zimnego napoju nayłatwiej prysnąć mogą, co bywa naygłównieyszą przyczyną wygryzienia zębów. —

6to Nie należy dozwalać ażeby inne osoby dla ostudzenia pokarmu dziecku, ten pokarm brały w swe usta, przezto bowiem zmieszawszy się pokarm ze śliną ich, i z zgniłemi sokami cuchnących zębów, przynosi dziecku niepowetowaną szkodę.

7mo Nie trzeba dawać dzieciom łakutków, słodczy, ani ostrych i korzeniem zaprawnych potraw; Psuą bowiem ich zęby przeszkadzaia trawieniu i psuą zdrowe soki.

8vo Trzeba także mieć baczność na wyczyszczanie i ochędóstwo naczyń, w których potrawy dla dziecka się gotuią, nakoniec, nie należy ani potraw, ani napoiów w metalowych, lub źle polewanych warzyć lub utrzymywać naczyniach.

Jak sobie powinni postępować rodzice w czasie słabości swoich dzieci?

Troskliwość rodzicielska, utrzymania przy zdrowiu dzieci swoje, tudzież, gorliwość zaradzenia mu w każdej słabości, staie się częstokroć przyczyną, że za własnym popędem, albo też za radą przyjaciółek lub starych bab, do łaxuiących lub innych udaia się lekarstw, w tem niedorzecznem muiemaniu: że ieśli nie pomoże to nie zaszkodzi. Atoli z powodu niewiadomości skutków używanych lekarstw ani pomysła rodzice, iak wielce szkodzą dziecięciu przez utratę soków, używając rozwalniaiącego lekarstwa, nie wiedzą o tem że powtarzaniem takowego sposobu, choćby się dziecko istotnie podniosło, zostanie przecie nędzne i słabowite, do lekarstwa zaś przyzwyczajone ciało, ucierpi na naturalnych działaniach.

Mimo to, każde lekarstwo, w ręku nieumiejętnego, może się stanąć trucizną, bo chociażby

się znajdowały takie lekarstwa, którychby z powodu że słabo skutkują w każdej słabości dziecku używać było można, szkodał przecie zabieraniem czasu, przez używanie bowiem tych lekarstw ubieży czas, w którymby nieszczęściu dziełniej zaradzić można.

Niektóre baby, przyzwyczajwszy dziecko do krystyry dawaia ją dziecku w czasie każdej słabości przez kilka dni ciągiem, przeto dostaje dziecko biegunki, czasem zaś dotąd nie dostaje rozwolnienia, dopóki nie dadzą mu krystyry.

Wiele znowu osób mniemaiąc że słabości dziecinne ustają same z siebie nie zasięgają wcale, albo bardzo późno rady lekarza, z tych powodów doznawaią częstokroć wiele przykrości, albowiem dziecko podpada częstokroć niebezpieczeństwu życia. Ponieważ, jeżeli największa liczba chorób wynika z nieregularnego iedzenia, albo z zaziębienia, azatym może lekarz w cześnie wezwany naypospolitszemi środkami uśmierzyć lekką chorobę; przeciwnie zaś jeżeli słabość się wzmoże, zmniejszą się siły dziecięcia, natenczas późno zawolany lekarz zniwolony iest ostrożnie do mocniejszych udać się środków, które częstokroć nie-naypomysłniejsze za sobą wiada skutki. Każdy ztąd łącno pozna, że przyzwyczajenie dziecka do lekarstwa, tak bywa niebezpieczne, iak zaniedbanie uśmierzających środków słabości. Dla tego powinni rodzice zawczasu, zaradzić się biegłego lekarza, skoro dziecko zachoruje, nie tracąc czasu na nieprzyzwoitych domowych lekarstwach.

Nie należy przymuszać do iedzenia rozchorowane dziecko, wszystkie bowiem potrawy używane z niechęcią podczas słabości obciążają żołądek i zasilaia chorobę. Lecz przeciwnie, słabym dzieciom należy dotąd dozwolić ssać, dopóki same zechcą. Jednak podczas słabości nie należy zbyt często dawać dziecięciu piersi.

W pokoiu słabego dziecka; nie trzeba mocno palić, ieżeli bowiem iak wyżej powiedziano, zbyt duża gorącość nawet zdrowemu szkodzi dziecku, tém bardziey musi szkodzić tkliwemu i chorowitemu, na którego wszelkie wrażenia tém dzielniey i szkodliwiey skutkuia.

W czasie pewnych słabości, należy wprawdzie ciepley utrzymywać niemowle, iak w innych czasach, iednakże w tym razie naylepiey iest stosować się do rady doświadczzonego lekarza.

O W a k c y n i e.

Jeden z naywiększych darów, którego człowiek otrzymał z ręki opatrności iest zaszczepienie ospy.

Szczepienie bowiem iest iedynym wyprobowanym i naypewniejszym środkiem zapobieżenia tey nieszczęśliwey chorobie.

Upraszam zatym nayusilniey rodziców, ażeby wyświadczaiąc swym dzieciom to dobrodzieystwo, niczem nie dali się odstręczyć i odstraszyć od tego iedynego sposobu, który zaradza tey nieszczęśliwey chorobie, i przez którą wiele dzieci stawiają się

ofiara śmierci, albo też zostają ułomne i niedo-
pełne przez całe swoje życie.

Oto są nayprzyzwoitsze i nayważniejsze pra-
widła fizycznego i rozsądnego wychowania dzieci,
które mogą aż do 2 pierwszych lat służyć. Lecz
wiele wymienionych prawideł można używać i
w dalszych peryodach niemowlęcego wieku. Koń-
czę tedy to pismo, z tem serdecznem życzeniem,
ażeby rodzice przeiąwszy te w krótkości wykazane
prawidła szczęśliwie raczyli je zachowywać. —



S p i s r z e c z y.

P i e r w s z y O d d z i a ł.

O staranności rodzicielskiej przed porodem dzieci.

	Stron.
O zdrowych małżeństwach	7.
O małżeństwach zbyt wczesnych	8.
O spóźnionych i niedobraniach małżeństwach	10.
O niektórych prawidłach dotyczących zachowania się matek w czasie ciąży	11.
O pokarmie i napoiu	12.
O spaniu i czuwaniu	22.
O namiętnościach	24.
O puszczeniu krwi	26.
O Lekarstwach	28.
O imaginacji	28.

D r u g i O d d z i a ł.

O staraniu około dziecka po porodzie	32.
O pokarmie dziecięcia	36.

	Stron.
O karmieniu dziecka przez mamkę	49.
O karmieniu dziecka potrawami tudzież po- karmem matki lub mianki	58.

T r z e c i O d d z i a ł.

O dalszych prawidłach fizycznego wychowa- nia	65.
O powijaniu i ubieraniu dzieci	70.
O spaniu dzieci	73.
O chodzeniu i noszeniu niemowląt	79.
O używaniu świeżego powietrza	83.
O ochędóstwie	87.
O pożywieniu starszych dzieci	90.
Jarzyna	94.
Strączkowe owoce	95.
Frakta	96.
Pieczyno i cukrowe ciasta	98.
O napoiach	99.
Herbata	101.
Kawa	102.
Czekolada	—
Piwo	103.
Wino	104.
Gorzałka	105.

Jak sobie powinni postępować rodzice w czasie słabości dzieci swoich . . .	103.
O Wakcynie	110.

Ry.

200,5
20
25

Wydnięto u Józefa Jana Pillera
we Lwowie.
