

Przewodnik Zdrowia

Miesięcznik poświęcony pielęgnowaniu zdrowia
według praw przyrody.

Różne sposoby leczenia oraz wzajemna ich wartość.

(Podług dra *Klimaszewskiego*.)

Na polu sztuki lekarskiej wyrabia się przed oczami naszymi wielki przełom. Dotychczasowa, państwowo uznana, tak zwana alopatyczna sztuka leczenia coraz mniej znajduje zaufania u cierpiącej ludzkości, bo coraz jawniej okazuje się jej niemoc w leczeniu jakiejkolwiek choroby. Natomiast rozszerza się coraz więcej nowy, tak zwany naturalny sposób leczenia, którym to ks. *Kneipp*, najślawniejszy z leczących naturalnym sposobem, zyskał sobie rozgłos po całym świecie. Oprócz tego zachwalają dzienniki bardzo wiele innych możliwych i niemożliwych sposobów leczenia. Biedni chorzy! Im to najtrudniej jest z wielkiej ilości polecanych sposobów znaleźć prawdziwy a uniknąć oszustwa. Niektórzy próbują jednego sposobu po drugim bez skutku, aż na końcu straciwszy dużo grosza i czasu popadają w zwątpienie, myśląc, że dla nich już nie ma pomocy. Aby chorym takim wskazać drogę prawdziwą, opiszę wszystkie ważniejsze sposoby leczenia i każdy może wtenczas sam swym rozumem osądzić, który z nich najprawdziwszy.

Alopatja.

Alopatją *) nazywamy dla odróżnienia od innych sposobów leczenia tę sztukę lekarską, która dziś prawie po wszystkich krajach zajmuje publicznie uznane, pierwsze stanowisko, którą dziś uczą na akademiach i wszechnicach i podług której leczą wszyscy prawie zwyczajni lekarze. Sposób ten zawiera oprócz wielu i wielkich błę-

*) Słowo złożone z greckich wyrazów *allos*=przeciwny i *pathos*=cierpienie.

dów także niejedną zdrową myśl. Najprzód chcę wskazać, co jest w tej sztuce dobrego a potem wyświecić jej błędy. Sztuka leczenia, której dziś uczą na uniwersytetach, dzieli się na trzy wielkie rozdziały.

a) Chirurgia czyli mechaniczna albo zewnętrzna sztuka leczenia zalicza do swej dziedziny wszystko, gdzie daje się pomoc choremu ręką, bandażem, nożem, przez wprawienie stawu, przecięcie wrzodu, ucięcie zmiążdżonego członka i t. d. We wszystkich przypadkach, gdzie chodzi np. o wprawienie stawu, zeszcycie rany, zatamowanie krwi i wogóle gdzie chodzi o usunięcie szkodliwych mechanicznych stosunków, jest chirurgia w swym prawie. Te przypadki stanowią jednakowoż dziś zaledwie piątą część chorych, których lekarze starają się leczyć nożem, przy bardzo wielu innych chorobach n. p. wilku twarzy (*lupus*) próchnieniu kości (*tuberculosis ossium*) raku, mięśniaku, (*sarcoma*), wielkiej ilości chorób oczu, uszu, nosa, jako też chorób kobiecych operacje chirurgiczne ogromną przynoszą szkodę i stosują je dziś jedynie dla tego, że sztuka leczenia chorób wewnętrznych prawie nic chorym pomódz nie umie. Łatwiej jest co prawda wyciąć kolano, w którym tworzy się gruźlica kości, łatwiej uciąć nos, który zaczyna wilk toczyć, niż je uleczyć. Gdy jednakowoż wyleczy się te choroby z wewnątrz, stanie się człowiek zdrowym, przez operacją natomiast stanie się kaleką. Oprócz tego zawiera w sobie każda większa operacja niebezpieczeństwo życia, raz z powodu użycia trujących środków usypiających (chloroformu, eteru i t. d., które często na zawsze usypiają), potem wskutek wstrząśnienia nerwów przez operację, tak że złośliwe zdanie o chirurgach: «Operacja się udała, a pacjent umarł» wiele ma w sobie słuszności. Oprócz tego pozostawiają prawie wszystkie operacje po sobie szpecące a często także bolesne blizny, jeżeli nie czynią człowieka na całe życie kaleką.

b) Położnictwo. Drugi wielki rozdział sztuki lekarskiej stanowi położnictwo, które bardzo wiele potrzebuje rzeczywistej wiedzy i praktycznej zręczności. Części tej uczą też dziś na uniwersytetach dosyć dobrze, choć i tu, jeżeli po położu nastąpi jaka choroba, lekarz alopacyjny prawie nic pomódz nie umie, tak samo jak przy chorobach wewnętrznych.

c) Lecznictwo wewnętrzne. Trzeci wielki rozdział sztuki lekarskiej stanowi leczenie chorób wewnętrznych, do których ja

zaliczam także po największej części choroby tak zwane chirurgiczne, choroby skórne i płciowe (weneryczne), po części także choroby oczu, uszu, krtani i naturalnie wszystkie choroby narządów wewnętrznych n. p. płuc, żołądka i t. d. W leczeniu chorób wewnętrznych okazuje się najjaśniej całe zapatrywanie dzisiejszej szkoły lekarzy alopacyjnych. Główne zarysy tych zapatrywań są:

Ponieważ lekarze dzisiejsi alopacyczni nie mają nawet w przybliżeniu prawdziwego pojęcia o przyczynach i istocie choroby, więc starają się każdą chorobę leczyć symptomatycznie, to jest zewnętrzne objawy choroby, jakie właśnie u chorego widać, tylko przytłumić albo zmienić. Jeżeli im się uda jakimikolwiek środkami przytłumić na czas niejaki zewnętrzne objawy choroby albo zamienić na inne, wtenczas ogłaszają, że chorobę uleczyli i że chory teraz zupełnie zdrow, nie troszcząc się o to, czy po krótszym lub dłuższym czasie nie popadnie w tę samą albo wskutek użytych trujących leków, daleko cięższą chorobę. Wtenczas nazywają to zupełnie nową, od poprzedniej całkiem niezależną chorobą i stosują przeciw niej te same albo jeszcze daleko ostrzejsze trucizny, dopóki chory (jeżeli już nie umarł poprzednio) nie popadnie w przewłoczną chorobę (suchoty płuc, zapalenie nerek, rozmaite cierpienia nerwowe) albo nie zacznie gnić przy żyjącym ciele (rak, mięśniak). Wtenczas objaśniają choremu, że choroba jego nie da się wyleczyć i starają się tylko silnymi truciznami (morfiną itd.) przytłumić ból i sprawić mu ulgę przy śmierci, zdaniem ich, nieuniknionej; przy raku, mięśniaku i tym podobnych chorobach zaś oddają chorego pod nóż chirurga, który przez jedną lub kilka osłabiających i niebezpiecznych operacyj najczęściej łudzi tylko chorego prózną nadzieją wyzdrowienia a w rzeczywistości przyspiesza mu śmierć. O rzeczywistem uleczeniu ani mowy być nie może. O gruntowne uleczenie też żaden z nich nawet się nie stara, gdyż lekarze alopacyczni nie umieją sobie zrobić wyobrażenia nawet w przybliżeniu prawdziwego o prawdziwej istocie i przyczynach choroby.

Nim przystąpimy do bliższego omówienia innych sposobów leczenia, zastanowimy się najpierw nad jednym z najważniejszych zagadnień, a mianowicie:

Jak powstaje choroba?

Jeżeli komuś wpadło ziarnko piasku w oko, wtenczas cały czuje

się nieswój i niewesoły. Jeżeli ktoś wdychał dym cygara, dostaje bólu głowy i cały czuje się lekko chory. Jeżeli ktoś wypił pewną ilość rozpalającego napoju (zawierającego alkohol) i wskutek tego zmysły jego są zamglone, trzeba go uważać jako w stanie nieprawidłowym, jako chorego.

W tych trzech wypadkach jest widocznem, że cząstki ciała obcego czyli substancji obcej naszemu ustrojowi i nie dającej się przyswoić (asymilować), jeżeli dostaną się do delikatnego ustroju ciała ludzkiego, tamują bieg tej bardzo subtelnej maszyneryj w rozmaity sposób. Takie tamowanie nazywamy chorobą. W innych przypadkach sprawa nie jest tak jasną. Jeżeli n. p. pani jaka cierpi na ból głowy (migrenę), gdzież jest obce ciało albo substancja, która tamuje bieg maszyny jej ustroju? Bądźmy spokojni, i tu znajdzie się szkodnik. Pani ta pewnie pijała przez dłuższy czas kawę; kawa zaś jako trucizna popsuła trawienie żołądka i osłabiła siły kiszek. Wskutek powstałej ztąd niesprawności i ociążałości kiszek (zatwardzenia) gniły resztki potraw, zawarte w kiszki, dłużej niż zwykle się dzieje, jeżeli stolec co dzień następuje; wskutek tego znów kiszki wssały i rzuciły do krwi dużo zgnitych soków czyli obcych materij. Soki te podrażniły wszystkie nerwy i także nerwy głowy, przez co powstał ostatecznie ból głowy. Aby więc ten ból głowy stałe usunąć, potrzeba najprzód usunąć kawę-truciznę, przez to polepszy się trawienie i kiszki pracując należycie, wyrzucą starą zgniliznę ze krwi i nie dopuszczą, aby nowa się osadziła. Tak jest prawie zawsze. Zbyt często wprowadzamy do ciała naszego substancje, które tamują ruch maszyny życiowej i które dlatego trzeba uważać jako trucizny. Przez takie zatrucie nie tylko maszyna życiowa zaczyna pracować coraz wolniej i trudniej wskutek cząstek obcych (ciał obcych, trucizn), będących jej na przeszkodzie, ale także nie może wyrzucić należycie odpadków, powstałych w niej samej przy pracy życiowej; w ten sposób zabrudza się tem więcej własnymi odpadkami (substancje fermentujące, trucizny własne, leukomajny, brudy). Wprowadzanie więc trucizn, nieczystego powietrza i niezdrowych pokarmów do ciała naszego i powstałe ztąd zabrudzenie wewnętrzne stanowi główną przyczynę wszystkich chorób.

Ogólne prawo życiowe jako podwalina całego leczenia.

Nie trzeba jednakowoż uważać, jakoby wprowadzanie substancji zlej do ciała, jedyną było przyczyną choroby. Owszem, przyczyn takich jest bardzo dużo: mróz i gorąco, lenistwo i zbytne znużenie, przejedzenie się i głód, troski, strach a nawet zbytńia radość jak wogóle wszelkie nieumiarkowanie mogą w pewnych razach spowodować chorobę. Wszystkie te wpływy, które na człowieka ze wszech stron uderzają, mogą mu służyć, ale mogą mu także szkodzić; bez wszelkich wpływów zewnętrznych zaś zmarniałby człowiek całkiem, jak kwiat bez słońca, dżdzu i łagodnego wietrzyku. Życie podobne jest do ognia, który ciągle trzeba podniecać przez dokładanie paliwa. Tak i siłę życiową podniecają ciągle różne wpływy zewnętrzne, które dlatego zowią się także podnietami życiowymi. Czy takie podniety życiowe nam służą, czy szkodzą, zależy nie tak bardzo od ich różnorodności, jak od ich siły i ilości. Prof. *Arndt* postawił ogólne prawo o sposobie, w jaki rozmaite podniety życiowe (wpływy zewnętrzne) działają na siłę życiową, znajdującą w każdej żyjącej istocie. Prawo to stanowi podstawę całej nauki lekarskiej i brzmi:

Zbyt małe lub zbyt słabe podniety życiowe pozwalają sile życia zmarnieć, małe podniety roznieczają ją, średniosilne wzmagają, jeszcze silniejsze (zbyt silne) wstrzymują (zmniejszają) siłę życia, bardzo silne niszczą ją.

Ze stanowiska tego ogólnego, prawa chcę omówić całą sztukę lekarską. Dla dokładnego zrozumienia o co chodzi, podam jeszcze kilka przykładów. Człowiekowi, który złamawszy nogę, musi leżeć dłuższy czas w łóżku, osłabnie i powoli stanie się cieńszą także zdrowa noga z powodu zbyt małego natężenia. Jako słabe podniety życiowe trzeba uważać różne wpływy otaczającego nas świata: powolne chodzenie, łagodne potrawy bez ostrych przypraw, lekki wietrzyk wiosenny, homeopatyczne lekarstwa, miłą mowę przyjaciół, łagodne obejście się. Jako średnio-silne wpływy trzeba uważać ćwiczenia gimnastyczne, różny sport i nie za ciężką pracę cielesną, umiejętne zastosowania wody, kąpiele powietrzne i świetlane, herbaty ze ziół, posilne (ale nie popsute ostremi przyprawami) potrawy,

chleb razowy, owoc, warzywo, pełne miłości choć trochę ostre napomnienie itd. Zbyt silne a więc szkodliwe podniety (wpływy) przedstawiają: dalekie nużące marsze, zbyt męcząca praca, alopacyjne lekarstwa, zgoła wszystko, po czem człowiek czuje się osłabiony i nadto znużony. Dalej jako podniety za silne i szkodliwe, zatrzymujące i przytłumiające siłę życia, trzeba uważać: nieumiarkowane używanie ostrych przypraw jak np. soli, kawy, octu, pieprzu, herbaty, alkoholicznych napoi, mięsa, starych serów, złe obejście się itd. Bardzo silne wpływy, jak wielka ilość trucizny, mocne uderzenie, itp. niszczą, jak wiadomo, siłę życia całkiem. Wszystkie wpływy więc, które są za słabe albo za silne, przeszkadzają w równy sposób rozwojowi siły życiowej i powodują, że w maszynie ustrojowej zatrzymuje się i nagromadza dużo cząstek niepotrzebnych, które i po ustaniu szkodliwego wpływu dalej bieg jej wstrzymują i tamują. Podług uwag poprzedzających, możemy teraz objaśnić istotę choroby w wyczerpujący sposób.

Objaśnienie istoty choroby.

Za słabe albo za silne wpływy zewnętrzne (podniety życiowe) powodują w ciele żyjącem pewien zastój, przez to, że albo cząstki (substancje) nie zdadne do życia i niemogące być przyswojone (trucizny, substancje martwe) do ciała się dostają i bieg maszyny życiowej wstrzymują, albo że wskutek zwolnionego biegu maszyny życiowej odpadki powstające w ciele w swoim czasie nie mogą być wyrzucone i taksamo bieg maszyny życiowej wstrzymują (leukomajny, trucizny własne, cząstki chorobliwe, substancje zgniłe). Choroba jest więc prawie zawsze zawsze czemś pochwytnem, materją, brudem, znajdującym się w ciele. Twierdzenia tego dowodzi także nauka rozpoznawania choroby z kształtów ciała, gdy każdy chory albo jest gruby, nabrzmiały, albo choć jest chudym, okazuje pewną zgrubiałość i bezkształtność chorych części. Jeżeli brud w chorym ciele jest w spokoju, nazywają to ludzie zwykle zdrowiem, często nawet kwitnącym zdrowiem; jeżeli pod wpływem silniejszych podnieć życiowych ciało zacznie go palić i wyrzucać (przy objawach gorączki, bólu itd., często przy pomocy drobnych pleśni, bakterji), wtenczas nazywamy to chorobą ostrą, gorączkową, zakaźną; jeżeli brud nagromadzony w zbyt wielkiej ilości spowoduje długo trwające jątze-

nie się, Inb psucie jakiego członka lub wewnętrznego narządu, nazywamy to chorobą przewłoczną n. p. suchoty, wilk, gruźlica kości, wrzody na nogach itd. Jeżeli ciało, broniąc się od zalewu brudami wydziela je wszystkie w jedno miejsce i tworzy przez to chorobliwe narośle, nazywamy to nowotworami jak n. p. rak, mięśniak itd. Przy wszelkich chorobach, zwłaszcza gorączkowych, trzeba mieć na uwadze, że ciało tylko tam brudy i palić i wyrzucać może (czy przy pomocy lub bez pomocy bakteryj), gdzie takie brudy poprzednio już były, że więc człowiek mający należyty zapas siły życiowej a przytem ciało wewnątrz całkiem czyste, nie może sam ze siebie ani zachorować ani zarazić się.

Istota prawdziwego leczenia.

Aby więc — nie błakając się po manowcach i nie robiąc na ślepo bezowocnych doświadczeń na chorym — pewno osiągnąć trwałe uleczenie, potrzeba:

1. Oddalić od człowieka wszystkie wpływy (podniety życiowe) zbyt silne: alopacyjne trujące lekarstwa, tytuń, wódkę i inne alkoholiczne napoje, chore i zepsute mięso, stare sery, kawę, zbyt ni mróz i wielkie gorąco, zbyt męczący ruch, złe obejście się.

2. Dać człowiekowi dostateczną ilość do życia potrzebnych właściwych (naturze jego odpowiednich) podniet życiowych: dostateczne i właściwe pożywienie, świeże powietrze, światło, należyty ruch, odpowiednie zajęcie umysłowe, pełne miłości obejście się.

Te dwa żądania jako podwalina życia stanowią warunki, aby być zdrowym i stać się zdrowym. A więc żądanie właściwej sztuki lekarskiej jest: Po usunięciu fałszywych warunków życia, wyprowadzić z ciała pozostałe jeszcze tamże nagromadzone cząstki chorobliwe (brudy) i zaprowadzić w ciele równowagę (harmonię). Jestto tylko możliwe przez wzmożenie siły życiowej za pomocą słabych i średnio-silnych podniet życiowych, nie będących ściśle warunkami życia. Takimi 'słabemi i średnio silnemi wpływami posługują się następne sposoby leczenia, które z tego powodu uznać trzeba jako dobre i właściwe: homeopatja (słabe podrażnienia), leczenie ziołami, wodą, światłem i powietrzem, gimnastyka, rozcieranie (masaż) i magnetyzm życiowy.

Podług powyższego rozkładu wypada więc najprzód szczególnie

pomówić o tych szkodliwych wpływach, które jako zbyt silne podniety życiowe tamują bieg maszyny życia, które z tego powodu są prawdziwymi przyczynami choroby a których zatem najbardziej wystrzegać się trzeba, jeśli ma nastąpić prawdziwe wyleczenie jakiegokolwiek cierpienia.

Środki alopatyczne jako wpływy szkodliwe.

Pomiędzy lekarstwami, używanymi przez dzisiejszych lekarzy alopatycznych, znajdują się trujące i nietrujące. Do nietrujących i rzeczywiście leczących należy pewna ilość nietrujących ziół i wygotowanych z nich soków, cukier, oliwa, niektóre tłuszcze i niektóre kwasy roślinne.

Trujące lekarstwa stanowią przeważną ilość tak zwanego alopatycznego „skarbu” lekarstw; można je podzielić na kilka rozdziałów:

1. Kruszcze (metale) i ciała kruszcom podobne i tychże przetwory:

a. Trujące choć nie zabijające natychmiast substancje:

Srebro, bizmut, bromek, wapno, żelazo (którem to zatruwają się panny, cierpiące na blednicę!), jodek, potas (kalium), litium mangan, magnez, sól (natrium), cyna, siarka.

b. Silne trucizny znane jako takie również u ludu:

arszenik, trucizna na szczury — miedź (modry kamień, śniedz, grynszpan) — rtęć (żywe srebro, najokropniejsza trucizna) i przetwory tegoż jak np. sublimat, cyjanek i siarczak rtęciowy, kalomel i najwięcej stosowana i strasznie niszcząca ludzi t. zw. „szaramaść” — fosfor (trujące jego własności dostatecznie znane) — ołów (powodujący u malarzy i drukarzy najcięższe cierpienia kiszek i porażenia) — przetwory cynku (prawie tak trujące jak ołów!).

3. Silne trucizny roślinne.

Atropina, — fizostygmina, — pilokarpina, — weratryna, — strychnina (znana dostatecznie trucizna!) — „morfina” (szkodliwość je znam prawie każdemu, dlatego też lekarze, aby ludzie się niepoznali, zapisują często równie trującą „apomorfine” i „kodeine”) — kofeina (trucizna zawarta w kawie) — digitalis („bicz” na słabe serce!), cyanowodór czyli kwas pruski — kokaina i cały szereg innych.

3. Trujące nowoczesne środki głównie przeciw gorączce i na sen.

Środki te, wyrabiane najczęściej z odpadków smoły kamiennej,

narzucone zostały lekarzom przez wielkie fabryki chemiczne, które w ten sposób ich się pozbywają po wysokich cenach, chociaż te trucizny w lecznictwie na nic nie są przydatne: Antypiryna, którą wielu nieznając jej szkodliwości przytłumia ból głowy a niszczy żołądek i całe ciało! — antyfebryna — fenacetyna — naftalina — rezorcyna — ichtyol, — kreozot, którym przyspieszają śmierć suchotnikom, sulfonal, paraldehyd chloral (środki nasenne usypiające często na zawsze) i wiele innych. Niestety nie ma prawie żadnej trucizny, krócejby jeszcze nie zadawano chorym, a codzień nowe „wynajdują“ ze śmieci fabrycznych!

4. Leki zwierzęce — limfy — szczepienie ospy.

Najszkaradniejszą jest limfa z wrzodów cielęcych, o której starają się lekarze ludziom wmówić, że strzeże od zarażenia się ospą. Pewną jest rzeczą, że choroba skórna (krosty) u krów, którą uważają za jednakową z ospą ludzką, powstaje przez ukąszenie pewnego owadu i niema z ospą ludzką najmniejszego pokrewieństwa. Odpowiednio temu dowiedziono tysiąckrotnem doświadczeniem, że nie można się ustrzedz od ospy przez wszczepianie jadu z wrzodów cielęcych (limfy), że natomiast u szczepionych bardzo często powstają złąd najoczywistsze szkody na zdrowiu. Tak przyszła do mnie przed niedawnym czasem dziewczyna po poradę z porażoną prawą ręką i nogą i powiadała mi, że kalectwo to pochodzi od szczepienia ospy w dziecięcym wieku; jednakowoż miała przytem jeszcze wielkie szczęście, gdyż dwanaście innych dzieci, szczepionych tą samą rzekomo szkodliwą limfą (czyż może istnieje także nieszkodliwa?) podobno w kilku dniach pomarło. To jest tylko opowiadanie nieszcześliwej dziewczyny, któremu nie każdy wierzyć potrzebuje, ale sam urząd statystyczny dowodzi nieubłaganemi liczbami, że tysiące dzieci umarło już wskutek szczepienia ospy.

Idea zaszczepiania soków zwierzęcych wydała w nowszym czasie kilka dziwacznych „wynalazków“; przypomnijmy sobie tylko „wielkie“ odkrycie prof. *Kocha*, dalej szczepienie surowicą krwi szczurzej, owczej, końskiej i oślej. Wszystko to jest niegodnem igraniem ze życiem ludzkim!

Skutki zatrucia lekarstwami.

Możnaby się zapytać, kiedyż właściwie przepisują lekarze środki

trujące, a kiedy nietrujące? Na to odpowiadam, że tylko w bardzo małej ilości przypadków polecają środki nietrujące; na prawie wszystkich receptach sterczy jeden lub kilka środków trujących, najczęściej bardzo ostre trucizny.

Jakież skutki wynikają z takiego podawania chorym trucizny? W pewnej ilości przypadków trucizny przytłumiają ból, porażając na chwilę nerwy i czyniąc je niezdatnymi aby uczuć ból, ale choroby bynajmniej nie leczą. Taksamo można przygłuszyć ból zębów wielką ilością wódki albo przytłumić skomlenie chorego psa, uderzwszy go pałką w łeb. Dopóki leży ogłuszony, nie będzie czuł bólu, ale czyż to jest leczenie, jeżeli przygłuszy się ból na godzinę a zatruje się ciało na długi czas? Albo jeżeli przytłumi się objawy jakiej choroby (n. p. wżery kiły czyli syfilisu) a zatruje człowieka i zrujnuje zdrowie na lata całe, często na zawsze?

W drugiej części przypadków trujące lekarstwo nie ma żadnych chwilowo widocznych skutków i chory albo umiera z braku rozsądnej pomocy lekarskiej albo przychodzi do zdrowia mimo trucizny.

W trzeciej części przypadków okazuje trujące lekarstwo swe szkodliwe działanie natychmiast i chory umiera wskutek zażytego lekarstwa. Przypadki te często się zdarzają i ja sam n. p. słyszałem z ust szanownego kolegi, tajnego radcy zdrowia, że sam dał swemu choremu synowi pewien nowowynaleziony środek przeciw zimnicy czyli ograżce (zdaje mi się antyfebrynę) i teraz silnie jest przekonany, że syn jego umarł tylko wskutek zażycia tego środka.

Prawie we wszystkich wypadkach jednak pozostaje trucizna w ciele i wywołuje po rzekomem wyzdrowieniu z pierwotnej choroby tak zwane choroby następce, tak że chory nigdy już nie wraca do zupełnego zdrowia i popada w ciężkie „zatrucie lekarskami“ (*Mediziensichtum*). Z rozmaitych rodzaj zatrucia lekarskimi, których jest tyle, ile chorym zadawają ostrych trucizn, jedno tylko zatrucie dokładniej opiszę i to dlatego, ponieważ zdarza się bardzo często i ponieważ w życiu rodzin i państw najokropniejsze czyni spustoszenia.

Zatrucie rtęcią (żywym srebrem).

Hydrargyrosis chronica także nazwane następczemi objawami wżery, przymiotu czyli (syfilisu).

Ponieważ co dzień widzę niewymowną nędzę ludzkości spo-

wodowaną tym okropnym zabobonem lekarzy, opiszę zatrucie to dokładnie.

Przed jakimś czasem dostałem w kurację człowieka, liczącego lat około 33. Przed 14 laty zaraził się syfilisem i wskutek tego leczono go wcieraniem szarej maści. Teraz ma porażone ręce i nogi tak bardzo, że nawet strawę trzeba mu podawać do ust. Najsmutniejsza sprawa jest, że choroba ta, zwana wiałdem rdzenia (*tabes dorsalis*) wcale nie może być uleczoną nie tylko sposobem alopatycznym ale i prawie wszystkimi sposobami naturalnymi. Potrzeba było tu więc zastosować magnetyzm życiowy, którym jedynie nawet uleczyć się dają najcięższe cierpienia. Ale iluż jest lekarzy także pomiędzy zwolennikami naturalnego sposobu, którzy umieją leczyć magnetycznie? Zresztą i przy tem leczeniu poprawa następuje bardzo powoli i jest możliwą tylko pod pewnemi trudnemi warunkami. Kto widział straszne skutki rtęci (*Hydrargyrum* — *Quecksilber*) u ludzi, którzy przypadkowo wdychali parę rtęciową, kto czytał ściśle naukowe badania wielu lekarzy, farmakologów i chemików o działaniu rtęci na ludzi w kopalniach i fabrykach rtęciowych, ten nie będzie wątpił ani chwili, że właśnie rtęć wywołuje to ciężkie zatrucie, przy którym tworzą się wrzody na ciele, zgrubienia kości, wyrzuty, wypadanie włosów, zapalenia wewnętrzne oczu i mózgu, ból głowy, wygniecie nosa (nos zapadły, *Sattelnase*) a u kobiet ciągłe poronienia że trucizna ta nawet na potomstwo przechodząc, tworzy u dzieci wyrzuty, skrofuły, ropienie uszu, często ślepotę. A kto widział nadto choć jednego z tych porażonych, siedzącego lata całe w krześle i gnijącego często w żyjącym ciele, ten musi ciężko zabołec nad zaślepieniem lekarzy, którzy chcąc pomódz choremu, wrzucili go w najcięższą nędzę choroby. Bliżej, wy koledzy, co rtęcią leczycie, przypatrzcie się waszej pracy, czyż nie żał wam tych nieszczęśliwych, przecież i wy macie litość w sercu! Badajcież więc, czy prawdę mówię. Ja choć ubolewam nad ciemnotą tych lekarzy, ale potępiać ich nie mogę, bo oni rzeczywiście często „nie wiedzą, co czynią”. Zresztą straszne takie zatrucia nie następują jedynie przez nacieranie „szarą maścią”. Niektórzy wstrzykiwają inne przetwory rtęci, inni dają pigułki proszki kalomelu, i tak wszelkimi sposobami wdostaje się niszcząca rtęć do ciała. Za wiedzą i mimo wiedzy podejmują lekarze kuracje rtęciowe na pełnych zaufania i niczego nie domy-

ślających się „pacjentach“. A nie potrzeba także zapaść na syfilis aby zakosztować „dobrodziejstw“ kuracji rtęciowej wcale nie, owszem stosuje ją wielu otwarcie i potajemnie przeciw wszelkim możliwym i niemożliwym cierpieniom, chorobom nerwowym, skrofom, zapaleniom tęczówki i siatkówki oka; tak profesor Dr. *Heubner*, dawniej w Lipsku teraz w Berlinie, ustanowiony przy klinice dziecięcej posunął się nawet do twierdzenia: „My leczymy wszystkich naszych chorych wcierkami rtęci“ (powiedział to 3 maja 1892 r.). Chodziło głównie o dzieci zapadłe na szkalatynę i błonicę (dyfterję). „Co prawda“ dodał łagodząc działanie swych słów, „zdają mi się skutki tej kuracji nie być zbyt świetne, gdyż z 13 dzieci leczonych tym sposobem, 11 umarło a tylko dwoje wyzdrowiało, z tych jeszcze jedno nienacierane“.

Lekkomyślność niektórych lekarzy pod tym względem przechodzi wszelkie pojęcie. Gdyby przynajmniej starali się zbadać, czy ktoś rzeczywiście cierpi na syfilis, jeżeli uważają kurację rtęciową przy tej chorobie za konieczną, ale często nakazują wciarki rtęcią u zdrowych ludzi z błahych powodów. A cóż mam powiedzieć tym młodym mężczyznom, którzy raz mieli to „nieszczęście“. Dopóki nie zostali zatruci żywym srebrem (rtęcią) mogą ich zapewnić, że lecząc się naturalnym sposobem bez trujących leków w kilku tygodniach mogą całkiem wyzdrowieć tak, że choroba ta nigdy się nie wróci. Jeżeli jednakowoż już zostali zatruci, wtenczas potrzebną jest kuracja dłuższa 4—12 miesięcy a czasem i dłużej trwająca. I w tym razie dobrze robią, jeżeli kurację tę zaczną jaknajrychlej nie czekając aż wiadomości, zapalenie mleczu piersiowego połączone z porażeniem lub pogarszające się powoli porażenie członków połączone z warjactwem ich uchwycą w swe szpony — gdzie wtenczas najwyżej magnetyzm życiowy jeszcze może im przynieść polepszenie. Komu słowa moje nie wystarczają, niech przeczyta książkę (napisaną w języku niemieckim) doświadczonego wiedeńskiego klinicysty *Dr. med. Józefa Hermana*, który na mocy doświadczeń, zebranych na 60 tysiącach chorych, których leczył, wypowiada przekonanie, że „leczenie żywym srebrem (rtęcią) jest **wykroczeniem**, jest zbrodnią, popełnioną na całej ludzkości“. To jest najcięższe, ale daleko nie jedyne zatrucie lekami.

Sposoby prawdziwego leczenia.

Homeopatja.

Homeopatja *) jest metodą leczenia, o której jej własni i naturalnego sposobu przyjaciele i nieprzyjaciele często fałszywy sąd wydają. Lekarze alopacyjni twierdzą, że lekarstwa jej są «niczem». Jednostronny zwolennik naturalnego leczenia odrzuca ją, ponieważ jej lekarstwa są zdaniem jego trujące. Homeopata zaś zaprzecza temu, jakoby sposób jego był naturalnym. Aby tu przemówić słowo pojednawcze i rozjaśniające sprawę, sprawdzimy najprzód co jest trucizna i co jest sposób naturalnego leczenia. Niektórzy uważają, że leczenie naturalne nazywa się tak w przeciwstawieniu do leczenia sztucznego, tak jakby sztuczne jakie leczenie istniało. Także alopatią nie jest sposobem sztucznym, gdyż stosuje także tylko naturalne siły i substancje, ale nie mając pojęcia o istocie choroby nie bierze ilości ożywiających, ale ilości przytłumiające i dlatego przytłumia, poraża i niszczy, aby na chwilę wywołać na pozór polepszenie. Ale właśnie sposób naturalny jest sztuką większą daleko od wszelkiej alopacji.

Naturalny sposób leczenia dlatego tak się zowie, ponieważ stara się drogą naturalną nie sprawiającą człowiekowi odrazy, wywołać uleczenie naturalne, to jest trwałe i prawdziwe. Każdy prawy, rzeczywisty sposób leczenia zasługuje na miano «naturalnego» albo nauki leczenia wogóle w przeciwstawieniu do zabobonu, nauki fałszywej lub nauki pozornej. W rzeczywistości zgodzono się na to, aby prawą sztukę leczenia nazwać sposobem naturalnym. A homeopatja jest prawą nauką leczenia, więc i sposobem naturalnym.

Truciznami zaś homeopatyczne lekarstwa także nie są, jak twierdzą jednostronni zwolennicy leczenia wodą.

Trucizna bowiem, czemżeż jest wogóle? Tu przypominam ogólne prawo życiowe, w którym zawiera zrozumienie całej sztuki lekarskiej: »słabe podniety rozniecają siłę życiową, za silne wstrzymują ją, a bardzo silne niszczą«. Czy podniety albo wpływ zewnętrzny stanowi substancja jaka, czy siła, jestto zarówno, gdyż (mimo zaprzeczeń filozofów) każda materja jest także tylko siłą; a trucizną

*) Słowo złożone z greckich wyrazów *homoios*=podobny i *pathos*=cierpienie.

jest za wielka ilość substancji lub siły. Zdanie to objaśnię kilkoma przykładami. Krótkotrwałymi zimnymi kąpielami można, jak wiadomo, leczyć. Jakież jednak skutek osiągnie się, pozostawiwszy człowieka przez cały dzień w zimnej wodzie? Wszakże skutek podobny działaniu trucizny. Lekkiemi uderzeniami (przy mięsieniu) można leczyć. Cóż zyskamy natomiast, uderzywszy dziecko silnie w głowę? Pewnie wynik podobny działaniu trucizny! I odwrotnie. Jeżeli damy człowiekowi 1 gram arseniku, zatrujemy go; homeopatycznie rozcieńczonym arsenikiem zaś możemy leczyć. Homeopatyczne lekarstwa zawierają bowiem tak małe ilości substancji (ciał) trujących, że przestając być szkodliwe leczą jako słabe podniecające wpływy. Gdyż zaprawdę, w całym stworzeniu Boga, który jest ojcem miłości, nic być nie może na wskroś szkodliwego. Wszystko jest dobre, tylko użyć trzeba każdej rzeczy we właściwy sposób. Greckie przysłowie «niczego za wiele» zawiera najwyższą mądrość. Gdzież jednak jest u różnych substancji granica, poza którą jest «za wiele»? Lekarz alopacyjny powiada: O i ja nigdy nie daję «zawiele» trucizny, gdyż natychmiast mi chorzy nie umierają. Na to odpowiadam. «Zawiele» jako wpływ przytłumiający leży niedaleko wpływu niszczącego. Nie wolno więc używać w celu leczenia niczego co n. p. w poczwórnej ilości, zabija; nie wolno brać niczego, co szkodzi zdrowemu człowiekowi, niczego, co po sobie zostawia osłabienie i co zastosowane dłuższy czas, zdrowie zniszczyć może. Natomiast przy leczeniu naturalnem każdy właściwie użyty środek leczniczy, choćby zastosowany kilkakrotnie lub u zdrowego człowieka, nie szkodzi, żadna właściwa kuracja podług przepisów naturalnego leczenia nie zatrzuwa ani zdrowia nie niszczy, choćby lata całe przeprowadzona. Przeciwnie środki alopacyjne szkodzą zdrowym, chorych osłabiają, niszczą zdrowie i wywołują choroby następne i przewlekłe zatrucia lekarskimi(!). Kto więc ma dostateczną wiedzę i jest sumiennym, zrozumie, o co chodzi. Kto próżnemi słowy zagłuszyć chce swe sumienie, wolno mu to uczynić, gdyż człowiek ma wolną wolę i dlatego nie można mu narzucić ani dowieść żadnej prawdy ale tylko przedstawić. Każdy chwytą się wtenczas i broni złej lub dobrej sprawy, podług tego, jakim sam jest. Że jednakowoż za pomocą homeopatycznych lekarstw tysiące chorych uleczono, o tem poucza doświadczenie i nikomu

nie wolno dla tego o tem wątpić, że nie pojmuje, w jaki sposób tak mała ilość lekarstwa działać może. Czyż nie przekonujemy się codziennie, że n. p. nieprzyjemny zapach wywołuje ból głowy, a ileż substancji potrzeba, aby go wywołać? Z pewnością często daleko mniej, niż homeopatyczne lekarstwa zawierają. *) Każdego sumiennego lekarza powinno pobudzić to do zbadania homeopatji. A kto ją zna, będzie ją poważał, gdyż tylko nieucy przeciwni są każdej wiedzy (*nemo odit artem, nisi ignarus*).

Homeopatja już z tego powodu stoi na stanowisku leczenia naturalnego, ponieważ odrzuca ocet (oprócz kwasu naturalnego owoców), rzeczy zbyt tłuste, smalec świni i gęsi (oprócz masła), tytoń, kawę, herbaty ruskie i upajające napoje. Rozumie się, że ciało nie przyjmując do siebie takich rzeczy, musi wyzdrowieć, jeżeli zupełnie łagodnymi środkami podnieca się siłę życia. Drobne ilości te nigdy nie niszczą ciała, ale budują i naprawiają. Homeopaci

*) **Naturalność homeopatji.** Jak ogromna czułość żywych komórek wobec najmniejszych podniet, wykazał to greifswaldzki profesor *Schulz* na komórkach drożdżowych. Małe, nieskończenie małe ilości zdolne są do podnoszenia znacznie nad średnią miarę działalności drożdży przez czas krótszy lub dłuższy; np. sublimat (chlórek rtęciowy) przy rozcieńczeniu do 1:700 000, brom przy 1:400 000, jód przy 1:600 000 kwasy arsenikowe przy 1:400 000 i t. d. Podobnie na posiedzeniu Brytańskiego Towarzystwa rolniczego w dniu 31 sierpnia, *A. D. Hall*, dyrektor Stacji doświadczalnej w *Rothampstead* (*Harpenden*), przedstawił pracę „o najnowszych zdobyczach w rolnictwie“, w której przytacza cały szereg swoich spostrzeżeń nad wpływem zarówno dużych jak i małych ilości kwasu fosforowego w gruncie na rozwój roślinności. Do tych badań popełniły go cenne doświadczenia p. *Loew*'a i jego uczniów w Japonji, stwierdzające działanie pobudzające minimalnych dawek rozmaitych soli metalicznych na rozwój roślin. Otóż stwierdzono, że substancje, będące trującą dla komórek w zwykłych rozcieńczeniach, skoro zostaną rozcieńczone do nieskończoności, zamiast trującego działania, mają działanie podniecające. Prawdopodobnie przeto, że niektóre środki, używane, jako bakterjobójce lub wstrzymujące rozwój choroby roślin, raczej działają w powyższym kierunku t. j. wzmacniają cały ustrój rośliny, a nie jako środki, wstrzymujące rozwój grzybka mycelium. Co zaś jest miarą względem komórki roślinnej, to zachowuje swe znaczenie też i dla zwierzęcej. Z tego widzimy w jaki sposób znikomo drobne dawki jeszcze są w stanie wywierać w komórkach podnietę a zarazem i to, że skutek leczniczy małych ilości został ocenionym i spożytkowanym w medycynie li-tylko przez homeopatję, (leczenie podobnicze) gdy zaś tak zwana szkoła w lecnictwie alopatyczna (przeciwnicza) zaniedbała to w zupełności, zajmując się jedynie rozdawaniem wielkich ilości. (Przyp. Red.)

powinni tylko jeszcze wziąć do pomocy inne środki i sposoby leczenia przyrodnego a mianowicie zioła, leczenie światłem, powietrzem, wodą, magnetyzm życiowy itp.

Przestrogi i rady.

Prosty środek do usuwania brodawek. — Domowy bardzo prosty środek do wykorzenia brodawek jest to zwyczajna kreda — którą pocierając powierzchnię brodawek, usuwa się je zupełnie w przeciągu kilku tygodni, nieodznaczając żadnego bólu. — Wapno zawarte w kredzie przez pocieranie powierzchni brodawek usuwa z niej wilgoć, i tem właśnie uniemożliwia dalsze się jej rozwijanie.

Ogrzewanie nóg. — Szkodliwem dla zdrowia jest ułożyć się do snu, mając zimne nogi — i w takim nieznośnem położeniu, pozostawać godzinami, nim się one rozgrzeją. — Chcąc zapobiedz złemu — można poprzednio ogrzać nogi kamionką napełnioną gorącą wodą, ale można je też ogrzewać przez wprowadzenie w ruch. Bardzo dobrze jest maczać nogi naprzemian to w gorącą to w zimną wodę i wycierać je zimną wodą. Najlepsze jednak środki to są wprowadzanie członków w ruch przez gimnastykę, co jest także bardzo dobrym środkiem przeciw wszelkim zastojom krwi.

Rozmaitości.

Liczba urodzeń we Francji zmniejsza się znacznie! Dziennik urzędowy na r. 1904 ogłasza, że we Francji było tylko 818200 urodzeń, t. j. najniższa cyfra w bieżącym stuleciu. Od r. 1900 stwierdzono ciągłe zmniejszenie się liczby urodzeń obok zwiększającej się liczby wypadków śmierci.

W których miastach największa rozpusta? Na niedawno odbytym kongresie przeciw handlowi żywym towarem, pozasłużbowy major *Wagener* wypowiedział w swym referacie, że **Budapeszt** — obok **Lwowa**, jako środowiska galicyjskiego żydostwa — jest najbardziej rozpustnem miastem na całym świecie. — — —



Dla wszystkich Sz. Czyt., którzy nadeszłą całoroczną przedpłatę
(5 M.=6 kor.=3 rb.=1½ dol.)

 **najpóźniej do 10-go stycznia** 

wyznaczamy do wyboru **jedną** z następujących książek, w myśli podarku
gwiezdkowego po niższej cenie:

Encyklopedia czyli zbiór wiadomości ze wszystkich gałęzi wiedzy. 8 zeszytów 16-to arkuszowych — za dopłatą 5 M. (porto 50 f.=70 kop.)
(Dotąd wykończony jest zeszyt I. II. III. i IV.)

Zielnik lekarski, w ozdobnej oprawie — za dopłatą 2,50 M. (porto 20 fen.=25 kop.)

Życie płciowe i jego znaczenie ze stan. zdrowotno-obycz. — w ozdobnej oprawie za dopłatą 1,50 M. (porto 20 fen.=25 kop.)

Wybrane dzieła zostaną rozesłane w połowie stycznia razem z numerem styczniowym „Przew. Zdrowia“.

Z życzeniem wesołych Świąt i pomyślnego Nowego Roku, zasyłamy
serdeczne pozdrowienie tu z obczyzny.

Redakcja i Wydawnictwo „Przewodnika Zdrowia“

A. Czarnowski, Berlin, Weissenburgerstr. 27.

Sz. Rodakom polecamy następujące znakomite wielkie dzieło:

 POLSKA
 OBRAZY I OPISY.

Zeszyty I-szy, II-gi, III-ci, IV-ty i V-ty dzieła tego, wydawanego
z dochodów Fundacji im. Tadeusza Kościuszki, opuściły właśnie prasę;
następne zaś zeszyty pojawiać się będą w trzechmiesięcznych odstępach
czasu.

Dzieło to zawiera tak zachwycające ryciny, że urzędnicy berlińskiej
komory celnej — przeglądając je — w zbytnej «gorliwości urzędowej»
zrazu uważali to wydawnictwo za wzbronione i zakazane w Prusiech!

Zeszytów wszystkich będzie ośm do dziesięciu, każdy zeszyt zaś
obejmujący najmniej 8—10 arkuszy druku w kształcie dużej ósemki
kosztuje 1 markę = 1 koronę. (Porto 20 fen.) Wszystkie będą bogato
ilustrowane. Do ostatniego zeszytu dołączona będzie ozdobna, barwna
okładka.

Expedycja „Przewodnika Zdrowia“

(Czarnowski Berlin N., Weissenburgerstr. 27).

DRA A. TARNAWSKIEGO
fizykalno-dyetetyczna lecznica

w Kosowie (za Kołomyją) w Galicji

w południowo-wschodnich Karpatach

otwarta od 1-go maja do końca października.

Stacja kolei Zabłotów, ztąd 3 mile fiakrem.

Leczenie wodą, dyetą (także jarską, owocową), gimnastyka,
kąpiele słoneczno-powietrzne itd.

... Klimat ciepły górski ...

Prawdziwe

„Manru“ i „Družba“

bezalkoholyczne napoje orzeźwiające, zalecane przez lekarzy

— doskonale działające na organizm —

— **do użycia w każdej porze roku** —

latem: z zimną wodą jako

Manru i Družba—Napój

zimną: z gorącą wodą jako

Manru i Družba—Puncz

a niezmieszane jako

Manru i Družba—Likier.

Sposób użycia na każdej butelce.

B. Kasprowicz, Gniezno (Gnesen).

Fabryka bezalkoholycznych napoi i wytłocznia soków.