

ЗОЛОТАЯ КНИГА
ЗНАЯ
ЖЕНЩИНЫ.



ЖЕНЩИНА - ДОМАШНИЙ ВРАЧЪ

СПРАВОЧНАЯ МЕДИЦИНСКАЯ КНИГА ДЛЯ ЖЕНЩИНЪ

ДРАМЕД. АННЫ ФИШЕРЪ-ДЮКЕЛЬМАНЪ.

ПЕРЕВОДЪ
ПОДЪ РЕДАКЦІЕЙ ДРА. МЕД. О. А. ЛИПТИНСКАГО.



Dr. Anna Fischer-Ducquemant

(Д-ръ мед. Анна Фишеръ-Дюкельманъ).

Докторъ медицины
Анна Фишеръ-Дюкельманъ.

Женщина — домашній врачъ.

⋆ НАСТОЛЬНАЯ КНИГА ДЛЯ ЖЕНЩИНЪ. ⋆

Значительно дополненный
ПЕРЕВОДЪ СЪ НѢМЕЦКАГО
ПОДЪ РЕДАКЦІЕЙ

Доктора медицины **І. А. Литинскаго.**

Съ **463** рисунками въ текстѣ, **96** рисунками на отдѣльныхъ таблицахъ, отпечатанныхъ
черною и цвѣтными красками, и съ портретомъ автора.

С.-ПЕТЕРБУРГЪ.
Изданіе А. Ф. МАРКСА.

Рисунки дозволени цензурою. СПб. 16 іюля 1903 г.



Артистич. завед. А. Ф. Маркса, Измайловскій пр., № 29.



Отъ редактора.

Предлагаемая здѣсь читательницѣ книга была встрѣчена на родинѣ автора— въ Германіи—съ живѣйшимъ сочувствіемъ и разошлась тамъ въ короткое время въ огромномъ количествѣ экземпляровъ. Объясняется этотъ успѣхъ отчасти чрезвычайной увлекательностью изложенія. Изложенію этому являются на помощь многочисленныя рисунки и художественныя иллюстраціи въ краскахъ, дающіе возможность безъ особеннаго труда усвоить даже и наиболѣе сложныя свѣдѣнія, о которыхъ идетъ рѣчь въ текстѣ. Съ другой стороны, успѣху, несомнѣнно, значительно способствуютъ глубокая симпатія автора къ людямъ и искреннее его желаніе придти на помощь болящимъ и страждущимъ.

Главнымъ условіемъ успѣха слѣдуетъ, однако, считать то, что сочиненіе это отвѣчаетъ, несомнѣнно, глубоко назрѣвшей потребности. И въ самомъ дѣлѣ, развѣ женщина самой судьбой, такъ сказать, не поставлена въ необходимость находиться постоянно на стражѣ здоровья семьи и часто являться въ силу вещей *домашнимъ врачомъ*? Не ей развѣ приходится рожать и кормить дѣтей? Не на ней развѣ лежитъ обязанность привить дѣтямъ нормальныя потребности и здоровыя привычки, которыя будутъ руководить ими въ теченіе всей ихъ дальнѣйшей жизни? Не ей развѣ приходится завѣдывать сложнымъ и отвѣтственнымъ дѣломъ питанія семьи и всѣмъ вообще домашнимъ обиходомъ, накладывающимъ неизгладимую печать на *здоровье*, т. е. на состояніе тѣла и духа всѣхъ членовъ семьи?..

На женщинѣ лежитъ, однако, не только обязанность охранять здоровье семьи. Ей больше, чѣмъ кому-либо, приходится имѣть непосредственное дѣло и съ *болѣзнями* и страданіями всѣхъ членовъ семьи. Начиная съ ребенка, который поранилъ себѣ палець и съ крикомъ бросается къ матери, чтобы она уняла у него кровь, и кончая больнымъ мужемъ, у изголовья котораго она проводитъ томительныя бессонныя ночи, женщинѣ—центру и средоточію семьи—постоянно приходится страдать и болѣть за всѣхъ...

Но, если обязанности, которыя лежатъ на женщинѣ въ смыслѣ охраненія здоровья и борьбы съ болѣзнями, столь многосложны и отвѣтственны, то средства, которыми обладаетъ женщина для разумнаго выполненія этихъ обязанностей, ничтожны. У женщинѣ, правда, не бываетъ недостатка въ самоотверженіи и любви: онѣ охотно жертвуютъ не только своимъ покоемъ, но часто и своимъ здоровьемъ и даже жизнью. Но этихъ тяжелыхъ жертвъ не всегда бываетъ достаточно: необходимы еще знанія, а этихъ-то знаній русской женщинѣ часто негдѣ бываетъ почерпнуть.

Никто не отрицаетъ, что всѣмъ намъ—и особенно женщинамъ—необхо-

димо глубоко и сознательно проникнутыя началами здравоохраненія. Но что касается знакомства съ болѣзнями и особенно вполне естественнаго желанія помочь себѣ прежде всего *самому* при болѣзни, то на этотъ счетъ взгляды врачей расходятся. Нѣкоторые находятъ, что вѣдать болѣзни и ихъ леченіе — всецѣло дѣло врача, и что *никто* изъ непосвященныхъ на то посягать не смѣетъ. Мы не только не раздѣляемъ этой точки зрѣнія, но находимъ эту проповѣдь во многихъ случаяхъ даже жестокой.

Можно ли забывать, что наше отечество еще въ высшей степени слабо снабжено медицинской помощью? Если взять однѣ голыя статистическія цифры, то и тогда окажется, что страна наша имѣетъ въ *пять* разъ меньше врачей, чѣмъ сосѣдняя съ нами Германия. Между тѣмъ слѣдуетъ также принять во вниманіе и огромное пространство, занимаемое нашей родиной, и то обстоятельство, что большинство врачей группируется у насъ, преимущественно, въ городахъ. Да и кому же неизвѣстно, наконецъ, что многіе миллионы населенія у насъ фактически *совершенно лишены* врачебной помощи, такъ какъ ближайшій врачъ живетъ за десятки, въ нѣкоторыхъ же мѣстностяхъ — за многія сотни верстъ!..

Если мы примемъ къ тому же во вниманіе и нѣкоторыя *климатическія условія* нашей родины, какъ то: суровую зиму съ ея глубокими снѣгами и мягелями, весну съ ея ледоходомъ и половодьемъ, лѣто съ проливными дождями, то для насъ станетъ совершенно ясно, что даже въ томъ случаѣ, когда врачъ живетъ относительно недалеко, больные часто совершенно бываютъ лишены возможности пользоваться его услугами. Рекомендовать при такихъ условіяхъ больнымъ пользоваться исключительно медицинской помощью — значитъ, по нашему мнѣнію, давать имъ камень вмѣсто хлѣба, и во всякомъ случаѣ обличаетъ полное нежеланіе считаться съ требованіями дѣйствительной жизни.

Впрочемъ, настоящая книга нисколько и не претендуетъ на то, чтобы *замѣнить* во всѣхъ случаяхъ врача: она имѣетъ цѣлью только помочь ему и замѣнить его только въ тѣхъ случаяхъ, когда помощь его оказывается по какимъ-либо причинамъ *недостижимой*, или же когда больному требуется *неотложная* помощь.

Отвлеченныхъ теоретическихъ разсужденій читательницы въ этомъ сочиненіи найдутъ очень мало. Съ тѣмъ большимъ вниманіемъ и любовью останавливались, какъ авторъ, такъ и редакторъ, на тѣхъ научныхъ фактахъ, которые имѣютъ *практическое* значеніе и могутъ себѣ найти *немедленное* приложеніе къ жизни. Мы старались установить самую тѣсную связь между сообщаемыми нами свѣдѣніями и дѣйствительной жизнью. Такого рода свѣдѣнія наиболѣе глубоко запечатлѣваются, какъ всѣмъ извѣстно, въ нашей памяти и всего вѣрнѣе ведутъ къ цѣли.

Всѣ приводимыя свѣдѣнія расположены авторомъ въ возможно систематическомъ порядкѣ, такимъ образомъ, чтобы послѣдующее естественнымъ образомъ вытекало изъ предыдущаго. Въ то же время мы, въ видахъ экономіи мѣста, старались избѣгать повтореній, а потому снабжали текстъ многочисленными ссылками на другія главы и на другія части сочиненія.

Чтобы составить себѣ понятіе о разнообразіи и богатствѣ темъ, затрагиваемыхъ авторомъ, достаточно перелистать нѣсколько страницъ. О томъ же даетъ понятіе и оглавленіе, а также алфавитный указатель. Нѣтъ никакого сомнѣнія, что автору въ теченіе *многихъ лѣтъ* приходилось тщательно обдумывать и терпѣливо собирать матеріалы для своего сочиненія, и поэтому ему удалось

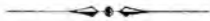
блестяще справиться съ трудной задачей: создать справочное сочиненіе — «*настойную книгу*» для женщинъ.

Довольно велика и наша отвѣтственность, какъ редактора, за сочиненіе, предлагаемое русскимъ читателямъ. Въ сочиненіе автора нами внесены значительныя и многочисленныя дополненія и измѣненія. Прежде всего мы не раздѣляемъ нѣкоторыхъ взглядовъ автора (на вегетарианство, на вредъ оспопрививанія, живосъченіе, увлеченіе кнейповскимъ методомъ леченія и пр.). Мы дополнили первую часть свѣдѣніями относительно *фальсификации* главнѣйшихъ пищевыхъ продуктовъ. Затѣмъ мы снабдили книгу свѣдѣніями по *бактеріологій* и указаніями относительно природы заразныхъ болѣзней съ точки зрѣнія современной науки. Принимая дальше во вниманіе крайній недостатокъ и даже полное отсутствіе во многихъ мѣстностяхъ нашей страны врачебной помощи, мы сочли необходимымъ значительно расширить и нѣкоторые другіе отдѣлы.

Тщательно разработаны нами отдѣлы *о подачу первой помощи* въ несчастныхъ случаяхъ и при внезапныхъ заболѣваніяхъ. Очень много вниманія удѣлили мы *заразнымъ болѣзнямъ*, особенно тѣмъ, которыя широко распространены у насъ, въ Россіи. Видное мѣсто отвели мы и болѣзнямъ, особенно сильно распространеннымъ въ Россіи, какъ то: водобоязни, отмороженію, цынги и пр. Мы отвели очень много мѣста женскимъ болѣзнямъ. Мы имѣли въ то же время въ виду и интересы женщинъ-матерей, а потому удѣлили много вниманія и *детскимъ болѣзнямъ*, особенно остро-заразнымъ. Мы дополнили текстъ многочисленными рисунками, которые мы черпали изъ лучшихъ русскихъ, нѣмецкихъ и французскихъ сочиненій. Воспользовались мы для настоящей книги и нѣкоторыми новыми изданіями, появившимися уже по выходѣ въ свѣтъ нѣмецкаго оригинала.

Книга г-жи Фишеръ-Дюкельманъ написана *нѣмецкой* женщиной-врачемъ для *нѣмецкихъ* женщинъ. Редакторъ настоящаго труда ни на минуту не упустилъ изъ виду потребностей *русскихъ* читательницъ. Соотвѣтственно этому потребовалось не только многочисленныя измѣненія и значительныя дополненія, но и многія оригинальныя статьи, чтобы поставить русское изданіе въ уровень съ требованіями *русскаго* быта и *русской* жизни. Такъ, нами прибавлены статьи относительно русскихъ курортовъ, климатическихъ станцій, купаній, водъ, санаторій и пр. Мы не упоминаемъ о болѣе мелкихъ, хотя и очень многочисленныхъ дополненіяхъ, посвященныхъ хлѣбу, чаю, квасу, русской одеждѣ, кумысу, русской банѣ и пр. Всѣ эти прибавленія значительно увеличили объемъ русскаго изданія по сравненію съ нѣмецкимъ.

Насколько намъ удалось выполнить нашу задачу, судить не намъ. Можемъ сказать только одно: мы не щадили усилій для того, чтобы сочиненіе это дѣйствительно могло удовлетворить своему назначенію — служить въ столь сложныхъ, важныхъ и жизненныхъ вопросахъ здоровья и болѣзни семьи внимательнымъ, участливымъ и разумнымъ совѣтникомъ русской женщины.



Оглавление.

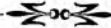
стр.

ПЕРВАЯ ЧАСТЬ.—Уходъ за здоровьемъ. . . . 1—350

ГЛАВА ПЕРВАЯ.—Строение и жизнь человѣческаго организма	1—68
Человѣческой скелетъ	1
Тазъ	8
Мышцы человѣческаго тѣла	12
Сердце	15
Наши нервы	18
Кровь	22
Нашъ дыхательный аппаратъ и процессъ дыханія	27
Кожа	30
Наши мочевые органы	36
Наша пищеварительная система	42
Наши органы чувствъ	49
Женскіе половые органы	57
Женская грудная железа	67
ГЛАВА ВТОРАЯ.—Наше питаніе	69—190
Голодь и жажда	69
Какъ мы ѣдимъ	72
Составныя вещества животнаго и растительнаго организма	74
Обмѣнъ веществъ въ растеніи и животномъ	76
Наши пищевыя средства	80
Яйца	98
Жиры	101
Мучнистыя вещества	105
Хлѣбъ и печенье	112
Овощи	119
Грибы	122
Минеральныя вещества	123
Фрукты	124
Пряности	130
Сахаръ и медъ	135
Что намъ ѣсть? Что и какъ намъ готовить?	141

	СТР.
Питье и напитки	153
Кофе, чай, какао, лимонадъ, квась и пр.	159
Спиртные напитки.	165
Вліяніе алкоголя на организмъ.	169
Общественная опасность алкоголизма.	174
Назначеніе женщины въ борьбѣ съ алкоголизмомъ	177
Общественная и государственная борьба съ алкоголизмомъ.	178
Воздухъ	180
Горный, морской и лѣсной воздухъ.—Воздухъ пустынь	188
ГЛАВА ТРЕТЬЯ.—Солнечный свѣтъ и тепло	191—197
ГЛАВА ЧЕТВЕРТАЯ.—Одежда, постель и жилище	198—249
Наша одежда	198
Послѣдствія давленія, производимаго женскимъ платьемъ	203
Обзоръ женской одежды прошлыхъ временъ	212
Ткани, изъ которыхъ изготовляется наша одежда	219
Наша обувь	223
Преобразованія въ области женской одежды	228
Наша постель	238
Наши жилища	241
ГЛАВА ПЯТАЯ.—Покой и движеніе	250—271
Сонъ	250
Сонъ на открытомъ воздухѣ	255
Физическій трудъ.—Гимнастика.	257
Массажъ	259
Практическое примѣненіе массажа въ домашнемъ быту	262
Спортъ	266
ГЛАВА ШЕСТАЯ.—Уходъ за красотой	272—300
Уходъ за кожей	281
Уходъ за лицомъ	284
Уходъ за руками	289
Уходъ за ногами	291
Уходъ за волосами	293
Уходъ за полостью рта	296
ГЛАВА СЕДЬМАЯ.—Половая жизнь	301—344
Назначеніе половыхъ органовъ	302
О половомъ сближеніи	309
Нѣкоторыя практическія указанія относительно супружескихъ сношеній	314
Менструальный періодъ.	327
Періодъ развитія и критическій возрастъ	333
Предупрежденіе беременности	339
Мѣры къ предупрежденію зачатія у древнихъ народовъ	342
ГЛАВА ВОСЬМАЯ.—Долговѣчность.—Смерть.	345—350
ВТОРАЯ—энциклопедическая—часть.	
351—936	
ТРЕТЬЯ ЧАСТЬ.—Мать и дитя.	
937	
Зародышевыя кѣтки и ихъ сліяніе	937
Развитіе человѣческаго плода	940

	стр.
Объ опредѣленіи пола потомства	941
Плацента.—Послѣдъ	942
Срокъ беременности и вычисленіе времени наступленія родовъ	944
Образъ жизни беременной женщины	948
Наиболѣе важныя болѣзненные явленія, присущія беременности	953
Причины, предупрежденіе и леченіе выкидышей	958
Уходъ за беременными у другихъ народовъ	960
Нѣкоторыя указанія молодымъ дѣвушкамъ и новобрачнымъ относительно заму- жества и связанныхъ съ нимъ послѣдствій	962
Какъ намъ достигнуть того, чтобы дѣти рождались здоровыми и красивыми	966
Правильные роды	968
Тяжелые и неправильные роды	971
Акушерскія операціи	985
Отдѣленіе послѣда	990
Послѣродовой періодъ	993
Родильная горячка	995
Уходъ за грудями	998
Разрывы промежности	1004
Родовспоможеніе у первобытныхъ народовъ	1005
Уходъ за новорожденнымъ	1009
Женское молоко	1015
Искусственное вскармливаніе	1016
О важнѣйшихъ болѣзняхъ новорожденныхъ	1021
Прорѣзываніе зубовъ	1027
Дѣтская одежда	1028
Дѣтскія игры	1034
Какъ предупредить у маленькихъ дѣтей искривленіе позвоночника и конечностей	1040
Ортопедическій способъ леченія искривленій	1047
О нервности современныхъ дѣтей	1055



Первая часть.
Охранение здоровья.



Тайна леченія заключается въ томъ, чтобы устранять
все вредное.

Петерсонъ.



ПЕРВАЯ ГЛАВА.

Строение и жизнь человеческого организма.

Наилучшимъ долженъ считаться тотъ врачъ, который умѣетъ дѣлать свое присутствіе *излишнимъ*.



Знакомленіе со строеніемъ и отправленіями различныхъ органовъ нашего тѣла является базисомъ, *фундаментомъ*, на которомъ построено зданіе *всего* сочиненія. Рекомендуемъ поэтому читательницамъ внимательно и всесторонне ознакомиться съ настоящей главой, изъ которой ни одна страница не можетъ быть пропущена безъ ущерба для яснаго пониманія послѣдующаго изложенія.

Человѣческій скелетъ.

Человѣческій скелетъ состоитъ изъ множества маленькихъ и крупныхъ костей. Намъ нѣтъ никакой надобности излагать форму, расположеніе и названіе всѣхъ этихъ костей въ отдѣльности: съ читательницъ достаточно будетъ ознакомиться съ ихъ общей формой и назначеніемъ. Скелетъ служитъ *основой и поддержкой* всему организму; главнымъ же образомъ, — его мягкимъ частямъ, которыя выстилаютъ его какъ снаружи, такъ и изнутри. При первомъ же взглядѣ на скелетъ не трудно бываетъ замѣтить, что онъ совершенно естественно распадается на три *полости*: *черепъ, грудную клетку и тазъ*, и верхнія и нижнія *конечности*. Всѣ поименованныя части представлены нами на отдѣльныхъ изображеніяхъ.

Рядомъ съ изображеніемъ человѣческаго скелета мы помѣстили и изображеніе скелета человекоподобной обезьяны-гориллы, и это сопоставленіе даетъ намъ возможность при первомъ же взглядѣ на оба скелета сдѣлать нѣсколько въ высшей степени интересныхъ и любопытныхъ заключеній. Несмотря на нѣкоторое сходство, оно указываетъ и на

значительныя особенности, которыя довольно рѣзко отличаютъ человѣка отъ обезьяны. Достаточно, въ самомъ дѣлѣ, внимательно всмотрѣться въ приведенныя нами изображенія, чтобы замѣтить стройность человѣческаго тѣла, а также пре-



Рис. 1. Человѣческій скелетъ



Рис. 2. Скелетъ гориллы.

обладаніе черепа надъ остальнымъ скелетомъ. Бóльшій объемъ и округленность черепа указываютъ на бóльшій объемъ мозга, а, слѣдовательно, и на умственное превосходство человѣка надъ обезьяной. Замѣтимъ мы одновременно и

измѣнившееся у человѣка, по сравненію съ обезьяной, отношеніе между собой конечностей: у обезьяны руки длиннѣе ногъ; у человѣка мы замѣчаемъ обратное. Тазовыя кости у человѣка—меньше; грудная клѣтка—стройнѣе; нога—тоньше, при чемъ большой палецъ вовсе не отстоитъ, какъ у обезьяны, которой этотъ палецъ служитъ для захватыванія различныхъ предметовъ. Всѣ эти измѣненія вполнѣ удовлетворительно объясняются тѣмъ обстоятельствомъ, что въ теченіе многихъ тысячелѣтій характеръ человѣческой дѣятельности и жизни постепенно приспособлялся къ измѣнявшимся условіямъ внѣшней среды.

Черепъ представляетъ собою наиболѣе твердую часть человѣческаго тѣла. Въ *черепной полости* содержится *мозгъ*, служащій органомъ нашей духовной дѣятельности. Черезъ отверстія нижней части черепа выступаютъ, взявъ свое начало въ мозгу, многочисленные нервы, которые направляются не только къ головѣ, но и ко всѣмъ безъ исключенія прочимъ органамъ тѣла. Къ головѣ относятся также и наши органы чувствъ съ ихъ тонкими микроскопическими развѣтвленіями. Въ ней же заключается нашъ органъ рѣчи и берутъ начало органы питанія и дыханія, которые затѣмъ спускаются внизъ, по направленію позвоночника. На небольшомъ пространствѣ въ человѣческой головѣ сосредоточивается такое множество важныхъ органовъ, что ее долгими годами приходится изучать врачамъ и анатомамъ прежде, чѣмъ они ознакомятся со строеніемъ ея сколько-нибудь основательно. Что же касается до содержимаго нашего черепа—мозга, то онъ безусловно долженъ быть признанъ наиболѣе удивительнымъ и наиболѣе совершеннымъ органомъ нашего тѣла. Онъ не поддается пока ни полному описанію, ни изображенію, и вообще мы должны признать себя еще довольно далекими отъ обстоятельнаго съ нимъ знакомства.

Черепъ представляетъ собою почти со всѣхъ сторонъ закрытую клѣтку, которая оказываетъ наилучшую защиту заключенному въ ней мозгу и отличается своей полной неподвижностью, между тѣмъ вторая полость нашего тѣла—*грудная клѣтка*—представляетъ въ этомъ отношеніи совершенно иное устройство. Грудная клѣтка на живомъ человѣкѣ также закрыта со всѣхъ сторонъ, но въ то же время она отличается и своей подвижностью. Да иначе оно и не можетъ быть, если принять во вниманіе подвижность заключенныхъ въ грудной клѣткѣ органовъ, т. е. *легкихъ и сердца*. Грудная клѣтка представляетъ собою окружность, которая спереди замыкается грудиной (или грудной доской); съ боковъ идутъ ребра—по 12 съ каждой стороны; сзади ребра прикрѣпляются

къ позвоночнику. У позвоночника и находится точка прикрѣпленія реберъ. Передняя и боковыя стѣнки грудной клѣтки представляются очень опасными—въ смыслѣ раненія—мѣстами, такъ какъ рана, нанесенная въ этихъ мѣстахъ, очень легко можетъ повредить легкія или сердце, и даже повлечь

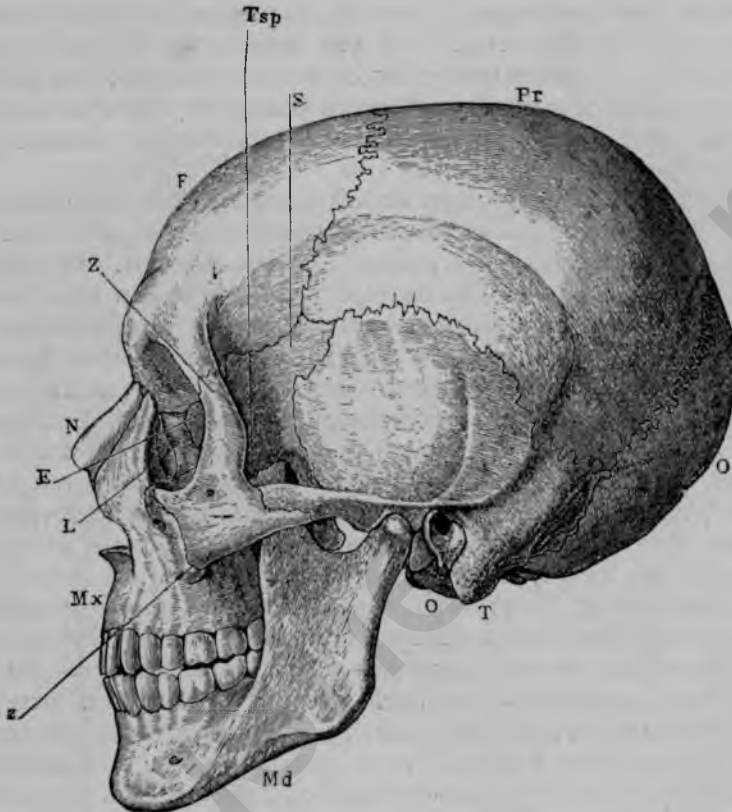


Рис. 3. Человѣческій черепъ. (По Генле).

- | | | |
|---------------------|---------------------|--------------------------|
| F—Лобная кость. | E—Рѣшетчатая кость. | Md—Нижняя челюсть. |
| Pr—Темянная кость. | L—Слезная косточка. | T—Сосцевидный отростокъ. |
| O—Затылочная кость. | Mx—Верхняя челюсть. | S—Клиновидная кость. |
| Z—Скуловая кость. | N—Носовая кость. | TSP—Крыловидная ямка. |

за собой въ самый короткій срокъ смерть. Гораздо меньшей опасности подвергается въ этомъ отношеніи задняя часть грудной клѣтки—область позвоночника, носящая въ просторѣчи названіе *спины*. Съ одной стороны, мы тутъ находимъ силошную костную массу: позвонки, крѣпко насаженные другъ на друга. Съ другой стороны, тутъ же расположены и лопатки, которыя также представляютъ надежную защиту груднымъ органамъ. Помимо того, въ спинной области находится толстый слой мышцъ. Въ силу всѣхъ перечисленныхъ условій

спина съ гораздо меньшей опасностью можетъ быть подвергается всевозможнымъ вреднымъ влияніямъ, чѣмъ грудь. Вслѣдствіе этого мы, въ случаѣ угрожающей намъ опасности, которой мы не въ силахъ отразить открыто—грудью, инстинктивно поворачиваемся къ ней спиной. Spина же служить намъ и для переноски тяжестей, чему, съ одной стороны, способствуютъ покрывающія ее крѣпкія мышцы и, съ другой стороны, массивность и цѣльность ея строенія.

Третьей полостью скелета является *тазь*. Тазъ состоитъ изъ короткихъ и плоскихъ костей. Замыкается онъ сзади нижней оконечностью позвоночника: крестцомъ и копчикомъ. На обѣихъ наружныхъ сторонахъ таза помѣщаются вертлужныя впадины, въ которыхъ прикрѣпляются головки бедренныхъ костей. Въ тазовой полости содержатся внутренности и, главнымъ образомъ, мочевые и половые органы, которые находятся въ этомъ мѣстѣ подъ надежной защитой. Особенное значеніе имѣетъ тазъ у *женщинъ*, такъ какъ въ немъ содержится *матка*, въ которой плодъ зарождается и развивается. Въ виду того, что въ одной изъ

последующихъ главъ мы подробно и специально остановимъ вниманіе нашихъ читательницъ на устройствѣ женскаго таза, мы на немъ въ этомъ мѣстѣ долѣе останавливаться не станемъ.

Для того, чтобы получить правильное представленіе о строеніи и формѣ скелета, слѣдуетъ имѣть въ виду и оба *костные пояса* нашего скелета. *Плечевой* поясъ составляется изъ грудины, обѣихъ ключицъ и лопатокъ. Поясъ этотъ, который составляетъ свободнымъ только пространство между наружными краями лопатокъ и позвоночникомъ, имѣетъ очень большое значеніе. Онъ защищаетъ верхнюю часть грудной клѣтки и даетъ нашимъ верхнимъ конечностямъ упоръ и устойчивость. Благодаря ему, наши верхнія конечности—руки и мо-

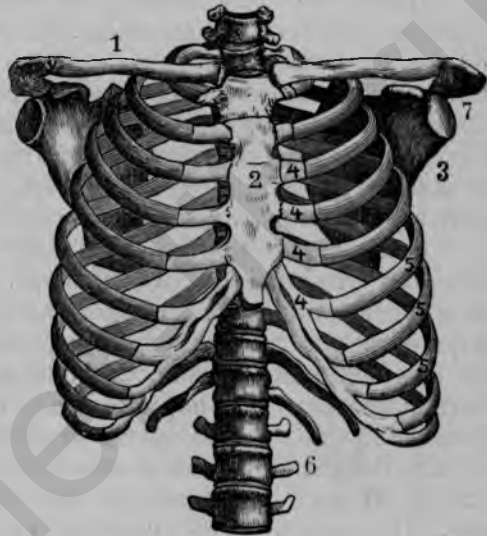


Рис. 4. Грудная клѣтка.

1. Ключица.
2. Грудина.
3. Лопатка.
4. Реберные хрящи.
5. Ребра.
6. Позвоночникъ.
7. Плечевой суставъ.

гутъ производить тѣ безчисленные по своей силѣ и разнообразію движенія, которыя знакомы каждой изъ нашихъ читательницъ. Что касается до нижняго — *тазового* пояса, то онъ со всѣхъ сторонъ совершенно закрытъ, почти совсѣмъ неподвиженъ и потому вполне надежно защищаетъ заключающіеся въ немъ органы.

Что касается до *конечностей*, то онѣ состоятъ изъ *трубчатыхъ*, т. е. внутри полыхъ—и длинныхъ костей.

Наиболѣе длинными костями человѣческаго скелета должны считаться бедренныя. Какъ верхнія, такъ и нижнія конечности состоятъ изъ трехъ отдѣловъ, изъ которыхъ наиболѣе сложнымъ строеніемъ и положеніемъ костей отличаются нижнія *окончанія* нашихъ конечностей: кисть и стопа. Благодаря этому-то обстоятельству, наши руки и ноги и отличаются такой удивительной подвижностью, которая даетъ имъ возможность производить самыя разнообразныя движенія.

Отдѣльныя кости соединяются между собой *суставами*, которыя отличаются то тугостью, то подвижностью, въ зависимости отъ того, предназначена ли данная кость преимущественно для сохраненія устойчивости и равновѣсія, или же она должна, наоборотъ, обладать какъ можно болѣею подвижностью. Въ нормальномъ состояніи всѣ кости человѣческаго скелета покрыты многочисленными мышцами, которыя настолько измѣняютъ видъ скелета, что послѣдній всегда имѣетъ въ нашихъ глазахъ что-то необычное и страшное. Пояснимъ тутъ кстати, что скелеть — костьакъ — получилъ свое названіе отъ слова *σκελες*, которымъ древніе греки обозначали наиболѣе длинную кость человѣческаго костьака: бедренную.

Ошибкой было бы думать, будто и у наиболѣе отдаленныхъ нашихъ предковъ скелеть имѣлъ совершенно такое же строеніе, какъ и у насъ. Наоборотъ, все заставляетъ предпологать, что только путемъ медленнаго, непрерывнаго и очень продолжительнаго приспособленія къ измѣнявшимся внѣшнимъ условіямъ скелеть, какъ и всѣ прочіе наши органы, приобрѣлъ тѣ особенности, которыми онъ въ настоящее время обладаетъ. Благодаря этому процессу приспособленія тѣло наше отличается въ настоящее время подвижностью, ловкостью и стройностью; духу же нашему — удалось поработить окружающую природу, какъ живую, такъ и мертвую, и стать ея властелиномъ.

Общее количество костей, входящихъ въ составъ человѣческаго скелета, достигаетъ, считая въ томъ числѣ 32 зуба и 6 слуховыхъ костей, огромнаго числа: 240.

Намъ извѣстно, что для производства той или иной ра-

боты, въ механикѣ прибѣгаютъ къ *твердымъ* матеріаламъ, какъ то: камню, дереву, металламъ. Этому правилу механики не измѣняютъ и человѣческія кости, которыя, съ механической точки зрѣнія, могутъ быть разсматриваемы, какъ рычаги, которыя движутся на роликахъ (суставахъ). Только благодаря подобному устройству, мы способны, какъ производить разнообразныя движенія, такъ и подымать различныя тяжести. Ужъ и въ дѣтскомъ возрастѣ кости должны быть разсматриваемы, какъ наиболѣе твердыя ткани нашего тѣла, но твердость ихъ съ возрастомъ все болѣе и болѣе возрастаетъ. Главной составной частью костной ткани являются землистыя вещества, въ числѣ которыхъ первое мѣсто занимаетъ фосфорно-кислая известь. Последнее вещество составляетъ необходимую принадлежность нашего питанія и, если вещество это находится въ нашей пищѣ въ недостаточномъ количествѣ, то появляются, особенно въ дѣтскомъ возрастѣ, болѣе или менѣе тяжкія страданія, въ числѣ которыхъ наиболѣе важное мѣсто должно быть отведено *английской болѣзни*—рахиту. Къ этому вопросу мы еще, впрочемъ, вернемся ниже.

Что служитъ главнымъ отличительнымъ свойствомъ костей, по сравненію съ прочими механическими аппаратами, такъ это—то, что, несмотря на ихъ твердость и относительную неподатливость, онѣ все же *живутъ*, т. е. развиваются, растутъ и непрерывно измѣняются. Подобно всѣмъ прочимъ тканямъ, кости питаются при помощи кровеносныхъ сосудовъ, которые пробѣгаютъ ихъ во всѣхъ направленіяхъ. Внутри длинныхъ костей заключается жирная масса, такъ-называемый костный мозгъ. Изъ костнаго мозга образуются отчасти бѣлые кровяные шарикѣ. Кости отличаются также и значительной эластичностью, благодаря тому, что въ составъ ихъ входятъ органическія и клей дающія вещества.

Неопытный глазъ, быть-можетъ, не сможетъ отличить женскій скелетъ отъ мужского. Тѣмъ не менѣе, отличія между ними существуютъ: въ женскомъ скелетѣ кости бывають обыкновенно меньше и тоньше, и это совершенно понятно: мужчинѣ приходится гораздо больше женщины работать физически, и благодаря этому кости у него сильнѣе развиваются. Кромѣ того, въ *мужскомъ* скелетѣ, благодаря тому же обстоятельству, бываетъ въ болѣеи степени развитъ *плечевой* поясъ, между тѣмъ какъ въ *женскомъ* скелетѣ преобладающимъ является *тазовой* поясъ, что объясняется тѣмъ, что въ женскомъ тазу происходитъ развитіе плода. Вслѣдствіе этого бедра у женщинъ бывають шире, нежели у мужчинъ. Таковы—основныя различія между мужскимъ и женскимъ скелетомъ.

Считаемъ излишнимъ утомлять вниманіе нашихъ читателей описаніемъ и обозначеніемъ многочисленныхъ костей нашего скелета. Тѣмъ не менѣе, главнѣйшія изъ ихъ числа приведены и обозначены въ приложенныхъ рисункахъ. Поэтому въ случаѣ заболѣванія какой-либо кости не представится никакихъ затрудненій какъ для отысканія, такъ и для обозначенія соотвѣтствующей кости, чѣмъ мы и считаемъ возможнымъ ограничиться.

Тазъ.

Тазовой поясъ ограничивается спереди лонными костями, съ боковъ—подвздошными и сзади—крестцомъ. Кости эти очень мало подвижны, что сообщаетъ тазу особенную устойчивость и постоянство формы. Отверстія, которыя видны на тазу, служатъ для прохожденія артерій и сосудовъ; что же касается до костныхъ краевъ, то они служатъ для прикрѣпленія различныхъ мышцъ. „Вертлуги“ служатъ для помѣщенія головокъ бедренныхъ костей. Вертлужная впадина имѣетъ по своему строенію значительное сходство съ суставной впадиной плечевого сустава, и однако же между обоими суставами существуетъ и значительная разница: вертлужная впадина гораздо глубже; поэтому движенія бедренныхъ костей оказываются гораздо болѣе ограниченными, нежели движенія плечевыхъ. Не можетъ быть ни малѣйшаго сомнѣнія въ томъ, что, если бы плечевая впадина была у насъ такой же глубины, какъ и вертлужная, то движенія нашихъ верхнихъ конечностей были бы безконечно болѣе ограничены, чѣмъ въ настоящее время. Если же, наоборотъ, бедренные суставы отличались бы такой же подвижностью, какъ плечевые, то намъ при малѣйшемъ передвиженіи грозило бы паденіе, и корпусъ нашъ, слѣдовательно, былъ бы лишенъ почти всякой устойчивости.

Въ виду того, что у женщинъ тазъ имѣетъ совсѣмъ иное назначеніе, чѣмъ у мужчинъ, и при томъ гораздо болѣе важное, то мы и считаемъ необходимымъ указать на *отличительные признаки женскаго таза*. Ихъ можно, впрочемъ, безъ особеннаго труда замѣтить и читательницѣ, если всмотрѣться внимательно въ тотъ и другой.

Женскій тазъ—плосче и ниже; бедра больше вывернуты наружу; входъ въ тазовую полость—шире и круглѣе; уголь, образуемый лонными и сѣдалищными костями, имѣетъ у женщинъ—болѣе тупую, у мужчинъ—болѣе острую форму. Въ общемъ, можно сказать, что женскій тазъ болѣе широкъ, между тѣмъ какъ мужской тазъ болѣе узокъ и глубокъ.

Эти особенности женскаго таза вполнѣ удовлетвори- тельно объясняются его спеціальнымъ назначеніемъ: въ жен- скомъ тазу находится, какъ извѣстно, *матка*, въ которой происходитъ зарождеііе и развитіе *плода*. Матка находится въ тазу подѣ вполнѣ надежной защитой окружающихъ ее костей, и нужны совершенно исключительныя условія, чтобы матка могла подвергнуться какому-либо внѣшнему насилію. Такимъ-то путемъ природа позаботилась о безопасномъ раз-

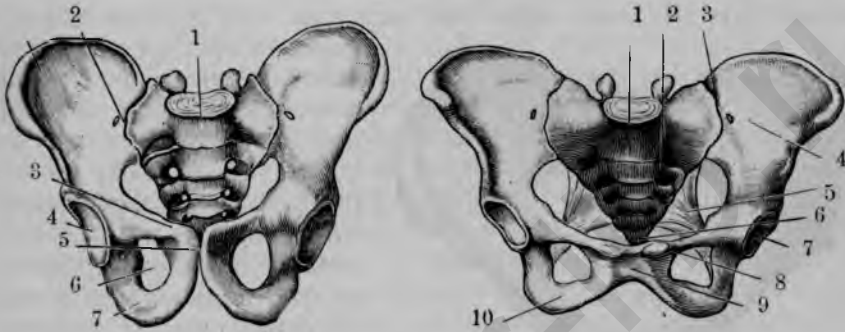


Рис. 5. Мужской и женскій тазъ.

Мужской тазъ спереди.

1. Крестецъ.
2. Суставная поверх- ность.
3. Лонная кость.
4. Вертлуж- ная впадина.
5. Лонное соединеніе.
6. Мѣсто выхода нервовъ и сосудовъ.
7. Сѣдалищная кость.

Женскій тазъ спереди:

1. Мысь (наиболѣ выдающаяся впередъ часть крестца).
2. Отверстія для выступленія нервовъ.
3. Суставная поверхность.
4. Подвздошная кость.
5. Связки.
6. Копчикъ.
7. Вертлужная впадина.
8. Лобковая (лонная) кость.
9. Суставная по- верхность (между обѣими лонными костью).
10. Сѣдалищные бугры.

витіи плода. Въ тазу матка окружена различными органами, главнымъ образомъ, подвижными и эластическими кишечными петлями, состояніе наполненія или пустоты которыхъ отра- жается до извѣстной степени и на положеніи матки.

Въ *маломъ* тазу, т. е. въ пространствѣ ограниченномъ спереди лонными, съ боковъ—сѣдалищными, и сзади—крест- цовой и копчиковой костями, плодъ развивается только въ первое время послѣ зачатія; затѣмъ, по мѣрѣ того какъ плодъ развивается, заключающая его матка переходитъ въ большой тазъ и затѣмъ продолжаетъ постепенно подыматься въ полости живота все выше и выше, пока—подѣ конецъ беременности—не заполнитъ почти всего живота. Въ боль- шомъ тазу плодъ уже не имѣетъ такой надежной защиты, какъ въ маломъ тазу, такъ какъ большой тазъ огражденъ костными стѣнками только съ боковъ—подвздошными, и сза- ди—крестцовой костью. Еще менѣе защищенъ плодъ въ жи- вотѣ, такъ какъ костная стѣнка въ видѣ позвоночника имѣется

голько сзади и то на ограниченномъ (въ ширину) пространствѣ.

Къ величинѣ таза имѣетъ самое непосредственное отношеніе *величина головки младенца*, такъ какъ при рожденіи младенецъ долженъ цѣликомъ пройти черезъ малый тазъ; а, такъ какъ наибольшими размѣрами обладаетъ у младенца именно головка, то отъ величины ея и зависитъ, главнымъ образомъ, бѣльшая или меньшая трудность родовъ. Въ бѣльшинствѣ случаевъ условіе это имѣетъ значеніе именно въ началѣ родовъ, такъ какъ при нормальныхъ родахъ головка

первой появляется на свѣтъ божій. Если головка слишкомъ велика или же тазъ, наоборотъ, чрезчуръ узокъ, то головка не можетъ пройти и застреваетъ въ маломъ тазу. Изъ сказаннаго ясно, что правильное соотношеніе между размѣрами таза и головки имѣетъ очень важное вліеніе на исходъ родовъ. Что особенно затрудняетъ роды, такъ это — неподатливость таза и головки, которыя состоятъ почти исключительно изъ костей, а кости, какъ извѣстно, почти совершенно неспособны измѣнять свой размѣръ.



Рис. 6. Женскій тазъ и его составныя части.

1. Позвоночникъ.
2. Подвздошная впадина.
3. Крестецъ съ отверстиями, предназначенными для прохожденія нервовъ.
4. Коцчикъ (отчасти подвижная кость).
5. Мѣсто прикрѣпленія связокъ.
6. Полость малаго таза.
7. Суставная поверхность подвздошной кости и крестца.
8. Лонная или лобковая кость.

Тѣмъ не менѣе, сказанное не имѣетъ абсолютнаго значенія, такъ какъ даже тазъ способенъ до нѣкоторой степени увеличить свой размѣръ (вслѣдствіе отклоненія назадъ копчика); что же касается до головки, то кости, изъ которыхъ она состоитъ, скользятъ другъ на дружку и такимъ путемъ она способна довольно значительно уменьшиться. Указанныя условія ведутъ къ тому, что иногда роды проходятъ довольно благополучно даже и въ тѣхъ случаяхъ, когда относительные размѣры таза и головки почти вовсе не позволяли рассчитывать на хорошій исходъ.

Въ виду того, что размѣры таза имѣютъ огромное значеніе для того или иного исхода родовъ, ученые уже съ давнихъ поръ научились измѣрять ихъ на живой женщинѣ. Измѣряются *наружные* размѣры таза, которые, будучи соответствующимъ образомъ уменьшены, даютъ намъ возможность

съ довольно большой вѣроятностью судить о *внутреннихъ* размѣрахъ таза. Различаемъ мы въ тазу три различныхъ размѣра: прямой, косой и поперечный. Изъ этихъ размѣровъ наибольшее практическое значеніе имѣетъ *прямой* размѣръ, т. е. тотъ, который получается при соединеніи прямой линіей верхняго края лоннаго соединенія съ мысомъ (т. е. наиболѣе выдающейся впередъ частью крестца). Когда прямой размѣръ таза у женщины на 2 ст. короче нормальнаго, т. е. меньше 9 ст., то естественные роды большей частью не могутъ свершиться. (См. „Роды“ въ III части). Что касается до наружныхъ размѣровъ таза, то они измѣряются при помощи особеннаго инструмента, въ значительной степени напоминающаго циркуль и именуемаго *тазометромъ*.

Всѣ эти данныя имѣютъ, какъ сказано, далеко не одно только научное значеніе для нашихъ читательницъ. Наоборотъ, сообщаемыя нами свѣдѣнія имѣютъ огромный практическій, больше того—*жизненный* интересъ, а потому мы и рекомендуемъ какъ можно лучше усвоить эти свѣдѣнія и уяснить себѣ ихъ истинное значеніе. Какъ много тревогъ и даже тяжелыхъ несчастій можно было бы избѣгать, если бы всѣ безъ исключенія женщины имѣли болѣе ясныя представленія объ истинномъ механизмѣ родовъ и хотя бы о *главнѣйшихъ* причинахъ неправильныхъ родовъ! Ниже мы еще вернемся къ этому столь важному предмету. Здѣсь же укажемъ въ краткихъ чертахъ на общія условія, имѣющія значеніе въ смыслѣ уменьшенія размѣровъ таза.

Наибольшее значеніе имѣютъ *болѣзни костей*.

Болѣзни костей могутъ быть самага различнаго происхожденія. Многія изъ нихъ появляются только въ зрѣломъ возрастѣ; большинство появляется, однако, въ дѣтскомъ возрастѣ, преимущественно вслѣдствіе погрѣшностей питанія. Болѣзни эти причиняютъ, какъ искривленія костей и преимущественно позвоночника, такъ и утолщенія ихъ. Всего чаще встрѣчается англійская болѣзнь, на которую и слѣдуетъ поэтому обратить какъ можно раньше,—особенно у дѣвочекъ—самое серьезное вниманіе. Когда болѣзнь захвачена во-время, то правильной врачебной гимнастикой и массажемъ можно еще значительно поправить дѣло. Но, если извѣстный возрастъ пропущенъ, то задача эта становится почти недостижимой. Боковыя искривленія и утолщенія позвоночника также далеко не лишены значенія для правильнаго механизма родовъ. Наибольшее значеніе имѣютъ, однако, искривленія *крестца* въ направленіи *спереди назадъ*. Почему именно эти искривленія имѣютъ наибольшее значеніе, нашимъ читательницамъ должно быть понятно и безъ дальнѣйшихъ

объясненій: искривленія эти уменьшаютъ передне-задній размѣръ таза, который имѣетъ наибольшее значеніе при прохожденіи или, какъ его называютъ въ акушерствѣ,—„прорѣзываніи“ головки младенца. Чаше всего именно въ такихъ случаяхъ бываетъ, что младенецъ не можетъ никоимъ образомъ явиться на свѣтъ естественнымъ путемъ: женщина не можетъ собственными силами разрѣшиться отъ бремени и для спасенія жизни, какъ матери, такъ и младенца или хотя бы кого-либо изъ нихъ приходится прибѣгать къ болѣе или менѣе тяжелымъ операціямъ, а иногда даже къ *кесареву сѣченію*. (См. II „Энциклопедическую часть“). Подробнѣе мы на этомъ вопросѣ остановимся ниже. (См. въ III части „Роды“).

Въ виду огромнаго значенія, которое имѣютъ искривленія костей, особенно же позвоночника, не только на фигуру женщины, но, что гораздо важнѣе, на ея способность къ дѣторожденію, мы въ соотвѣтствующихъ главахъ будемъ многократно останавливать вниманіе нашихъ читательницъ на тѣхъ мѣрахъ, которыя должны быть принимаемы съ самаго рожденія младенца, чтобы обезпечить правильное развитіе костной системы въ организмѣ. Только такимъ образомъ можно избѣгать послѣдствій, которыя въ болѣе позднемъ возрастѣ могутъ имѣть самое трагическое значеніе. Всего больше свѣдѣній относительно этихъ вопросовъ найдутъ читательницы въ настоящей и въ III частяхъ сочиненія.

Мышцы человѣческаго тѣла.

Отдѣльныя кости скелета служатъ намъ рычагами, предназначенными для производства различныхъ движеній. Но, какъ извѣстно изъ механики, рычаги должны быть приводимы въ движеніе извѣстной силой, которая къ нимъ прилагается. Такой движущей силой и являются въ нашемъ организмѣ *мышцы*. Мышцы представляютъ собой, въ сущности, не что иное, какъ мясо, которое такъ хорошо знакомо каждой изъ нашихъ читательницъ. Каждая мышца распадается на отдѣльные пучки, послѣдніе же распадаются на волокна. Мышцы въ нашемъ организмѣ существуетъ очень много, и, только благодаря этому обстоятельству, мы и можемъ свободно производить тѣ безчисленныя движенія, которыми мы обладаемъ. Главная особенность мышцъ, разсматриваемыхъ съ механической точки зрѣнія, состоитъ въ томъ, что онѣ, дѣйствуя, какъ пружины, могутъ, по *нашему желанію*, сжиматься и разжиматься. Сжимаясь и сокращаясь, мышца приближаетъ одну кость къ другой. Разжимаясь и ослабляясь, она отпускаетъ кость, которая и принимаетъ свойственное ей въ покойномъ

состояніи положеніе. Всего проще уразумѣть дѣйствіе нашихъ мышцъ, поочередно приближая предплечье къ плечевой кости и затѣмъ отпуская его, въ каковыхъ движеніяхъ участвуетъ двуглавая мышца, которая изображена на ближайшемъ рисункѣ.

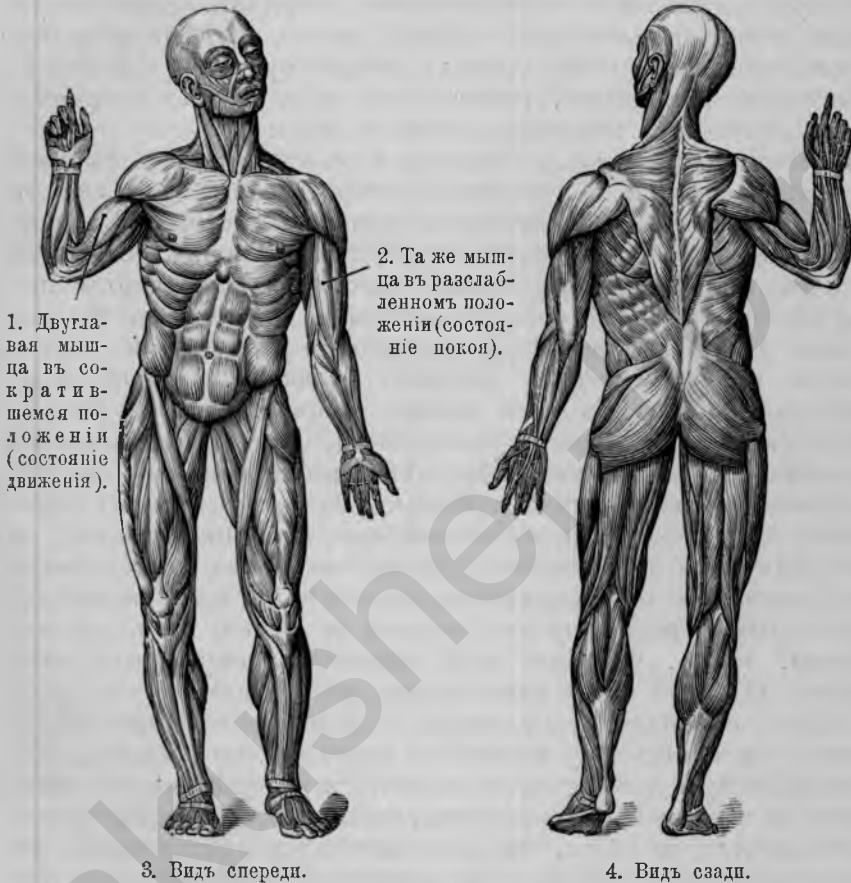


Рис. 7. Поверхностныя мышцы человѣческаго тѣла.

Желаніе наше привести въ движеніе ту или иную мышцу передается ей по нервамъ, которыми снабжены даже и наиболѣе микроскопическія мышечныя волокна. Когда нервъ парализованъ, т. е. пересталъ дѣйствовать, то и соответствующая мышца теряетъ способность производить присущія ей движенія, несмотря на то, что она полностью сохранила свою первоначальную силу. Что еще болѣе достойно удивленія, такъ это—то, что мышца, вопреки прочимъ извѣстнымъ намъ механическимъ силамъ, обладаетъ способностью сама же и

пополнять свои потери и, только благодаря этому обстоятельству, мышцы наши (какъ и другіе органы, впрочемъ) служатъ намъ до конца нашей жизни, несмотря на то, что за это время онѣ многократно обмѣнивали и обновляли весь свой составъ. Объясняется это тѣмъ, что мышцы *питаются*. Питаются мышцы, какъ и всѣ прочіе органы, кровью, которая имъ въ изобиліи доставляется кровеносными сосудами. Какъ много крови заключаютъ въ себѣ мышцы (мясо), извѣстно всякому, и богатство ихъ кровью служитъ, между прочимъ, одной изъ важнѣйшихъ причинъ, почему ими такъ охотно питаются, какъ плотоядные животныя, такъ и люди.

Помимо *произвольныхъ* мышцъ, т. е. такихъ, которыя производятъ движенія, подчиняющіяся нашей волѣ, существуютъ также и мышцы *непроизвольныя*, движеніе которыхъ совершается безъ всякаго участія нашей воли. Такихъ мышцъ въ нашемъ организмѣ тоже очень много, и очень мало существуетъ органовъ, въ составъ которыхъ не входили бы подобныя мышцы. Наиболѣе разительными примѣрами такихъ мышцъ являются *сердце, желудокъ и матка*. Сердце, какъ извѣстно, въ теченіе всей жизни человѣка ни на минуту не прекращаетъ своей дѣятельности, и продолжительная остановка является наиболѣе вѣрнымъ признакомъ смерти. Что касается до желудка и кишекъ, которыя также изображаютъ собой полости, образованныя тонкими мышцами, то они приходятъ въ движеніе только во время пищеваренія, но совершенно не подчиняются нашей волѣ, и мы также бессильны остановить движеніе нашего желудка, какъ мы бессильны, напр., ускорить или замедлить движенія нашего сердца. О маткѣ же у насъ будетъ рѣчь особо.

Если сравнить мускулатуру, т. е. развитіе мышечной системы у женщинъ и у мужчинъ, то не трудно замѣтить, что особенной мускулистостью отличается мужчина, между тѣмъ какъ у женщинъ мышцы развиты, въ общемъ, довольно слабо. Объясняется это тѣмъ, что женщинѣ гораздо меньше, нежели мужчинѣ, приходится заниматься физическимъ трудомъ. Кромѣ того, женщины ведутъ также преимущественно сидячій образъ жизни, что ведетъ къ изнѣженности и ослабленію организма. Между тѣмъ, развитіе мускулатуры должно служить предметомъ нашихъ постоянныхъ заботъ, такъ какъ оно обезпечиваетъ правильное теченіе многочисленныхъ и важныхъ органическихъ процессовъ.

Если мужчины отличаются, въ общемъ, развитіемъ своей мускулатуры, то женщины, какъ извѣстно, отличаются мягкостью и округленностью своихъ внѣшнихъ формъ, что служить одной изъ ихъ наиболѣе привлекательныхъ особенностей.

Округленностью своихъ формъ женщины также обязаны, главнымъ образомъ, сидячему образу жизни, который ведетъ къ развитію и болѣе или менѣе значительному отложенію подъ кожей жировой клѣтчатки.

Выше мы упомянули о томъ, что мышцы образуютъ собой нѣкоторые внутренніе органы, каковы сердце, желудокъ и пр. Такіе органы носятъ названіе *полостныхъ*, и въ ихъ числѣ мы должны специально упомянуть о *маткѣ*. Нормальныхъ сокращеній внутреннихъ мышцъ мы даже не замѣчаемъ, но бываютъ случаи, когда по той или иной причинѣ нѣкоторыя мышцы начинаютъ сокращаться гораздо чаще, сильнѣе и быстрѣе, чѣмъ въ обычномъ состояніи. Въ такомъ случаѣ мы испытываемъ чрезвычайно сильную боль. Къ таковымъ состояніямъ мы можемъ отнести судороги, спазмы, внутреннія колики и пр. Наиболѣе рельефное представленіе о такого рода боляхъ даютъ, однако, *схватки* при родахъ.

Сердце

Всѣмъ извѣстно, что сердце наше имѣетъ одно изъ наиболѣе важныхъ назначеній въ организмѣ, а именно: распредѣлять наше внутреннее питательное вещество—кровь—по всему организму. Въ сущности, въ нашемъ организмѣ имѣется не одно, но *два* сердца, такъ какъ оно дѣлится перегородкой на двѣ части: на правое и на лѣвое сердце. *Правое* сердце содержитъ темную—венозную кровь; *лѣвое* же сердце—алую—артеріальную. Несмотря на то, что оба сердца лежатъ въ непосредственномъ сосѣдствѣ другъ къ другу, кровь ихъ въ нормальномъ состояніи *никогда* не смѣшивается. Каждое сердце, въ свою очередь, дѣлится на двѣ неравныя части: одну—поменьше и повыше: *предсердіе*, и другую—побольше и пониже: *желудочекъ*. Прежде, чѣмъ попасть въ желудочекъ, кровь должна пройти черезъ соотвѣтствующее предсердіе. Сердце представляетъ собой, какъ мы на это указывали въ предыдущей главѣ, совершенно полый мышечный органъ. Сокращаясь, сердце естественно уменьшаетъ свой объемъ; вслѣдствіе этого заключающаяся въ немъ кровь изъ него вытѣсняется, выталкивается. При этомъ сердце устроено такимъ образомъ, что кровь никоимъ образомъ не можетъ попасть обратно въ то отдѣленіе, изъ котораго она вышла, но должна непремѣнно двигаться впередъ. Достигается это *клапанами*, которые расположены въ извѣстномъ порядкѣ и направленіи такимъ образомъ, что лишаютъ кровь возможности течь обратно.

Разъ мы заговорили о клапанахъ, то умѣстно будетъ тутъ же сказать, что *пороки сердца* именно состоятъ въ поро-

какъ этихъ клапановъ, которые перестаютъ герметически закрываться и отгораживать одно отдѣленіе сердца отъ другого; поэтому кровь при сокращеніяхъ сердца приливаетъ обратно въ то отдѣленіе, изъ котораго она только-что вышла. Такимъ образомъ рѣзко нарушается кровообращеніе. На пороки сердца должно быть обращено самое серьезное вниманіе какъ можно раньше, тѣмъ болѣе, что соответствующимъ леченіемъ можно на очень долгіе годы отдалить ихъ столь тягостныя послѣдствія.

Сердечный толчокъ каждый изъ насъ можетъ безъ малѣйшаго труда ощутить на комъ-либо, а также и на себѣ самомъ. Для этого стоитъ только приложить руку къ лѣвой сторонѣ груди чуть-чуть поправѣ лѣваго соска. Сердечный толчокъ происходитъ, благодаря сокращенію сердца. Отсюда же происходитъ и *пульсъ*, который представляетъ собой не что иное, какъ кровяную волну, которую произвело своимъ сокращеніемъ сердце. При помощи особеннаго и очень сложнаго нервнаго аппарата сердце сокращается въ нормальномъ состо-

яніи опредѣленное число разъ въ минуту, а именно около 70 разъ. Рѣдко наблюдается меньшее число сердечныхъ ударовъ; зато далеко нерѣдко наблюдается учащеніе означеннаго количества. Самые удары бывають болѣзненными. Тогда мы жалуемся на *сердцебиеніе*.

Всѣ сосуды нашего тѣла берутъ свое начало въ сердцѣ. Изъ него исходятъ *артеріи*, разносящія по организму алую пропитанную кислородомъ кровь; въ немъ же оканчиваются и *вены*, содержащія темную, пропитанную углекислотой кровь. *Венозная* кровь по полымъ венамъ притекаетъ къ правому сердцу, откуда по легочной артеріи попадаетъ въ легкія. Здѣсь венозная кровь отдаетъ сквозь чрезвычайно тонкія стѣнки сосудовъ воздуху углекислоту, взамѣнъ которой полу-

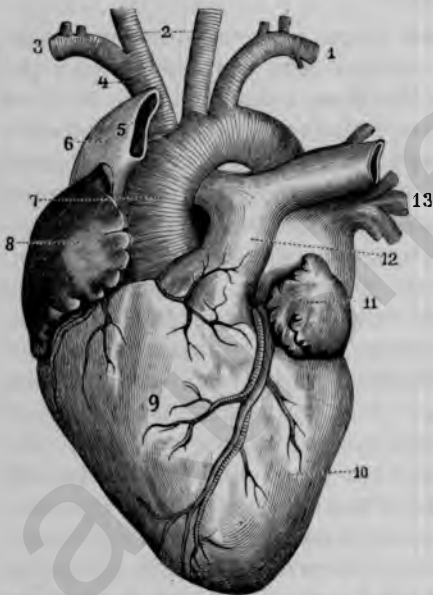


Рис. 8. Человѣческое сердце съ отходящими отъ него сосудами.

1. Лѣвая подключичная артерія. 2. Сонная артерія. 3. Правая подключичная артерія. 4. Стволъ безъимянной артеріи. 5. Правое сердечное ушко. 6. Верхняя полая вена. 7. Аорта. 8. Правое предсердіе. 9. Правый желудочекъ. 10. Лѣвый желудочекъ сердца. 11. Лѣвое сердечное ушко. 12. Легочная артерія. 13. Легочныя вены.

часть изъ воздуха же кислородъ. Обновившись и ставши жизненной—*артеріальной*, кровь течетъ изъ легкихъ по легочнымъ венамъ въ *лѣвое* сердце, откуда она по аортѣ, а затѣмъ по соннымъ и подключичнымъ артеріямъ и разносится по всему тѣлу. Кровеносные сосуды представляютъ собой настоящую канализаціонную систему, устроенную настолько совершенно, что не существуетъ въ нашемъ тѣлѣ ни малѣйшаго уголка, ни малѣйшей частицы, куда не проникала бы кровь. Благодаря этому всѣ безъ исключенія ткани нашего организма получаютъ возможность непрерывно возобновляться и такимъ образомъ обезпечиваютъ постоянное правильное теченіе всѣхъ нашихъ жизненныхъ процессовъ. Изъ артерій кровь попадаетъ въ микроскопическіе, такъ-называемые, *волосные сосуды* или капилляры, которые и проникаютъ во всѣ наши ткани.

Главнымъ органомъ кровообращенія остается, тѣмъ не менѣе, сердце и, если сердце ослабѣло, то это сказывается на всѣхъ рѣшительно нашихъ органахъ. А такъ какъ сердце есть, какъ мы видѣли выше, мышечный органъ, который въ своемъ развитіи подчиняется тѣмъ же условіямъ и законамъ, что и всѣ прочія мышцы, то отсюда ясно вытекаетъ, какъ мы должны относиться очень заботливо къ развитію нашей мышечной системы. Не меньшее значеніе имѣетъ и развитіе легкихъ. И это также совершенно понятно: вѣдь въ легкихъ кровь обновляется и пропитывается жизненнымъ газомъ-кислородомъ. При ослабленномъ—поверхностномъ—дыханіи обмѣнъ совершается крайне недостаточнымъ образомъ, и это отражается на всѣхъ нашихъ органахъ. Поэтому всѣ мы должны поставить себѣ за правило какъ можно заботливѣе относиться къ нашимъ мышцамъ и легкимъ. Побольше работайте физически! Поглубже вдыхайте въ себя воздухъ! Воздухъ, это—жизнь!

Матка будетъ нами специально изучена при описаніи женскаго полового аппарата. А потому мы прямо перейдемъ

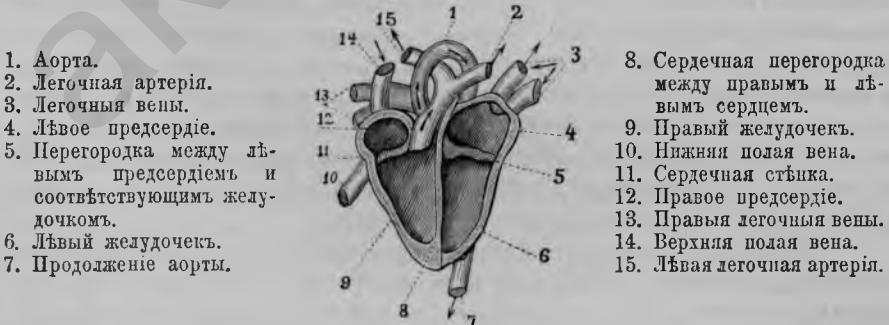


Рис. 9. Продольный разрѣзъ сердца

къ описанію нервной системы, которая въ наше время заняла въ жизни слишкомъ выдающееся мѣсто.

Наши нервы.

Слова „нервы“, „нервность“, „нервный“ находятся въ настоящее время у всѣхъ на языкѣ. Происходить это оттого, что мы, къ сожалѣнію, слишкомъ часто вспоминаемъ объ этой системѣ, которой мы при естественныхъ условіяхъ вовсе не должны были бы замѣчать. Несмотря на то, что всѣ толкуютъ въ наше время о нервахъ, далеко не всѣ, однако, обстоятельно знакомы съ тѣмъ, что представляютъ собой, въ сущности, эти органы. Поэтому рекомендуемъ поглубже вникнуть въ сообщаемыя нами, какъ здѣсь, такъ и въ другихъ отдѣлахъ настоящаго сочиненія, свѣдѣнія о нервахъ и разумно примѣнять эти свѣдѣнія къ практической жизни, дабы избѣгать разстройства этихъ столь важныхъ для насъ органовъ.

Нервная система является, въ сущности, *посредствующимъ звеномъ* между нашимъ внутреннимъ и внѣшнимъ міромъ. Мы воспринимаемъ и чувствуемъ, только благодаря существованію и нормальному функционированію нервной системы. Безъ участія нервной системы для насъ пересталъ бы существовать не только внѣшній міръ, но и мы сами, такъ какъ и внутренніе процессы нашего организма воспринимаются нами также при посредствѣ нервной системы. Сказаннымъ достаточно уясняется ея значеніе для насъ. Что касается до строенія нервной системы, то оно отличается своей чрезвычайной сложностью и, несмотря на многолѣтнія изысканія ученыхъ, въ ней остается еще для насъ очень много таинственнаго. Въ краткихъ чертахъ строеніе ея сводится къ слѣдующему. Въ нервной системѣ различаютъ *центральные* органы, каковыми являются: *головной* и *спинной мозгъ*, который является естественнымъ продолженіемъ перваго, и такъ-называемые *периферическіе* нервы, которые соединяютъ центральную систему съ наружными и внутренними органами нашего тѣла. Центральная нервная система состоитъ почти исключительно изъ огромныхъ скопленій нервныхъ клѣтокъ, между тѣмъ какъ периферическіе нервы—или *проводники* въ тѣсномъ смыслѣ этого слова—состоятъ изъ волоконъ, также образуемыхъ разнородными клѣтками.

Читательницамъ необходимо также имѣть понятіе о *химическомъ составѣ* нашей нервной системы, такъ какъ въ зависимости отъ него находится и соответствующее питаніе; неправильное же питаніе отражается крайне неблагоприятно,

а иногда и пагубно на нашей нервной системѣ. Изъ органическихъ веществъ въ составъ нервной системы входятъ, главнымъ образомъ, *бѣлки*, *жиры* и жироподобныя вещества (перобринъ, лецитинъ и пр.); изъ неорганическихъ же веществъ—*калій* и особенно *фосфорная кислота*. Что же касается до прочихъ веществъ, то нѣкоторыя изъ нихъ находятся въ нашей нервной системѣ въ такомъ слабомъ количествѣ, что присутствіе ихъ даже не всегда можетъ быть обнаружено, но при чрезвычайной чувствительности, присущей нашей нервной системѣ, достаточно бываетъ и самой незначительной разницы, чтобы это на ней отразилось.

На томъ же самомъ свойствѣ, т. е. на чрезвычайной чувствительности нашей нервной системы, основывается въ значительной степени и дѣйствіе *лекарствъ*. Такъ, нѣкоторые продукты дѣйствуютъ очень сильно на нервную систему даже въ совершенно микроскопическихъ дозахъ. Будучи лишены возможности остановиться хоть сколько-нибудь подробно на этомъ столь интересномъ вопросѣ, мы ограничимся тѣмъ, что приведемъ въ примѣръ только нѣкоторыя вещества, изъ которыхъ одни дѣйствуютъ на нервную систему *возбуждающимъ*, другія же, наоборотъ, *парализующимъ* образомъ. Какъ наиболѣе разительный примѣръ первыхъ—приведемъ стрихнинъ, который въ самыхъ микроскопическихъ дозахъ (нѣсколько миллиграммовъ) ¹⁾ вызываетъ



Рис. 10. Спинно-мозговые нервы.

- | | |
|------------------------|-----------------------|
| 1. Головной мозгъ. | 5. Межреберные нервы. |
| 2. Мозжечекъ. | 6. Сѣдалищный нервъ. |
| 3. Спинной мозгъ. | |
| 4. Плечевое сплетеніе. | |

(По Генле).

¹⁾ *Примѣч.* Миллиграмъ—тысячная часть грамма=0.02 доли, 100 граммъ=23 золотникамъ— $\frac{1}{4}$ части фунта.

сильнѣйшій столбнякъ; наатропинъ, который въ еще меньшихъ дозахъ производитъ смертельное отравленіе. Чтобы дать читательницамъ, незнакомымъ съ этими мѣрами, понятіе объ этихъ величинахъ, скажемъ, что $\frac{1}{10}$ частью фунта атропина можно отравить, по меньшей мѣрѣ, 1000 человекъ. Какъ примѣръ парализующихъ веществъ, приведемъ морфій, хлороформъ и др., которые также дѣйствуютъ въ дозахъ довольно слабыхъ.

Въ то время, какъ указанные лекарственные вещества могутъ попадать въ нашъ организмъ только умышленно, будучи, напр., прописываемы въ соответствующихъ случаяхъ врачомъ (а иногда и случайно, напр. при отравленіи), въ нашемъ организмѣ постоянно и при нормальныхъ условіяхъ вырабатываются яды, которые являются продуктами жизнедѣятельности различныхъ нашихъ органовъ и дѣйствія которыхъ мы, слѣдовательно, совершенно не въ силахъ избѣжать. Эти продукты *самоотравленія* оказываютъ очень сильное вліяніе на всѣ наши органическіе процессы, не исключая и нашей духовной дѣятельности. Чтобы привести простѣйшій примѣръ, укажемъ на тотъ общеизвѣстный фактъ, что настроеніе почти неизбѣжно принимаетъ очень мрачный характеръ у людей съ привычными запорами. Въ виду этого мы должны вѣрнее слѣдить за тѣмъ, чтобы эти столь вредные продукты нашей жизнедѣятельности не оставались въ организмѣ долѣе необходимаго срока. Для этого слѣдуетъ какъ можно больше заниматься физическимъ трудомъ, слѣдить за правильнымъ опорожненіемъ кишечника и особенно за правильной дѣятельностью кожи; всего же больше—за дѣятельностью нашихъ почекъ.

Что касается самого механизма дѣятельности нервной системы, скажемъ, что его очень охотно сравниваютъ съ телеграфомъ, при чемъ центральная нервная система—головной и спинной мозгъ—представляются приемными станціями, въ которыхъ стекаются свѣдѣнія изъ всѣхъ окружающихъ, какъ наружныхъ, такъ и внутреннихъ станцій, разсѣянныхъ, можно сказать, въ безчисленномъ множествѣ, во всѣхъ пунктахъ организма. Центральныя приемныя станціи получаютъ отовсюду свѣдѣнія и рассылаютъ повсюду приказанія. Ясно, что если главная—центральная станція не въ порядкѣ, то это тотчасъ же отражается на всѣхъ периферическихъ (окружныхъ) станціяхъ, хотя бы на послѣднихъ все и обстояло вполне благополучно. Наблюдаются подобныя условія при разстройствѣ умственныхъ способностей и при нѣкоторыхъ органическихъ заболѣваніяхъ центральной нервной системы. Дальше, можетъ быть и такой случай, что свѣдѣнія, посылаемыя изъ

какого-либо участка организма, вслѣдствіе порчи проводовъ—нервовъ—не доходятъ по назначенію. Въ такомъ случаѣ не могутъ передаваться и приказанія изъ центральной станціи. Всѣ описанные случаи наблюдаются въ дѣйствительности и хорошо извѣстны всѣмъ врачамъ.

Не слѣдуетъ, однако, думать, будто каждая станція непременно по каждому, даже мелкому, поводу непременно должна сноситься съ главной станціей. На самомъ дѣлѣ нервная организація въ этомъ отношеніи отличается гораздо большимъ совершенствомъ: по пути имѣются промежуточные станціи, которыя и вѣдаютъ, такъ сказать, чисто мѣстные интересы своего участка, не утруждая ими главной станціи; но, какъ только дѣло касается чего-либо такого, что можетъ интересоватъ все наше существо, какъ свѣдѣніе о томъ немедленно передается на главную станцію, откуда и получается съ неимоверной быстротой соответствующее, клонящееся къ пользѣ нашего организма, распоряженіе. Чтобы провѣрить все нами сказанное, читательницы должны продѣлать только слѣдующій маленькій опытъ: уколоть, напр., булавкой какое-нибудь мѣсто, напр., на рукѣ; рука совершенно произвольно отдернется вслѣдствіе боли, которую онѣ въ этомъ мѣстѣ испытаютъ. За это короткое время, которое не поддается почти никакому подсчету, въ нашей нервной системѣ уже совершились тѣ многочисленные процессы, на которые мы выше указывали: о чувствѣ укола было доставлено свѣдѣніе на центральную станцію—мозгъ. Вслѣдствіе этого мы и почувствовали боль. Мозгъ тотчасъ же отдалъ соответствующимъ мышцамъ распоряженіе сократиться. Вслѣдствіе исполненія этого распоряженія рука и отдернулась. А между тѣмъ, многія ли изъ нашихъ читательницъ могли предполагать, что столь простое на первый взглядъ движеніе оказывается въ дѣйствительности столь сложнымъ!

Соответственно своимъ функціямъ проводники—нервы—раздѣляются на *чувствительные и двигательные*. Первые существуютъ только для доставленія свѣдѣній, между тѣмъ какъ вторые служатъ только для исполненія приказаній. Такимъ образомъ каждый нервъ дѣлаетъ только свое дѣло, но зато дѣлаетъ онъ его такъ, какъ его едва ли дѣлаетъ и наиболѣе совершенная искусственная машина. Что же касается до того, какъ густа телеграфная, т. е. нервная сѣть въ организмѣ, объ этомъ даетъ нѣкоторое, хотя все же очень слабое, представленіе рис. 11.

Изъ сказаннаго становится понятнымъ, что даже малѣйшее движеніе какого-либо органа нашего тѣла не можетъ никоимъ образомъ обойтись безъ участія нервной системы. Быть

можетъ, именно это обстоятельство и даетъ намъ въ жизни такъ часто случай обвинять во всемъ „нервы“, которые стали—и при томъ не только у очень избалованныхъ барынь—очень модной болѣзнию. Словомъ, этимъ однако злоупотреблять не слѣдуетъ, такъ какъ часто серьезная болѣзнь скрывается тамъ, гдѣ мы обвиняемъ одни „нервы“; съ другой стороны, и нервное страданіе, на которое годами не обращается достаточно серьезнаго вниманія, можетъ глубоко укорениться и обратиться въ тяжелый недугъ. Последнее относится всего больше къ *истеріи и неврастеніи*, которымъ очень многіе платятъ въ нашъ вѣкъ тяжелую дань. Но эти вопросы настолько серьезны, что мы считаемъ необходимымъ специально остановиться на нихъ въ одномъ изъ послѣдующихъ отдѣловъ. (См. II „Энциклопедическую часть“).



Рис. 11 Поверхностные головные и лицевые нервы. (По Генле).

Рис. 12 представляетъ собой изображеніе человѣческаго мозга. На этомъ рисункѣ довольно отчетливо видны, какъ извилины, изъ которыхъ состоитъ головной мозгъ, такъ и переходъ головного мозга въ спинной. Чѣмъ богаче какой-либо мозгъ извилинами, тѣмъ выше—при прочихъ равныхъ условіяхъ—и умственные способности даннаго человѣка, такъ какъ мозгъ, какъ это всеѣмъ извѣстно, служитъ источникомъ нашей духовной дѣятельности: извилины же увеличиваютъ поверхность мозга.

Кровь.

Кровь, это—*жизнь* нашего организма, такъ какъ она питаетъ все наши органы и ткани. Никто изъ непосвященныхъ лицъ не подумаетъ, что, несмотря на ея, повидимому, совершенно однородный составъ, кровь представляетъ собой въ дѣйствительности въ высшей степени сложное вещество. Между тѣмъ стоитъ взглянуть на кровь въ микроскопъ, чтобы убѣдиться въ томъ. Главнѣйшими составными частями крови являются *красные и бѣлые шарики* и кровяная жидкость или *плазма*. Всеѣмъ извѣстно также, что кровь обладаетъ способностью *свертываться*, каковой процессъ состоитъ въ томъ, что образуется всеѣмъ извѣстная *кровяная печенка*,—студенистая масса темно-краснаго цвѣта, которую окружаетъ сыворотка. Обыкновенно кровь свертывается только при прикосновеніи къ

какому-либо инородному веществу; въ сосудахъ же нашего тѣла она въ нормальномъ состояннн никогда не свертывается; иначе кровообращеніе не могло бы совершаться. При нѣкоторыхъ оравленіяхъ кровь, однако, можетъ отчасти свернуться и внутри сосудовъ, что грозитъ больному очень опасными послѣдствіями. Вытекая наружу, кровь свертывается отъ соприкосновенія съ воздухомъ, вѣлѣдствіе чего образуется *пробка*, которая и пріостанавливаетъ дальнѣйшее истеченіе крови. Благодаря этому обстоятельству, кровотеченія при раненіяхъ обыкновенно сами по себѣ и останавливаются, если только рана не слишкомъ велика.

Подобно нервамъ, кровь также находится во всѣхъ рѣшительно частяхъ нашего организма. Кровь находится въ непрерывномъ движеніи, въ каковое ее приводитъ, какъ мы уже указывали выше, центральный насосъ—*сердце*. Составъ крови довольно сложенъ, какъ читательницы въ этомъ легко могутъ убѣдиться при одномъ взглядѣ на рис. 13. Всего больше въ крови воды: около 83%; у новорожденного же — около 85%. Благодаря этому, кровь и можетъ съ такой быстротой передвигаться по всему организму. Кромѣ воды въ крови находятся бѣлковыя тѣла, сахаръ, жиры, неорганическія соли, газы и многія другія вещества, благодаря которымъ кровь и имѣетъ возможность производить *обмылъ веществъ* въ организмѣ. Всѣ эти многочисленныя вещества имѣютъ двоя-

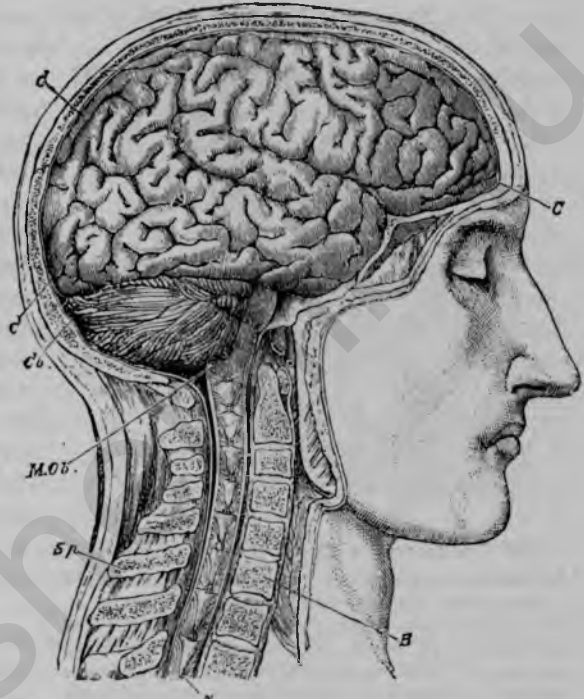


Рис. 12. Мозгъ.

- | | |
|----------------------------|----------------------------------|
| С—Извилины большого мозга. | С—Твердая мозговая оболочка. |
| Сб—Мозжечекъ. | Sp—Остистые отростки позвонковъ. |
| М.об.—Продолговатый мозгъ. | В—Тѣла позвонковъ. |
| d—Мозговая оболочка. | N—Спинномозговые нервы. |

(По Гёкелю).

кое происхожденіе: одни—предназначены для питанія клѣтокъ; другія—представляютъ собой негодныя вещества, выработанныя клѣтками и которыя—въ интересахъ нашего здоровья—должны быть какъ можно скорѣе удалены изъ организма, что также лежитъ на обязанности крови.

Наиболѣе важное мѣсто занимаютъ въ составѣ крови *бѣлковые вещества*, имѣющія назначеніемъ замѣнять отжившія и негодныя части

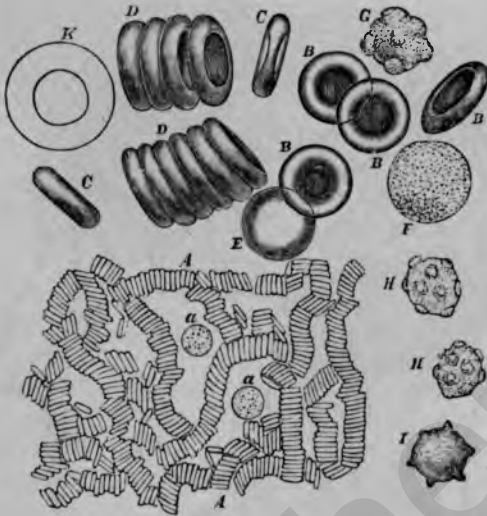


Рис. 13. Красные и бѣлые кровяные шарики.

А—Умѣренное увеличеніе; бѣлые шарики склеились и образовали такъ-называемые мошечные столбики; въ *aa* видны два красныхъ кровяныхъ шарика. В—Тѣ же шарики при болѣе сильномъ увеличеніи; видъ спереди. С—Тѣ же шарики; видъ сбоку. D—Еще болѣе сильное увеличеніе. Е—Красный шарикъ, набухшій вслѣдствіе пребыванія въ водѣ. F и G—Бѣлые кровяные шарики. К—Таковой же, подвергнутый дѣйствию уксусной кислоты, вслѣдствіе чего становится виднымъ ядро. H и I—Сморщившіеся красные кровяные шарики. (По Гексли).

обмѣнъ газовъ. Кровь отдаетъ легкимъ негодную углекислоту и получаетъ изъ нихъ взаменъ живительный кислородъ. Такимъ образомъ углекислота удаляется изъ организма, между тѣмъ какъ кислородъ поступаетъ при посредствѣ крови въ различныя ткани. Одновременно съ обмѣномъ газовъ, въ легкихъ образуется также вода, которая удаляется изъ легкихъ въ видѣ паровъ

Мы уже упоминали о томъ, что кровь бываетъ свѣтлаго алаго цвѣта—артеріальная, и темнаго синеватаго—венозная. Въ первой заключается кислородъ; во второй—углекислота.

и жизнеспособными. Затѣмъ идутъ *газы*, изъ которыхъ нашего вниманія заслуживаютъ, преимущественно, кислородъ и углекислота. Роль этихъ газовъ въ крови не можетъ быть понята, если не поставить кровообращеніе въ связь съ дыхательнымъ актомъ, который служитъ его естественнымъ дополненіемъ. Тончайшія волосныя трубки распространены, какъ мы объ этомъ упоминали выше, повсюду; особенно же ихъ много въ легкихъ. Здѣсь онѣ отдѣляются отъ тончайшихъ воздухоносныхъ развѣтвленій легкихъ: легочныхъ пузырьковъ—самыми тонкими пленками, сквозь которыя и происходитъ

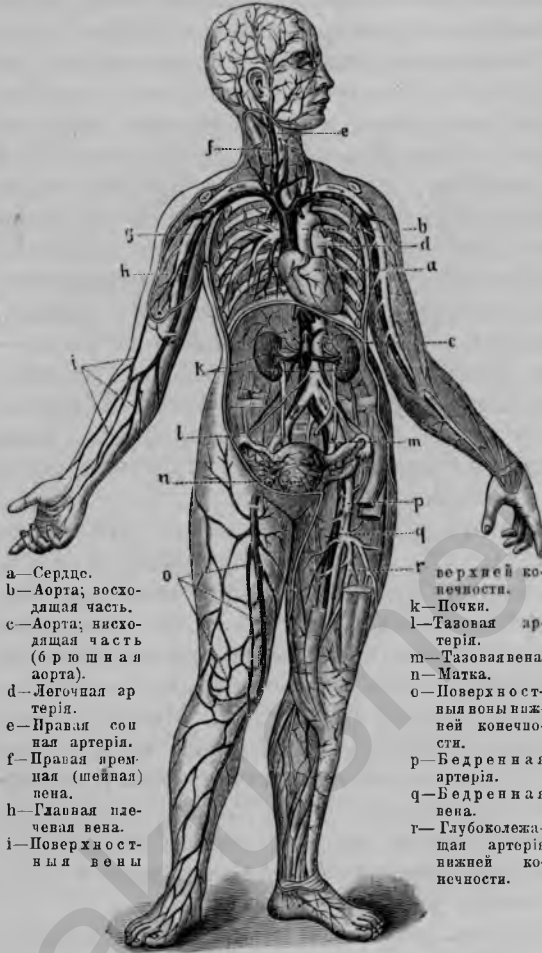
Послѣдній газъ вреденъ, и содержаніе его въ нашей крови не должно превышать извѣстнаго предѣла: въ противномъ случаѣ наблюдаются различные симптомы отравленія, какъ то: общее разстройство, нервныя явленія, упорная головная боль и пр. При рѣзкихъ и внезапныхъ отравленіяхъ углекислотой, какъ это наблюдается, напр., при удушеніи, лицо принимаетъ синеватый оттѣнокъ, сознаніе утрачивается; затѣмъ появляются судороги и, наконецъ, наступаетъ смерть. Помимо *остраго*—нерѣдко наблюдается и *хроническое* отравленіе углекислотой. Такого рода отравленіе наблюдается въ большей или меньшей степени у всѣхъ лицъ, ведущихъ сидячій образъ жизни и удѣляющихъ слишкомъ мало времени физическимъ движеніямъ на открытомъ воздухѣ. Обмѣнъ веществъ у такихъ лицъ сильно замедляется, что неизбѣжно отражается на всѣхъ ихъ функціяхъ, какъ физическихъ, такъ и духовныхъ. Поэтому всѣ мы обязаны—въ интересахъ нашего здоровья—заботиться какъ можно больше о томъ, чтобы въ нашемъ распоряженіи находился постоянно свѣжій и богатый кислородомъ воздухъ. А для этого слѣдуетъ предаваться какъ можно больше физическимъ упражненіямъ и приучить наши легкія къ сильнымъ глубокимъ вдыханіямъ.

Нашъ извѣстный ученый Сѣченовъ нашелъ, что кровь содержитъ 34% кислорода, 2% азота и около 63% углекислоты. *Кислородъ* усваивается красными шариками, при посредствѣ которыхъ и доставляется органамъ. Онъ присоединяется къ одной изъ составныхъ частей красныхъ шариковъ *гемоглобину*. Изъ сказаннаго ясно, какое великое значеніе имѣетъ гемоглобинъ для нашего организма. Между тѣмъ содержаніе этого вещества значительно разнится отъ одного человѣка къ другому. У малокровныхъ гемоглобину содержится въ крови меньше нормальнаго. Съ цѣлью увеличить содержаніе въ крови гемоглобина прописываются желѣзо-содержащія вещества, питье желѣзистыхъ водъ, купанье въ желѣзныхъ источникахъ, питье свѣжей крови и пр.

Изъ сказаннаго слѣдуетъ, что если мы желаемъ обладать здоровой кровью, то мы должны заботиться о томъ, чтобы нашимъ легкимъ постоянно доставлялся въ изобиліи здоровый и чистый воздухъ, кислородъ котораго могъ бы быть усваиваемъ кровью и затѣмъ ею передаваемъ тканямъ. Кислородъ есть въ истинномъ смыслѣ слова *жизненный* газъ, безъ котораго немислимо никакое существованіе. Если бы это обстоятельство было извѣстно и при томъ оцѣнено всѣми по достоинству, то мы, навѣрное, принимали бы всѣ мѣры къ тому, чтобы не замыкаться въ тѣсныя, полусвѣтлыя помѣщенія съ испорченнымъ воздухомъ, но всѣми силами стремились бы какъ

можно больше времени проводить подъ открытымъ небомъ. Такъ, мужчины, которые ведутъ, въ общемъ, болѣе дѣятельный и болѣе подвижной образъ жизни, нежели женщины, обладаюгъ и большимъ количествомъ кровяныхъ шариковъ, по сравненію съ женщинами.

Рис. 13 представляетъ намъ красные и бѣлые кровяные шарики въ различныхъ положеніяхъ и видахъ. Общее число ихъ въ организмѣ равняется многимъ миллиардамъ, такъ какъ на пространствѣ одного куб. миллиметра красныхъ шариковъ насчитываютъ при нормальныхъ условіяхъ не менѣе 5 милліоновъ. Общее количество крови въ нашемъ организмѣ равно $\frac{1}{13}$ общаго вѣса нашего тѣла; слѣдовательно человѣкъ, средній вѣсъ котораго равенъ 65 килограммамъ ¹⁾ (около 4-хъ пудовъ), содержитъ въ себѣ около 5 килограммовъ (около 12 фунтовъ) крови. Соответственно этому расчету вся масса нашей крови со-



- a—Сердце.
- b—Аорта; восходящая часть.
- c—Аорта; нисходящая часть (брюшная аорта).
- d—Легочная артерія.
- e—Правая сонная артерія.
- f—Правая передняя (шейная) вена.
- h—Главная плечевая вена.
- i—Поверхностныя вены

- g—Верхней конечности.
- k—Почки.
- l—Газовая артерія.
- m—Тазовая вена.
- n—Матка.
- o—Поверхностныя вены нижней конечности.
- p—Бедренная артерія.
- q—Бедренная вена.
- r—Глубоколежащая артерія нижней конечности.

Рис. 14. Сосудистая система человѣка.—Артеріи и вены.

держитъ приблизительно 25 милліардовъ красныхъ шариковъ, бѣлыхъ же въ 400 разъ меньше. Молодые люди, въ общемъ, богаче кровью. чѣмъ пожилые, и худые заключаютъ въ себѣ относительно больше этой живительной жидкости, нежели полные и тучные люди. Въ женскомъ организмѣ нормально содержится немного меньше крови,

¹⁾ Килограммъ=1000 граммовъ=2 $\frac{1}{2}$ фунта.

нежели въ мужскомъ. Черезчуръ обильныя менструаціи и большія кровопотери при родахъ могутъ быть причиною и гораздо болѣе рѣзкаго малокровія, къ устраненію котораго должны неотложно быть приняты мѣры. Рѣзкое малокровіе сказывается преимущественно въ обѣднѣннй крови минеральными веществами и красными шариками—носителями кислорода, вслѣдствіе чего кровь становится болѣе водянистой.

Рис. 14 представляетъ намъ сосудистую систему въ ея общихъ чертахъ и взаимное соотношеніе артерій и венъ.

Нашъ дыхательный аппаратъ и процессъ ды- ханія.

Процессъ дыханія имѣетъ огромное значеніе для нашего организма, наилучшимъ доказательствомъ чему служитъ, напр., слѣдующій фактъ: если лишить человѣка пищи, то онъ можетъ прожить иногда еще нѣсколько недѣль; лишите его воды, и онъ неизбѣжно умретъ черезъ нѣсколько дней; лишите его воздуха, и онъ задохнется черезъ нѣсколько *минутъ*. Этотъ простой примѣръ наглядно показываетъ, какое мѣсто занимаетъ воздухъ въ числѣ прочихъ потребностей нашего организма.

Всѣ процессы, которыми обуславливается жизнь нашего организма, могутъ совершаться, исключительно благодаря соединенію элементовъ соотвѣствующихъ тканей съ кислородомъ. Параллельно съ усвоеніемъ тканями кислорода идетъ и отдача углекислоты, а также водяного пара. И во всемъ этомъ принимаетъ непосредственное участіе дыханіе. Наша кожа, снабженная тончайшими каналами и сосудами, также обладаетъ нѣкоторой способностью дыханія, имѣющей большое значеніе для организма. Этого вопроса мы болѣе подробно коснемся въ другомъ мѣстѣ. Собственно говоря, слѣдуетъ различать два вида дыханія: дыханіе *наружное* и дыханіе *внутреннее*. Первое происходитъ въ легкихъ, въ которыхъ происходитъ обмѣнъ негоднаго воздуха на свѣжій. Внутреннее дыханіе происходитъ въ самыхъ тканяхъ, клѣтки которыхъ соединяются съ кислородомъ. При внутреннемъ дыханіи кровь получаетъ изъ клѣтокъ углекислоту; при наружномъ—она воспринимаетъ изъ воздуха кислородъ, безъ котораго клѣтки *не могутъ жить*.

Въ виду того, что легкія имѣютъ также назначеніемъ удалять изъ крови тѣ негодные матеріалы, которые были ей переданы клѣтками, ихъ можно назвать также и „кровоочистительными“ органами. То же самое назначеніе имѣютъ также кожа и, преимущественно, почки. Не трудно поэтому

понять, какія тяжелыя послѣдствія можетъ имѣть для организма засореніе одного изъ поименованныхъ органовъ. И дѣйствительно, цѣлый рядъ тяжелыхъ страданій обязаны своимъ происхожденіемъ тому, что мы неразумно приспособленной одеждой лишаемъ кожу возможности правильно функционировать; что почки, вслѣдствіе частыхъ раздраженій и нездороваго питанія, оказываются не въ силахъ выполнять свое назначеніе; или же благодаря, наконецъ, тому, что вслѣдствіе поверхностнаго дыханія и слабого развитія грудной клѣтки очищеніе крови—особенно при длительныхъ грудныхъ катаррахъ—совершается крайне неудовлетворительно.

Особенной туманностью представленій относительно этихъ фактовъ отличается міръ женщинъ, изъ числа коихъ многія, вслѣдствіе болѣзненности организма, влачатъ жалкое существованіе и совершенно почти разучились чувствовать и цѣнить привлекательность здороваго и жизнерадостнаго существованія. Болѣе глубокое дыханіе, болѣе богатый кислородомъ воздухъ—вогь наилучшія средства для того, чтобы пробудить въ насъ бодрость духа, вѣру въ свои силы и любовь къ жизни.

Приложенный при семъ рисунокъ въ краскахъ № 1 показываетъ намъ внутренность легкихъ и даетъ намъ представленіе о томъ безчисленномъ количествѣ воздушныхъ трубочекъ и кровеносныхъ сосудовъ, которые находятся въ непосредственномъ сосѣдствѣ съ легочными пузырьками, что и позволяетъ имъ очень легко взаимно обмѣниваться необходимыми продуктами. Воздушные пузырьки и трубочки открываются въ дыхательное горло (трахею), между тѣмъ какъ кровяные сосуды направляются къ сердцу и исходятъ изъ него.

Легкія построены подобно кровеносной системѣ по принципу канализации: дыхательное горло распадается на двѣ магистральныя трубы (bronхи), изъ которыхъ одна направляется въ правое, другая—въ лѣвое легкое. Затѣмъ каждая изъ нихъ продолжаетъ непрерывно развѣтвляться, пока не распадется на самыя микроскопическія трубочки, на оконечности каждой изъ которыхъ находится *легочный пузырекъ*. Трубочки эти, какъ и легочные пузырьки, будучи чрезвычайно эластичными, расширяются, когда въ нихъ вступаетъ воздухъ, и затѣмъ, когда воздухъ изъ нихъ выступилъ, вновь спадаются. Первый актъ носитъ названіе *вдыханія*; второй—*выдыханія*. Легочные пузырьки окружены очень густой сѣтью волосныхъ сосудовъ, которые чрезвычайно тонки; благодаря этому обстоятельству и возможенъ обмѣнъ газовъ между кровью и легкими

Легкія, дѣйствующія, какъ это явствуетъ изъ нашего изложенія, подобно мѣхамъ, должны быть въ состояніи попеременно расширять и суживать свой объемъ, что и происходитъ въ дѣйствительности, такъ какъ они твердо прикрѣплены только въ одномъ мѣстѣ, а именно тамъ, гдѣ въ нихъ вступаютъ развѣтвленія воздушной трубки и сосуды, направляющіеся или исходящіе изъ сердца (ворота легкихъ). Легкія со всѣхъ сторонъ окутаны очень тонкой оболочкой, такъ - называемой *легочной плевою* (плеврой). Оболочка эта очень чувствительна и при воспаленіи (плевритѣ) даетъ о себѣ знать сильными болями. При воспаленіи легочной плевы между легкими и внутренней поверхностью грудной клѣтки можетъ скопляться какъ жидкость, такъ и гной или кровь, что грозитъ больному большой опасностью.

У человѣка существуетъ *два* легкихъ, которыя совершенно отдѣлены другъ отъ друга, между тѣмъ какъ у нѣкоторыхъ животныхъ оба легкія соединены вмѣстѣ. Такое устройство даетъ человѣку нѣкоторыя преимущества, такъ какъ болѣзни не такъ легко передаются отъ одного легкаго къ другому. Правое легкое распадается у насъ на три, *тѣло*—на двѣ доли. *Правое* легкое нѣсколько больше лѣваго. *Цвѣтъ* легкихъ далеко не у всѣхъ людей бываетъ одинаковъ и зависитъ отъ очень многихъ причинъ, изъ которыхъ на первомъ планѣ слѣдуетъ поставить возрастъ, состояніе здоровья или болѣзни и профессію. Такъ, въ нѣкоторыхъ профессіяхъ, гдѣ приходится имѣть много дѣла съ минеральной пылью, легкія пропитываются ею, принимая и соответствующій цвѣтъ. Нормально легкое имѣетъ розовато-сѣрый оттѣнокъ, какъ это видно также и изъ нашего рисунка въ краскахъ № 1.

Многія читательницы, навѣрное, поставятъ намъ вопросъ: „Какимъ же образомъ вообще происходитъ дыханіе?“ Въ отвѣтъ на этотъ вопросъ скажемъ, что актъ *вдыханія* есть мышечный актъ, между тѣмъ какъ *выдыханіе* происходитъ, исключительно благодаря эластичности легкихъ, которыя сами собою спадаются, какъ только ихъ перестаютъ насильственно растягивать. Растягиваются же легкія, какъ сказано, благодаря *мышцамъ*, изъ которыхъ на первомъ планѣ должна быть поставлена грудобрюшная преграда (діафрагма). *Грудобрюшная преграда*, какъ это указываетъ, впрочемъ, и самое ея названіе, отдѣляетъ другъ отъ друга грудную и брюшную полость. Она имѣетъ форму купола, вершина котораго направлена вверхъ въ грудную полость. При сокращеніи куполь уплощается и направляется больше внизъ, увлекая за собой и дно легкихъ. Въ это время наружный воздухъ вры-

зается въ легкія, которыя и расширяетъ, наполняя ихъ воздухомъ. Діафрагма должна поэтому считаться главнѣйшимъ вдыхательнымъ мускуломъ. Одновременно съ опущеніемъ купола діафрагмы происходитъ и *подъемъ реберъ*, что дѣйствуетъ въ однородномъ съ діафрагмой направленіи, т. е. расширяетъ грудную клѣтку. Помимо діафрагмы во вдыханіи принимаютъ участіе и другія мышцы, какъ то: межреберныя, грудныя и пр. Изъ сказаннаго ясно, какое большое вліяніе имѣетъ на правильное и глубокое дыханіе развитіе мышечной системы. А между тѣмъ, многіе ли изъ городскихъ жителей могутъ похвастать развитіемъ ея? Къ сожалѣнію, система эта находится у насъ въ глубокомъ пренебреженіи, за что мы часто и платимся болѣе или менѣе серьезными страданіями.

Итакъ, въ основѣ своей дыханіе представляетъ собой довольно простой физическій актъ, напоминающій дѣйствіе мѣховъ и который мы можемъ безъ особеннаго труда воспроизвести искусственнымъ путемъ.

Изъ вышесказаннаго становится понятнымъ, что закупорка легочныхъ пузырьковъ (какъ это наблюдается при воспаленіи легкихъ), наполненіе жидкостью легочной плевры (при плевритѣ), нервныя страданія (преимущественно нерва, управляющаго движеніями грудобрюшной преграды), опуханіе крупныхъ и мелкихъ воздухоносныхъ трубокъ (при обыкновенномъ и капиллярномъ бронхитѣ), слабая дѣятельность діафрагмы и грудныхъ мышцъ, недостаточное развитіе грудной клѣтки и многія другія условія оказываютъ самое пагубное вліяніе на наше дыханіе и на питаніе нашихъ органовъ живительнымъ газомъ—кислородомъ. И обратно, могучее развитіе нашей дыхательной мускулатуры и здоровое состояніе воздухоносныхъ путей отражаются самымъ благопріятнымъ образомъ на нашемъ дыхательномъ актѣ. Поэтому мы должны считать нашей священной обязанностью обратить съ ранняго дѣтства самое серьезное вниманіе на развитіе указанныхъ органовъ у нашихъ дѣтей.

Кожа.

Кожа считается современнымъ человѣкомъ какъ бы пасынкомъ среди прочихъ органовъ его тѣла. О ея истинныхъ назначеніяхъ и строеніи намъ извѣстно не особенно много. Наши одежда и жилище дѣйствуютъ на нее довольно неблагоприятно. Ко всему тому мы и въ случаѣ ея заболѣванія не всегда знаемъ толкомъ, что съ ней дѣлать. Между тѣмъ, мы не сомнѣваемся, что въ медицинѣ будущаго ей будетъ

отведено очень почетное мѣсто, и что разумный уходъ за ней займетъ очень видную роль въ будущемъ воспитаніи юношества.

Дабы проложить путь къ преобразованіямъ въ указанномъ направленіи, мы обязаны не только преподавать нашимъ читательницамъ совѣты относительно ваннъ, одежды и пр., но также познакомить ихъ вкратцѣ со строеніемъ и отправлениями кожи. Только такимъ образомъ можемъ мы обосновать въ глазахъ нашихъ читательницъ наши требованія относительно реформы современнаго образа жизни. Все больше и больше проникаетъ даже въ неученые круги сознание, что на кожу нельзя смотрѣть, какъ на простую оболочку для нашего организма и даже не какъ на „органъ чувства“, предназначенный служить посредникомъ между нами и внѣшнимъ міромъ. На ней лежатъ гораздо болѣе важныя обязанности, а именно: служить, подобно легкимъ и особенно почкамъ, для нашего организма очистительнымъ органомъ. Разумный уходъ за кожей долженъ занимать видное мѣсто въ нашей жизни, если только мы не желаемъ взвалить на легкія и почки непосильную работу, иначе дѣло раньше или позже неизбежно сведется къ тому, что органы эти окажутся несостоятельными и совершенно откажутся выполнять возложенныя на нихъ обязанности. Количество всевозможныхъ острыхъ и хроническихъ заболѣваній кожи непомѣрно умножилось въ наше время. Въ то же время мы наблюдаемъ очень часто, особенно у малокровныхъ женщинъ, что кожа въ значительной степени утратила свою способность реагировать (отвѣчать соответствующимъ образомъ) на раздраженія. Въ то же время у другихъ лицъ кожные нервы обладаютъ повышенной—болѣзненной чувствительностью, что также ведетъ къ многочисленнымъ вреднымъ послѣдствіямъ, которыхъ совершенно не вѣдаютъ закаленные организмы. Поэтому мы придаемъ огромное значеніе болѣе или менѣе обстоятельному знакомству со строеніемъ и назначеніемъ кожи, откуда сами собой вытекаютъ указанія относительно того, какъ разумно обходиться съ нею.

Кожа состоитъ изъ поверхностнаго слоя, образованнаго ороговѣлыми и потерявшими жизнеспособность клѣтками. Эта *кожица* (эпидермъ) лишена, какъ чувствительности, такъ и питательныхъ сосудовъ. Она постепенно удаляется шелушеніемъ. Подъ ней находится истинная *кожа*, состоящая изъ нѣсколькихъ слоевъ, въ которыхъ и происходятъ наиболѣе важные процессы.

Подъ кожей заложены *подкожный жиръ*, который также въ нѣкоторой степени оказываетъ поддержку кожѣ. Подкож-

ный жировой слой получает непомѣрное развитіе у нѣкоторыхъ тучныхъ людей.

Насколько кожа чувствительна, извѣстно всѣмъ безъ исключенія читательницамъ. Кожа обязана своей чувствительностью очень богатой сѣти нервовъ, покрывающихъ ее во всѣхъ направленіяхъ и заканчивающихся специальными осязательными тѣльцами—*сосочками*. Для каждаго вида чувствительности—прикосновенія, боли, теплоты и холода и пр.—существуютъ *спеціальныя* нервные проводники, которые и передаютъ воспріятыя ими ощущенія центральной нервной системѣ: спинному и головному мозгу.

Съ общей массой крови нашего организма кожа находится въ связи при помощи особыхъ сосудовъ, образующихъ, особенно въ окружности железъ, густыя *спити*. Когда наша кожа сильно нагрѣвается, напр., въ горячей банѣ или въ жаркій лѣтній день, или же когда мы очень усиленно поработаемъ физически, наши кожные сосуды сильно переполняются кровью и отдаютъ большую часть своего содержимаго железамъ. Воспринимаемъ мы этотъ процессъ и въ видѣ ощущенія влажности нашей кожи и особеннаго запаха, характернаго для пота. Степенью наполненія кожныхъ сосудовъ обусловливается и ощущаемая нами кожная теплота. Когда кожные сосуды, направляющіеся къ железамъ, подъ вліяніемъ соответствующаго распоряженія, исходящаго отъ нервовъ, напр., при ощущеніи холода, стягиваются и сжимаются, то изъ нихъ такимъ путемъ удаляется часть содержимой въ нихъ крови. Кожа наша тогда становится блѣдной, и мы чувствуемъ ознобъ. Когда же, при противоположныхъ условіяхъ, кожные сосуды расширяются, кожа становится красной, влажной и горячей. Смыслъ этого процесса уяснится для насъ самъ собой, если мы подумаемъ, что какая-нибудь горячая жидкость остываетъ гораздо быстрѣе, если ее распределить въ большомъ количествѣ маленькихъ трубочекъ, чѣмъ, когда она находится въ одномъ большомъ сосудѣ или же широкаго калибра трубѣ, такъ какъ въ первомъ случаѣ потеря теплоты гораздо болѣе значительна. Поэтому-то кровь и остываетъ гораздо быстрѣе, когда она распределится въ безконечномъ множествѣ кожныхъ сосудовъ. Что же касается до происхожденія теплоты въ нашемъ организмѣ, слѣдуетъ сказать, что она непрерывно производится вновь вслѣдствіе химическаго процесса, котораго названіе—*горѣніе*. Горѣніе состоитъ въ химическомъ соединеніи различныхъ тѣлъ, преимущественно съ кислородомъ, результатомъ чего и является *теплота*. Само собой разумѣется, что, если бы теплота не образовывалась безпрестанно вновь, то кровь наша очень

скоро совершенно бы остыла, неизбѣжнымъ послѣдствіемъ чего явилась бы смерть.

Итакъ, однимъ изъ главнѣйшихъ назначеній кожныхъ сосудовъ является отдача теплоты при посредствѣ излученія въ пространство. Если же это теплоизлученіе по какимъ-либо причинамъ приостанавливается, напр., вслѣдствіе слишкомъ плотной одежды или при лихорадочномъ ознобѣ, при которомъ кожа бываетъ блѣдной и зябкой, несмотря на испытываемый нами сильный внутренній жаръ, то немедленно наступаютъ значительныя общія разстройства: возбужденіе, безпокойство, сердцебиеніе, чувство тоски и, въ заключеніе, потеря сознанія. Происходитъ все это потому, что прекратилось правильное распредѣленіе въ нашемъ тѣлѣ (регулировка) *теплоты* при посредствѣ кожи.

На этомъ столь важномъ свойствѣ кожи—охлаждать кровь, и зиждется методъ леченія лихорадочныхъ болѣзней холодной водой въ видѣ ваннъ, обертываній, обливаній и пр.

Нѣкоторыя ядовитыя вещества обладаютъ свойствомъ производить суженіе или расширеніе кожныхъ сосудовъ при посредствѣ кожныхъ нервовъ.

Роль кожи не ограничивается отдачей теплоты изъ крови, наполняющей ея сосуды. Она выдѣляетъ также изъ крови жидкія и газообразныя вещества при посредствѣ специальныхъ железъ. Кожа наша обладаетъ двоякаго рода *железами*: сальными и потовыми. Первые имѣли гораздо бѣльшее значеніе для нашихъ первобытныхъ волосатыхъ предковъ, чѣмъ для насъ. Что касается до вторыхъ, то онѣ и въ настоящее время имѣютъ огромное значеніе для нашего здоровья. Къ сожалѣнію, современное культурное челоувѣчество почти совершенно не знаетъ, что такое эластическая кожа, вслѣдствіе чего и дѣятельность потовыхъ железъ совершается ненормально.

Потовыя железы идутъ изъ глубины нашей кожи въ видѣ довольно длинныхъ трубочекъ, извивающихся въ видѣ штопора, и заканчиваются на поверхности кожи тонкимъ отверстіемъ. Отверстіе это и носить названіе кожной *поры*. Между тѣмъ, большинство публики, говоря о кожныхъ порахъ, представляетъ себѣ дѣло въ такомъ видѣ, какъ, если бы на поверхности кожи находились бы порядочной величины отверстія, черезъ которыя различныя вещества и могутъ безъ особеннаго труда выступать изнутри наружу или же вступать, наоборотъ, въ глубину нашей кожи. Подобныя представленія, само собой разумѣется, далеки отъ истины. Въ дѣйствительности, различныя процессы въ железахъ имѣютъ строго специфическій характеръ и имѣютъ отношеніе только

къ извѣстнымъ, строго опредѣленнымъ, веществамъ. Вычислено, что на всей поверхности человѣческой кожи разсѣяно около $2\frac{1}{2}$ милліоновъ потовыхъ железъ, которыя выдѣляютъ при обычныхъ условіяхъ отъ 500 до 800 граммъ воды въ сутки. При обильномъ потоотдѣленіи количество это значительно возрастаетъ.

Читательницы видятъ, что количество это значительно превышаетъ количество воды, выдѣляемое при нормальныхъ условіяхъ легкими. Точными измѣреніями и наблюденіями установлено, что кожа не только выдѣляетъ углекислоту (около 3-хъ гр. въ сутки), но поглощаетъ также и нѣкоторое количество кислорода. При такихъ условіяхъ становится очевиднымъ, что мы, дѣйствительно, въ правѣ говорить о *кожномъ дыханіи*.

Само собой разумѣется, что сколько-нибудь значительную роль кожное дыханіе можетъ играть только въ томъ случаѣ, когда кожа не окутана одеждой и согрѣвается не искусственнымъ, но *естественнымъ* путемъ, а именно: движеніями, которыя въ то же время значительно увеличиваютъ и обмѣнъ веществъ въ организмѣ. У тѣхъ же лицъ, наоборотъ, которыя боятся ступить ногой на полъ, которыя никакъ не могутъ вдосталь себя укутать, у которыхъ кожа часто чрезмѣрно разгорячается и вслѣдствіе недостаточнаго упражненія ослабѣваетъ, у такихъ лицъ, говоримъ мы, кожное дыханіе почти равно нулю. При болѣе высокой температурѣ и болѣе живомъ кровообращеніи усиливается также и дѣятельность кожи. Такъ, напр., дикари, которые ходятъ совершенно нагими, обладаютъ гораздо болѣе живымъ кожнымъ дыханіемъ и выдѣляютъ также гораздо большее количество пахучихъ веществъ. Объясняется это не только тѣмъ, что они гораздо больше цивилизованнаго человѣчества работаютъ физически, но также и тѣмъ, что кожа ихъ правильно функционируетъ и непрерывно подвергается дѣйствию свѣжаго воздуха.

Вотъ на чемъ зиждется принципъ *воздушныхъ ваннъ*, о которыхъ подробнѣе будетъ рѣчь ниже.

Намъ остается еще только коснуться въ нѣсколькихъ словахъ состава пота. *Потъ* имѣетъ кислую реакцію, соленый вкусъ и запахъ—совершенно различный въ зависимости, какъ отъ народности, такъ и данной личности. Главными составными частями пота являются: вода, поваренная соль, жиры и жирныя кислоты и нѣкоторыя другія соли и вещества, входящія въ составъ крови, изъ которой потъ и выдѣляется. Особенно у больныхъ находятъ сравнительно часто сильно пахучія, а также окрашенные вещества, выдѣлившіяся изъ

крови. Известно также, что по запаху пота можно узнать привычного пьяницу, а также и человека, потребляющего въ большихъ количествахъ мясо. Очевидно, что съ потомъ выделяются нѣкоторыя вещества, которыя предварительно циркулировали въ организмѣ, и что не одна только моча и дыханіе могутъ, слѣдовательно, указывать намъ при случаѣ на происходящія въ организмѣ болѣзненные процессы.

Для того, чтобы окончательно убѣдить нашихъ читателей въ томъ, какое важное значеніе имѣеть нормальное состояніе кожи для нашего здоровья, укажемъ еще на слѣдующіе два факта. Многочисленныя наблюденія доказываютъ, что при обширныхъ ожогахъ человекъ (какъ и животное) всего чаще умираетъ даже въ томъ случаѣ, если тѣмъ или инымъ путемъ удалось устранить боль. Человекъ умираетъ не только въ томъ случаѣ,

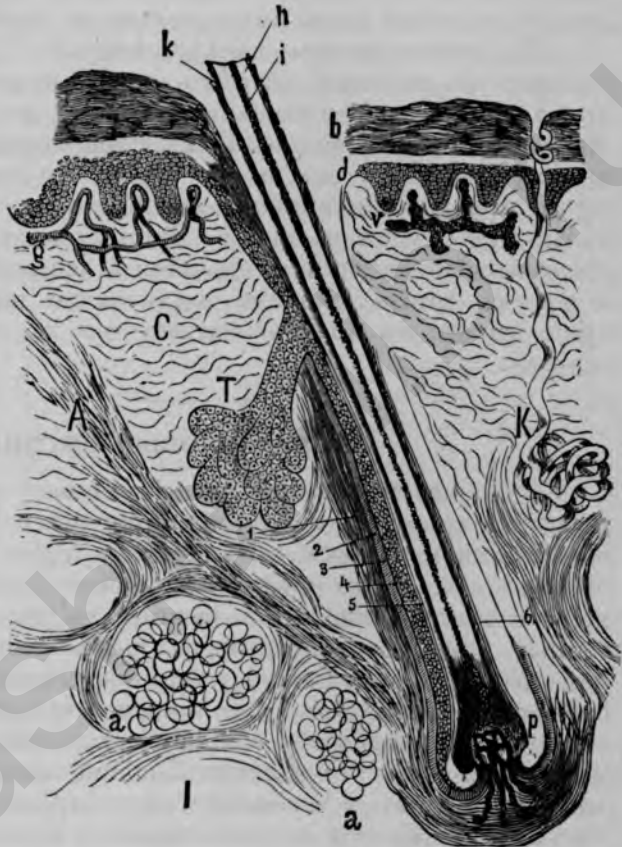


Рис. 15. Разрѣзъ черезъ толщу кожи, причѣмъ захвачены также волосъ и сальная железа.

1—6. Различныя тканевыя слои вокругъ волоса. p—Корень волоса. A—Волосиная мышца. C—Истинная кожа. a—Подкожная жировая кѣлчатка. b—Роговой слой — верхняя кожа. d—Слизистый слой съ сосочками. g—Сосочковые сосуды. v—Сосочковые лимфатическіе сосуды. k—Наружная оболочка волоса. h—Волосъ. i—Мозговое вещество волоса. K—Потовая железа. T—Сальная железа.

(По Ландуа).

когда ожогъ очень глубоко захватилъ кожу, но даже и тогда, когда ожогъ—совершенно поверхностный, но распространяется на широкое пространство. Не менѣе любопытенъ и тотъ

фактъ, что стоитъ покрыть кролика лакомъ, чтобы, несмотря на полную неприкосновенность всѣхъ его остальныхъ функций, неизбежно уморить его въ теченіе нѣсколькихъ минутъ. Какъ въ томъ, такъ и въ другомъ случаѣ смерть является, очевидно, послѣдствіемъ того, что кожа утратила возможность выполнять свои отправленія, жизненное значеніе которыхъ не можетъ поэтому быть подвергаемо ни малѣйшему сомнѣнію.

На помѣщенномъ здѣсь рисункѣ № 15 представленъ схематическій отвѣсный разрѣзъ черезъ кожу вмѣстѣ съ салынными и потowymi железами, а также волосомъ съ относящейся къ нему мышцей. Вслѣдствіе сокращенія этой мышцы волосы „встаютъ дыбомъ“. Тутъ же видны и сосочки, которые при неожиданномъ воздѣйствіи на нашу кожу холода образуютъ „гусиную кожу“. Видны также сосудистыя петли, осязательные сосочки и, наконецъ, жировое вещество. Рекомендуемъ читательницамъ внимательно изучить рисунокъ и привести его въ полное соотвѣтствіе съ приведенными указаніями.

Наши мочевые органы.

Подобно тому, какъ въ крупномъ хозяйствѣ, гдѣ на полезныя сооруженія потребляется очень много матеріаловъ, образуются неизбежно и *отбросы*, которые должны быть удалены вонъ, и въ организмѣ нашемъ, въ которомъ происходятъ непрерывно столь важные процессы, образуются негодныя вещества, которыя въ интересахъ нашего здоровья должны быть немедленно удаляемы. Удаленіе подобныхъ отбросовъ представляетъ для нашего организма даже гораздо болѣе настоятельную необходимость, чѣмъ для любого хозяйства, такъ какъ результатомъ нашей жизнедѣятельности являются не только *излишнія*, но и прямо *вредныя* вещества. Такія вещества при болѣе или менѣе продолжительномъ пребываніи въ организмѣ способны его отравить, какъ это и наблюдается въ дѣйствительности при многочисленныхъ заболѣваніяхъ. Для этого-то и организована въ тѣлѣ нашемъ *санитарная служба*. Съ нѣкоторыми органами этой службы мы уже ознакомились по пути. Къ нимъ могутъ быть отчасти отнесены *легкія*, выделяющія углекислоту, а также *кожа*, которая также выдѣляетъ изъ организма многія вредныя вещества. Тѣмъ не менѣе, главнѣйшая роль въ этомъ столь важномъ для насъ дѣлѣ принадлежитъ, безспорно, *почкамъ*.

Продуктомъ дѣятельности почекъ является, какъ извѣстно, моча. *Моча* представляетъ собой въ нормальномъ состояніи желто-шафраннаго цвѣта жидкость, не имѣющую особенно

рѣзкаго непріятнаго запаха. На свойства ея имѣетъ очень большое вліяніе пища, которую мы потребляемъ. Такъ, почти всѣмъ извѣстно, что въ мочу переходятъ острия и пахучія вещества, заключающіяся въ нашей пицѣ. Переходитъ также и огромное количество принимаемыхъ нами лекарствъ, и нерѣдко опытный врачъ по одному запаху или цвѣту мочи узнаетъ, какія именно лекарства принималъ до него больной.

Всѣ вещества, которыя мы потребляемъ, поступаютъ, какъ всѣмъ извѣстно, въ пищеварительный каналъ, изъ котораго переходятъ въ кровь и только изъ этой послѣдней поступаютъ они въ почки и мочу. Такимъ образомъ мы видимъ, что моча—подобно поту и молоку—происходитъ изъ крови.

Моча состоитъ изъ излишка воды, выдѣляемаго нашимъ организмомъ, изъ принятыхъ нами въ излишкѣ пищевыхъ веществъ (всего больше—поваренной соли) и изъ находящихся въ растворенномъ состояніи продуктовъ отброса нашей жизнедѣятельности. Въ нормальномъ состояніи человѣкъ выдѣляетъ около 1 литра и 200 граммъ мочи въ сутки ¹⁾. Количество это значительно возрастаетъ, когда мы пьемъ много жидкости, и уменьшается, наоборотъ, когда мы усиленно потѣемъ. Читательницы наши совершенно основательно могли бы намъ задать вопросъ: да откуда же берется въ нашемъ организмѣ такая масса воды, тѣмъ болѣе, что мы уже много ея теряемъ при посредствѣ легкихъ и кожи (потомъ)? Могли бы онѣ также спросить насъ: Зачѣмъ нужна нашему организму такая большая масса воды?—На первый вопросъ мы отвѣтимъ, что, помимо того большого количества воды, которую мы принимаемъ въ нашей пицѣ, ея очень много образуется также въ организмѣ, такъ какъ она является ближайшимъ продуктомъ окисленія (т. е. соединенія съ кислородомъ нашихъ тканей). Большое же количество воды необходимо нашему организму потому, что подавляющее большинство процессовъ, происходящихъ въ нашемъ организмѣ, могутъ совершаться и различныя вещества могутъ быть передаваемы изъ одного пункта нашего тѣла въ другой только тогда, когда они находятся въ *жидкомъ* состояніи, т. е. въ состояніи раствора. Вотъ почему намъ такъ необходима вода, которая — послѣ воздуха — составляетъ ближайшую потребность нашего организма: жажда представляетъ собой, какъ это испытали, навѣрное, и многія наши читательницы, одно изъ наиболѣе тягостныхъ для насъ ощущеній, безконечно болѣе тягостное, безъ сомнѣнія, чѣмъ голодъ.

¹⁾ 1 литръ=1 килогр. чистой воды= $\frac{1}{12}$ части ведра=5 стаканамъ.

Итакъ, *вода* способствуетъ переходу въ состояніе раствора и выдѣленію изъ организма при посредствѣ мочи негодныхъ веществъ, поглощенныхъ нами съ пищей или образовавшихся въ нашемъ организмѣ. И въ нашемъ организмѣ, даже въ нормальномъ состояніи, какъ теперь твердо установлено наукой, непрерывно фабрикуются вредныя и ядовитыя вещества, которыя, въ нашихъ интересахъ, должны быть удалены какъ можно скорѣе. Особенно много образуется такихъ веществъ при нѣкоторыхъ заболѣваніяхъ организма; всего больше—при заразныхъ болѣзняхъ. При этихъ болѣзняхъ организмъ нашъ отравляется продуктами дѣятельности микробовъ. Организмъ же защищаетъ себя, стараясь удалить эти продукты, въ чемъ главное участіе принимаютъ почки, такъ какъ продукты эти всего больше выдѣляются съ мочей. Вотъ почему врачи въ настоящее время заставляютъ больныхъ при всевозможныхъ заразныхъ болѣзняхъ поглощать въ томъ или иномъ видѣ какъ можно больше жидкостей.

Соли, которыя мы находимъ въ мочѣ и которыя оказываются излишними для организма, представляютъ собой соединенія калия, натрія, извести и магнезіи (такъ-называемыхъ земель) съ фосфоромъ, сѣрой и углеродомъ въ видѣ сѣрно-кислой извести, фосфорнокислой магнезіи и пр. Мы не станемъ входить въ объясненіе тѣхъ очень сложныхъ химическихъ процессовъ, при посредствѣ которыхъ получаются эти соединенія; читательницамъ нашимъ достаточно будетъ усвоить, что перечисленные вещества, постоянно находимыя въ мочѣ въ нормальномъ состояніи, непременно должны находиться, очевидно, и въ нашей пищѣ, во избѣжаніе болѣе или менѣе тяжкихъ страданій организма.

Основными составными элементами всѣхъ органическихъ тѣлъ являются: *углеродъ, кислородъ, водородъ и азотъ*. Изъ нихъ, при присоединеніи нѣкоторыхъ минеральныхъ веществъ, каково желѣзо, образуются самыя разнообразныя соединенія. Всѣ бѣлковые соединенія содержатъ азотъ, который и освобождается, когда соединенія эти распадаются. Освободившійся азотъ вступаетъ въ новое соединеніе съ углеродомъ и водородомъ, и такимъ-то путемъ получается *мочевина*, представляющая собой наиболѣе важную составную часть мочи и играющая очень важную роль въ организмѣ. Выдѣляющееся съ мочей ежедневное количество мочевины составляетъ около 25—30 граммъ. Количество это значительно возрастаетъ при обильномъ потребленіи бѣлковъ (мяса) и при усиленномъ распадѣ бѣлковъ нашего тѣла, что наблюдается при истощающихъ болѣзняхъ. Вмѣстѣ съ мочевиной выдѣляется и *мочевая кислота* (около полуграмма). При подагрѣ

и нѣкоторыхъ другихъ заболѣваніяхъ, характеризующихся замедленіемъ обмѣна веществъ въ организмѣ, количество выдѣляющейся мочевой кислоты увеличивается, но въ такомъ случаѣ она не выдѣляется съ мочей, но отлагается въ организмѣ, вызывая по временамъ очень сильныя страданія. Въ видѣ мочеислаго натра она отлагается въ особенномъ изобиліи при лихорадкѣ, а также при обильномъ потѣни. Мутная моча, также какъ и осадки, указываютъ на то, что процессъ образованія мочи совершается неправильно. Осадокъ этотъ указываетъ или на то, что мы потребляемъ слишкомъ много солей съ пищей, или, что гораздо важнѣе, что ихъ образуется въ нашемъ организмѣ чрезчуръ большое количество.

Очевидно, что, если мы станемъ выдѣлять ежедневно нѣсколько граммъ солей, которые не замѣщаются въ организмѣ, то неизбежно должно наступить обѣднѣніе нашихъ тканей минералами. Съ другой стороны, минералы также необходимы намъ въ томъ случаѣ, когда въ организмѣ образуется чрезчуръ много мочевой кислоты, которая можетъ быть выдѣлена, только вступивъ въ соединеніе съ минералами, т. е. образовавъ соли. Минералы сообщаютъ нашему скелету необходимую твердость, а также предохраняютъ нашу кровь отъ чрезмѣрной кислотности. Вотъ чѣмъ слѣдуетъ объяснить себѣ тотъ фактъ, что въ настоящее время врачи усиленно занимаются разработкой вопроса о пищевыхъ соляхъ (т. е. о соединеніи земель—калія, натрія и пр., съ какой-либо кислотой, напр., фосфорной или мочевой). Насколько минералы необходимы нашему организму, могли лично убѣдиться многія изъ нашихъ читательницъ, такъ какъ дѣти нерѣдко инстинктивно стараются пополнить ихъ недостатокъ въ организмѣ и съ этой цѣлью поглощаютъ часто вещи совершенно несѣдобныя: грызутъ стѣнку, ѣдятъ мѣль, землю и пр.

Освободившійся изъ бѣлковыхъ соединеній азотъ образуетъ также и нѣкоторыя другія ядовитыя соединенія, какъ, напр., *креатинъ*, *креатининъ*, *интуровую кислоту* и пр., каковыя и не должны никоимъ образомъ быть задерживаемы въ организмѣ. Всѣ эти вещества, а также и нѣкоторыя другія, скопляясь въ значительномъ количествѣ въ организмѣ, отравляютъ его. Вотъ что понимаютъ въ настоящее время въ наукѣ подъ *самоотравленіемъ*. А избѣжать такого рода самоотравленія мы можемъ только въ томъ случаѣ, когда въ насъ устанавливается правильный обмѣнъ веществъ. Вотъ почему мы должны такъ ревностно заботиться обо всемъ, что способно повысить и усилить этотъ обмѣнъ веществъ; къ этой цѣли ведетъ насъ прежде всего усиленное физическое дви-

женіе, а затѣмъ и заботы о поддержаніи въ надлежащемъ порядкѣ нашихъ органовъ выдѣленія: легкихъ, кожи и почекъ.

На основаніи всего сказаннаго читательницамъ должно бытъ совершенно ясно, почему заболѣваніе почекъ представляетъ собой такое тяжелое страданіе и представляетъ столько опасности для организма. Тѣ вредныя вещества, которыя изъ нашихъ органовъ переходятъ въ кровь и удаляются въ нормальномъ состояніи изъ послѣдней почками, остаются при

заболѣваніи почекъ въ крови и, будучи разносимы вмѣстѣ съ послѣдней по всѣмъ органамъ, отравляютъ ихъ. Такое состояніе и носитъ въ патологіи (наукѣ о болѣзняхъ) названіе *мочекровія*. Состояніе это въ высшей степени тяжелое и грозитъ организму сильнѣйшей опасностью. Всѣ органы отравляются продуктами мочи: напр., потъ и дыханіе больного пахнутъ мочей. Моча переходитъ во всѣ органы, а также и въ мозгъ, въ которомъ и вызываетъ помутнѣніе сознанія, судороги и множество другихъ явленій, финаломъ которыхъ является смерть.

Наши пищевыя вещества должны имѣть такой составъ, чтобы никоимъ образомъ не только не заключать въ себѣ ничего вреднаго, но даже ничего излишняго, какъ, напр., чрезчуръ большого количества соли. Подобныя вещества не ядовиты, но будучи излишними, должны быть удалены почками, которыя они

понемногу засоряютъ, какъ засоряютъ излишнія вещества и всякій иной фильтръ. Нечего и говорить, что безконечно болѣе вредными и даже опасными оказываются вещества ядовитыя, которыя прямо отравляютъ почки. Поэтому-то заразныя болѣзни, при которыхъ на долю почекъ выпадаетъ чрезвычайно отвѣтственная обязанность выдѣлять изъ крови ядовитые продукты жизнедѣятельности бактерій, оказываютъ на послѣднія столь вредное вліяніе, которое чувствуется еще долгіе годы спустя послѣ болѣзни. Но, если мы не въ силахъ предупредить засореніе почекъ при заразныхъ болѣзняхъ, цѣной ко-

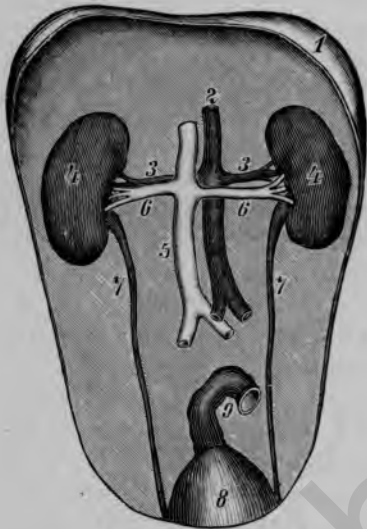
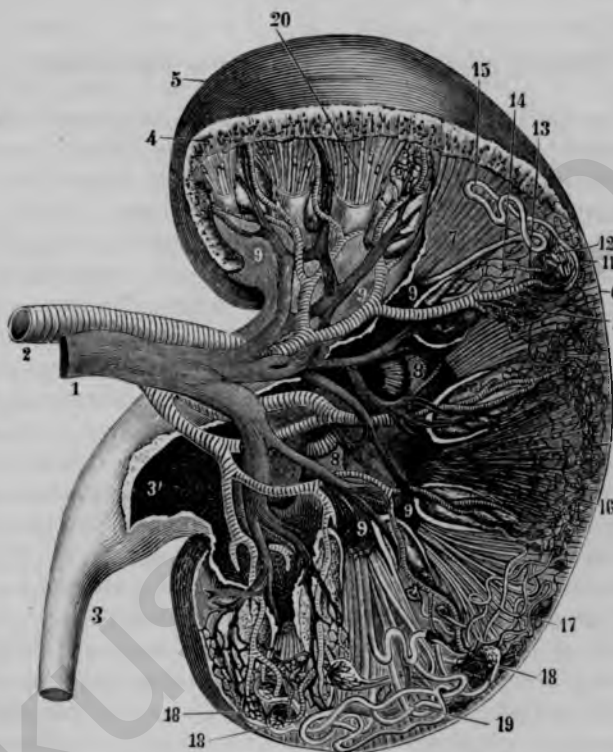


Рис. 16. Мочевые органы.

1. Грудобрюшная преграда (диафрагма).
2. Восходящая вена.
3. Почечныя вены.
4. Почка.
5. Брюшная аорта.
6. Почечныя артеріи.
7. Мочеточники.
8. Мочевой пузырь.
9. Часть прямой кишки.

тораго покупается не только наше здоровье, но, быть можетъ, и самая жизнь, то мы не можемъ найти себѣ никакого оправданія, если безъ особенной нужды и только для сомнительнаго удовольствія, отравляемъ почки винами, алкоголемъ, чрезчуръ пикантными соусами, острыми приправами въ большихъ количествахъ и пр. За мимолетное удовольствіе въ состояніи здоровья мы часто платимся впоследствии очень серьезно, когда заболѣемъ.

1. Почечная вена.
2. Почечная артерія.
3. Мочеточникъ, начинающійся изъ почечной лоханки 3'.
4. Разрѣзанная оболочка почки.
5. Поверхность почки.
6. Наружная кора почки.
7. Мальпигіевы клубочки со своими артеріями.
8. Бугорокъ, образованный неразрѣзанными тѣльцами.
9. Оболочка, окружающая бугорокъ, состоящій изъ мальпигіевыхъ клубочковъ; область лянна указываетъ на разрѣзъ оболочки и мочевыхъ канальцевъ.
10. Вѣтвь почечной артерій между двумя мальпигіевыми тѣльцами.
11. Сосудъ, на-



- правляющійся въ мальпигіевымъ клубочкамъ и увеличенный въ 40 разъ.
- 12—13. Сосуды мальпигіевыхъ клубочковъ.
14. Капилярная (волосная) сеть.
15. Извитыя трубки коркового вещества при увеличеніи въ 20 разъ.
16. Извитыя такой же трубки.
17. Извитыя трубочки при 40-кратномъ увеличеніи.
18. Нѣсколько сосудовъ клубочковъ, при 10—20-кратномъ увеличеніи.
19. Извитыя трубки при 40—50-кратномъ увеличеніи.
20. Нѣсколько разрѣзанныхъ трубокъ.

Рис. 17. Разрѣзъ почки. Полусхематическій рисунокъ.

(По Фору)

Какъ извѣстно, почки по своему наружному виду напоминаютъ собою бобы, расположенные углубленіемъ кнутри по направленію другъ къ другу. Онѣ прилегаютъ къ позвоночнику въ области поясницы. Отъ почки начинается мочеточникъ, ведущій къ *мочевому пузырю*, расположенному въ тазу. Изъ мочевого пузыря *мочепусткательный каналъ* выводитъ мочу наружу. Каждая почка имѣетъ одинъ приводящій и одинъ отводящій кровяной сосудъ. Внутреннее строеніе почекъ очень интересно, но мы лишены возможности заняться

здѣсь его изложеніемъ. Нѣкоторое понятіе о немъ даетъ рисунокъ № 17. Скажемъ только, что расположеніе сосудистыхъ петель въ почкахъ въ значительной степени напоминаетъ таковое же расположеніе ихъ въ легкихъ и что моча выдѣляется при помощи фильтраціи изъ крови: подобно тому, какъ легкія выдѣляютъ углекислоту, почки выдѣляютъ мочу. Въ заключеніе напомнимъ еще разъ о томъ, что почки представляютъ *главнѣйшій* очистительный органъ нашего тѣла.

Наша пищеварительная система.

Кому неизвѣстно, что жизнь наша обуславливается на каждомъ шагѣ разрушеніемъ и смертью тѣхъ или иныхъ элементовъ нашихъ органовъ и тканей! Достаточно намъ сдѣлать самое ничтожное движеніе, или чтобы въ нашемъ мозгу промелькнула какая-либо мысль, чтобы въ первомъ случаѣ были разрушены нѣкоторые элементы мышечной,—во второмъ—элементы нашей нервной ткани. Тоже самое наблюдается и по отношенію ко всѣмъ безъ исключенія прочимъ процессамъ нашего организма. Но, если бы жизнь наша сводилась только къ разрушенію, то очень понятно, что ей скоро наступилъ бы конецъ, чего, однако, въ дѣйствительности не наблюдается. Происходитъ это благодаря тому, что при нормальныхъ условіяхъ разрушенные элементы *возстановливаются* и такимъ образомъ органъ получаетъ возможность вновь совершенно удовлетворительно выполнять свое назначеніе. Элементы для своего возстановленія наши органы и ткани почерпаютъ изъ крови, которая, какъ мы уже видѣли выше, проникаетъ во всѣ безъ исключенія элементы нашего тѣла. Что же касается до крови, то она продукты, необходимые для возстановленія тканей, получаетъ изъ пищи. Наша пищеварительная система имѣетъ, слѣдовательно, назначеніемъ приводить воспринимаемую нами пищу въ такое состояніе, чтобы она могла переходить въ кровь.

Сказанное побуждаетъ насъ сказать и здѣсь нѣсколько словъ о *пищѣ*, несмотря на то, что вопросъ этотъ будетъ нами разработанъ подробно въ слѣдующей главѣ. Каждый изъ насъ инстинктивно чувствуетъ, какія именно изъ окружающихъ насъ веществъ могутъ служить намъ пищей, и только развѣ въ рѣдкихъ случаяхъ умалишенные могутъ глотать камни, дерево и тому подобные совершенно не съѣдобные предметы. Что же касается до людей нормальныхъ и здоровыхъ, то они принимаютъ въ пищу только тѣ вещества, которыя могутъ, будучи соответствующимъ образомъ пере-

работаны, поступить въ нашу кровь и затѣмъ претвориться въ элементы нашего тѣла.

Въ наиболѣе простомъ видѣ нашъ пищеварительный каналъ сводится къ очень длинной *трубкѣ*, которая въ различныхъ мѣстахъ имѣетъ различную форму, калибръ и пр. Съ внутренней стороны этой трубки имѣется *слизистая оболочка*, которая выстилаетъ ее всю цѣликомъ—отъ начала и до конца. Средине этой трубки занята мышцами, которыя имѣютъ круговое расположеніе и своимъ сокращеніемъ уменьшаютъ калибръ канала и служатъ для передвиженія содержимаго по направленію книзу. Снаружи та же трубка выстлана въ своей большей части очень тонкой оболочкой—брюшиной. Слизистая оболочка пищеварительнаго канала почти на всемъ своемъ протяженіи выстлана *железами*, которыя принимаютъ въ актѣ пищеваренія очень видное участіе. Железъ такихъ имѣется довольно много, при чемъ не всѣ онѣ имѣютъ одно и то же назначеніе. Во рту расположены подъязычная и подчелюстная железы; въ него же изливаетъ свой сокъ окологлоточная железа. Желудокъ имѣетъ свои особенныя железы, точно также, какъ и кишки. Кромѣ того, къ пищеварительнымъ железамъ слѣдуетъ также причислить *печень и поджелудочную железу*.

Пищеварительный каналъ начинается *со рта*, снабженнаго довольно сложнымъ аппаратомъ, предназначеннымъ для предварительной переработки пищи. Къ этому аппарату мы можемъ отнести языкъ, зубы, вкусовые нервы, глотательную мускулатуру и расположенныя по обѣимъ сторонамъ вышепоименованныя железы. Железы эти выдѣляютъ всѣмъ знакому слюну. *Слюна* имѣетъ своимъ назначеніемъ превращать крахмаль, заключающійся въ мучнистыхъ веществахъ нашей пищи, въ декстринъ, который затѣмъ переходитъ въ сахаръ. Кромѣ того слюна имѣетъ своимъ назначеніемъ пропитывать собой со всѣхъ сторонъ пищевую комокъ и тѣмъ не только давать ему возможность легче скользить и передвигаться въ желудокъ, но также съ гораздо большей легкостью и доступностью подвергаться дѣйствію желудочныхъ соковъ. Принимаемая нами пища одновременно съ дѣйствіемъ слюны подвергается и дѣйствію зубовъ, которые производятъ размельченіе пищи. Наши рѣзцы служатъ, какъ указываетъ ужъ и само ихъ названіе, къ разрѣзыванію пищевого куска, между тѣмъ какъ коренныя зубы размальваютъ ее въ очень мелкія частицы.

Изъ сказаннаго читательницы могутъ сдѣлать нѣсколько очень важныхъ практическихъ заключеній. Кто при ѣдѣ торопится и глотаетъ пищу большими кусками, заботится,

можно сказать, о разстройствѣ своего пищеваренія. Большіе пищевые куски не могутъ надлежащимъ образомъ пропитываться слюной; не будучи, вслѣдствіе этого, достаточно подготовленными къ дальнѣйшимъ превращеніямъ, они безъ всякой пользы для насъ только засоряютъ желудокъ и выдѣляются почти неизмѣненными.

Съ другой стороны, не трудно также понять, что капицеобразная масса гораздо легче можетъ быть пропитана слюной, чѣмъ масса твердая и комковатая. Поэтому мы не должны бояться пускать при ѣдѣ какъ можно дольше въ ходъ наши зубы, правильная дѣятельность которыхъ имѣетъ огромное значеніе для дальнѣйшей судьбы принимаемой нами пищи.

Продолженіемъ рта служить *пищеводъ*, который переходитъ въ желудокъ. По пищеводу пищевой комокъ скользитъ самъ собой, и, разъ онъ только перешелъ за нѣбную заслонку и попалъ въ глотку, мы оказываемся совершенно не въ силахъ остановить его дальнѣйшее передвиженіе. Пища скользитъ по пищеводу, отчасти благодаря своему вѣсу, отчасти же благодаря тому, что она, будучи увлажнена слюной, не встрѣчаетъ по пути никакихъ препятствій. Сзади пищевода между ртомъ и собственно пищеводомъ расположена *глотка*. Въ этомъ мѣстѣ пищевые пути *перекрещиваются* съ дыхательными, вслѣдствіе чего случается такъ, что часть пищи иногда попадаетъ въ гортань, откуда она при нормальныхъ условіяхъ, впрочемъ, быстро удаляется кашлевыми толчками. Вслѣдствіе той же причины пища иногда попадаетъ и въ носъ.

Пищеводъ расположенъ позади дыхательнаго горла. Поэтому въ томъ случаѣ, когда какое-либо постороннее тѣло попадаетъ въ пищеводъ и тамъ застреваетъ, оно можетъ причинить намъ смерть удушеніемъ.

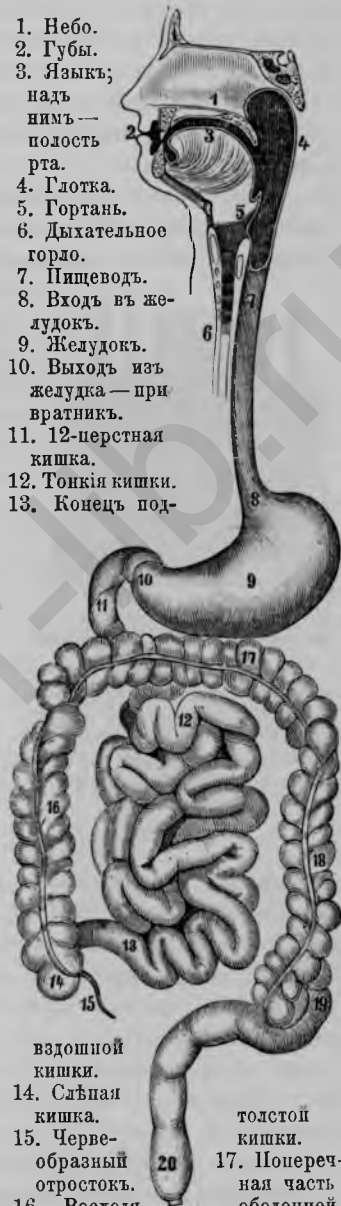
Желудокъ представляетъ собой нѣчто въ родѣ мѣшка, размѣры и форма котораго измѣняются въ зависимости отъ возраста и способа питанія. Онъ—очень растяжимъ, подвиженъ и помѣщается преимущественно въ лѣвой половинѣ верхней части полости живота, непосредственно подъ грудобрюшной преградой.

На желудокъ возложена очень важная задача—превращать *бѣлковыя тѣла*, содержащіяся въ нашей пищѣ, въ пептоны, т. е. въ вещества, способныя быть усвоенными. Подобно тому, какъ наша слюна дѣйствуетъ на крахмалистыя вещества нашей пищи при посредствѣ особаго бродила, носящаго названіе *птиалина* и превращающаго крахмалистыя вещества въ декстринъ, точно также и желудокъ обладаетъ железами, выдѣляющими специальное бродило—*пепсинъ*, при посредствѣ ко-

торого бѣлковыя вещества обращаются въ пептоны. Помимо того въ желудочномъ сокѣ заключается *соляная кислота*. При значительномъ раздраженіи желудокъ способенъ выдѣлить въ день нѣсколько литровъ сока. Изъ сказаннаго ясно, что дѣятельность желудка имѣетъ особенное значеніе при перевариваніи мяса, содержащаго въ себѣ, по преимуществу, бѣлковыя вещества. Желудочный сокъ, составляющій необходимую принадлежность нашего пищеваренія, представляетъ собой въ то же время источникъ безчисленныхъ болѣзней для человѣчества, неразумнымъ питаніемъ разстраивающаго себѣ пищевареніе. Такъ, нерѣдко слишкомъ горячая пища служитъ источникомъ появленія маленькихъ язвъ желудка, которыя, будучи растравляемы желудочнымъ сокомъ, увеличиваются мало-по-малу въ размѣрахъ. А какое множество больныхъ страдаетъ катаррами, опухолями, расширеніемъ желудка и тому подобными болѣзнями!

Лица обжорливыя и любящія вышиты (особенно послѣднія) ежедневнымъ чрезмѣрнымъ растяженіемъ желудка доводятъ его въ концѣ концовъ до того, что онъ теряетъ способность принимать нормальный размѣръ и остается хронически растянутымъ. Вслѣдствіе этого мышцы его ослабѣваютъ и теряютъ способность передвигать пищу. Пища тогда въ желудкѣ застаивается, начинаетъ бродить и разлагаться. Точно также алкоголь, различныя пряности и острия приправы вначалѣ дѣйствуютъ возбуждающе на желудочныя железы, которыя и отдѣляютъ сокъ въ болѣе значительномъ коли-

1. Небо.
2. Губы.
3. Языкъ;
- надъ нимъ — полость рта.
4. Глотка.
5. Гортань.
6. Дыхательное горло.
7. Пищеводъ.
8. Входъ въ желудокъ.
9. Желудокъ.
10. Выходъ изъ желудка — при вратникъ.
11. 12-перстная кишка.
12. Тонкія кишки.
13. Конецъ под-



- вздошной кишки.
14. Слѣпая кишка.
15. Червеобразный отростокъ.
16. Восходящая часть
17. Поперечная часть ободочной кишки.
18. Нисходящая часть той же кишки.
19. Римское S.
20. Прямая кишка.

Рис. 18. Схематическій обзоръ пищеварительнаго канала.
(По Рауберу).

чествѣ. Черезъ нѣкоторое время наступаетъ, однако, расслабленіе железъ, нервовъ и желудочныхъ стѣнокъ, что очень тяжело отражается на пищевареніи.

Расширеніе желудка наблюдается часто также при блѣдной нелюбви, малокровіи и общихъ состояніяхъ слабости организма.

Всѣ наши читателиницы, навѣрное, неоднократно имѣли возможность убѣдиться, что извергнутыя съ рвотой массы еще имѣютъ значительное сходство съ принятой нами до рвоты

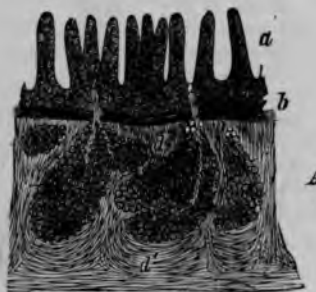


Рис. 19. Разрѣзъ черезъ слизистую оболочку 12-перстной кишки человека.

а—Ворсинки. б—Основной слой слизистой оболочки. с—Бруннеровы железы. ii—Ихъ выводной протокъ. dd—Боле глубокіе слои слизистой оболочки и подслизистая ткань.

(По Рауберу).

пищей. Пища эта находится, конечно, въ размельченномъ и часто кашницеобразномъ состояніи, приобрѣла характерный кислый запахъ, свернулась (напримѣръ молоко), отдѣльныя вещества тѣсно перемѣшались между собой и обратились почти въ жидкость. Тѣмъ не менѣе, повторяемъ, основныя черты принятой нами пищи не особенно измѣнились. Отсюда мы можемъ заключить, что истинное перевариваніе пищи происходитъ не въ желудкѣ, но въ кишкахъ, гдѣ принятая нами пища окончательно утрачиваетъ свою первоначальную форму и сплошь превращается въ жидкость.

Когда пища въ достаточной степени подверглась дѣйствию желудка, желудокъ небольшими порціями передвигаетъ ее въ кишки. Здѣсь она подвергается одновременно дѣйствию трехъ различныхъ соковъ: кишечной слизи, желчи и соку поджелудочной железы. Жиры, содержаемые въ пищѣ, оставались до сихъ поръ нетронутыми, такъ какъ на нихъ не имѣли никакого вліянія ни слюна, ни желудочный сокъ. Здѣсь — въ кишкахъ — они испытываютъ необходимое превращеніе. Что же касается до образованія сахара и пептоновъ, то оно, начавшись во рту и желудкѣ, продолжается и здѣсь. Здѣсь же совершается, наконецъ, и самый главнѣйшій актъ пищеваренія: *всасываніе* и *усвоеніе* переваренныхъ элементовъ нашей пищи.

Содержимое кишки переходитъ въ *кровеносную систему*. Тому, кто знаетъ, что пищеварительный каналъ съ самаго его начала и до самаго конца представляетъ собой замкнутую трубку и что не существуетъ никакого видимаго невооруженнымъ глазомъ сообщенія между обѣими упомянутыми системами, должно казаться совершенно непонятнымъ, какимъ

образомъ содержимое кишекъ переходить въ кровь. Можемъ ли мы, однако, сомнѣваться въ этомъ, когда мы видимъ, какъ быстро исчезаютъ изъ кишекъ значительныя количества пищевой кашицы. Быстрое всасываніе пищевой жидкости подтверждается также тѣмъ, что оказавшіяся негодными и выдѣляющіяся въ видѣ испражненій вещества представляются въ совершенно твердомъ видѣ. Очевидно, слизистая оболочка кишечника обладаетъ какими-то особенными приспособленіями, при помощи которыхъ и совершается всасываніе пищевой кашицы изъ кишекъ въ кровеносную систему. Такъ оно и есть въ дѣйствительности. Такими приспособленіями являются *ворсинки*. Если внимательно всмотрѣться даже невооруженнымъ глазомъ въ слизистую оболочку кишечника, то можно безъ особеннаго труда замѣтить, что она выстлана мѣсто отъ мѣста чѣмъ-то въ родѣ бахромы, на которой выдѣляются отдѣльныя возвышенія. Эти-то возвышенія и представляютъ собой ворсинки, играющія первостепенную роль въ актѣ всасыванія пищевой кашицы. Ворсинки эти заканчиваются микроскопическими отверстиями, черезъ которыя и происходитъ всасываніе пищевой кашицы въ лимфатическую систему, гдѣ она циркулируетъ въ видѣ совершенно жидкаго бѣлаго цвѣта вещества, носящаго названіе *молочнаго сока*. Пищевая кашица въ довольно далекомъ разстояніи отъ кишечника (въ грудной полости) изливается въ верхнюю полую вену и пачинаетъ циркулировать такимъ образомъ въ кровеносной системѣ. Такимъ-то путемъ переходитъ пища изъ пищеварительнаго канала въ кровь.

Тѣмъ, кто хорошо усвоилъ вышесказанное, не трудно понять, почему поносъ такъ быстро истощаетъ человѣка: вѣдь, въ случаѣ поноса питательныя матеріалы вовсе не всасываются или же всасываются лишь въ очень недостаточномъ количествѣ, такъ какъ они уносятся испражнениями. Поэтому вполне понятно, что больной очень быстро теряетъ силы, какъ это всего рѣзче наблюдается при холерѣ. Недаромъ также и на народномъ языкѣ про человѣка, страдающаго поносомъ, говорятъ: „его слабитъ“. Также понятно, что въ тѣхъ случаяхъ, когда поглощаются слишкомъ обильныя количества пищи, обильныя испражненія вовсе не служатъ доказательствомъ того, что испражняемыя вещества совершенно негодны, а потому удаляются изъ пищеварительнаго канала. Возможно, что пищеварительный аппаратъ просто былъ лишенъ возможности справиться съ навязанной ему непосильной работой. Естественно, что чрезмѣрное обремененіе пищеварительной системы работой ничего, кромѣ вреда, при такихъ условіяхъ принести не можетъ, такъ какъ—помимо безсмысленной траты

пищевыхъ веществъ — ведетъ только къ ослабленію пищеварительной системы.

Въ виду того, что среди женщинъ также сильно распространены и болѣзни печени, мы скажемъ нѣсколько словъ и объ этомъ органѣ. *Печень* лежитъ, какъ извѣстно, съ правой стороны, непосредственно подъ грудобрюшной преградой.

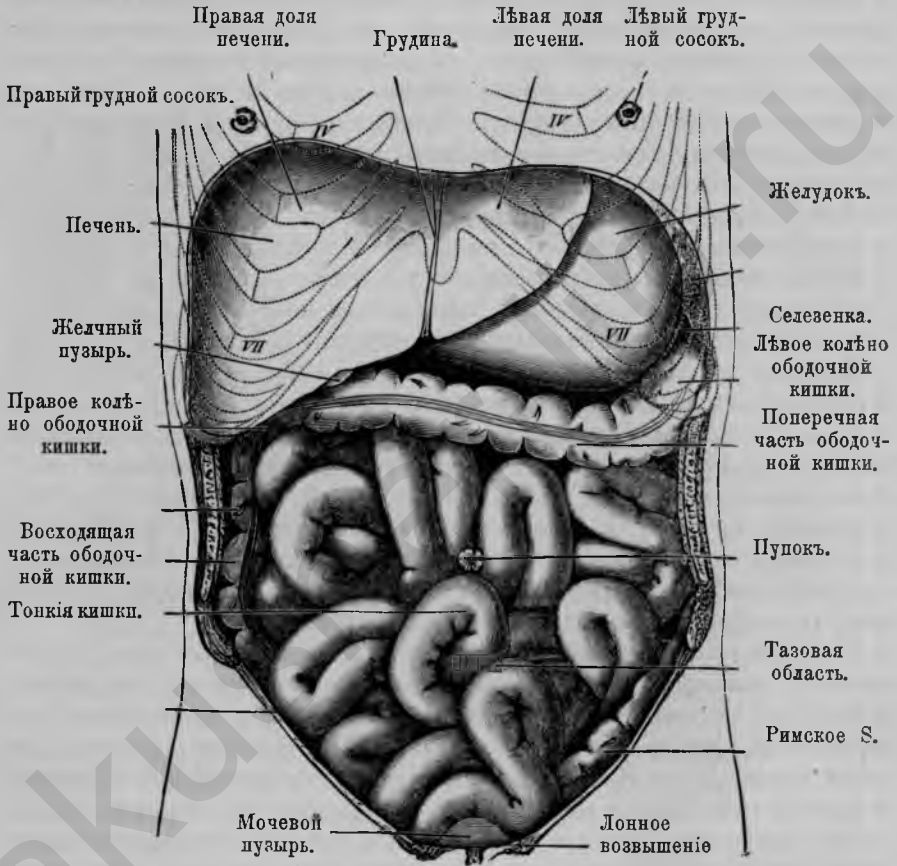
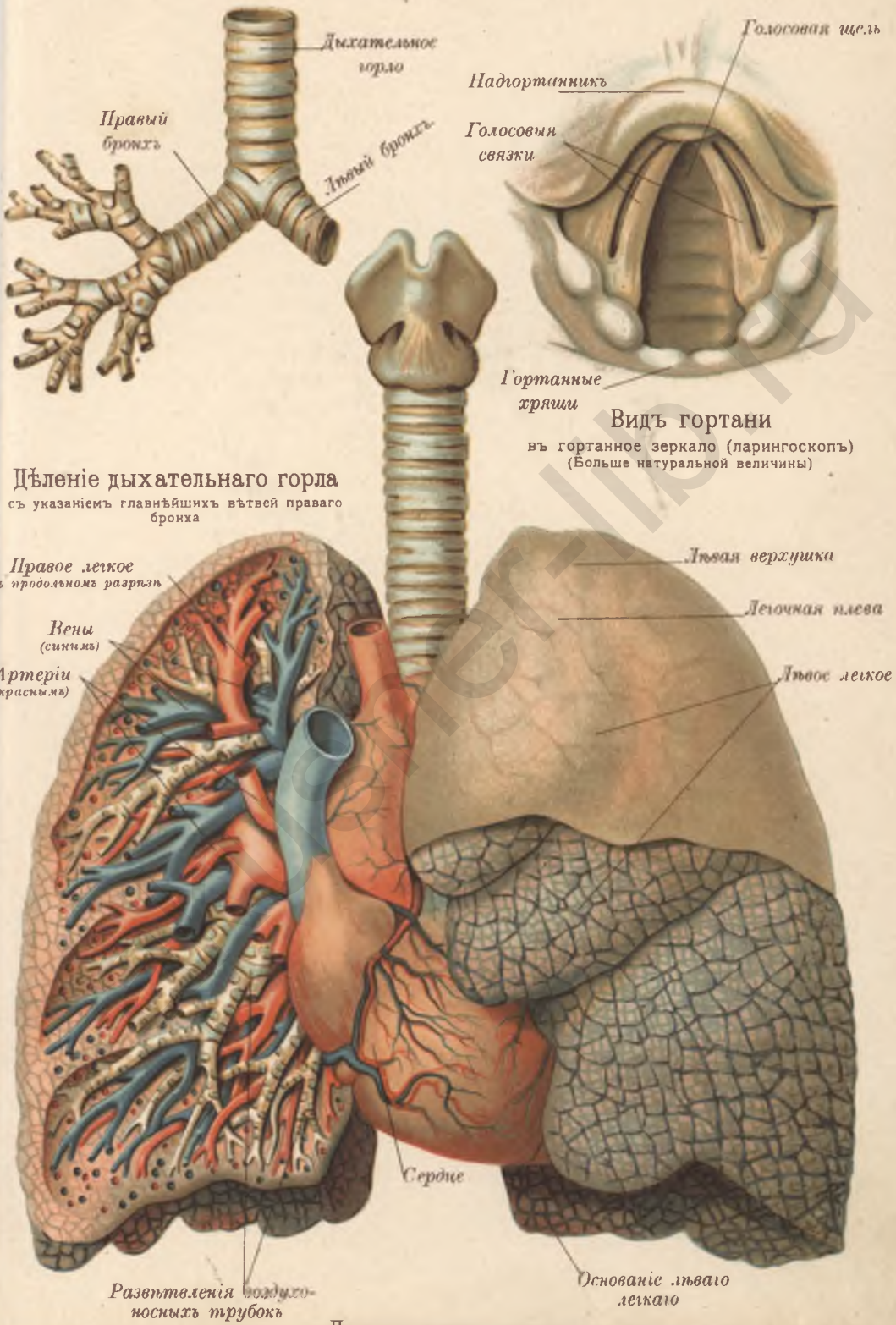


Рис. 20. Видъ брюшныхъ внутренностей спереди въ естественномъ положеніи: (По Паншу).

Она состоитъ изъ довольно плотной ткани. Печень выдѣляетъ *желчь*, которая представляетъ собой темно-зеленую жидкость, играющую важную роль въ процессѣ пищеваренія: главная ея задача состоитъ въ томъ, что она обращаетъ жировыя вещества въ такое состояніе, при которомъ они легко всасываются. Помимо того, она имѣетъ задачей предохранять кишечное содержимое отъ распада и нѣкоторымъ образомъ *дезинфицировать* кишечникъ. Благодаря ей, испражненія окраши-



Дыхательные органы.

ваются въ характерный желтый цвѣтъ. При застоѣ или задержкѣ желчи (желтухѣ, напр.) появляется поэтому цѣлый рядъ разстройствъ болѣе или менѣе тяжелаго свойства. На испражненіяхъ прекращеніе отдѣленія желчи отражается, прежде всего тѣмъ, что они приобрѣтаютъ землистый цвѣтъ и крайне рѣзкій отвратительный запахъ. Въ общемъ, печень представляетъ собой, повторяемъ, крайне важный органъ, то или иное состояніе котораго имѣетъ огромное значеніе для всего нашего организма. Болѣе подробныя свѣдѣнія о болѣзняхъ печени будутъ нами приведены во II „Энциклопедической“ части (см. „Печень“).

Рис. 20 показываетъ намъ положеніе внутренностей послѣ удаленія брюшныхъ покрововъ и сальника. Ясное представленіе о взаимномъ отношеніи брюшныхъ внутренностей дадутъ намъ цвѣтная иллюстрація „Грудные и брюшные органы“.

Наши органы чувствъ.

Наши органы чувствъ служатъ посредниками между нами и внѣшнимъ міромъ. Это даетъ намъ достаточное представленіе объ ихъ важности. Въ самомъ дѣлѣ, если бы мы были лишены органовъ чувствъ, мы не могли бы имѣть никакого представленія о томъ, что совершается вокругъ насъ, и на каждомъ шагу подвергались бы опасностямъ. Что же касается до того, чтобы зарабатывать себѣ пропитаніе, то мы объ этомъ даже мечтать не могли бы. Каждому изъ насъ извѣстно, какимъ страшнымъ несчастіемъ представляется для насъ лишеніе хотя бы одного только органа чувства, напр., зрѣнія или слуха. Что же случилось бы съ нами, если бы мы были лишены всѣхъ!...

Органомъ общей чувствительности является *кожа*, на которой мы уже подробно останавливались выше. Теперь намъ остается еще разсмотрѣть глазъ — органъ зрѣнія, ухо — органъ слуха, носъ — органъ обонянія и языкъ съ полостью рта — органы вкуса.

Каждый внѣшній органъ чувства имѣетъ назначеніемъ препровождать въ нашъ центральный органъ сознанія — мозгъ — *опредѣленные* (такъ-называем. специфическія) ощущенія. Такъ, глазъ воспринимаетъ только свѣтотыя волны, между тѣмъ какъ ухо воспринимаетъ только звуковыя волны и т. д. Ощущеніе воспринимается соотвѣтствующимъ органомъ и препровождается, какъ сказано, въ мозгъ. Въ обоихъ этихъ процессахъ главная работа выпадаетъ на долю *нервовъ*, которые въ каждомъ органѣ чувства обладаютъ специальнымъ устройствомъ, дающимъ имъ возможность воспринимать тѣ или

инныя ощущенія. Кромѣ того, каждый органъ обладаетъ и различными вспомогательными приспособленіями, предназначенными для той же цѣли. Таковыми въ органѣ зрѣнія являются хрусталикъ и радужная оболочка, въ нашемъ ухѣ— раковины, и т. д. Состояніе нашихъ органовъ чувства имѣетъ огромное влияніе и на наше духовное развитіе. Вотъ почему слѣпо- или глухорожденный ребенокъ почти неизбѣжно оказывается умственно отсталымъ; въ его духовномъ мірѣ выпадаетъ цѣлый рядъ богатыхъ ощущеній, которыя оказываютъ развивающее влияніе на его нормальныхъ сверстниковъ и которыхъ онъ совершенно лишентъ. Съ другой стороны, каждое ощущеніе должно быть правильно воспринимаемо мозгомъ. Вотъ почему душевные больные получаютъ часто ложное представленіе объ окружающихъ ихъ явленіяхъ, несмотря на то, что внѣшніе органы чувствъ функционируютъ у нихъ совершенно правильно.

Устройство нашихъ органовъ чувствъ отличается чрезвычайной сложностью, при чемъ многое и по сію пору остается еще не выясненнымъ. Поэтому мы въ нижеслѣдующихъ строкахъ остановимся только на главнѣйшихъ чертахъ устройства нашихъ органовъ чувствъ, дабы дать нашимъ читателямъ представленіе о томъ, какъ они функционируютъ въ состояніи здоровья и что съ ними происходитъ при заблѣваніи.

Наши внѣшніе органы чувствъ часто бываютъ подвержены страданіямъ, которыя вліяютъ, съ одной стороны, на наше умственное развитіе и, съ другой стороны, являются для насъ болѣе или менѣе значительнымъ препятствіемъ въ нашей борьбѣ за существованіе. Не лишнее поэтому, чтобы и наши читательницы имѣли правильное представленіе относительно ихъ происхожденія и леченія. Слабое зрѣніе все чаще и чаще встрѣчается въ наше время; точно также стали большой рѣдкостью тонкое обоняніе или острый слухъ. Происходитъ это, съ одной стороны, оттого, что пороки развитія нашихъ органовъ чувствъ стали наблюдаться чаще, чѣмъ въ прежнее время; главнымъ же образомъ потому, что общая слабость нервовъ отразилась и на нервахъ органовъ чувствъ. Особенно у женщинъ часто наблюдаются недостатки зрѣнія или слуха, въ зависимости отъ малокровія и нервной слабости.

Болѣе подробно мы остановимся на заблѣваніяхъ органовъ чувствъ въ слѣдующей „Энциклопедической“ части.

Ознакомленіе съ органами чувствъ мы начнемъ съ *глаза*. Глазъ представляетъ собой, какъ извѣстно, кругловатое тѣло, черезъ переднее отверстіе котораго свѣтовые лучи прони-

каютъ въ его внутренность и, попадая на его заднюю стѣнку, на которой находится *сѣтчатая оболочка*, вызываютъ на ней изображеніе внѣшнихъ предметовъ. Сѣтчатая оболочка играетъ огромную роль въ актѣ зрѣнія, такъ какъ на ней находятся развѣтвленія зрительнаго нерва, передающаго мозгу воспринятія нашимъ глазомъ ощущенія. Понятно поэтому, что когда сѣтчатая оболочка по какой-либо причинѣ отдѣляется отъ дна глаза, то моментально наступаетъ слѣпота.

Зрачекъ—зрительное отверстіе, расположенное на передней поверхности нашего глаза, предназначено для того, чтобы пропускать свѣтовые лучи въ нашъ глазъ. Прежде, чѣмъ упасть на сѣтчатку, свѣтовые лучи должны проникнуть черезъ нѣскольکو средъ, расположенныхъ въ извѣстномъ порядкѣ въ нашемъ глазу. Прежде всего они попадаютъ на *рогоую оболочку*, которая должна быть поэтому совершенно чистой и безъ всякихъ пятенъ, бѣльмъ и пр. Затѣмъ они падаютъ на *хрусталикъ*, представляющій собой двояковыпуклую чечевицу, предназначенную для того, чтобы собирать въ одинъ пунктъ лучи. Прощедши затѣмъ черезъ такъ-называемое стекловидное тѣло, лучи дѣйствительно собираются на самомъ небольшомъ пространствѣ на сѣтчатой оболочкѣ, на которой и отражаются въ чрезвычайно уменьшенномъ видѣ видимые намъ предметы. Тутъ же прибавимъ, что изображеніе видимыхъ нами предметовъ получается *обратное*. Почему именно мы, несмотря на то, все же видимъ предметы *прямыми*, до сихъ поръ еще окончательно не выяснено.

Весь процессъ зрѣнія въ томъ видѣ, въ какомъ мы его здѣсь въ самыхъ краткихъ чертахъ изложили, представляетъ собой чисто механической—*оптической*—актъ и его не трудно воспроизвести искусственно, посредствомъ стеколъ. Что гораздо труднѣе поддается объясненію, такъ это то, какимъ образомъ наши зрительныя впечатлѣнія передаются *мозгу* и возбуждаютъ въ немъ соотвѣтствующія ощущенія.

Для того, чтобы глаза наши могли видѣть въ различныхъ направленіяхъ, необходимо, чтобы они могли вращаться въ разныя стороны. Это достигается посредствомъ особенной системы небольшихъ *мышцъ*, при посредствѣ которыхъ мы можемъ придавать глазамъ желаемое направленіе. Мышцы эти управляются не зрительнымъ нервомъ, а другимъ (глазодвигательнымъ), и потому можетъ случиться, что параличъ этихъ мышцъ не лишаетъ насъ возможности видѣть и различать предметы. *Вѣки* даютъ намъ возможность закрывать глаза въ случаѣ грозящей намъ опасности или когда намъ необходимо дать нашимъ глазамъ отдыхъ. *Слезныя железы* выдѣляютъ, какъ и самое названіе ихъ указываетъ, слезы. Жидкость эта

безпрестанно омываетъ слизистую оболочку и удаляетъ съ нея пыль и прочія вещества, которыя могли бы ее загрязнить. При волненіи слезы выдѣляются, какъ извѣстно, у лицъ съ болѣе слабой нервной системой, въ усиленномъ количествѣ.

Радужная оболочка, получившая свое названіе отъ того, что она у разныхъ людей бываетъ разнаго цвѣта, обладаетъ способностью расширяться и суживаться, вслѣдствіе чего зрительное отверстіе то увеличивается, то уменьшается. Устроено это для того, чтобы предохранить наши глаза отъ неожиданнаго и слишкомъ яркаго свѣта, который могъ бы имъ повредить.

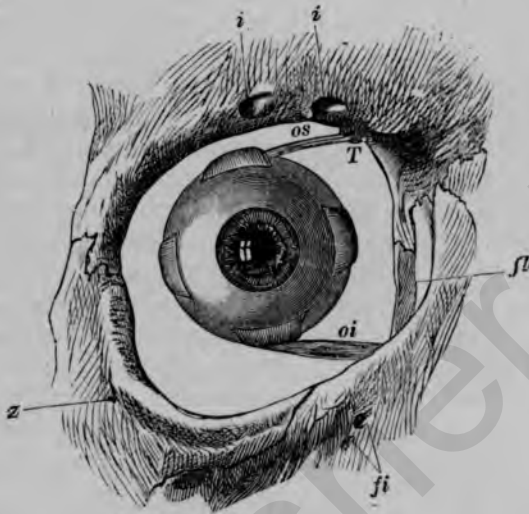


Рис. 21. Правое глазное яблоко, въ глазной впадинѣ. Жировая подстилка удалена. Всѣ четыре прямыя мышцы отрѣзаны въ мѣстахъ ихъ прикрѣпленія къ главному яблоку. *os*—Сухожилие верхней косой мышцы глаза, пробѣгающее по блоку къ главному яблоку. *oi*—Нижняя косая мышца глаза. *ii*—Верхнія глазничныя отверстія. *fi*—Нижнія глазничныя отверстія. *Z*—Скуловое отверстіе. Всѣ эти отверстія ведутъ въ каналы, въ которыхъ пробѣгаютъ нервныя вѣточки.

(По Фукусу).

Тѣмъ среды нашего глаза, а именно: роговая оболочка, хрусталикъ и стекловидное тѣло, которыя имѣютъ своимъ назначеніемъ отклонять, „переломлять“ лучи, направляющіеся къ нашему глазу съ тѣмъ, чтобы дать имъ возможность собраться на сѣтчаткѣ, носятъ въ совокупности названіе *светопреломляющаго* прибора, въ противоположность сѣтчаткѣ, представляющей собой *светоощущающій* приборъ. Какъ сказано, непремѣннымъ условіемъ яснаго зрѣнія служитъ собираніе лучей, исходящихъ отъ какого-либо предмета, на нашей сѣтчатой оболочкѣ. Когда же эти лучи собираются впереди или позади сѣтчатки, то изображеніе получается неясное и расплывчатое. Происходитъ это отъ недостатковъ светопреломляющаго аппарата, которые бываютъ врожденными, но также и приобрѣтенными, чаще всего вслѣдствіе напряженной и продолжительной умственной работы. О главнѣйшихъ порокахъ зрѣнія: близорукости, дальнорукости и другихъ—см. II „Энциклопедическую“ часть.

Глазъ нашъ устроенъ такимъ образомъ, что онъ совер-

Тѣмъ среды нашего глаза, а именно: роговая оболочка, хрусталикъ и стекловидное тѣло, которыя имѣютъ своимъ назначеніемъ отклонять, „переломлять“ лучи, направляющіеся къ нашему глазу съ тѣмъ, чтобы дать имъ возможность собраться на сѣтчаткѣ, носятъ въ совокупности названіе *светопреломляющаго* прибора, въ противоположность сѣтчаткѣ, представляющей собой *светоощущающій* приборъ. Какъ сказано, непремѣннымъ условіемъ яснаго зрѣ-

шенно естественно и безъ малѣйшаго напряженія различаетъ предметы, находящіеся въ большемъ разстояніи отъ него, но для предметовъ близкихъ требуется болѣе сильное преломленіе лучей, что достигается тѣмъ, что выпуклость нашей глазной чечевины (хрусталика) увеличивается при посредствѣ особаго мышечнаго прибора. Пока мы молоды и зрѣніе у насъ здоровое, *приспособленіе* хрусталика совершается свободно, но, по мѣрѣ того, какъ мы старимся, хрусталикъ утрачиваетъ свою эластичность и мы теряемъ способность ясно различать мелкіе предметы. Вотъ почему старики бываютъ обыкновенно дальнозоркими и не могутъ читать безъ очковъ. Очки же (съ выпуклыми стеклами) увеличиваютъ выпуклость хрусталика и дополняютъ ее. Точно также способность приспособленія въ значительной степени утрачивается и въ тѣхъ случаяхъ, когда намъ приходится проводить много времени надъ мелкими предметами (при чтеніи, шитьѣ, вышиваніи и пр.), особенно при недостаточномъ освѣщеніи. Этимъ объясняется фактъ значительнаго ослабленія зрѣнія въ современномъ поколѣніи, которое такъ рѣдко имѣетъ возможность предоставлять своимъ глазамъ зрѣлище широкаго чистаго горизонта и которое вынуждено бываетъ проводить въ школахъ и дома, а также въ конторахъ и т. под. учрежденіяхъ такъ много времени надъ книгами, бумагой и пр.

Зрительныя впечатлѣнія воспринимаются на сѣтчаткѣ зрительнымъ нервомъ, который передаетъ ихъ мозгу. Отсюда ясно, что параличъ этого нерва обращаетъ больного въ слѣпца, такъ какъ, несмотря на полную ясность и прозрачность всѣхъ глазныхъ средъ, зрительное впечатлѣніе вслѣдствіе порчи проводника *не* достигаетъ нашего сознанія. Съ другой стороны, мозгъ нашъ, будучи извѣстнымъ образомъ возбужденъ, способенъ воспринимать зрительныя впечатлѣнія, которыхъ вовсе не существуетъ въ дѣйствительности, какъ это наблюдается, на примѣръ, у нѣкоторыхъ душевно-больныхъ, у людей, находящихся въ горячечномъ бреду и пр. Отсюда происходятъ обманы зрѣнія, галлюцинаціи и т. п. ненормальныя явленія.

На рисунокѣ 22-мъ намъ представленъ глазъ со всѣми его принадлежностями.

Ухо. — Ухо является, какъ извѣстно, органомъ слуха и предназначается для воспріятія звуковыхъ впечатлѣній. Различаютъ наружное, среднее и внутреннее ухо. Наболѣе простымъ устройствомъ отличается *наружное* ухо, раковина котораго предназначена для собиранія звуковъ. У животныхъ мышцы, управляющія движеніями раковины, развиты гораздо сильнѣе, чѣмъ у человѣка. За раковиной слѣдуетъ наружный

слуховой проходъ, который отдѣляется отъ средняго уха *барабанной перепонкой*. Въ слуховомъ проходѣ расположены железы, выделяющія такъ-называемую ушную сѣру. Иногда сѣра эта скопляется такими количествами, особенно у пожилыхъ людей, что образуетъ большія пробки и сильно затрудняетъ слухъ. Никогда не слѣдуетъ выковыривать пробки и вообще удалять изъ слухового прохода какіе бы то ни было инородныя тѣла острыми орудіями. Такимъ образомъ, цѣль достигается довольно рѣдко; между тѣмъ очень легко повредить и даже пробуравить барабанную перепонку и такимъ образомъ попортить себѣ слухъ. По той сторонѣ барабанной оболочки, со стороны средняго уха, расположено нѣсколько маленькихъ такъ-называемыхъ *слуховыхъ косточекъ*, которыя передаютъ достигшія до нихъ колебанія дальше: внутреннему уху. Дѣятельность этихъ чрезвычайно маленькихъ и тонкихъ косточекъ въ значительной степени нарушается малѣйшими пораненіями барабанной оболочки. Точно также дѣйствуетъ на нихъ и скопленіе гноя въ среднемъ ухѣ. *Среднее ухо* сообщается при помощи особой трубы: Евстахіевой — съ глоткой. Поэтому понятно,

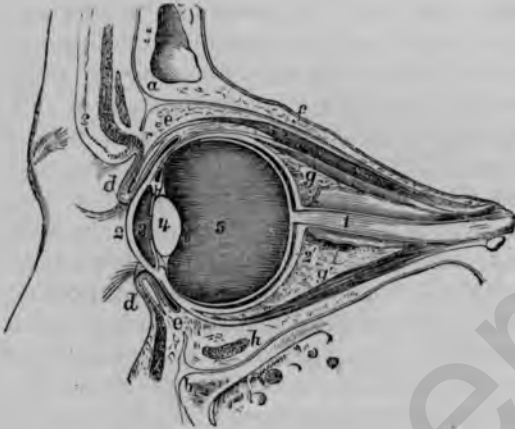


Рис. 22. Отвѣсный разрѣзъ черезъ глазничную полость.

1. Зрительный нервъ. 2. Роговая оболочка. 2'. Бѣлочная оболочка глаза. 3. Передняя камера глаза. 4. Хрусталикъ. 5. Стекловидное тѣло. а—Лобная кость съ лобной пазухой и отросткомъ, образующимъ крышу глазничной полости. б—Костное дно глазницы, образуемое верхнечелюстной костью. с—Кожа лба. dd—Вѣки. е—Перегібъ соединительной оболочки. ф—Мышца, поднимающая верхнее вѣко. г—Верхняя прямая мышца глаза. q—Нижняя прямая мышца. h—Нижняя косая мышца глаза въ разрѣзѣ.

(По Швалбе).

что воспаленіе и разнаго рода другія заболѣванія очень легко переходятъ съ глотки на ухо. Евстахіева труба имѣетъ своимъ назначеніемъ уравнивать давленіе воздуха въ наружномъ и среднемъ ухѣ. Поэтому она всегда должна быть проходима для воздуха.

Внутреннее ухо помѣщается внутри черепа и состоитъ изъ полукружныхъ каналовъ и такъ-называемой улитки, заключающихъ въ себѣ жидкость и окончанія слуховыхъ нервовъ. Слуховыя косточки передаютъ воспріятыя ими коле-

бать и даже пробуравить барабанную перепонку и такимъ образомъ попортить себѣ слухъ. По той сторонѣ барабанной оболочки, со стороны средняго уха, расположено нѣсколько маленькихъ такъ-называемыхъ *слуховыхъ косточекъ*, которыя передаютъ достигшія до нихъ колебанія дальше: внутреннему уху. Дѣятельность этихъ чрезвычайно маленькихъ и тонкихъ косточекъ въ значительной степени нарушается малѣйшими пораненіями барабанной оболочки. Точно также дѣйствуетъ на нихъ и скопленіе гноя въ среднемъ ухѣ. *Среднее ухо* сообщается при помощи особой трубы: Евстахіевой — съ глоткой. Поэтому понятно,

банія жидкости внутренняго уха, которая, въ свою очередь, передаетъ специфическое „раздраженіе“ нервнымъ окончаніямъ—слуховымъ клѣткамъ. Чтобы дать хоть общее представленіе объ устройствѣ внутренняго уха, скажемъ, что оно устроено по принципу фортепіано и что каждый звукъ изъ нѣсколькихъ гаммъ, которыя способно воспринимать наше ухо, имѣетъ *свою особую* клавишу.

Въ органѣ слуха, какъ и въ органѣ зрѣнія, мы можемъ констатировать наличие двухъ отдѣльныхъ аппаратовъ: одного, предназначеннаго для воспринятія звуковъ, и другого, имѣющаго назначеніемъ передавать ихъ нашему органу сознанія—мозгу. Каждый изъ этихъ приборовъ имѣетъ и свои собственные заботливанія.

Носъ — Внешнимъ органомъ обонянія является *носъ*. Всемъ намъ извѣстно, что, когда намъ желательно бываетъ сильно понюхать чего-либо, мы сильно втягиваемъ воздухъ носомъ. Такимъ

образомъ частицы, отдѣлившіяся отъ пахучаго предмета, попадаютъ на окончанія обонятельнаго нерва, развѣтвляющагося въ верхней части носа. Оттуда впечатлѣнія передаются мозгу.

Изъ сказаннаго и приложеннаго при семъ рисунка 24 видно, что нашъ органъ обонянія представляется по своему устройству гораздо болѣе простымъ и элементарнымъ, чѣмъ разсмотрѣнные нами выше глазъ и ухо.

Языкъ—Органомъ *вкуса* является у насъ, какъ это всемъ извѣстно, *языкъ*, преимущественно его верхняя сторона. Эта сто-

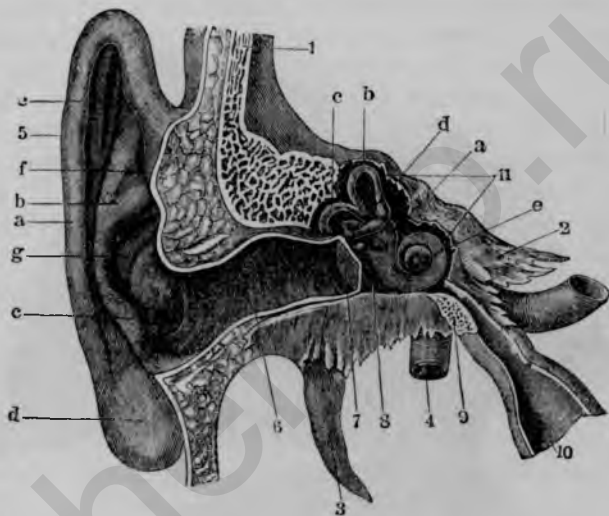


Рис. 23. Разрѣзъ уха.

1. Разрѣзъ височной кости. 2. Верхняя поверхность скальной кости. 3. Шиловидный отростокъ. 4. Сонная артерія. 5. Ушная раковина. 6. Наружный слуховой проходъ. 7. Барабанная перепонка, ведущая въ полость средняго уха. 8. Барабанная полость. 9. Костная часть Евстахіева трубы 10. Евстахіева труба (среднее ухо). 11. Лабиринтъ. 12а (справа)—Преддверіе. bcd (справа)—Три полукружныхъ канала. e (справа)—улитка. a, b, c, d, e, f, g, (слева)—Части ушной раковины.

(По Лущка).

рона выстлана многочисленными и разнообразными сосочками, въ которыхъ заканчиваются развѣтвленія вкусового нерва. Какъ извѣстно, мы способны воспринимать различный вкусъ, какъ-то: кислый, сладкій, горькій и пр. Новѣйшія изслѣдованія показываютъ, что каждый разрядъ вкусовъ имѣетъ свои особенные нервы, и въ нѣкоторыхъ случаяхъ бываетъ такъ, что мы, при извѣстныхъ болѣзняхъ, теряемъ способность воспринимать только извѣстный вкусъ, между тѣмъ какъ вкусъ другихъ веществъ воспринимается нами совершенно нормально. До-

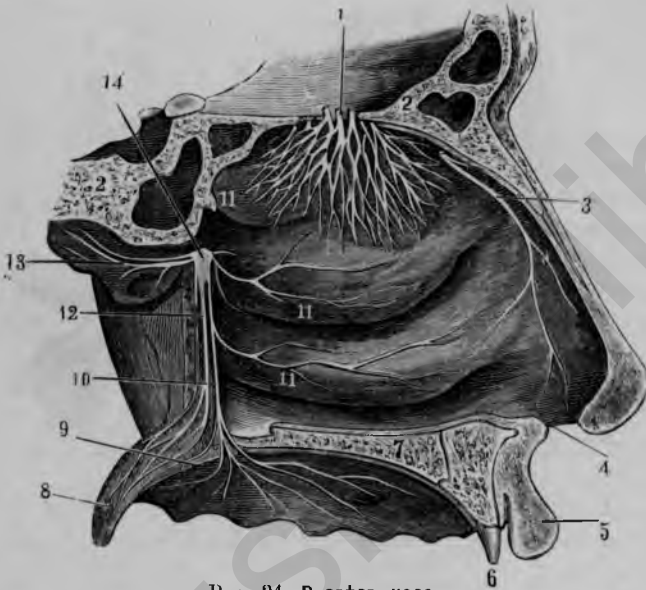


Рис. 24. Разрѣзъ носа.

1. Развѣтвленіе обонятельнаго нерва. 2. Черепныя кости. 3, 10, 12, 13 и 14. Вѣтви черепныхъ нервовъ. 4 и 5. Носовое отверстие и губа. 6. Зубъ. 7. Твердое нѣбо. 8. Небная заслонка. 9. Мягкое нѣбо. 10. Носовыя раковины.

(По Келлигу).

стоенъ вниманія и тотъ фактъ, что когда у насъ бываетъ расстройство пищеваренія, вещества совершенно измѣняютъ для насъ свой о б ы ч н ы й вкусъ, несмотря на то, что они, конечно, ни въ чемъ не измѣнили своего постояннаго состава. При расстройствѣ пищеваренія языкъ часто бываетъ *обложенъ* и по состоянію языка врачи имѣютъ

возможность съ значительной достовѣрностью судить о состояніи пищеваренія вообще.

Осязаніе сосредоточивается въ *кожу*. Пользуемся случаемъ, чтобы указать нашимъ читательницамъ на тотъ фактъ, что кожа (или, точнѣе, такъ-называемая эктодерма) даетъ происхожденіе всѣмъ безъ исключенія внѣшнимъ органамъ чувства, даже и наиболѣе сложнымъ, каковы глазъ и ухо. Она является такимъ образомъ первоначальнымъ и основнымъ органомъ нашей чувствительности. Кожа обладаетъ способностью воспринимать самые разнородные виды ощущеній, какъ-то: давленіе, боль, температуру и пр., при чемъ для

каждаго вида ощущеній имѣются спеціальныя нервы. Нервы эти заканчиваются въ кожѣ особыми приспособленіями, такъ-называемыми осязательными колбочками и тѣльцами (сосочками). Нервныя окончанія разсѣяны въ нашей кожѣ въ видѣ *сти*. Сѣть эта не всюду одинаково густа и, понятно, что, чѣмъ въ извѣстномъ мѣстѣ имѣется больше нервныхъ окончаній, тѣмъ чувствительность кожи тамъ будетъ больше. Наибольшей чувствительностью отличаются окончанія нашихъ пальцевъ и поверхность нашихъ губъ. Чувствительность бываетъ гораздо тоньше у тѣхъ лицъ, которыя занимаются тонкой ручной работой, чѣмъ у тѣхъ, кто предается грубому физическому труду. Вотъ почему она, въ общемъ, бываетъ гораздо тоньше у женщинъ, чѣмъ у мужчинъ.

При прикосновеніи къ нашей кожѣ какого-либо тѣла мы получаемъ понятіе о его наружной формѣ, твердости, теплотѣ, температурѣ и пр. и, такимъ образомъ, познаемъ довольно обстоятельно его главнѣйшія отличительныя свойства.

Женскіе половые органы.

При описаніи мышечной системы человѣка мы уже указали на то, что важными внутренними мышечными органами представляются сердце и матка. Но въ то время, какъ первое нами было описано, описаніе второй нами было отложено, такъ какъ мы намѣрены были отнести ея описаніе къ главѣ о женскихъ половыхъ органахъ.

Половые органы распадаются на наружныя и внутреннея.

Въ то время, какъ у мужчины, имѣющаго назначеніемъ давать только *толчекъ* къ развитію зародыша, важнѣйшіе половые органы расположены наружу, у женщины мы видимъ противоположное явленіе: важнѣйшіе половые органы расположены у женщины *внутри* таза; органы эти предназначены для того, чтобы дать плоду жизнь и развитіе. Такимъ образомъ, въ процессѣ размноженія человѣчества главная задача выпадаетъ на долю женщины, которая поэтому по справедливости заслуживаетъ наименованія „матери человѣчества“.

Наружные половые органы состоятъ у женщинъ изъ отверстій мочевого пузыря и влагалища, немногочисленныхъ железъ, луковицъ и преддверія (органовъ сладострастія) и клитора (похотника), преимущественно предназначеннаго для воспріятія сладострастныхъ ощущеній. Большинство поименованныхъ органовъ покрыты *срамными губами*, которыхъ различаютъ двѣ пары: наружныя и внутреннія. Первыя представляютъ собой довольно толстыя, пронитанныя жиромъ кожныя складки, спускающіяся отъ покрытаго волосами лон-

наго бугорка къ промежности. Вторыя—въ нормальномъ состояніи закрываются первыми и покрыты слизистой оболочкой. Лежащая между ними *щель* носитъ названіе *срамной*. И тѣ и другія губы имѣютъ своимъ исключительнымъ назначеніемъ закрывать и защищать входъ во влагалище. Пространство отъ клитора до входа во влагалище, ограниченное малыми губами, носитъ названіе *преддверія* влагалища.

Что, казалось бы на первый взглядъ, можетъ быть общаго между строеніемъ мужскихъ половыхъ органовъ и женскихъ! Между тѣмъ современная наука неопровержимо установила, что и тѣ и другіе развиваются изъ однихъ и тѣхъ же основныхъ тканей и состоятъ изъ одинаковыхъ образований. Каждый органъ мужского полового аппарата имѣетъ соотвѣтствующій себѣ въ женскихъ органахъ, и обратно. Такъ, мужскому дѣтородному члену, который предназначенъ одновременно, какъ для выведенія мочи, такъ и для изверженія сѣмени, соотвѣтствуетъ у женщинъ клиторъ, который у нѣкоторыхъ женщинъ приобрѣтаетъ развитіе и размѣры настолько значительные, что становится въ значительной мѣрѣ похожимъ на мужской членъ. Наружнымъ срамнымъ губамъ женщины соотвѣтствуютъ у мужчины мошонка, въ которой заключаются яички, т. е. сѣменные железы, между тѣмъ какъ у женщинъ сѣменные железы-яичники содержатся въ тазу, по обѣимъ сторонамъ матки.

Полное соотвѣтствіе въ происхожденіи и развитіи мужскихъ и женскихъ половыхъ органовъ явствуетъ изъ приложеннаго при семъ рисунка 25.

Кончикъ полового бугра при дальнѣйшемъ своемъ развитіи обращается въ мужской дѣтородный членъ; если же онъ приостанавливается въ своемъ развитіи, то обращается въ клиторъ. Половое возвышеніе обращается или въ мошонку, къ которой подвѣшены у мужчины яички, или же—у женщины—въ большія срамныя губы. Половое отверстіе обращается у мужчины въ шовъ, у женщины же—въ срамную щель. Хвостовой конецъ подвергается обратному развитію и все больше и больше обнажаетъ заднепроходное отверстіе, при чемъ и промежность начинаетъ выступать все болѣе и болѣе рельефно. Промежность—область, расположенная между заднимъ проходомъ и половыми органами, занимаетъ болѣе пространство у мужчины, чѣмъ у женщины. Объясняется это тѣмъ, что половое отверстіе помѣщается у мужчины лишь въ самомъ концѣ полового члена, между тѣмъ какъ у женщины оно помѣщается гораздо ближе, а именно на линіи, соединяющей отверстіе задняго прохода съ половыми органами. Длина и прочность промежности имѣетъ для женщины

при родахъ огромное значеніе, такъ какъ при этомъ часто наблюдаются разрывы. Къ этому вопросу мы еще вернемся ниже въ III части этого сочиненія, гдѣ рѣчь будетъ „о родахъ“.

Приложенные при семь три рисунка, представляющіе зародышъ въ возрастѣ двухъ-четырехъ мѣсяцевъ, уясняютъ намъ всѣ эти данныя.

Вполнѣ разумное и истинное понятіе о взаимоотношеніи обоихъ половъ въ родовомъ актѣ можемъ мы получить только въ томъ случаѣ, если будемъ разсматривать оба пола одновременно. Изучать же каждый полъ въ отдѣльности, значитъ насильственно разрывать объединяющую ихъ естественно связь. Подобный способъ идетъ въ разрѣзъ съ научными данными о развитіи обоихъ половъ и неизбѣжно ведетъ къ совершенно ложнымъ заключеніямъ. Такого рода одностороннее изученіе ведетъ только къ углубленію той духовной пропасти, которая существуетъ еще, къ сожалѣнію, и въ настоящее время между обоими полами, и, къ заключенію о томъ, что женщина въ физиологическомъ отношеніи стоитъ ниже мужчины, чего въ дѣйствительности совершенно нѣтъ.

Наша анатомио-физиологическая глава имѣетъ также, между прочимъ, цѣлью возстановить въ этомъ направленіи болѣе правильные и болѣе согласные съ данными современной науки взгляды.

Наружные женскіе половые, такъ-называемые, *срамные* органы, служатъ органами сладострастныхъ ощущеній и управляются нервомъ, ведущимъ свое начало отъ спинного мозга. Наиболѣе важное значеніе имѣетъ въ этомъ отношеніи нервъ, который идетъ къ клитору и соотвѣтствующій которому у мужчины направляется по спинкѣ дѣтороднаго члена. Само собой разумѣется, что нервъ этотъ долженъ быть болѣе длинны у мужчины, нежели у женщины. Второй спинно-мозговой нервъ пробѣгаетъ у мужчины вмѣстѣ съ сѣменнымъ канатикомъ къ мошонкѣ, между тѣмъ какъ у женщины онъ направляется къ большимъ срамнымъ губамъ.

Связь, существующая между наружными половыми органами и спиннымъ мозгомъ, и—при посредствѣ послѣдняго—также съ черепнымъ мозгомъ, объясняетъ намъ вліяніе, которое имѣетъ на наше душевное настроеніе половое совокупленіе, а также, какимъ образомъ половое возбужденіе можетъ быть вызвано психическимъ путемъ, посредствомъ умственныхъ представленій. У нѣкоторыхъ женщинъ совершенно отсутствуетъ возбудимость наружныхъ половыхъ органовъ. Зависитъ это чаще всего отъ ненормальности нервныхъ проводниковъ, при чемъ причина гораздо чаще лежитъ въ нервахъ, передающихъ ощущеніе мозгу, чѣмъ въ органахъ

воспріятія. Что же касается до недостатковъ развитія наружныхъ половыхъ органовъ, то они только въ исключительныхъ случаяхъ служатъ причиною отсутствія возбудимости. Подобно тому, какъ нѣкоторыя женщины обладаютъ слишкомъ слабой половой возбудимостью, другія отличаются, наоборотъ, чрезмѣрной и чисто болѣзненной возбудимостью. Наиболѣе разительный историческій примѣръ подобной болѣзненной возбудимости представляетъ намъ римская императрица Мессалина. Значительное повышеніе половой возбудимости наблюдается также при многихъ болѣзняхъ, преимущественно болѣзняхъ нервной системы.

Переходимъ къ *внутреннимъ половымъ органамъ*. Здѣсь же

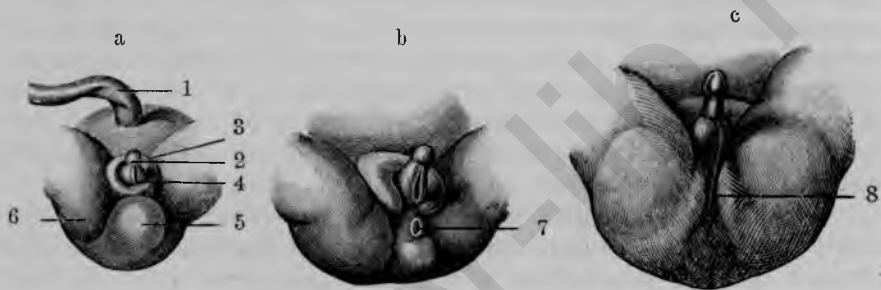


Рис. 25. Нижняя оконечность туловища плода.

- а—двухмѣсячный плодъ. 1. Пуповина. 2. Половой бугоръ; обращается у женщины въ клиторъ и у мужчины—въ окончаніе дѣтороднаго члена. 3. Половое возвышеніе, изъ котораго развиваются большія срамныя губы или же мошонка. 4. Половое отверстіе; обращается у мужчины въ шовъ, у женщины содержитъ отверстія мочеиспускательнаго канала и влагалища. 5. Хвостовой конецъ позвоночника—претерпѣваетъ, по мѣрѣ того, какъ зародышъ растетъ, обратное развитіе. 6. Бедро.
- б—трехмѣсячный зародышъ. 7. Образовался задній проходъ; хвостовой конецъ утрачиваетъ свою округленность. *Женскій* типъ развитія: обратное развитіе клитора.
- с—четыремѣсячный зародышъ: *мужской* типъ развитія. 8. Ясно виденъ на мѣстѣ щели шовъ.

умѣстно будетъ сказать, что границей между наружными и внутренними половыми органами служитъ у женщины *дѣвственная плева*, которой преддверіе влагалища отдѣляется отъ входа въ него. Плева эта у дѣвственницъ бываетъ различной формы: то кольцообразной, то полукруглой, то рѣшетчатой. Почти всегда въ плевѣ имѣется отверстіе (или отверстія), черезъ которое во время регулъ кровь изливается наружу. Бываетъ, однако, что такого отверстія нѣтъ, и тогда во время первыхъ менструацій кровь скопляется значительной массой позади плевы и вызываетъ болѣе или менѣе тяжелаго разстройства. Въ такихъ случаяхъ врачу приходится прибѣгнуть къ разрыву плевы и производству искусственнаго отверстія, черезъ которое кровь и изливается наружу. При

первомъ же совокупленіи дѣвственная плева въ большинствѣ случаевъ (но не всегда) разрывается. Послѣ родовъ она окончательно утрачиваетъ свою первоначальную форму, и на ея мѣстѣ остается только нѣсколько небольшихъ, такъ-называемыхъ миртовидныхъ складокъ.

Внутренніе женскіе половые органы состоятъ изъ яичниковъ, яйцепроводовъ (или фаллопиевыхъ трубъ), матки— вмѣстилища плода и влагалища. *Яичники*, представляющіе собой женскія зародышевыя железы, имѣютъ бобовидную форму. Это—маленькія тѣльца, на поверхности которыхъ развиваются и созрѣваютъ яйца, которыя затѣмъ по яйцепроводамъ и направляются въ матку. Тамъ они испытываютъ двоякую судьбу: въ подавляющемъ большинствѣ случаевъ они растворяются и удаляются наружу, не произведши никакихъ—сколько-нибудь замѣтныхъ измѣненій въ организмѣ. Такова бываетъ судьба ихъ въ томъ случаѣ, когда они *не* оплодотворяются. Совсѣмъ иной бываетъ судьба яйца въ томъ случаѣ, когда оно бываетъ *оплодотворено*. Въ такомъ случаѣ оно прикрѣпляется къ одной изъ стѣнокъ матки, гдѣ и продолжаетъ развиваться. Каждое созрѣвшее и удалившееся изъ яичника яйцо оставляетъ тамъ слѣдъ въ видѣ желтаго тѣльца. Замѣчательно при этомъ то обстоятельство, что яйцо, которое было оплодотворено, оставляетъ тамъ гораздо болѣе рѣзкій слѣдъ и называется *истиннымъ* желтымъ тѣлцемъ въ отличіе отъ *ложнаго* желтаго тѣльца, которое оставляетъ послѣ своего ухода неоплодотворенное яйцо.

Яйцепроводы имѣютъ своимъ назначеніемъ, какъ ужъ и самое ихъ названіе указываетъ, проводить яйцо, отдѣлившееся отъ яичника, въ полость матки. Наружные ихъ концы имѣютъ бахромчатый видъ; они совершенно подвижны и охватываютъ яичники. Лѣвая сторона приложеннаго при семъ рисунка уясняетъ, какимъ образомъ маленькія яйцевыя клѣтки попадаютъ въ яйцепроводы.

На рисункѣ этомъ влагалище вскрыто съ цѣлью показать шейку и рыльце матки. *Матка* (по-латыни uterus) представляетъ собой мышечное тѣло грушевидной формы, въ верхнихъ концахъ котораго открываются яйцепроводы, и отъ нижней части котораго отходитъ влагалище, которое составляетъ какъ бы его продолженіе.

Въ нижней части матки имѣется небольшой каналъ, чрезъ который въ матку проникаетъ мужское сѣмя. Каналъ этотъ имѣетъ два отверстія, изъ которыхъ одно открывается въ полость матки: внутреннее рыльце матки, другое же—во влагалище: наружное рыльце или наружный *звѣз* матки. Послѣднее у дѣвственницъ имѣетъ круглую, у рожавшихъ же

женщинъ—продолговатую форму и болѣе или менѣе глубокіе надрывы.

Влагалище имѣетъ своимъ назначеніемъ принимать въ себя во время совокупленія мужской дѣтородный членъ и извергаемое имъ сѣмя, которое и направляется затѣмъ въ матку. Черезъ влагалище выводятся наружу выдѣленія матки. Черезъ влагалище направляется во время родовъ и плодъ. Оно покрыто складками и способно въ значительной степени расширяться.

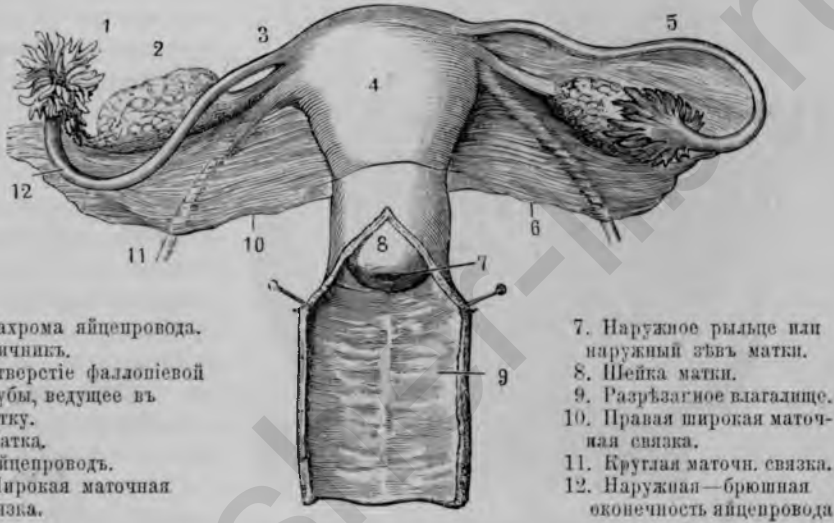
Матка укрѣпляется въ своемъ положеніи связками. Кругловатый тяжъ, который тянется на нашемъ рисункѣ ниже яйцепровода, носить названіе *круглой* маточной связки; широкая же перепонка, хорошо видная на томъ же рисункѣ, представляетъ собой *широкую* маточную связку. Связки эти, не препятствуя маткѣ измѣнять до извѣстной степени свое мѣстоположеніе, въ то же время сообщаютъ ей во всякомъ положеніи нѣкоторую устойчивость. Въ нѣкоторыхъ случаяхъ связки эти подвергаются воспаленію. Яичники находятся отчасти въ связи съ маткой, отчасти же прикрѣпляются къ какой-либо бахромѣ яйцепровода.

Матка съ принадлежащими къ ней органами свободно лежитъ въ полости малаго таза, будучи окружена костными стѣнками. Она лежитъ между мочевымъ пузыремъ, который находится впереди ея, и прямой кишкой, которая находится позади. Поэтому-то въ болѣе поздній періодъ беременности, когда матка давитъ на упомянутые органы, наблюдаются расстройства мочеиспусканія и испражненія. Обыкновенно матка нѣсколько перегибается впередъ. Матка покрыта густымъ слоемъ кровеносныхъ сосудовъ и потому, при приливѣ крови къ тазу, очень легко переполняется ею. При болѣе или менѣе продолжительныхъ застояхъ крови въ полости малаго таза, она испытываетъ ту же участь. Нервы, развѣтвляющіеся какъ въ самой маткѣ, такъ и въ прилежалцихъ органахъ, также не остаются безъ вліянія на нее. Приложенный при семъ рисунокъ всего лучше показываетъ намъ взаимоотношеніе тазовыхъ органовъ, а также нормальное положеніе матки.

Если мы коснемся вопроса о происхожденіи внутреннихъ половыхъ органовъ, то увидимъ прежде всего, что мужскія яички и яичники имѣютъ одно и то же происхожденіе. Тѣ и другіе носятъ названіе „зародышевыхъ железъ“, такъ какъ они доставляютъ „зародыши“ для новыхъ жизней, т. е. *яйцевыя и стѣмянныя клетки*. У женщины зародышевыя железы остаются навсегда тамъ, гдѣ онѣ впервые появляются, между тѣмъ какъ у мужчинъ онѣ спускаются внизъ и выходятъ наружу,

при чемъ онѣ обволакиваются кожнымъ мѣшкомъ—мошонкой. Тѣмъ не менѣе, выносящій протокъ приводитъ обратно въ тазъ продуктъ, выдѣляемый яичками, т. е. сѣмя.

Въ зародышевой почкѣ, т. е. почкѣ, которая существуетъ въ зародышѣ, когда онъ находится еще въ безразличномъ—безполомъ—состояннн, существуетъ два „хода“, изъ которыхъ одинъ носитъ названн Вольфова, а другой—Мюллера. Изъ перваго—у мужчины развивается выносящій протокъ, изъ втораго же у женщины—яйцепроводъ. На мѣстѣ же соединеннн обонхъ холдовъ развивается у женщины матка,



1. Бахрома яйцепровода.
2. Яичникъ.
3. Отверстн фаллопневой трубы, ведущее въ матку.
4. Матка.
5. Яйцепроводъ.
6. Широкая маточная связка.

7. Наружное рыльце или наружный зѣвъ матки.
8. Шейка матки.
9. Разрѣзное влагалище.
10. Правая широкая маточная связка.
11. Круглая маточная связка.
12. Наружная—брюшная оконечность яйцепровода.

Рис. 26. Внутреннне половые органы женщины.
(По Кёнигу).

между тѣмъ какъ у мужчины развивается соотвѣтствующее образованн, носящее названн „мужской матки“ (*utricleus masculinus*). Иногда и у мужчины наблюдается развитн настоящей матки.

Въ I изъ послѣдующихъ рисунковъ мы наблюдаемъ безполое состоянн въ томъ видѣ, въ какомъ оно можетъ быть наблюдаемо въ любомъ человѣческомъ зародышѣ до двухъ мѣсяцевъ. Въ третьемъ мѣсяцѣ, когда зародышъ начинаетъ понемногу принимать человѣческн образъ и получаетъ названн плода, мало-по-малу развивается и половой типъ, и тогда мы послѣдовательно находимъ формы, которыя мы воспроизвели во II и III изъ нашихъ рисунковъ. Во II рисункѣ, представляющемъ развитн мужского типа, мы видимъ органы, помещенные въ тазѣ въ томъ видѣ, въ какомъ они находятся до того, какъ они *опускаются* внизъ, и

до того, когда подвергается обратному развитію ставшій излишнимъ и потерявшій свое значеніе Мюллеровъ (внутренній) ходъ. Въ III рисункѣ представлено, наоборотъ, развитіе женскаго типа, при которомъ Мюллеровъ ходъ значительно развивается, между тѣмъ какъ Вольфовъ (наружный) претерпѣваетъ обратное развитіе.

Такимъ образомъ мы видимъ, что внутренние половые органы имѣютъ въ

обоихъ полахъ не только одинаковое происхожденіе, но что они и при дальнѣйшемъ развитіи сохраняютъ значительное сходство между собой.

Что касается до отправленій половыхъ органовъ, то намъ къ сказанному остается еще прибавить, что они оказываютъ гораздо болѣе сильное вліяніе на женскій, чѣмъ на мужской организмъ. Въ то время, какъ отдѣленіе сѣмянныхъ клѣтокъ не связано у мужчины ни съ какими опредѣленными сроками и до извѣстной степени подчиняется его волѣ, у женщины дѣло обстоитъ совсѣмъ

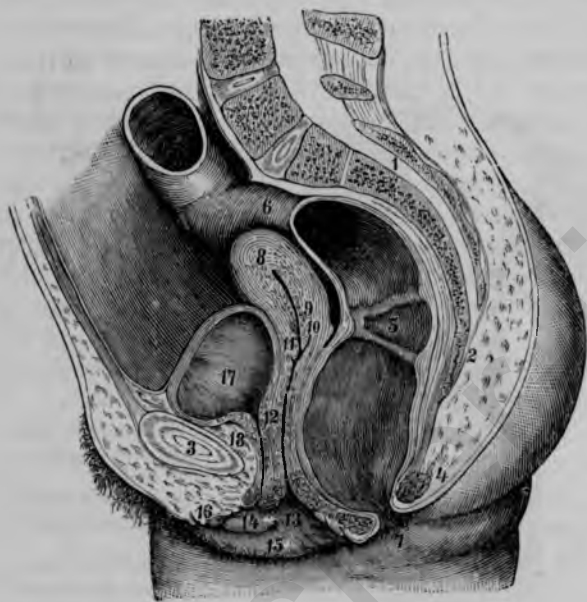


Рис. 27. Продольный разрѣзъ черезъ тазъ замороженнаго женскаго тѣла.

1. Крестецъ. 2. Копчикъ. 3. Лопное соединеніе. 4. Наружный жомъ, (сжимательная мышца) задняго прохода. 5. Область, гдѣ замѣчается скопленіе мышечнаго вещества, именуемая третьимъ жомомъ. 6. Переходъ римскаго S въ прямую кишку. 7. Заднепроходное отверстіе. 9. Маточная шейка. 10. Задняя губа маточной шейки. 11. Передняя губа маточной шейки. 12. Влагалище. 13. Входъ во влагалище. 14. Малая (внутренняя) срамная губа. 15. Большая (паружная) срамная губа. 16. Клиторгъ (похотникъ). 17. Мочевой пузырь. 18. Мочепускательный каналъ.

(По Рауберу).

иначе. Съ того момента, какъ женщина достигаетъ половой зрѣлости, отхожденіе зародышевыхъ тѣлецъ совершается съ извѣстной *периодичностью* и по срокамъ, которые она совершенно бессильна измѣнять. Кромѣ того, женскіе половые органы имѣютъ назначеніемъ давать не только убожище, но и развитіе оплодотворенному яйцу, пока оно не созрѣетъ настолько, что окажется въ силахъ оставить материнское

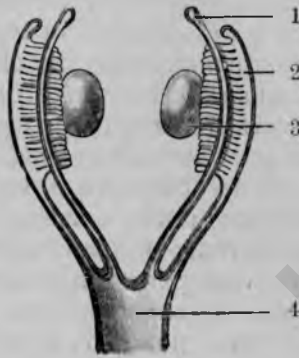
лоно и начать — до известной степени — самостоятельное существование.

Периодический процесс отхождения у женщинъ яйцевыхъ клѣтокъ носить название *менструаций* (отъ латинскаго слова *mensis*—мѣсяць), регуль или мѣсячнаго очищенія. Въмѣ-

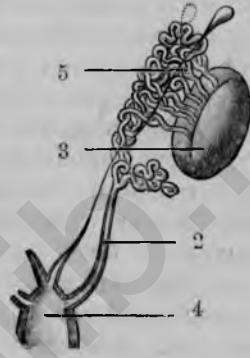
стѣ съ отхожденіемъ отъ яичника яйца, каковой процессъ имѣеть мѣсто каждыя четыре недѣли (или каждый лунный мѣсяць), наступаетъ кровотечение изъ внутреннихъ половыхъ органовъ. У большинства городскихъ женщинъ менструаціи сопровождаются нѣкоторыми болѣзненными явленіями, какъ-то: приливомъ крови къ спинному мозгу, болѣзненностью въ области поясицы, чрезмѣрной общей чувствительностью и раздражительностью и разбѣжными болями. Относительно происхожденія и причины этого периодическаго кровотечения намъ, несмотря на безчисленныя изслѣдованія, и до сихъ извѣстно очень мало.

Одно только мы можемъ сказать съ увѣренностью, что процессъ этотъ въ томъ видѣ, въ какомъ онъ совершается въ настоящее время среди культурныхъ европейскихъ женщинъ, далеко не можетъ считаться естественнымъ и и

I. Безразличное состояніе:
полъ не выраженъ.



II. Мужской типъ.



III. Женскій типъ.

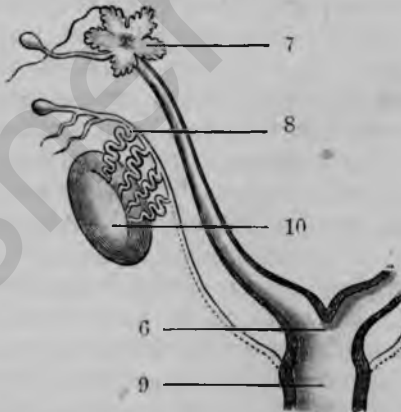


Рис. 28. Развитие внутреннихъ половыхъ органовъ.
Размѣръ увеличенъ. По Ландуа.

- | | |
|---|---|
| 1. Мюллеровъ ходъ. | 7. Бахрома яйцепровода съ яйцепроводомъ. |
| 2. Вольфовъ ходъ. | 8. Претерѣвшій обратное развитие Вольфовъ ходъ. |
| 3. Зародышевыя железы, (яички или яичники). | 9. Влагалище. |
| 4. Половая трубка. | 10. Яичники. |
| 5. Придатокъ яичка. | |
| 6. Матка. | |

нормальнымъ. У насъ имѣются довольно твердыя основанія думать, что чрезмѣрные требованія, предъявляемыя въ настоящее время къ половому аппарату женщины, недостаточный уходъ за нимъ, инфекціонныя (заразныя) болѣзни, рѣзкость мужчинъ и т. п. условія не остаются безъ болѣе или менѣе вреднаго вліянія на этотъ процессъ. Съ другой стороны, намъ извѣстно, что у многихъ высокоразвитыхъ млекопитающихъ животныхъ вовсе не существуетъ никакого ежемѣсячнаго отхожденія крови, что нисколько не препятствуетъ, однако, правильному выдѣленію у нихъ яйцевыхъ клѣтокъ. Намъ извѣстны также случаи, когда забеременѣвали женщины, у которыхъ уже прекратились менструаціи или, наоборотъ, молодыя дѣвушки, у которыхъ регулы еще вовсе не появлялись. Факты эти указываютъ на то, что выдѣленіе яйцевыхъ клѣтокъ можетъ, повидимому, совершаться и безъ ежемѣсячнаго кровотеченія.

Что касается до происхожденія менструацій, то, какъ сказано, намъ до сихъ поръ неизвѣстно на этотъ счетъ ничего положительнаго, хотя для объясненія его и предлагалось много теорій. Такъ, многими въ настоящее время принимается теорія „ежемѣсячной волны“. Предполагается, что обмѣнъ веществъ совершается въ женскомъ организмѣ не равномерно, но что онъ бываетъ то замедленъ, то ускоренъ. Ускореніе совпадаетъ съ отхожденіемъ яйцевыхъ клѣтокъ, которое сопровождается усиленнымъ приливомъ крови къ половымъ органамъ, какъ однимъ изъ симптомовъ болѣе интенсивнаго обмѣна. Тѣмъ не менѣе, до сихъ поръ еще не доказано, чтобы подобное ускореніе и замедленіе обмѣна веществъ въ женскомъ организмѣ, связанное съ періодическимъ отхожденіемъ яйцевыхъ клѣтокъ, имѣло мѣсто въ дѣйствительности. И, если бы оно и было установлено, то оно вѣдь намъ тоже не уяснило бы болѣе глубокой причины этого явленія. Кромѣ того непонятно, почему мы ровно ничего подобнаго не наблюдаемъ въ мужскомъ организмѣ. Ближайшей причиной кровотеченій во время мѣсячныхъ очищеній у женщины является, какъ теперь доказано, отпаденіе поверхностнаго слоя (эпителія) слизистой оболочки матки. Явленіе это сходно съ періодическимъ явленіемъ точки у высшихъ млекопитающихъ. Вслѣдствіе отпаденія эпителія обозначаются набухшіе многочисленныя сосуды матки, что и ведетъ непосредственно къ кровоистеченію. Невозможно, однако, отрицать и общее вліяніе нервной системы, такъ какъ нерѣдко наблюдается, что ежемѣсячное кровотеченіе происходитъ вовсе не изъ матки, а, напримѣръ, изъ носа, легкихъ и т. д. Какъ бы то ни было, несомнѣнно одно, что у современныхъ—нервныхъ

и физически ослабѣвшихъ—женщинъ процессъ этотъ занялъ столь видное мѣсто и сопровождается такими болѣзненными явлениями, которыя совершенно невѣдомы здоровымъ и уравновѣшеннымъ деревенскимъ женщинамъ. Въ то время, какъ городская дѣвушка, на примѣръ, чувствуетъ себя во время менструацій настолько разбитой и даже больной, что неспособна ни къ какому труду и часто бываетъ даже вынуждена ложиться въ постель, деревенская дѣвушка во время того же періода принимаетъ дѣятельное участие въ тяжелыхъ полевыхъ работахъ.

Болѣе подробныя свѣдѣнія относительно нормальныхъ и болѣзненныхъ менструацій будутъ нами помѣщены во второмъ отдѣлѣ сочиненія (Глава „Менструація—болѣзненная“).

Второй процессъ, состоящій въ развитіи оплодотвореннаго яйца въ маткѣ, носитъ названіе **беременности** и будетъ нами подробно описанъ въ III части, также какъ и третій процессъ—**роды**, имѣющій цѣлью изгнание созрѣвшаго плода изъ утробы матери.

Женская грудная железа.

Рожденіемъ младенца на свѣтъ Божій еще не прекращается его органическая связь съ матерью, такъ какъ онъ еще довольно продолжительное время послѣ того продолжаетъ питаться ея соками въ видѣ молока. Для этой цѣли существуютъ у женщины парная железа, расположенная по обѣимъ сторонамъ грудной клѣтки; железа эта съ момента рожденія ребенка начинаетъ выдѣлять жидкость, обладающую особенной питательностью и усвояемостью: молоко. Грудныя железы имѣются также у мужчины, но остаются у него почти въ зародышевомъ состояніи. Женское *молоко* въ своихъ основныхъ чертахъ сходно съ молокомъ животныхъ, но все же отличается отъ него въ нѣкоторыхъ отношеніяхъ. Главное отличіе состоитъ въ томъ, что женское молоко богаче сахаромъ и бѣднѣе жирами. Женское молоко также, какъ и потъ, на примѣръ, представляетъ собой продуктъ, выдѣляемый кровью посредствомъ фильтраціи черезъ грудныя железы. Вполнѣ понятно поэтому, что составъ крови имѣетъ огромное вліяніе какъ на обиліе, такъ и на составъ молока у женщины. Чѣмъ женщина здоровѣе, тѣмъ она обыкновенно выдѣляетъ больше молока и притомъ молоко лучшаго качества. Понятно также, что способъ питанія женщины отражается очень замѣтно на составѣ молока. Не слѣдуетъ также упускать изъ виду, что нѣкоторыя лекарственныя вещества переходятъ изъ крови въ молоко. Этимъ даже иногда

пользуются въ медицинѣ, и для леченія ребенка даютъ соотвѣтствующія лекарства матери. Переходятъ въ молоко и нѣкоторыя рѣзко-пахучія вещества нашей пищи (лукъ, чеснокъ и пр.), также какъ и алкоголь. Хорошее женское молоко въ томъ видѣ, въ какомъ оно выдѣляется каждой здоровой женщиной, заключаетъ въ себѣ всѣ необходимыя составныя вещества для развитія дѣтскаго организма въ теченіе, по крайней мѣрѣ, 9 мѣсяцевъ; а потому оно и можетъ въ теченіе указаннаго срока служить исключительной пищей ребенку.

Молоко образуется въ пузырькахъ железы и затѣмъ по главнымъ млечнымъ ходамъ, которыхъ насчитывается, въ общемъ, 15—20, направляется къ соску, изъ котораго добывается младенцемъ посредствомъ сосанія. Приложенный при семъ рисунокъ показываетъ намъ железистую ткань, а также крупныя и мелкія млечныя ходы, направляющіеся къ соску. Форма и величина соска имѣетъ огромное вліяніе на актъ сосанія: въ томъ случаѣ, когда сосокъ очень малъ и плосокъ, ребенокъ лишенъ возможности захватить его и потому голодаетъ, несмотря на то, что молоко у его матери можетъ быть и наилучшаго

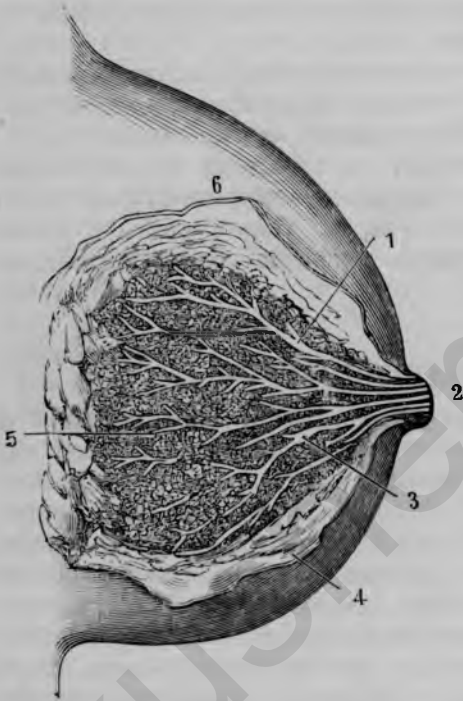


Рис. 29. Частичный разрѣзъ черезъ женскую грудную железу.

1. Главныя млечныя ходы. 2. Сосокъ съ отверстиями млечныхъ ходовъ. 3. Одинъ изъ главныхъ ходовъ. 4. Кожа съ жировой тканью.
5. Железистая ткань. 6. Наружная кожа.

(По Кёнигу).

качества. Что въ такихъ случаяхъ слѣдуетъ дѣлать для восстановленія соотвѣтствующей формы соска, объ этомъ будетъ рѣчь въ III части сочиненія.





ВТОРАЯ ГЛАВА.

Наше питаніе.

Голодъ и жажда.

„Человѣкъ живетъ не тѣмъ, что онъ съѣдаетъ
но тѣмъ, что онъ усваиваетъ“.

Потребность въ пищѣ мы называемъ голодомъ; потребность въ жидкости—жаждой. Мѣстомъ происхожденія какъ того, такъ и другого ощущенія считаютъ обыкновенно желудокъ. Между тѣмъ, мѣстомъ происхожденія этихъ ощущеній было бы, пожалуй, болѣе правильно считать ткани и мозгъ. Когда желудокъ пустъ и ткани обѣднѣли питательными жидкостями, то они возвѣщаютъ о своемъ состояніи мозгу, и тогда мы чувствуемъ голодъ и жажду.

Намъ извѣстно уже изъ предыдущей главы, что питательныя вещества доставляются при посредствѣ крови и лимфы въ растворенномъ состояніи всѣмъ частямъ и тканямъ нашего организма. Какъ только доставка тѣхъ веществъ, которыя необходимы нашимъ тканямъ для обновленія своего состава или же для нормальнаго отправленія своихъ обязанностей замедлилась, появляется немедленно особенное нервное раздраженіе, которое возбуждаетъ въ нашемъ мозгу ощущеніе голода и жажды. У людей нормальныхъ, т. е. такихъ, у которыхъ какъ обмѣнъ веществъ, такъ и отправленія различныхъ органовъ совершаются правильно, состояніе питанія тканей находится постоянно въ полномъ соотвѣтствіи съ нашими ощущеніями. Иначе говоря, мы ощущаемъ голодъ и жажду только тогда, когда нашъ организмъ *дѣйствительно* нуждается въ подвозѣ новыхъ веществъ.

Естественное чувство голода должно, само-собою разумѣется, всецѣло исчезнуть поэтому, если пищеварительный каналъ безпрестанно переполненъ пищею, и потокъ соковъ, циркулирующихъ по тканямъ, никакъ не можетъ освободиться отъ нѣкоторыхъ продуктовъ обмѣна. Между тѣмъ, только чув-

ство *дѣйствительнаго* голода должно бы служить единственнымъ нашимъ побужденіемъ къ принятію новой пищи. Только сознательное ощущеніе, что организмъ нашъ нуждается въ подвозѣ новыхъ строительныхъ матеріаловъ и топлива (для выработки животной теплоты), должно заставить насъ ѣсть, но ужъ никакъ не привычка и не желаніе полакомиться тонкимъ блюдомъ. Многое множество болѣзней совершенно исчезло бы, если всѣ „любители тонко покушать“ были знакомы съ этими фактами и проникнуты сознаниемъ ихъ важности. Къ сожалѣнію, лишь очень немногие среди насъ подозреваютъ, что пища наша служитъ источникомъ многихъ болѣзней. Точно также обстоитъ дѣло и съ жаждой. И она также появляется естественнымъ образомъ, и мы съ такимъ несказаннымъ наслажденіемъ удовлетворяемъ ее, когда мы въ теченіе нѣсколькихъ часовъ поднимаемся, наприм., на высокую гору въ жаркій лѣтній день. Что же касается до обыденной жизни богатыхъ людей, то она рѣдко даетъ случай испытывать естественную жажду.

Мы такъ приучили наши ткани и желудокъ принимать въ себя жидкости, въ которыхъ они не испытываютъ ни малѣйшей потребности, что можемъ только въ очень рѣдкихъ случаяхъ испытывать истинное чувство жажды. Лучшимъ доказательствомъ того, какъ мало согласуется съ истинными потребностями организма наша пища, служитъ простое указаніе на обыкновенное распредѣленіе нашей пищи и питья въ теченіе дня. Утромъ—чай, часто съ молокомъ. Затѣмъ, за завтракомъ, у однихъ кофе, у другихъ—рюмка-другая водки или бокаль пива; у третьихъ—къ мясу—соусъ. За обѣдомъ—супъ, борщъ или щи, всевозможные соусы и овощи къ жаркому, содержащія, по меньшей мѣрѣ, 70% воды. Послѣ обѣда—чай или кофе; затѣмъ—опять вечерній чай. Въ заключеніе, болѣе или менѣе плотный ужинъ. Многие же пьютъ чай и гораздо чаще, чѣмъ мы указали. При всемъ томъ, у многихъ—ни малѣйшаго мышечнаго труда или же сколько-нибудь усиленной дѣятельности кожи. Какое количество жидкостей мы помимо всего вливаемъ въ себя ежедневно! И всю эту массу нашъ желудокъ и кишки должны предварительно всосать въ себя. Затѣмъ на долю сердца и почекъ выпадаетъ очень тяжелая обязанность—удалить вонъ изъ организма всю излишнюю массу жидкости, перешедшую въ кровь. Вотъ почему многие совершенно не пьютъ воды, такъ какъ они уже съ пищей, чаемъ и проч. вводятъ въ себя гораздо больше жидкости, чѣмъ ихъ организму въ дѣйствительности требуется. А между тѣмъ наиболѣе вкуснымъ напиткомъ все же должна бытъ признана чистая свѣжая

ключевая вода, которую никакой искусственный напиток не долженъ быть бы никогда замѣнять.

На ряду съ воздухомъ *вода* является однимъ изъ веществъ, наиболѣе необходимыхъ нашему организму, такъ какъ наше тѣло заключаетъ въ себѣ около 70% воды. Мы безпрестанно выдѣляемъ воду черезъ кожу, легкія и почки. Вода служитъ не только для того, чтобы отчасти растворить введенные нами въ организмъ пищевыя вещества, но также и для того, чтобы при посредствѣ крови распредѣлить эти вещества по всѣмъ органамъ и тканямъ организма. Понятно поэтому, что при обѣднѣніи нашего организма водой—кровь уплотняется, быстрота кровяного потока замедляется, а вмѣстѣ съ тѣмъ замедляется въ той же мѣрѣ и подвозъ питательныхъ веществъ къ тканямъ. Итакъ, обѣднѣніе организма водой равносильно до извѣстной степени голоданію тканей. Вотъ почему мы не выносимъ продолжительной жажды, которая очень быстро ведетъ къ полному упадку силъ.

Но если мы, съ одной стороны, не можемъ никакъ обойтись безъ извѣстнаго количества жидкости, то чрезмѣрное потребление ея, не находящееся въ естественномъ соотношеніи съ выдѣляющимся количествомъ, ведетъ только къ обремененію нашихъ органовъ. Не слѣдуетъ забывать, что чрезмѣрное потребление жидкости имѣетъ и очень вредныя послѣдствія: оно разрѣжаетъ содержимое нашего желудка, разжижаетъ кровь и слишкомъ напрягаетъ наши выдѣлительные органы: почки, а также и мочевоу пузырь. Поражаешься нерѣдко тому, какія количества мочи выдѣляютъ иныя лица! На первый взглядъ количества эти кажутся прямо невѣроятными, но, если быть свидѣтелемъ того, какія, наприм., неимоверныя количества чаю они предварительно поглощаютъ, то, право, перестанешь удивляться. Въ виду того, что поглощеніе различныхъ жидкостей не изъ-за необходимости утолить жажду, но исключительно изъ желанія доставить себѣ временное пріятное ощущеніе, стало почти общераспространеннымъ явленіемъ среди цивилизованныхъ народовъ, то и не удивительно, что оно породило множество болѣзней, которыя даже вызвали къ жизни особенный методъ леченія, такъ-наз. сухую діету, *сухояденіе*.

Уже одинъ этотъ фактъ служитъ очень плохой рекомендаціей нашему обычному столу.

Мы ждемъ заболѣванія, чтобы ввести соотвѣтствующія реформы въ нашъ столъ. Между тѣмъ было бы, кажется, несравненно проще и логичнѣе *начать* съ этого. Ограниченіе количества поглощаемой нами жидкости, устраненіе возбуждающихъ жажду пищевыхъ веществъ (преимущественно

пряностей и излишка поваренной соли)—вотъ тѣ мѣры, которыя мы прежде всего должны принять для того, чтобы избѣжать искусственнаго чувственнаго—и пробудить въ себѣ здоровое чувство жажды; что же касается до удовлетворенія жажды, то она всего лучше удовлетворяется хорошей свѣжей водой, которая въ значительной степени способствуетъ сохраненію нашего здоровья.

Какъ мы ѣдимъ.

Когда наши хозяйки или кухарки стряпаютъ, то онѣ при этомъ руководятся почти исключительно собственнымъ вкусомъ, который выработался у нихъ подъ вліяніемъ ихъ матерей и который тѣ, въ свою очередь, получили въ наслѣдіе отъ все болѣе и болѣе отдаленныхъ предковъ. Не малую роль играетъ при этомъ также то, что онѣ видятъ и узнаютъ отъ другихъ хозяекъ, а также почерпаютъ изъ разныхъ поваренныхъ книгъ и „подарковъ молодымъ хозяйкамъ“. Не можетъ, между тѣмъ, не казаться страннымъ слѣдующее обстоятельство: въ то время, какъ всѣмъ людямъ требуется повсюду *одна и та же пища*, блюда эти не только въ каждой странѣ, но даже и въ разныхъ мѣстностяхъ одной и той же страны совершенно *различны*. Невольно долженъ у насъ поэтому возникнуть вопросъ: что именно слѣдовало бы устранить изъ нашей кухни и нашего стола, и какъ далеко должно простираться въ этомъ отношеніи владычество привычекъ и преданія? Построенная на разумныхъ основахъ *наука питанія* должна стоять превыше всевозможныхъ привычекъ и единственно она должна бы намъ служить путеводной нитью при приготовленіи различныхъ блюдъ нашего стола; единственно она должна бы являться судьей того, что *слѣдуетъ* и чего *не слѣдуетъ* употреблять въ пищу.

Этимъ мы не желаемъ, однако, сказать, что разумнымъ и вызваннымъ къ жизни мѣстными условіями обычаямъ также должна быть объявлена война. Высшее господство надъ всѣми мѣстными кухнями приобрѣла во всѣхъ странахъ французская кухня, что въ значительной степени объясняется чрезвычайной изнѣженностью современнаго человѣчества, которое всѣми мѣрами стремится уменьшить во всемъ свой трудъ и вмѣстѣ съ тѣмъ увеличить удовольствіе. Никакая кухня не льститъ такъ нашимъ вкусамъ, какъ французская. Она находится въ общемъ почетѣ какъ на востокѣ, такъ и на западѣ.

Произведенія ея, представляющія собой образецъ утонченности и элегантности, въ гораздо большей мѣрѣ льстятъ, однако, нашему вкусу, чѣмъ приносятъ пользы желудку.

Различные пищевые вещества настолько измѣняются при посредствѣ измельченія, смѣшенія съ водой, съ разными приправами и т. д., что становятся прямо неузнаваемыми. Этимъ въ значительной степени слѣдуетъ себѣ объяснить успѣхъ, который она себѣ снискала среди изнѣженныхъ натуръ, страдающихъ разслабленіемъ какъ желудка и кишечника, такъ и нервной системы, и почти совершенно отвыкшихъ отъ физической дѣятельности. Тѣ же пищевые вещества въ ихъ *натуральномъ видѣ* требуютъ между тѣмъ отъ насъ какъ тщательнаго пережевыванія, такъ и усиленной работы желудка, отъ чего изнѣженные и избалованные тонкими гастрономическими блюдами лица совершенно отвыкли.

Что касается до животныхъ, то характеръ ихъ пищи въ общемъ predeterminedъ какъ строеніемъ ихъ тѣла, такъ и инстинктомъ. Лошадь не станетъ ѣсть мяса; собака не притронется къ сырымъ зернамъ; левъ не станетъ лакомиться древесными плодами. Но что, собственно, составляетъ естественную пищу человѣка?

Человѣкъ ѣсть не только мясо звѣрей, но и человѣческое; онъ ѣсть корни, зерна, плоды деревьевъ и кустарниковъ, ягоды, молоко млекопитающихъ, яйца птицъ—словомъ, *все*, что онъ только въ силахъ себѣ добыть. Его приспособляемость очень велика; онъ поддерживаетъ свое существованіе самой разнородной пищей. Нельзя, однако, сказать, чтобы всякая пища ему одинаково шла въ прокъ. Мы не можемъ дать опредѣленнаго отвѣта на вопросъ: „какая именно пища должна считаться наилучшей для человѣка?“, ибо жизненныя условія, при которыхъ живетъ человѣкъ, далеко не повсюду и не всегда одинаковы. Такъ, напр., на крайнемъ сѣверѣ къ человѣческому организму предъявляются климатическими и жизненными условіями совершенно *иная* требованія, чѣмъ на знойномъ югѣ. Вотъ почему мы должны при разрѣшеніи вышепоставленнаго вопроса руководиться исключительно соображеніями о составѣ тканей нашего тѣла, которыя непремѣнно должны быть замѣщаемы и должны намъ поэтому служить главнымъ руководствомъ при выборѣ пищи.

Вещества эти могутъ нами въ различныхъ мѣстахъ быть принимаемы въ различномъ видѣ, но по существу они, очевидно, измѣняться не могутъ. Отъ различныхъ путешественниковъ намъ извѣстно, что индѣйцы, африканскіе и австралийскіе дикари ѣдятъ змѣй, червей, страусовыя яйца и яйца коршуновъ, гусеницъ, муравьевъ, жуковъ и пр. Все это показываетъ лишь одно: что всѣ они поглощаютъ одно и то же животное вещество, именно—*животный блокъ*. Многія изъ перечисленныхъ веществъ внушаютъ намъ глубокое

отвращеніе. Отвращеніе наше къ какому-либо блюду зависитъ между тѣмъ только отъ непривычки и отъ „трепета предъ неизвѣстнымъ“. Такъ какъ и мы, культурные европейцы, отличаемся, однако, чрезвычайной странностью и вычурностью своихъ блюдъ, то мы и не имѣемъ основанія чрезмѣрно изумляться вкусу поименованныхъ дикарей.

Составныя вещества животнаго и растительнаго организма.

Если мы разложимъ органическія тѣла на ихъ составныя части, то мы убѣдимся, что животное и человѣкъ не только состоятъ изъ однихъ и тѣхъ же основныхъ веществъ, но что вещества эти образуютъ, въ сущности, одни и тѣ же соединенія. Основными веществами (элементами) служатъ: *кислородъ (O)*, *водородъ (H)*, *азотъ (N)* и *углеродъ (C)*; ихъ важнѣйшими соединениями являются: *вода, белокъ, крахмалъ и жиръ*. Если къ поименованнымъ—прибавить сѣру, хлоръ, желѣзо, а также и соли, т. е. минеральныя вещества, входящія одинаково въ составъ какъ растительнаго, такъ и животнаго организма, то списокъ элементовъ, изъ которыхъ состоятъ органическія вещества, окажется полнымъ. Что касается до минераловъ, то они намъ необходимы какъ для того, чтобы сообщить прочность и устойчивость нашему скелету, такъ и для того, чтобы связать *) освобождающіяся при обмѣнѣ веществъ кислоты. Вотъ почему они непременно должны находиться въ извѣстномъ количествѣ въ нашей пищѣ.

Такъ какъ животное заимствуетъ свою пищу, преимущественно, изъ растительнаго царства; растение же извлекаетъ элементы, необходимые для его произрастанія изъ почвы, то очевидно, что качество и составъ почвы имѣетъ огромное, хотя и косвенное вліяніе также и на питаніе животныхъ. Между тѣмъ почва въ наше время, какъ всѣмъ извѣстно, очень сильно истощена. Особенно же обѣднѣла почва минеральными веществами.

Если мы къ тому же примемъ въ соображеніе, что вслѣдствіе неудачнаго примѣненія поварскаго искусства мы часто при жариваніемъ и вывариваніемъ отымаемъ у нѣкоторыхъ пищевыхъ веществъ ихъ наиболѣе цѣнныя составныя части, то ни одной изъ нашихъ читательницъ не покажется, вѣроятно, страннымъ наше утвержденіе, что, несмотря на разнообразную и обильную пищу, современный культурный человѣкъ все же *не* получаетъ въ своей

*) Химическій терминъ, обозначающій обращеніе — при помощи какого-либо металла—кислоты въ соль. Ред.

пищѣ достаточнаго количества питательныхъ веществъ. *Переработка почвы*, съ одной стороны, и *преобразование кукуи* съ другой,—вогь тѣ новыя путеводныя звѣзды, которыя обѣщаютъ намъ постепенныя улучшения въ указанныхъ отношеніяхъ въ будущемъ.

Растеніе черпаетъ свои составные элементы прямо изъ почвы и воздуха. Поэтому процессъ его питанія и произрастанія представляется гораздо болѣе простымъ, по сравненію съ животнымъ. Составными элементами растенія являются вода и минералы, которые оно черпаетъ изъ почвы, и кислородъ, азотъ и углекислота, которые оно почерпаетъ въ воздухѣ. Произрастаніе его и обращеніе въ немъ жизненныхъ соковъ обуславливается своей теплотой и свѣтомъ солнца. Вотъ почему никакое растеніе не можетъ правильно развиваться въ отсутствіи солнечныхъ лучей.

Часть воспринимаемыхъ матеріаловъ растеніе удерживаетъ въ себѣ въ видѣ запаса (соли, крахмаль и воду); другую же часть оно выдѣляетъ въ видѣ выдыхаемыхъ имъ углекислоты и кислорода. Растительная клѣтка представляетъ собой—подобно животной—обособленное цѣлое и состоитъ изъ оболочки, содержимаго клѣтки (протоплазмы) и клѣточного ядра. Если мы вздумаемъ сравнить между собой неорганическія и органическія тѣла, то мы получимъ возможность повсюду констатировать наличность *однихъ и тѣхъ же* основныхъ тѣлъ: кислорода, азота, углерода и водорода, вступающихъ въ соединеніе съ большой группой минераловъ: желѣзомъ, сѣрой, фосфоромъ, известью, натріемъ, магнезіей и пр.

Тотъ, кто имѣетъ возможность нѣсколько ближе ознакомиться съ химическимъ составомъ различныхъ органическихъ веществъ, съ изумленіемъ констатируетъ, что нерѣдко самыя различныя, повидимому, тѣла (напр., твердая мука и жидкое масло), состоятъ изъ совершенно одинаковыхъ основныхъ тѣлъ и въ данномъ случаѣ именно изъ С, Н и О, т. е. изъ углерода, водорода и кислорода. Что же касается до ихъ столь различнаго внѣшняго вида, то онъ обуславливается, какъ различіемъ въ пропорціяхъ поименованныхъ элементовъ, входящихъ въ составъ того и другого элементовъ, такъ и различнымъ расположеніемъ въ обоихъ веществахъ наиболѣе мелкихъ составныхъ частицъ — молекулъ. Такъ, напр., одна часть кислорода въ соединеніи съ двумя частицами водорода образуетъ воду, между тѣмъ какъ шесть частицъ углерода въ соединеніи съ десятью частями водорода и пятью—кислорода образуетъ крахмаль (муку).

Приведенныхъ примѣровъ достаточно для того, чтобы читательницы убѣдились въ *единствѣ* всѣхъ органическихъ

тѣль въ природѣ, несмотря на ихъ столь значительное видѣшнее разнообразіе.

Для того, чтобы внушить имъ, однако, еще болѣе правильныя представленія относительно питанія человѣка, намъ необходимо указать также и на *различія*, существующія между животными и растительными тѣлами. Главное различіе между ними состоитъ въ характерѣ клѣтки. Животная клѣтка отличается гораздо болѣе сложнымъ строеніемъ, чѣмъ растительная, при чемъ и самыя животныя клѣтки отличаются большимъ разнообразіемъ въ своемъ строеніи. Такъ, строеніе мышечной клѣтки отличается значительно большей простотой, чѣмъ строеніе нервной. Въ виду того, что задачи животнаго организма болѣе велики, чѣмъ растительнаго (такъ, напримеръ, животное производитъ движеніе и теплоту, которыя, если и наблюдаются въ растеніяхъ, то въ гораздо меньшей степени), то и соединенія его отличаются большей сложностью и большей склонностью къ распаденію. Наконецъ, въ животномъ организмѣ берутъ перевѣсъ *бѣлки*, между тѣмъ, какъ въ растительномъ — участвуютъ, преимущественно, *углеводы*.

Растеніе обладаетъ свойствомъ извлекать изъ безжизненной почвы вещества и создавать изъ нихъ, при посредствѣ воздуха и солнца, соединенія (сахаръ и крахмалъ), которыя совершаются только въ немъ. Животный организмъ не въ состояніи сдѣлать того же. Поэтому животное можетъ существовать только въ томъ случаѣ, если оно—помимо воздуха и свѣта — имѣетъ еще въ своемъ распоряженіи и богатый *растительный міръ*, который доставляетъ ему необходимые для него составные элементы. Въ отсутствіи растений животное не въ состояніи ни извлекать прямо изъ почвы необходимыя соли, ни фабриковать при посредствѣ воздуха необходимый для своего существованія сахаръ.

Обмѣнъ веществъ въ растеніи и животномъ.

Если бы мы должны были дать самое простое и общепонятное объясненіе понятію объ обмѣнѣ веществъ, то мы бы сказали, что подъ „обмѣномъ веществъ“ понимаютъ хозяйство, которое ведется въ нашемъ организмѣ, т. е. приходъ и расходъ различныхъ веществъ, благодаря которымъ организмъ сохраняетъ постоянно равновѣсіе и обнаруживаетъ свойственныя ему жизненныя явленія. Животное растетъ и дышитъ и въ томъ случаѣ, когда его приходъ великъ, оно отлагаетъ въ себѣ минералы и прочія соединенія. Животное же отдаетъ при посредствѣ кожи, легкихъ, кишечника и почекъ воду, газы, соли и негодныя ему соединенія. У него

обмѣнъ веществъ, поэтому, гораздо богаче, чѣмъ у растенія. Растеніе не вырабатываетъ теплоты, между тѣмъ какъ въ болѣе высоко развитомъ живогномъ организмѣ вырабатывается, наоборотъ, большое количество теплоты.

Теплота добывается въ животномъ организмѣ посредствомъ химическаго процесса, который носитъ названіе горѣнія. Процессъ *горѣнія* состоитъ въ существенныхъ чертахъ въ томъ, что различныя вещества соединяются, — преимущественно съ кислородомъ, — вслѣдствіе чего образуется довольно много теплоты. Процессъ этотъ въ своихъ основныхъ чертахъ напоминаетъ тотъ процессъ горѣнія, который происходитъ и въ нашихъ печахъ и который такъ хорошо знакомъ всѣмъ нашимъ читательницамъ. Когда дрова горятъ въ печи, то составныя части дерева, главнымъ образомъ углеродъ, соединяются съ кислородомъ воздуха, вслѣдствіе чего образуется углекислота. Углекислота эта удаляется черезъ трубу въ воздухъ, вслѣдствіе чего развивается теплота, которая и согреваетъ наши помѣщенія. Для горѣнія дровъ необходимъ доступъ воздуха. Чтобы облегчить доступъ послѣднему, нами устраиваются трубы, которыя улучшаютъ тягу. То, что происходитъ въ нашихъ печахъ, повторяется въ своихъ основныхъ чертахъ и въ нашемъ организмѣ.

Различныя вещества, доставляемыя намъ пищею извнѣ, соединяются съ кислородомъ и образуютъ теплоту, которая намъ такъ необходима для жизни. Образуемые при этомъ продукты горѣнія удаляются изъ организма различными путями; такъ, напр., азотистыя соединенія удаляются при посредствѣ почекъ. Углекислота же, которая въ данномъ случаѣ играетъ главную роль, удаляется легкими. Наилучшимъ продуктомъ горѣнія въ животномъ организмѣ, какъ и въ печахъ, почитаются вещества, которыя содержатъ большое количество углерода. Крахмалъ, сахаръ и жиры — вотъ тѣ *горючія вещества*, которыя служатъ къ образованію теплоты въ нашемъ организмѣ и которыя, всегда должны слѣдовательно, находиться въ достаточномъ количествѣ въ нашей пищѣ.

Что же касается до бѣлковыхъ тѣлъ, которыя имѣютъ совсѣмъ иное назначеніе, то ихъ для поддержанія нашего существованія требуется относительно немного. Въ мучнистыхъ веществахъ мы принимаемъ большія количества крахмала, которыя мы, при посредствѣ пищеварительныхъ соковъ, превращаемъ въ сахаръ; этотъ-то сахаръ и сгораетъ въ нашихъ тканяхъ. Понятно, поэтому, что, если мы вмѣсто крахмала принимаемъ сахаръ, въ болѣе или менѣе готовомъ видѣ, напр., въ сладкихъ плодахъ, то мы этимъ экономимъ нѣ-

которую часть работы нашему организму. Жиръ развиваетъ при сгораніи несравненно больше теплоты, чѣмъ крахмаль, но его сытность и неудобоваримость лишаютъ насъ возможности принимать его въ большихъ количествахъ. Жители крайняго сѣвера, для которыхъ животная теплота играетъ гораздо болѣе важную роль, чѣмъ для насъ, потребляютъ его, тѣмъ не менѣе, въ пищу въ количествахъ, о которыхъ мы и представленія не имѣемъ. Извѣстно также, какимъ лакомымъ блюдомъ является зимой сало для нашихъ малороссовъ.

Бѣлки, т. е. вещества, которыя заключаютъ въ себѣ азотъ, рассматриваются, какъ строительный матеріалъ для нашего организма. При этомъ слѣдуетъ имѣть въ виду слѣдующее. Самой работой, самой дѣятельностью нашего организма разрушаются нѣкоторыя части нашихъ органовъ и тканей, которыя немедленно должны быть замѣнены новыми, если мы желаемъ избѣжать постепеннаго уничтоженія нашего организма. При этомъ въ числѣ другихъ веществъ освобождается азотъ, который переходитъ въ мочевины и выдѣляется съ мочей. Понятно, что на мѣсто выдѣлившагося азотнаго соединенія должно появиться такое же новое; иначе органъ оказался бы не въ состояніи выполнять свою функцію. Бѣлковыя тѣла имѣютъ своимъ назначеніемъ замѣщать частицы разрушенныхъ клѣтокъ.

Въ настоящее время наука различаетъ два вида бѣлковъ: *организованный и кровяной—циркулирующій*. Первый служитъ для образованія основы нашихъ органовъ и тканей. Поэтому количество его въ организмѣ не можетъ ни увеличиваться, ни уменьшаться: оно остается неизмѣннымъ. Что же касается до кровяного бѣлка, то онъ образуется изъ свѣже поглощенныхъ нами пищевыхъ веществъ, разносится кровью по всему организму и количество его въ крови мѣняется безпрестанно. Бѣлокъ можетъ служить для выработки тепла — какъ топливо — только въ крайнемъ случаѣ, когда не хватаетъ для этой надобности углеводовъ; въ общемъ же ему присвоены болѣе возвышенныя задачи.

Циркулированіе въ кровяномъ токъ чрезмѣрнаго количества бѣлка ведетъ къ отложенію жировыхъ веществъ и усиленному выдѣленію солей, которыя раздражаютъ почки. Несмотря на то, что безпрерывное разрушеніе тканей въ нашемъ организмѣ едва ли кѣмъ-либо можетъ въ настоящее время быть отрицаемо, намъ вовсе не требуется, однако, столь усиленнаго подвоза бѣлковъ, какое намъ доставляетъ современный способъ питанія. И этотъ роковой предразсудокъ — будто намъ непременно требуется большое количество пищи, — является причиной многочисленныхъ болѣзней.

При голоданіи, мы сначала поглощаемъ отложившійся въ организмѣ жиръ и только тогда, когда запасъ его уже истощенъ, мы пускаемъ въ ходъ циркулирующій въ крови бѣлокъ. Что же касается до органическаго бѣлка, то до него очередь доходить послѣднимъ, что доказываетъ, что организмъ нашъ очень сильно имъ дорожить. Замѣчательно при этомъ то обстоятельство, что не всѣ наши ткани въ одинаковой мѣрѣ способны лишать себя части своего существа. И въ этомъ отношеніи между различными тканями можно установить довольно строгую градацію, чрезвычайно поучительную въ физиологическомъ отношеніи. Такъ, установлено, что чѣмъ большую роль данная ткань играетъ въ организмѣ, тѣмъ позже наступаетъ очередь ея исчезновенія при голоданіи. Менѣе же необходимыя ткани тотчасъ же приносятся въ жертву. Мы уже видѣли, что первая очередь принадлежитъ при голоданіи жировой ткани. Послѣдней же исчезаетъ нервная ткань, безъ которой организмъ не можетъ, повидимому, обходиться даже короткое время. Замѣчательно также то, что даже самая слабая потеря нервной ткани неизбѣжно влечетъ за собой смерть организма.

Весьма вѣроятно, что нѣкоторыя наши читательницы слышали кой-что и про „азотистое равновѣсіе“. Пояснимъ поэтому, что равновѣсіе это сводится къ тому, чтобы уравнять приходъ и расходъ организма въ отношеніи азотистыхъ веществъ. При этомъ бѣлки, вводимые нами въ организмъ при посредствѣ пищи, должны насыщать въ достаточной степени кровяной токъ и покрыть то количество азота, которое организмъ выдѣляетъ ежедневно. Слѣдуетъ указать также и на то, что излишекъ вводимыхъ въ тѣло бѣлковъ не отлагается, но выдѣляется. Отсюда ясно, что мы ничего ровно не выигрываемъ отъ того, что вводимъ чрезмѣрныя количества бѣлковыхъ веществъ, которые только доставляютъ излишнюю работу почкамъ и засоряютъ ихъ. Прибавимъ для свѣдѣнія, что ежедневное количество азота, выдѣляемое почками, равно 24 граммамъ.

Рекомендуемъ нашимъ читательницамъ прочесть эту главу съ особеннымъ вниманіемъ и, поскольку возможно, глубоко усвоить приведенныя нами вкратцѣ данныя. Только въ такомъ случаѣ будутъ онѣ въ состояніи удовлетворить тѣмъ требованіямъ, которыя къ нимъ предъявляетъ ежедневно наблюденіе за кухней и столомъ, связанное со столь важными для судьбы нашего организма вопросами.

Наши пищевыя средства.

Для того, чтобы человекъ могъ расти и быть вполне здоровымъ, пища его непремѣнно должна заключать въ себѣ слѣдующія вещества: *бѣлокъ, жиръ, крахмалъ* или *сахаръ, минеральныя вещества и воду*. На основаніи соотвѣтствующихъ изслѣдованій, ученые гигиенисты Фойгъ и Петгенкофферъ пришли къ заключенію, что человекъ средняго физическаго развитія долженъ получать, при покойномъ образѣ жизни, въ сутки не менѣе 130 *) граммъ бѣлка, 60 гр. жира и 500 гр. углеводовъ. Соотвѣтственно этому, отношеніе бѣлка къ углеводамъ равнялось бы отношенію 1 : 4; иначе говоря, намъ требуется въ четыре раза болѣе крахмала или сахару, чѣмъ бѣлковыхъ веществъ. При усиленномъ физическомъ трудѣ возрастаетъ, главнымъ образомъ, количество потребляемыхъ углеводовъ, между тѣмъ какъ количество бѣлковъ остается почти безъ измѣненія.

Тѣмъ не менѣе, нѣкоторыя наблюденія находятся въ противорѣчій съ этими выводами. Такъ, было замѣчено, что при питаніи пищевыми средствами въ указанныхъ пропорціяхъ, получается откармливаніе и что народъ, въ питаніи котораго отношеніе бѣлковъ къ крахмалистымъ веществамъ не всегда равно даже 1 : 10 и равняется нерѣдко только 1 : 15, часто чувствуетъ себя гораздо здоровѣе и оказывается болѣе трудоспособнымъ, чѣмъ представители состоятельныхъ классовъ, которые питаются „лучшей“, т. е. болѣе богатой бѣлками пищей. Наблюденія, произведенныя надъ нѣкоторыми первобытными народами, также показали, что и въ ихъ питаніи далеко не всегда соблюдается вышеуказанная пропорція 1 : 4. Такъ, арабъ живетъ нѣсколькими финиками и чашей верблюжьяго молока въ день. Эскимось наиболѣе лакомымъ блюдомъ почитаетъ тюлений жиръ. Китаецъ же пробавляется нѣсколькими горстями риса въ день.

Наше простонародье также потребляетъ чрезвычайно мало мяса, даже и въ не постное время, котораго у насъ, отнositельно, такъ мало. И тѣмъ не менѣе представители всѣхъ названныхъ народностей вполне здоровы и трудоспособны. Ясно, что указанная пропорція не можетъ имѣть абсолютнаго значенія. Весьма возможно, что отношеніе бѣлковъ къ углеводамъ должно находиться прежде всего въ зависимости отъ того, какимъ именно трудомъ преимущественно занимается данный человекъ. Весьма вѣроятно, что человекъ, занимающійся умственнымъ трудомъ, требуетъ совсѣмъ иного

*) 100 гр. = 23 золот. = 1/4 фунта.



КРАСИВЫЯ ЖЕНСКІЯ ГОЛОВКИ.

состава пищи, чѣмъ другой, занимающійся, главнымъ образомъ, физическимъ. Должно, однако, сознаться, что эти столь сложные вопросы въ настоящее время еще не окончательно выяснены наукой.

Въ ожиданіи новыхъ изысканій въ этомъ направленіи, вспомнимъ вышеприведенную пропорцію 1 : 4, въ каковой поименованныя вещества выдѣляются изъ нашего организма. Что же касается до многочисленныхъ отклоненій отъ этого правила, то они объясняются, главнымъ образомъ, особенностями труда даннаго лица и мѣстными климатическими условіями.

Всего болѣе содержатъ *бѣлковыя вещества* слѣдующія пищевыя средства: *мясо, яйца, молоко и сыръ*. Прочія пищевыя средства содержатъ меньшія количества бѣлковъ. Составъ бѣлка, въ среднемъ, слѣдующій: 53% углерода, 7% воды, 22% кислорода, 16% азота и 1—2% сѣры.

Жиръ мы добываемъ изъ мяса, которое всегда содержитъ въ себѣ большее или меньшее количество жира; изъ молока, содержащаго наиболѣе вкусный и всего выше цѣнный нами видъ жира—*масло*, и изъ различныхъ маслянистыхъ плодовъ, каковы, напр., орѣхи, миндаль и пр.

Муку мы добываемъ изъ хлѣбныхъ зеренъ, а также изъ маиса, рису, гороху, бобовъ, фасоли и пр. Добывается она также изъ клубней (картофеля) и нѣкоторыхъ корней, подвергшись предварительно соответствующей переработкѣ.

Сахаръ мы сами себѣ добываемъ изъ крахмала, который соответствующимъ образомъ перерабатывается въ нашемъ организмѣ. Получаемъ мы его также въ готовомъ видѣ: изъ сладкихъ плодовъ, меда, или же изъ искусственнаго сахара, который добывается, какъ извѣстно, изъ сахарнаго тростника или, напр., у насъ въ Россіи изъ свеклы, которой засѣяны огромныя пространства въ юго-западномъ краѣ. Такъ какъ сахаръ довольно дорогъ и далеко не всѣмъ доступенъ, то онъ и не играетъ такой роли въ нашемъ питаніи, какъ крахмалъ, несмотря на то, что онъ намъ болѣе необходимъ.

Мясо. Всѣ безъ исключенія знаютъ, что такое мясо. Это мышечная ткань (см. въ первой главѣ: „Мышцы“) животныхъ, которыхъ мы убиваемъ, чтобы питаться ими. Мясо состоитъ изъ отдѣльныхъ мышечныхъ пучковъ, въ родѣ того, какой представленъ на рис. 30. Человѣкъ, находящійся въ дикомъ и кочевомъ состояніи, а также ведущій охотничій образъ жизни, добываетъ себѣ мясо, охотясь за звѣрями и птицей. Культурный же человѣкъ нашего времени пользуется мясомъ домашнихъ и притомъ исключительно *травоядныхъ животныхъ*, которыя специально съ этой цѣлью и разводятся.

Первая роль въ этомъ отношеніи принадлежитъ странамъ, въ которыхъ имѣются еще въ настоящее время обширныя степныя пространства, какъ, напр., Южная Америка, а также и наша родина.

Мясо высоко цѣнится нами, какъ пищевое средство, главнымъ образомъ потому, что оно доставляетъ намъ большое количество бѣлковъ, которые намъ такъ необходимы, и доставляетъ ихъ притомъ въ наиболѣе пріятной для насъ и вкусной формѣ. Главной причиной этого слѣдуетъ считать удобоваримость мяса и его высокую усваиваемость. Бѣлки мяса усваиваются нами почти безъ остатка. При питаніи мясомъ, количество не усвоенныхъ бѣлковъ въ десять разъ меньше, чѣмъ при питаніи бѣлымъ хлѣбомъ, и разъ въ двадцать меньше, чѣмъ при питаніи сухарями или чернымъ солдатскимъ хлѣбомъ. Тѣмъ не менѣе, должно также имѣть въ виду и нѣкоторые недостатки убойнаго мяса. Такъ, оно содержитъ нѣкоторые, не успѣвшіе еще выдѣлиться продукты обмена (углекислоту, мочевины и пр.). Затѣмъ въ немъ совершаются нѣкоторые химическіе процессы, которые неизбежно влечетъ за собой смерть (особенно въ мышцахъ и крови): бѣлокъ свертывается, увеличивается количество молочной кислоты. можно констатировать начало гніенія, которое иногда довольно быстро наступаетъ и ведетъ за собой образование амміака, сѣроводорода и т. д.



Рис. 30.
Нормальная
мышечная
клетка.

Несмотря на то, что вопросъ этотъ еще не изученъ окончательно, имѣется основаніе думать, что мы въ мясѣ цѣнимъ не только бѣлокъ, но также и такъ-называемыя *вытяжныя вещества* (экстрактивные), какъ, напр., ксантинъ, креатинъ, сарцинъ, мочевую кислоту, которыя, хотя и являются у насъ продуктомъ выдѣленія, но, тѣмъ не менѣе, имѣютъ, несомнѣнно, полезное вліяніе на нашу нервную систему, возбуждая ее. Той же причиной, а именно, значительнымъ содержаніемъ экстрактивныхъ веществъ, объясняется и всеобщая любовь, которой пользуется среди насъ бульонъ, несмотря на его крайне ничтожную питательность. Выказанными соображеніями и объясняется, почему современный культурный и особенно умственно трудящійся человекъ почти совершенно не можетъ обойтись безъ мяса.

Изъ минеральныхъ соединений мясо содержитъ преимущественно калийныя и фосфорныя соединения, между тѣмъ какъ натрія и извести въ немъ содержится относительно мало.

По Кёнигу составъ различныхъ видовъ мяса слѣдующій:

	Воды.	Бѣлковъ.	Жира.	Солей.
Говядина . . .	50—70%	15—20%	10—30%	1,1%
Телятина . . .	70—75%	15—18%	7—10%	1,3%
Конина	74%	22%	3%	1,0%
Баранина . . .	50—55%	14—17%	20—28%	0,9%
Свинина	47—50%	15—17%	30—37%	0,7%

Изъ этой таблицы видно, что *телятина* больше всѣхъ остальныхъ видовъ мяса содержитъ воды; всего больше жиру содержитъ *свинина*, между тѣмъ какъ *говядина* всѣхъ богаче бѣлками. Не лишено значенія и то обстоятельство, что мы, желая приобрести 15—20% животнаго бѣлка, обязаны прикупать къ нему и 50—70% воды. Ошибочно было бы думать, будто стоимость мяса опредѣляется преимущественно его составомъ. Главную роль въ этомъ играютъ *вкусъ, мягкость и нежность мяса*. Чѣмъ нежнѣе вкусъ, тѣмъ дороже мясо. Жирное мясо цѣнится дороже тощаго.

На вкусъ влияетъ и *возрастъ* животнаго. Мясо молодыхъ животныхъ и птицъ нежнѣе и вкуснѣе, чѣмъ мясо взрослыхъ; вмѣстѣ съ тѣмъ оно и менѣе питательно. Влияетъ также очень сильно на вкусъ мяса и *кормъ* животнаго. Укажемъ только на особенную нежность вкуса телятъ, вспоенныхъ на молокѣ.

Совсѣмъ свѣжее мясо отъ только-что убитаго животнаго менѣе вкусно и болѣе жестко, чѣмъ мясо, полежавшее около сутокъ. Мясо коровъ нежнѣе мяса холощенныхъ быковъ. Разнятся значительно во вкусѣ и различныя части одной и той же туши, которыя имѣютъ поэтому и различную цѣнность. Очень замѣтно влияетъ на вкусъ мяса и количество вытяжныхъ веществъ, которое очень сильно разнится въ мясѣ различнаго происхожденія. Всего больше ихъ содержится въ мясѣ тѣхъ животныхъ, которыя производить наиболѣе энергичныя движенія. Вотъ почему дичь всего больше содержитъ креатина, креатина и пр., и отчего она имѣетъ столь характерный вкусъ и возбуждающія свойства. Особенность во вкусѣ того или иного мяса зависитъ также отъ жира, на что указываетъ, напр., сравненіе между свинымъ и бараньимъ мясомъ.

Различіе въ запахѣ и вкусѣ мясного жира обуславливается, главнымъ образомъ, жирowymi кислотами.

По Ландуа вытяжныхъ веществъ содержится на 100 частей въ мясѣ

человѣка и голуби	3 части.
олена и утки	4 »
ласточки	7 »

Какъ сказано, вытяжныя вещества, всего вѣроятнѣе, оказываютъ возбуждающее вліяніе на нашу нервную систему. Тѣмъ не менѣе не должно также упускать изъ виду и ихъ вреднаго дѣйствія на почки, которыя они до нѣкоторой степени раздражаютъ и при чрезмѣрномъ потребленіи могутъ даже обусловить въ этихъ органахъ выдѣленія болѣзненныя измѣненія.

Что касается до мяса различнаго происхожденія, намъ остается еще добавить, что мясо молодыхъ животныхъ богаче водой, но бѣднѣе жиромъ и вытяжными веществами. Волокна въ ихъ мясѣ нѣжнѣе: слѣдовательно, оно болѣе удобоваримо. Всего больше клея и воды содержитъ телятина. То же относится и къ мясу молодыхъ козъ. Какая хозяйка не знаетъ, что цѣна мяса находится въ зависимости отъ *сорта*. Туша дѣлится на 15—20 частей (въ различныхъ странахъ различно), которыя затѣмъ распределяются въ Петербургѣ на четыре, въ Москвѣ на три сорта. Вкусъ мяса, а вмѣстѣ съ тѣмъ и его стоимость повышаются по мѣрѣ его приближенія отъ переднихъ частей къ бедрамъ. Въ Петербургѣ къ первому сорту относятся: филей, ростбифъ, бедро, кострець, огузокъ и сѣбкъ. Всѣ названныя части помѣщаются или на бедрѣ, или же на ближайшихъ къ нему частяхъ спины. Первый сортъ раза въ два и больше дороже послѣдняго.

Дичь и птица бѣднѣе мяса жиромъ, но богаче бѣлкомъ. Перевариваются онѣ легче мяса, такъ какъ ихъ волокна нѣжнѣе. Мясо курицы, голубя, утки и гуся содержитъ, въ среднемъ, 22% бѣлка и 3—5% жира. Содержаніе жира значительно возрастаетъ у откармливаемыхъ утокъ и гусей, иногда до 40%, причемъ излишній жиръ отлагается преимущественно въ печени, которая составляетъ очень лакомое для знатоковъ, но довольно неудобоваримое блюдо. Дичь слѣдуетъ кушать непременно *сѣжей*. Лежалая и даже тухлая дичь составляетъ также очень лакомое блюдо для многихъ, но потребленіе ея сопряжено нерѣдко съ довольно серьезной опасностью, такъ какъ вслѣдствіе начала гніенія въ ней развиваются особенныя вещества, такъ-называемыя *птомаины*. Птомаины эти способны вызвать не только серьезное отравленіе, но иногда обусловить даже смерть.

Приведемъ здѣсь нѣкоторыя данныя, показывающія, какъ велико потребленіе мяса въ различныхъ странахъ и городахъ. Въ 189³/₄ г. въ Москвѣ при населеніи въ 850.000 человекъ было убито и поступило въ продажу 247.744 животныхъ, изъ нихъ 171.829 головъ крупнаго рогатаго скота и 22.125 штукъ свиней.

По расчетамъ приходится на каждый день мяса на одного человѣка;

въ Кенигсбергѣ	92 грамма.
» Данцигѣ	121 »
» Гантѣ	131 »
» Берлинѣ	135 »
» Тулузѣ	159 »
» Ловѣ	200 »
» Нью-Йоркѣ	236 »
» Парижѣ	230 »
» Вѣнѣ	238 »
» <i>Москва</i>	240 »
» Мюнхенѣ	260 »
» Лондонѣ	274 »

(Профессоръ Г. В. Хлопинъ — „Общедоступное руководство къ предупрежденію болѣзней“).

Если мы примемъ во вниманіе, что средній человѣкъ долженъ съѣдать въ день около 250 граммовъ (немного больше полупфунта) чистаго мяса (безъ костей), то нетрудно придти къ заключенію, что во всѣхъ странахъ бѣднѣйшіе классы населенія вынуждены обходиться въ значительной долѣ безъ мяса.

Что касается до питанія рабочихъ, то по вычисленіямъ Ф. Ф. Эрисмана оказывается, что нѣмецкій рабочій (въ хлопчатобумажной и шерстяной промышленности) потребляетъ въ годъ около 46 фунтовъ мяса, французскій—68, англійскій—106, американскій—197 фунт. Русскій же рабочій Московской губ. только 86 фунтовъ въ годъ.

Еще съ тѣхъ поръ, какъ человѣчество вело кочевой образъ жизни и существовало почти исключительно охотой, которая далеко не всегда обеспечивала свѣжей пищей даже на слѣдующій день, люди были озабочены задачей, *какъ сохранять мясо въ прокъ*. Наболѣе простымъ средствомъ является для этого *вяленіе*, т. е. разрѣзываніе мяса на тонкіе ломтики и просушиваніе на солнцѣ, какъ это и по сую пору практикуется у нѣкоторыхъ кочевыхъ народовъ, напримеръ, киргизовъ. Дальнѣйшей ступеню въ этомъ направленіи является *соленіе* мяса способъ этотъ былъ изобрѣтенъ въ XV вѣкѣ. При соленьи мяса въ рассолъ переходитъ нѣкоторая часть растворимыхъ веществъ мяса. Мясо также *коптятъ*. При этомъ оно теряетъ значительную часть содержимой въ немъ воды, но зато оно приобретаетъ обыкновенно нѣкоторое количество древеснаго уксуса, креозота и др. антисептическихъ веществъ, которыя, хотя и предохраняютъ мясо, но вмѣстѣ съ тѣмъ въ значительной степени измѣняютъ и его естественный вкусъ. Особенно неприятенъ въ копченомъ мясѣ запахъ дыма. Наилучшимъ способомъ со-

храненія мяса въ хозяйствѣ должно быть признано храненіе его на льду.

Колбаса составляетъ въ нѣкоторыхъ странахъ излюбленное народное блюдо. Она также была изобрѣтена съ цѣлью предохранить мясо на болѣе или менѣе продолжительный срокъ отъ разложенія. Къ сожалѣнію, въ настоящее время, когда производство ея происходитъ не домашнимъ путемъ, но составляетъ предметъ промышленной фабрикаціи, качества ея далеко не всегда отвѣчаютъ требованіямъ гигиены. Прежде всего для производства ихъ часто пользуются различными отбросами мяса, которые нѣтъ возможности использовать инымъ путемъ. Въмѣсто телячьего и говяжьего мяса нерѣдко употребляютъ конину и т. д. Что же касается до окрашенныхъ сортовъ колбасы, то для окраски довольно часто пускаются въ ходъ вредныя или даже прямо ядовитыя анилиновыя краски. Что же касается до соблюденія при ихъ приготовленіи чистоты и опрятности, то и въ этомъ не всегда можно быть увѣреннымъ. Колбаса очень легко подвергается воздѣйствію наружной температуры. Вотъ почему потребленіе колбасы въ лѣтнее время всегда сопряжено съ значительнымъ рискомъ. Колбаса пользуется среди многихъ изъ насъ большой любовью, главнымъ образомъ, по слѣдующимъ причинамъ: она представляетъ собой совершенно готовое блюдо; мясо находится въ ней въ чрезвычайно размельченномъ и потому легко усваиваемомъ состояніи; пряности, которыми ее обыкновенно приправляютъ, дѣлаютъ ее довольно вкусной. Ко всему тому, она является почти общедоступной по цѣнѣ. Несмотря на всѣ эти преимущества, колбасу слѣдуетъ потреблять съ осторожностью: при появленіи же малѣйшихъ слѣдовъ разложенія, отъ потребленія ея слѣдуетъ совершенно отказываться. Въ гниющей колбасѣ развивается особенно ядовитый птомаинъ, который ужъ неоднократно давалъ поводъ къ смертельному отравленію. Для фабрикаціи кровяной колбасы употребляется преимущественно свиная кровь; эта колбаса, понятно, еще легче другихъ разлагается. Тоже можно сказать и относительно ливерной, въ составъ которой входитъ печень.

Рыба представляетъ собой также одно изъ излюбленныхъ блюдъ народнаго обихода—тамъ, понятно, гдѣ она еще не окончательно вывелась. Различаютъ два сорта рыбъ: богатыхъ и бѣдныхъ жиромъ. Сельдь, угорь и семга содержатъ 6—28% жира. Довольно велико также въ нихъ и содержаніе бѣлковины, которое колеблется между 15 и 20%. Отсюда видно, что ихъ питательное значеніе немногимъ уступаетъ питательному значенію нашихъ убойныхъ животныхъ. Карпъ и

щука содержать даже 23% бѣлковъ. Слѣдующія цифры всего краснорѣчивѣе доказываютъ, какое огромное значеніе имѣетъ рыба для питанія народныхъ массъ у насъ въ Россіи. Въ одной только Европейской Россіи насчитываютъ не менѣе *полмилліона* рыбаковъ, которые вылавливаютъ ежегодно *76 милліоновъ пудовъ* разной рыбы. Такимъ образомъ приходится почти по одному пуду въ годъ на каждого жителя изъ одного только Каспійскаго моря. Волгой вырабатывается ежегодно до 16 милліоновъ пудовъ соленой и вяленой рыбы, стоимость которой доходитъ до 25 милліоновъ. За одну только сдачу въ аренду рыбныхъ промысловъ казна выручаетъ до милліона въ годъ. (Хлопинъ).

Всего больше употребляются въ пищу въ Россіи соленая сельди, вобла, судакъ и сигъ.

Рыбу также всегда слѣдуетъ потреблять въ возможно свѣжемъ видѣ, такъ какъ и въ лежалой и начавшей разлагаться рыбѣ также развиваются очень опасныя племени, которые были обстоятельно изучены нашимъ ученымъ профессоромъ В. К. Анрепомъ. Рыба изъ проточной воды предпочтительнѣе рыбы, живущей въ стоячей. Рыбу всегда слѣдуетъ основательно варить, дабы уничтожить личинки глистовъ, которыя въ ней нерѣдко развиваются и могутъ затѣмъ перейти и на человѣка, что и наблюдается нерѣдко.

Въ виду того, что рыба представляетъ собой довольно вкусное и къ тому же довольно питательное пищевое средство, было бы желательно, чтобы были приняты всѣ мѣры къ предохраненію ея отъ окончательнаго истребленія, такъ какъ это очень тяжело отражается на питаніи народныхъ массъ. Особенно желательно абсолютное запрещеніе ловить рыбу въ тотъ періодъ, когда она мечетъ икру. Въ настоящее же время рыбный промыселъ производится самымъ хищническимъ образомъ. Такъ, крупныя рыбопромышленники, желая искусственно повысить цѣну на рыбу, устраиваютъ спеціальныя „рыбныя кладбища“, закапывая въ землю сотни тысячъ пудовъ рыбы, которая могла бы прокормить не одинъ милліонъ населенія. Знаменитое дѣло астраханскихъ рыбопромышленниковъ бр. Беззубиковыхъ, навѣрное, еще свѣжо въ памяти всѣхъ нашихъ читателей.

Приводимъ здѣсь составъ нѣкоторыхъ видовъ рыбъ наряду съ составомъ ветчины.

	Бѣлковъ.	Жиру.	Солей.	Воды.
Ветчина . . .	25%	36%	11%	28%
Сельди . . .	20—30%	10—17%	13—16%	40—60%
Сардины . . .	22%	2%	23%	53%
Кильки . . .	23%	17%	1%	59%

Мясо больных животных заслуживаетъ того, чтобы мы къ нему отнесли съ особеннымъ вниманіемъ. Въ прежнія времена, когда человѣкъ жилъ въ непосредственномъ соудствѣ съ домашними животными, болѣзни очень часто переходили отъ этихъ животныхъ къ нему, какъ это и теперь еще наблюдается, на примѣръ, у гренландцевъ. Тѣмъ не менѣе, и культурному человѣку не всегда удается предохранить себя отъ перехода къ нему нѣкоторыхъ болѣзней, и именно при средствѣ потребляемаго имъ въ пищу мяса животныхъ. Не слѣдуетъ также упускать изъ виду, что условія естественной жизни очень рѣзко измѣнились не только для человѣка, но также, и даже еще въ большей мѣрѣ, для животныхъ.

Животныя нѣкогда жили не только на открытомъ воздухѣ, но и на полной свободѣ, причемъ предавались усиленнымъ мышечнымъ движеніямъ. Въ настоящее же время они не только лишены почти совершенно движенія и свободы, но очень мало, сравнительно, пользуются свѣжимъ воздухомъ, такъ какъ очень много времени проводятъ въ закрытыхъ помѣщеніяхъ, гдѣ нѣтъ къ тому же въ достаточномъ количествѣ ни солнечнаго свѣта, ни тепла. Вполнѣ понятно, что животныя эти при такихъ условіяхъ, въ значительной степени утратили былую силу и сопротивляемость разнымъ болѣзнямъ. Заболѣванія среди домашнихъ животныхъ стали не только болѣе многочисленными, но также и гораздо больше тяжелыми. Вслѣдствіе этого въ наше время гораздо чаще, чѣмъ прежде, попадаетъ въ пищу мясо больныхъ животныхъ, которое нерѣдко и вызываетъ въ насъ очень тяжелыя заболѣванія. Такими болѣзнями являются: сибирская язва, саль, бѣшенство, стобнякъ, энтеритъ (воспаленіе кишечника), зараженіе крови, бугорчатка и нѣкоторыя другія болѣзни.

Особенной опасностью въ этомъ отношеніи грозятъ намъ *бугорчатныя* животныя. На послѣднемъ антитуберкулезномъ конгрессѣ въ Лондонѣ Кохъ заявилъ, правда, что бактерія человѣческой и коровьей бугорчатки представляютъ собой два совершенно различныхъ вида и что бугорчатка поэтому не можетъ передаваться отъ животныхъ къ человѣку, и наши страхи, слѣдовательно, въ этомъ отношеніи напрасны. Тѣмъ не менѣе, рекомендуемъ нашимъ читательницамъ отнестись къ этимъ увѣреніямъ берлинскаго профессора съ осторожностью. Эти взгляды не только не раздѣляются въ настоящее время учеными всѣхъ странъ, но встрѣтили даже въ представителяхъ науки различныхъ странъ довольно единодушный отпоръ, основанный притомъ на положительныхъ наблюденіяхъ.

Мнѣніе большинства ученыхъ въ настоящее время таково, что бугорчатка *можетъ* передаваться посредствомъ мяса человѣку. Между тѣмъ узнать по внѣшнему виду такое мясо далеко не всегда легко. Бываетъ такъ, что животное уже довольно давно страдаетъ жемчужной болѣзью (бугорчаткой), въ различныхъ органахъ имѣются довольно многочисленные очаги бугорчатки и соки животного уже заражены болѣзью. При такихъ условіяхъ распознать бугорчатку у животныхъ, сравнительно, не трудно. Бываетъ, однако, такъ, что и самъ мясникъ не знаетъ про то, что убитое животное страдаетъ бугорчаткой и мясо его представляетъ, слѣдовательно, опасность для потребителей, такъ какъ мясо это выглядитъ совершенно нормальнымъ, розовымъ и свѣжимъ. Въ другихъ случаяхъ, однако, мясникъ очень хорошо знаетъ про это, но, не желая нести убытковъ, а также не зная, быть-можетъ, какой опасности онъ подвергаетъ своихъ покупателей, отдѣляетъ тѣ части, на которыхъ узлы бугорчатки слишкомъ замѣтны, и сбываетъ остальные части.

Въ большихъ городахъ учрежденъ въ настоящее время болѣе или менѣе бдительный *санитарно-ветеринарный надзоръ*, которому довольно часто приходится распознавать и удалять съ рынка мясо больныхъ животныхъ; статистика показываетъ, что 10—20% всѣхъ убитыхъ животныхъ страдаетъ жемчужной болѣзью. Что касается въ частности бугорчатки, то Кохъ далъ намъ въ руки очень вѣрное средство для распознаванія ея у животныхъ. Это—тотъ *туберкулинъ*, въ которомъ онъ думалъ найти специфическое средство для излеченія чахоточныхъ и въ чемъ онъ такъ жестоко ошибся *). Этотъ-то туберкулинъ впрыскивается подозрительному животному. Если температура остается нормальной, то такое животное можно съ увѣренностью считать здоровымъ въ смыслѣ туберкулеза (бугорчатки). Если же температура болѣе или менѣе замѣтно повышается, то такое животное можно заподозрить въ бугорчаткѣ и потому *не слѣдуетъ* потреблять ни его мяса, ни молока.

Какое вліяніе имѣетъ потребление въ пищу зараженнаго бугорчаткой мяса, доказывается слѣдующимъ фактомъ. По вычисленію д-ра Умнова, написавшаго ученый трудъ по вопросу о смертности отъ чахотки въ Петербургѣ, оказалось, что на 10.000 населенія умираетъ среди старообрядцевъ 52 человѣка; протестантовъ—43; магометанъ—34 и евреевъ—только 18. Столь низкую смертность среди евреевъ—по сравне-

*) См. нашу ст. «Новое открытіе Коха»—«Научн. Обзор.» 1897 май.

нію съ прочими народностями д-ръ Умновъ склоненъ объяснить главнымъ образомъ, тѣмъ что имъ запрещается религіею употреблять въ пищу „трефное“—большое мясо и разрѣшается только здоровое—„кошерное“.

Само собой разумѣется, что, если бы мы мясо туберкулезныхъ животныхъ потребляли въ пищу сырымъ, то случаи заболѣванія чахоткой имѣли бы, несомнѣнно, мѣсто несравненно чаще. *Варка и жареніе* мяса въ значительной степени уменьшаютъ опасность, такъ какъ, съ одной стороны, на бациллы дѣйствуетъ высокая температура и, съ другой, само мясо претерпѣваетъ нѣкоторыя измѣненія.

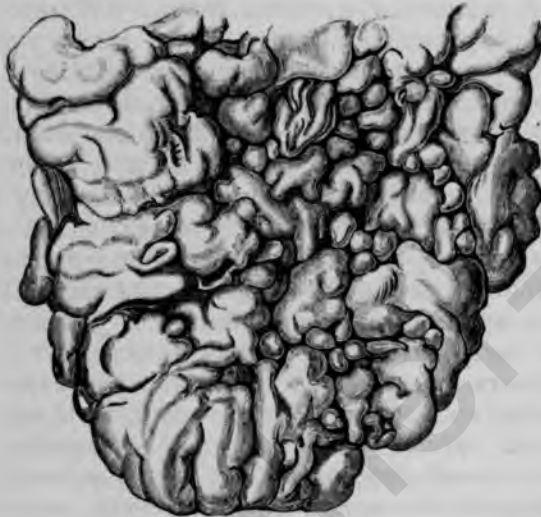


Рис. 31. Легочная плева быка, покрытая узлами бугорчатки.
(По Циглеру).

Мясо больныхъ животныхъ можетъ передать намъ не только заразныя болѣзни, но также и разныхъ кишечныхъ *паразитовъ*, изъ числа коихъ на первомъ планѣ должны быть поставлены *солитеры* и *трихины*. По заразительности и опасности мяса на первомъ планѣ должна быть поставлена среди прочихъ животныхъ свинья. Этимъ объясняется,

почему какъ Моисей, такъ — послѣ него — и Магометъ запретили своимъ послѣдователямъ потреблять въ пищу мясо этого животнаго, какъ нечистое. Особенную опасность представляетъ свинина, когда ее потребляютъ сырой.

Трихины живутъ въ видѣ маленькихъ червей въ свиньѣ и крысѣ. Попавъ въ желудокъ и кишечникъ этихъ животныхъ, трихины направляются отсюда въ различныя мышцы, въ которыхъ покрываются довольно плотной оболочкой, и въ такомъ видѣ пребываютъ тамъ до тѣхъ поръ, пока онѣ вмѣстѣ со свининой не попадутъ въ желудокъ человѣка. Здѣсь оболочка ихъ, подвергшись вліянію кислаго желудочнаго сока, растворяется, и трихины такимъ путемъ освобождаются. Пробуравивъ желудочную или кишечную стѣнку, онѣ направляются отсюда во все органы, не исключая и сердца. Здѣсь онѣ иногда остаются десятилѣтіями, причиняя чело-

вѣку очень сильныя страданія. Часто, однако, дѣло принимаетъ еще болѣе трагическій оборотъ и онѣ приводятъ къ смерти больного.

Время отъ времени наблюдаются массовыя зараженія трихинами. Такъ, въ 1883 г. въ Десдорффѣ и Нинвагенѣ (въ Германіи) заболѣло трихинозомъ сразу 503 человѣка, изъ коихъ умерло 65. Еще болѣе трагическій случай имѣлъ мѣсто въ 1865 г. въ Гарделебенѣ, гдѣ заболѣло трихинозомъ 337 человѣкъ, изъ коихъ скончалось 106.

Трихины въ свиннѣ могутъ быть распознаваемы и невооруженнымъ глазомъ. Совсѣмъ легко ихъ можно видѣть въ увеличительное стекло. Въ столицахъ и большихъ центрахъ существуетъ обязательный надзоръ за свинными тушами, выпускаемыми въ продажу. Такъ, въ Петербургѣ и Москвѣ ни одна свинная туша или окорокъ не могутъ быть выпущены въ продажу, не подвергшись предварительно ветеринарному освидѣтельствуванію съ приложеніемъ соотвѣтствующаго клейма. Гораздо хуже дѣло обстоитъ въ небольшихъ городахъ, а также въ деревняхъ, гдѣ о ветеринарномъ надзорѣ и рѣчи нѣтъ. Можно сказать только одно, что, если бы слѣдили болѣе внимательно за свиньями и лишали ихъ возможности пожирать трихинозныхъ крысъ, то и количество трихинозныхъ свиней, несомнѣнно, значительно уменьшилось бы. Тоже примѣнимо въ значительной степени и къ бугорчатому скоту, среди котораго эта болѣзнь также сильно уменьшилась бы, если бы мы ему удѣляли больше вниманія и заботливости. Особенно внимательно слѣдуетъ слѣдить за *выменемъ*, которое служитъ чаще всего причиной появленія бугорчатыхъ бациллъ въ молокѣ.

Финны имѣютъ свое пребываніе въ рогатомъ скотѣ и свиннѣ. Финна—меньше трихины, какъ это показываетъ и рис. 32. Перешедши съ мясомъ зараженныхъ животныхъ въ человѣческой желудокъ и кишечникъ, финна превращается въ *солитера*, который причиняетъ человѣку

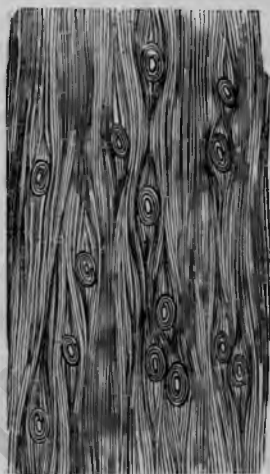


Рис. 32. Финны, разсѣянные среди мышечныхъ волоконъ мяса.

(По Уффельману).

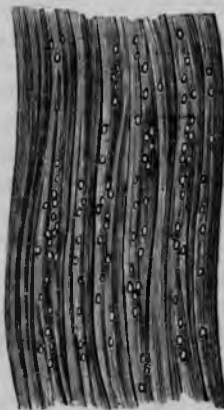


Рис. 33.
Трихинозное мясо.
(Натуральная величина).

очень тяжелыя страданія. (См. „**Солитеръ**“ въ „Энциклопедической части“). Отсюда ясно, съ какой опасностью для насъ сопряжено потребление сырого мяса.

Очень опаснымъ представляется также для насъ и мясо жivotныхъ, которыхъ лечили передъ смертью мышьякомъ и ртутью. Такимъ мясомъ очень легко отравиться.

Въ своей дiететической поваренной книгѣ Виль приводитъ интересныя указанія относительно того, какъ по внѣшнему виду отличить мясо здороваго животнаго отъ мяса больнаго. Приведемъ здѣсь главнѣйшія указанія:

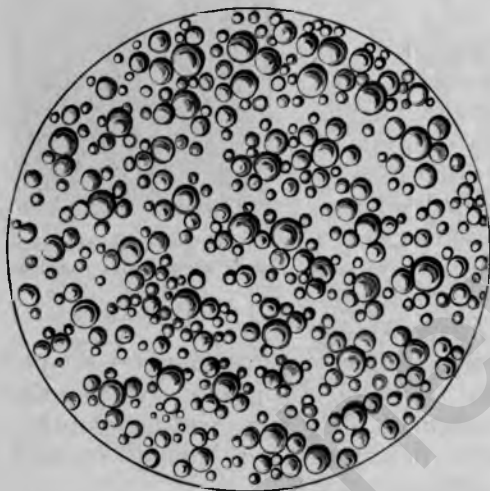


Рис. 34. Молоко со своими жировыми шариками.

1) *Блдно-красный* цвѣтъ мяса служитъ указаніемъ на то, что животное было малокровнымъ, а слѣдовательно, и нездоровымъ.

2) *Темно-красный* цвѣтъ указываетъ на то, что животное было не убито, а добито, прикончено.

3) На здоровомъ мясѣ *жиръ*—бѣлый и твердый; на больномъ, наоборотъ, желтоватый, мягкій, водянистый или студенистый.

4) Здоровое мясо *упруго* и едва смачиваетъ палецъ, между тѣмъ какъ больное—мягковато и при

легкомъ нажатіи изъ него выступаетъ жидкость.

5) Хорошее мясо почти *не имѣетъ запаха*, между тѣмъ какъ больное—пахнетъ. Иногда же, а именно въ томъ случаѣ, когда больное животное подвергалось леченію, мясо имѣетъ лекарственный запахъ.

6) Хорошее мясо мало сбѣгается при варкѣ и почти не теряетъ въ вѣсѣ, между тѣмъ какъ больное сильно сбѣгается и значительно уменьшается въ вѣсѣ, такъ какъ оно, вмѣсто жира и мышечнаго вещества, содержитъ больше клею и воды.

Молоко.—Молоко представляетъ собой жидкость, которая въ періодъ материнства выдѣляется изъ грудныхъ железъ млекопитающихъ. Выдѣляется оно также и изъ грудной железы женщины. Въ первой главѣ мы уже рассмотрѣли устройство и отправленія грудной железы. Здѣсь же мы остановимся на главныхъ особенностяхъ выдѣляемаго продукта—

молока. Молоко состоитъ изъ воды, солей, жира, молочнаго сахара и сыра (бѣлка). Оно содержитъ, слѣдовательно, всѣ вещества, необходимыя намъ для питанія, и относится къ очень немногочисленнымъ *полнымъ* пищевымъ средствамъ, т. е. такимъ, которыя сами по себѣ—безъ участія какихъ-либо иныхъ веществъ—въ состояннн поддерживать жизнь нашего организма. Къ таковымъ же пищевымъ средствамъ должны быть отнесены мясо и яйца. Всего больше молоко подходитъ, однако, къ питанію юныхъ формирующихся организмовъ. Оно составляетъ также единственное питаніе новорожденнаго младенца (См. часть I—„Грудная железа“ и часть III—„Дитя“).

Казеинъ—основное вещество сыра представляетъ собой особенную форму бѣлка. При появленіи въ молокѣ кислоты казеинъ свертывается хлопьями. Кислоты эти образуются въ молокѣ также подъ влияніемъ воздуха, изъ котораго молоко жадно притягиваетъ кислородъ, и тогда получается *простокваша*. Рис. 34 и 35 показываютъ намъ, какая существуетъ разница между цѣльнымъ молокомъ и простоквашей, получающейся вслѣдствіе свертыванія казеина. Если дать простоквашѣ отстояться, то получается *сыворожка*. Сыворожка содержитъ соли, небольшое количество растворенныхъ бѣлковъ и жиръ; она служитъ намъ преимущественно для леченія различныхъ расстройствъ пищеваренія. Въ наиболѣе частомъ потребленіи находится *коровье* молоко, однимъ изъ наиболѣе крупныхъ недостатковъ котораго является то, что оно нерѣдко бываетъ заражено бугорчатыми бациллами, какъ то представлено нами на рис. 36, на которомъ бациллы эти явственно видны.

Козье молоко изъ-за своего своеобразнаго запаха находится въ меньшемъ употребленіи, чѣмъ коровье; между тѣмъ содержаніе козы обходится дешевле: къ тому же козы не страдаютъ туберкулезомъ. Нѣкоторые ученые полагаютъ даже, что козье молоко обладаетъ специфическими антитуберкулезными свойствами, и одно время въ козьемъ молокѣ усматривали даже специфическое средство противъ чахотки.

Ослиное и *кобылье* молоко также представляютъ большія преимущества надъ коровнымъ, особенно первое, которое по своему составу всего ближе подходитъ къ женскому молоку. Между тѣмъ коровье молоко нѣкоторыми дѣтьми переносится съ большимъ трудомъ, вслѣдствіе большого содержанія въ немъ казеина; главнымъ образомъ вслѣдствіе того, что казеинъ этотъ свертывается въ желудкѣ—подъ влияніемъ желудочнаго сока, *крупными хлопьями*, а не мелкими и нѣжными, какъ казеинъ женскаго молока.

Кипяченіе представляется наиболѣе вѣрнымъ средствомъ

какъ для того, чтобы освободить молоко отъ грибовидныхъ образований, которыя обуславливаютъ свертываніе молока и переносятся воздухомъ, такъ и для того, чтобы уничтожить въ немъ туберкулезныя бациллы. Такимъ путемъ всего вѣрнѣе, слѣдовательно, можно освободить молоко отъ инородныхъ веществъ. Однако же, кипяченіе представляетъ и нѣкоторыя неудобства. Подробнѣе этотъ столь важный вопросъ будетъ нами изученъ въ III части сочиненія, такъ какъ онъ имѣетъ огромное значеніе для искусственно вскармливаемыхъ дѣтей грудного возраста. Здѣсь же скажемъ только, что болѣе или менѣе продолжительное кипяченіе въ значительной степени измѣняетъ къ худшему вкусъ молока, а также дѣлаетъ содержащійся въ молокѣ казеинъ болѣе твердымъ и менѣе удобоваримымъ, что всего тяжелѣе отражается на грудныхъ дѣтяхъ и больныхъ.

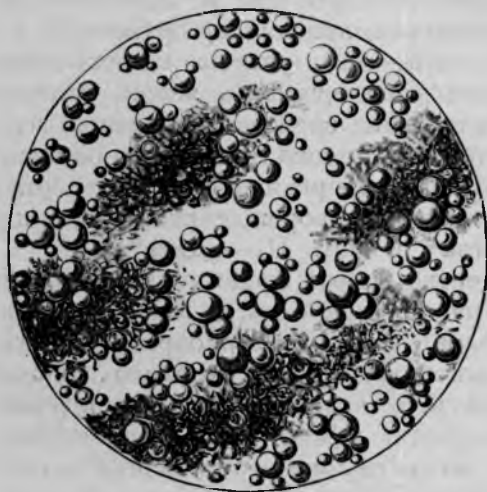


Рис. 35. Простокваша со свернувшимися казеиновыми массами.

Природа доставляетъ намъ молоко совершенно чистымъ въ сыромъ видѣ. въ каковомъ оно и представляетъ собой одно изъ наиболѣе полныхъ и наиболѣе совершенныхъ пищевыхъ средствъ. Если мы пользуемся молокомъ совершенно здоровыхъ и живущихъ на волѣ животныхъ и предохраняемъ его къ тому же отъ разныхъ нечистотъ и вліянія воздуха, то мы при его потребленіи не нуждаемся ни въ какомъ кипяченіи. Молоко не только составляетъ наилучшую пищу для грудныхъ дѣтей, оно

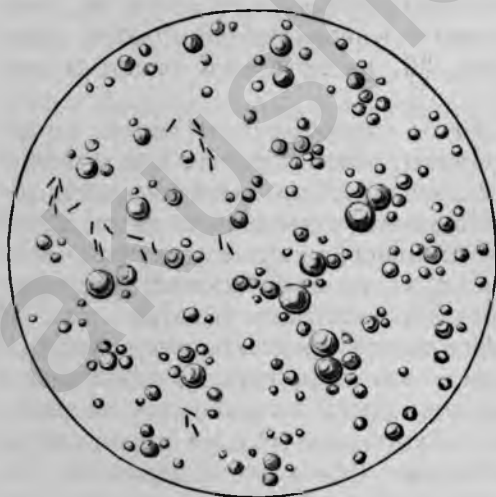


Рис. 36. Бациллы бугорчатки (чахотки) въ молокѣ.

и переносится воздухомъ, такъ и для того, чтобы уничтожить въ немъ туберкулезныя бациллы. Такимъ путемъ всего вѣрнѣе, слѣдовательно, можно освободить молоко отъ инородныхъ веществъ. Однако же, кипяченіе представляетъ и нѣкоторыя неудобства. Подробнѣе этотъ столь важный вопросъ будетъ нами изученъ въ III части сочиненія, такъ какъ онъ имѣетъ огромное значеніе для искусственно вскармливаемыхъ дѣтей грудного возраста. Здѣсь же скажемъ только, что болѣе

Природа доставляетъ намъ молоко совершенно чистымъ въ сыромъ видѣ. въ каковомъ оно и представляетъ собой одно изъ наиболѣе полныхъ и наиболѣе совершенныхъ пищевыхъ средствъ. Если мы пользуемся молокомъ совершенно здоровыхъ и живущихъ на волѣ животныхъ и предохраняемъ его къ тому же отъ разныхъ нечистотъ и вліянія воздуха, то мы при его потребленіи не нуждаемся ни въ какомъ кипяченіи. Молоко не только составляетъ наилучшую пищу для грудныхъ дѣтей, оно

и переносится воздухомъ, такъ и для того, чтобы уничтожить въ немъ туберкулезныя бациллы. Такимъ путемъ всего вѣрнѣе, слѣдовательно, можно освободить молоко отъ инородныхъ веществъ. Однако же, кипяченіе представляетъ и нѣкоторыя неудобства. Подробнѣе этотъ столь важный вопросъ будетъ нами изученъ въ III части сочиненія, такъ какъ онъ имѣетъ огромное значеніе для искусственно вскармливаемыхъ дѣтей грудного возраста. Здѣсь же скажемъ только, что болѣе

пользуется также большой любовью вообще среди слабыхъ и болѣзненныхъ особъ, такъ какъ очень легко переваривается и усваивается. При нѣкоторыхъ болѣзняхъ сердца и почекъ молоко нерѣдко въ теченіе долгихъ мѣсяцевъ составляетъ единственную пищу больного. Для сохраненія молока въ безупречно чистомъ состояніи, а также для сохраненія его натурального вкуса необходимо строго соблюдать слѣдующія правила: почаще вываривать посуду, въ которой кипятится молоко, прибавляя къ водѣ небольшое количество соды; тщательно покрывать наполненные молокомъ сосуды; сохранять его въ прохладныхъ помѣщеніяхъ и какъ можно полнѣе остужать молоко, немедленно послѣ его кипяченія.

Продуктами молока являются *сыръ, масло, сыворотка и кефиръ*.

Молоко содержитъ довольно значительное количество минеральныхъ веществъ, какъ то доказываетъ слѣдующая таблица:

женское молоко	3,46%
коровье	5,64%
козье	6,48%

Минералы же, какъ мы видѣли выше, необходимы растущему организму, такъ какъ безъ участія фосфорнокислаго кальція не можетъ имѣть мѣста нормальное образование костной ткани. Точно также и клѣтки не могутъ развиваться безъ участія натрія, калия, желѣза и пр.

Овечье молоко бѣднѣе всѣхъ прочихъ видовъ молока водой, но зато оно богаче прочихъ бѣлками и жиромъ. Осляное молоко богаче, наоборотъ, водой и бѣднѣе бѣлками и жиромъ. *Составъ* молока различныхъ животныхъ опредѣляется, приблизительно, слѣдующими цифрами, которыя находятся, однако, въ зависимости до нѣкоторой степени отъ питанія животнаго:

	Вода.	Бѣлокъ.	Жиръ.
Коровье молоко.	87%	4,0%	3,5 %
Осляное	90%	1,6%	1,2 %
Козье	85%	4,0%	4,55%
Овечье	83%	5,5%	5,00%

Здѣсь же приведемъ для параллели и составъ женскаго молока: воды—87%, бѣлка—2,36, жиру—4%, углеводовъ—6% и золы—0,45%.

Въ виду того, что мы на *кефиръ* подробно остановимся во II части (см. это слово), то мы здѣсь ограничимся на счетъ этого напитка лишь нѣсколькими словами. Кефиръ представляетъ собой продуктъ броженія коровьяго молока подъ влияніемъ особенной бродильной бациллы. Кефиръ пред-

ставляетъ собой прекрасный напитокъ, который многими большими переносится гораздо лучше молока. Вкусъ его гораздо пріятнѣе и свѣжѣе. При соответствующихъ страданіяхъ онъ оказываетъ очень благотворное вліяніе на больныхъ содержимыми въ немъ кислотами, а также углекислотой. Что представляетъ особенное удобство, такъ это—то, что при обладаніи грибками каждый самъ себѣ можетъ приготовить этотъ напитокъ. Способъ приготовленія будетъ нами приведенъ въ вышеуказанномъ мѣстѣ.

Подъ „сгущеннымъ“ и „швейцарскимъ“ молокомъ понимаютъ цѣльное молоко, которое было сгущено продолжительнымъ кипяченіемъ и къ которому, въ видахъ лучшаго его сохраненія, прибавляютъ извѣстное количество сахара. Молоко это отличается своей питательностью, но дѣтямъ оно мало пригодно даже въ томъ случаѣ, когда оно разводится водой.

Масло. Если молоку дать болѣе или менѣе продолжительное время отстояться, то жировые шарики, удѣльный вѣсъ которыхъ меньше, чѣмъ удѣльный вѣсъ казеина, всплываютъ наверхъ, образуя здѣсь болѣе или менѣе густой слой *сливокъ*. Въ этихъ-то сливкахъ и содержится масло. Сливки появляются только въ томъ случаѣ, если въ молокѣ еще не успѣли образоваться кислоты; въ противномъ случаѣ мы получаемъ сметану. Чѣмъ меньшій слой сливокъ мы будемъ снимать, тѣмъ больше масла онъ, относительно, будетъ содержать; нижніе же слои, наоборотъ, бѣднѣе масломъ. Масло, какъ извѣстно, *выбивается*. Процессъ этотъ имѣетъ назначеніемъ разорвать оболочки, въ которыхъ содержатся капельки жира. Жировыя капельки, освободившись изъ своихъ оболочекъ, сливаются вмѣстѣ и образуютъ масло въ томъ видѣ, въ какомъ мы всѣ привыкли его видѣть. Хорошее масло содержитъ около 84%, плохое—около 70% жира.

Масло, какъ извѣстно, далеко не всегда имѣетъ одинъ и тотъ же цвѣтъ и вкусъ. Качества эти находятся больше всего въ зависимости отъ *корма* скотины, а слѣдовательно, также и отъ времени года. Тѣмъ не менѣе масло во всѣ времена года считается нами наиболѣе изысканнымъ и наиболѣе пріятнымъ видомъ жира, который мы очень охотно принимаемъ въ большихъ количествахъ, нерѣдко даже во вредъ нашему здоровью. Объ этомъ еще будетъ у насъ, впрочемъ, рѣчь въ главѣ „Жиры“.

Если масло держать въ нечистой посудѣ, то оно очень быстро *горкнетъ*, особенно въ лѣтнюю пору. Происходитъ это оттого, что въ немъ, подъ вліяніемъ различныхъ грибовъ, проникшихъ въ него изъ воздуха, развивается особенное броженіе. Изъ жировъ масла образуются жирныя *кислоты*,

которыя сообщаютъ очень непріятный вкусъ и наилучшему маслу.

Подобно тому, какъ мы кипяченіемъ предохраняемъ отъ порчи молоко, мы можемъ посредствомъ перетапливанія предохранить отъ порчи и масло. Какъ въ томъ, такъ и въ другомъ случаѣ мы высокой температурой уничтожаемъ въ этихъ веществахъ зародыши и тѣмъ предохраняемъ ихъ отъ броженія. Но если и молоко утрачиваетъ вслѣдствіе кипяченія нѣкоторыя свои достоинства, то въ гораздо большей мѣрѣ это примѣнимо къ натуральному маслу, на которое эта желтая плотная однородная масса топленого масла не похожа ни по своему внѣшнему виду, ни по своему вкусу. Перетапливая масло, мы получаемъ просто—напросто отличный сортъ *кухоннаго* масла, но никоимъ образомъ не столь излюбленное нами—столовое.

Сыры. — Если къ свѣжему молоку подбавить какой-либо кислоты (или же сычужной закваски), то молоко *свертывается*, т. е. изъ молока выдѣляется

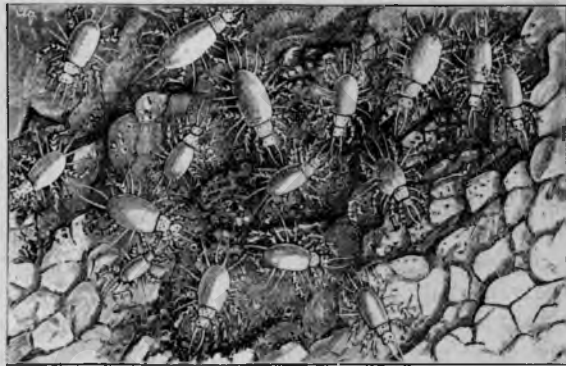


Рис. 37. Старый сыръ съ его обитателями.
(Въ увеличенномъ видѣ).

содержащійся въ немъ бѣлокъ. Этотъ-то бѣлокъ вмѣстѣ съ нѣкоторыми другими веществами образуетъ творогъ, главной составной частью котораго является *сыръ*.

Различныхъ сортовъ сыра существуетъ большое множество, въ зависимости отъ множества условий. Къ главнѣйшимъ изъ этихъ условий слѣдуетъ причислить: присутствіе или отсутствіе жировъ и сыворотки; наступило ли свертываніе подъ влияніемъ искусственныхъ вліяній, или же естественнымъ путемъ; начались ли въ немъ процессы разложенія и т. д. Каждый сортъ сыра имѣетъ свой запахъ и вкусъ, и при томъ иногда довольно рѣзкій. Въ зависимости отъ содержанія жировъ мы различаемъ *сыры сливочные, жирные, полужирные и тощие*. Къ первымъ принадлежатъ: нѣвшательскій, бри, стальонъ; ко вторымъ — бакштейнъ, честеръ, голландскій, рокфоръ; къ полужирнымъ — швейцарскій (грюнеръ); къ тощимъ—датскій, пармезанъ и пр. Сыры различаютъ еще по плотности—на *твердые и мягкіе*. Чѣмъ сыръ тверже, тѣмъ ме-

нѣе содержитъ онъ воды, тѣмъ онъ болѣе концентрированъ, и тѣмъ выше его питательныя достоинства. Сыръ содержитъ 20—40% бѣлковъ и 29—60% жиру.

Если твердый сыръ недостаточно заботливо пережевывать, то онъ съ большимъ трудомъ подвергается дѣйствию желудочнаго сока и поэтому плохо переваривается. Отсюда и его репутація неудобоваримости. Тѣмъ не менѣе слѣдуетъ сказать, что при внимательномъ и осторожномъ выборѣ сыры представляютъ собой очень цѣнное пищевое средство и одинъ изъ наилучшихъ способовъ использовать молоко.

Своимъ пикантнымъ вкусомъ нѣкоторые сыры обязаны разложенію казеина и жировъ подъ вліяніемъ тѣхъ или иныхъ грибковъ. Извѣстно, что нѣкоторые сорта сыра долгими мѣсяцами подвергаются извѣстнымъ вліяніямъ, пока онъ не добудетъ своего специфическаго запаха и вкуса. Образование на нихъ плѣсени, появленіе цѣлыхъ колоній червей, рѣзкій запахъ — таковы лучшія доказательства ихъ „зрѣлости“ (См. рис. 37. — „Старый сыръ съ его обитателями“). Такіе сыры могутъ иногда принести немало вреда, а потому ихъ можно рекомендовать къ употребленію только съ большою осторожностью. Что касается до прочихъ сыровъ: обыкновеннаго, швейцарскаго, голландскаго и пр., то потребление ихъ въ умѣренномъ количествѣ можно только рекомендовать. Въ виду того, что соли, которыя содержитъ молоко, отходятъ при образованіи сыра въ сыворотку, сыръ не можетъ считаться *полнымъ* пищевымъ средствомъ. Тѣмъ не менѣе, какъ сказано, мы должны по достоинству цѣнить богатое содержаніе въ немъ бѣлковъ, которое его дѣлаетъ очень питательнымъ веществомъ. Хорошій сыръ долженъ обладать слѣдующими свойствами: онъ долженъ быть безъ трещинъ, равномерно испещренъ глазами средней величины и совершенно раскусаться въ мясномъ бульонѣ.

Яйца.

Изученіе пищевыхъ средствъ животнаго происхожденія мы закончимъ очень цѣннымъ продуктомъ — яйцами.

Яйцо также представляетъ собой *полное* пищевое средство. Видно это уже хотя бы изъ того, что оно само по себѣ безъ участія какихъ бы то ни было другихъ веществъ въ состояніи питать зародышъ, пока послѣдній не выростетъ и не окрѣпнетъ настолько, что можетъ разбить скорлупу, въ которую его заключила природа, и такимъ образомъ вылупиться изъ яйца. Въ этомъ отношеніи яйцо представляетъ значи-

тельную аналогію съ молокомъ, которое питаетъ дѣтенышей млекопитающихъ, а въ ихъ числѣ и младенца.

Яйцо, изъ котораго подъ вліяніемъ теплоты появляется птенецъ, можно вполне сравнить съ пребывающимъ въ утробѣ матери зародышемъ. Вѣситъ, въ среднемъ, яйцо около 50 граммъ, изъ коихъ около 6 граммъ бѣлка, столько же жира, 32—воды и около $\frac{1}{2}$ грамма солей. Яичный бѣлокъ представляетъ собой наиболѣе чистый видъ бѣлка, онъ-то и далъ поводъ окрестить цѣлую группу питательныхъ началъ названіемъ *бѣлковыхъ* тѣлъ. Яичный бѣлокъ содержитъ больше всѣхъ прочихъ сѣры. По содержанію бѣлка яйцо способно замѣнить, приблизительно, 40 граммъ жирнаго мяса и 150 граммъ коровьяго молока.

Жиръ заключается въ желткѣ, который содержитъ въ себѣ также и красящее вещество. Этимъ и объясняется разница какъ въ цвѣтѣ, такъ и во вкусѣ между яичнымъ бѣлкомъ и желткомъ. Бѣлокъ богатъ водой, и этимъ въ значительной степени объясняется его удобоваримость.

Для питанія мы употребляемъ преимущественно куриныя яйца. Известковая скорлупа, въ которой заключено яйцо, снабжена порами, черезъ которыя и проходитъ воздухъ, которымъ дышитъ до своего появленія на свѣтъ зародышъ. Вмѣстѣ съ тѣмъ поры эти служатъ и причиной порчи яйца, когда послѣднее лежитъ открытымъ въ теченіе болѣе или менѣе продолжительнаго времени. Для того, чтобы *предохранить* яйцо отъ *порчи*, его, слѣдовательно, слѣдуетъ изолировать, обособить отъ вліянія наружнаго воздуха. Всего проще можно этого достигъ тѣмъ, что покрываютъ яйцо какимъ-либо лакомъ, клеємъ, параффиномъ и пр. Крестьяне покрываютъ яйца съ этой цѣлью густымъ слоемъ зеренъ, золы, или сухого песку.

Въ этомъ же мѣстѣ считаемъ необходимымъ привести и главнѣйшіе признаки, по которымъ можно *отличить свѣжее яйцо* отъ тухлаго или испорченнаго. Свѣжее яйцо представляется совершенно прозрачнымъ, если его смотрѣть на свѣтъ. При погруженіи въ воду оно должно тонуть и вообще, чѣмъ яйцо свѣжѣе, тѣмъ оно при прочихъ равныхъ условіяхъ тяжелѣе. Кромѣ того, свѣжее яйцо при прикосновеніи къ его краямъ даетъ рукѣ ощущеніе свѣжести. Если же мы имѣемъ, наоборотъ, дѣло съ яйцомъ, въ которомъ уже начался процессъ броженія, то признаки эти измѣняются. Прозрачность яйца исчезаетъ. Далѣе, вслѣдствіе того, что въ немъ развиваются газы, удѣльный вѣсъ его становится меньше, и оно, будучи погружено въ воду, не тонетъ, но плаваетъ или во всякомъ случаѣ довольно медленно идетъ

ко дну *). Далѣе, свѣжее яйцо лишено какого бы то ни было запаха, и первая ступень разложенія характеризуется именно появленіемъ специфическаго запаха еще задолго до того, какъ измѣняется сколько-нибудь замѣтно натуральный цвѣтъ яйца. Свѣжія крупныя яйца отъ породистыхъ куръ обладаютъ темно-желтымъ желткомъ и довольно твердымъ бѣлкомъ. Что же касается до тѣхъ яицъ, которыя въ теченіе болѣе или менѣе продолжительнаго времени держать въ извести, чтобы сохранить ихъ съѣдобными, то желтокъ у нихъ цвѣтомъ свѣтлѣе, бѣлокъ болѣе жидкій и вообще они, не будучи тухлыми, все же приобрѣтаютъ какой-то специфическій запахъ.

Какъ и всѣ прочія вещества животнаго происхожденія, яйца также при малѣйшемъ разложеніи приобрѣтаютъ не только противный вкусъ, но, будучи съѣдены въ сколько-нибудь несвѣжемъ состояніи, способны разстроить пищевареніе на довольно продолжительный срокъ, а иногда вызвать болѣе или менѣе серьезное отравленіе. Это мы всѣ чувствуемъ инстинктомъ и этимъ-то и объясняется, что сколько-нибудь испорченное яйцо внушаетъ намъ такое отвращеніе.

Помимо куриныхъ яицъ употребляются, хотя и гораздо рѣже, также и утинья яйца. Еще рѣже употребляются яйца отъ индѣекъ.

Потребляемъ мы также въ пищу чрезвычайно охотно и яйца нѣкоторыхъ рыбъ, которыя носятъ у насъ названіе *икры*. Подробнѣе мы о ней поговоримъ во II части (см. это слово). Здѣсь же скажемъ только, что икра представляетъ собой въ высшей степени питательное пищевое средство, такъ какъ она очень богата бѣлкомъ. Она является излюбленнымъ средствомъ для откармливанія чахоточныхъ.

Несмотря на то, что яйца вообще представляютъ собой одно изъ наилучшихъ питательныхъ веществъ, питаются одними яйцами все же невозможно. Съ одной стороны, ихъ для этого слѣдовало бы съѣдать штукъ двадцать въ день, что уже само по себѣ почти неосуществимо. Кромѣ того, яйца вообще плохо переносятся въ сколько-нибудь большомъ количествѣ, такъ какъ они вызываютъ въ такомъ случаѣ расстройство пищеваренія и отсутствіе аппетита. При продолжительномъ употребленіи яйца приѣдаются и плохо переносятся.

Бѣлки составляютъ наиболѣе драгоценный элементъ нашего питанія. Тѣмъ не менѣе, ошибкой было бы думать,

*) Руководясь этимъ принципомъ одинъ нѣмецкій физикъ недавно изобрѣлъ приборъ для опредѣленія свѣжести яйца. Приборомъ этимъ довольно точно удается опредѣлить, какъ давно снесено яйцо.

будто можно питаться исключительно веществами, содержащими наибольшія количества бѣлковъ. Наблюденія показали, наоборотъ, что подобный способъ питанія сопряженъ съ довольно серьезными послѣдствіями, а потому необходимо слѣдить за тѣмъ, чтобы всѣ необходимые составные элементы пищи входили въ *соответствующей пропорціи* въ наше питаніе. Поэтому яйца съ хлѣбомъ и масломъ, напр., переносятся гораздо лучше, и требуется ихъ гораздо меньше, чѣмъ если питаться одними яйцами.

Что касается до того, *въ какомъ видѣ* слѣдуетъ кушать яйца, то при рѣшеніи этого вопроса необходимо считаться съ нѣсколькими соображеніями. Всего лучше и легче яйцо усваивается, несомнѣнно, когда его пьютъ совершенно сырымъ. Тѣмъ не менѣе, далеко не всѣ могутъ принимать его въ такомъ видѣ. Къ тому же вполне безвреднымъ способъ этотъ можно считать только въ томъ случаѣ, когда въ пищу принимаются яйца безусловно свѣжія, такъ какъ и яйцо, подобно другимъ продуктамъ, имѣетъ своихъ паразитовъ. На слѣдующемъ планѣ слѣдуетъ по удобоваримости поставить яйца всмятку. На послѣднемъ планѣ стоять, съ этой точки зрѣнія, крутыя яйца. При варкѣ яйца бѣлокъ его свертывается и тѣмъ въ большей степени, чѣмъ варка продолжается дольше. Тѣмъ не менѣе, для вполне здороваго желудка и крутыя яйца хороши, если тщательно размельчать кусочки во рту и надлежащимъ образомъ пропитывать ихъ слюной. Само собой разумѣется, что, рассматривая вопросъ объ удобоваримости яицъ и объ ихъ усвояемости, слѣдуетъ также считаться съ тѣмъ, изъ какихъ именно веществъ и въ какомъ количествѣ слагается прочая пища больного.

Жиры.

Выше мы уже указывали на то, что жиры состоятъ изъ углерода, водорода и кислорода (С, Н и О), причемъ отношеніе этихъ веществъ равно: 76, 12 и 11.

Когда жиры начинаютъ гнить, то при этомъ образуются жировыя кислоты и глицеринъ. Жиры находятся въ изобиліи въ животномъ организмѣ, а также въ сѣменахъ нѣкоторыхъ маслянистыхъ растений (грецкомъ орѣхѣ, миндаля, кокосовомъ орѣхѣ, макѣ и пр.). Свѣжіе жиры лишены какъ вкуса, такъ и запаха, но когда жиры начинаютъ разлагаться, то они начинаютъ издавать очень непріятный и часто пронзительный запахъ. На сѣверѣ поглощаютъ въ большомъ количествѣ жиръ животнаго происхожденія (тресковый, тюлений), между

тѣмъ какъ на югѣ чаще пользуются жиромъ растительнаго происхожденія.

При топлени животныхъ тканей, пропитанныхъ жиромъ, получается чистое сало, напр., свиное, коровье, или жиръ (напр., гусиный). Сало вообще не отличается удобоваримостью.

„Рыбий жиръ“ представляетъ собой жиръ, добываемый изъ печени трески. Онъ является излюбленнымъ средствомъ при леченіи золотухи и чахотки. Различаютъ нѣсколько сортовъ рыбьяго жира, смотря по степени его очистки и также происхожденію. Въ общемъ можно сказать, что неочищенные сорта болѣе противны на вкусъ, между тѣмъ какъ полезныхъ частей въ нихъ содержится болѣе, чѣмъ въ неочищенныхъ. Пригоднымъ для приѣма рыбьяго жира временемъ года слѣдуетъ считать преимущественно зиму, когда организмъ нашъ ощущаетъ наибольшую потребность въ жирахъ, въ виду того, что онъ въ это время тратитъ очень много теплоты излученіемъ съ поверхности тѣла. Начинаютъ обыкновенно съ меньшихъ приѣмовъ и затѣмъ, по мѣрѣ того, какъ въ организмѣ устанавливается привычность и кишки начинаютъ вполне удовлетворительно переваривать меньшія количества, ежедневные приѣмы постепенно повышаютъ.

Такъ-называемое *искусственное масло* состоитъ изъ окрашеннаго коровьяго жира и небольшого количества сливочнаго масла.

Наиболѣе вкуснымъ, наиболѣе пріятнымъ и наиболѣе удобоваримымъ масломъ является коровье, которое добывается отъ *живого* животнаго. Что же касается остальныхъ видовъ масла, которые добываются изъ *труповъ* различныхъ животныхъ, то достоинства ихъ значительно ниже. Жиръ цѣнится также въ зависимости отъ области тѣла, въ которой онъ расположенъ. Такъ, наиболѣе дешевымъ кухоннымъ жиромъ является жиръ изъ почечной области животнаго. Наиболѣе дорогими маслами являются чистое оливковое и коровье. Въ продажѣ у насъ имѣются преимущественно слѣдующіе сорта масла: сливочное масло, приготовленное изъ кипяченыхъ сливокъ, — носитъ за границей названіе *петербургскаго*, у насъ же его называютъ *парижскимъ*. Затѣмъ имѣется сливочно-гольштейнское, чухонское и сибирское масло.

Какой изъ хозяекъ неизвѣстенъ по личному опыту или хотя бы по наслышкѣ *маргаринъ*, которымъ такъ часто фальсифицируютъ натуральное коровье масло? Кто бы могъ, однако, подумать, что маргаринъ былъ изобрѣтенъ съ наилучшими цѣлями! Исторія этого вещества очень поучительна и сводится въ краткихъ чертахъ къ слѣдующему. Въ 70-хъ

годахъ прошлаго XIX столѣтія французскій императоръ Наполеонъ III, убѣдившись, что натуральное коровье масло является по своей дороговизнѣ недоступнымъ для массы, хотя и необходимымъ для питанія человѣческаго организма, — выразилъ химику Межъ-Мурье желаніе, чтобы было найдено какое-нибудь искусственное средство, которое могло бы до извѣстной степени замѣнить арміи, флоту *) и населенію дорогое коровье масло. Желаніе императора было выполнено, и такимъ-то образомъ и былъ изобрѣтенъ *маргаринъ*. Добывается онъ изъ жира животныхъ и, если бы для этой цѣли употреблялся жиръ исключительно здоровыхъ животныхъ, то цѣль, пожалуй, въ нѣкоторой степени и была бы достигнута. Къ сожалѣнію, въ этомъ не только всегда можно быть увѣреннымъ, но имѣются, наоборотъ, всѣ основанія думать, что съ промышленными цѣлями для этого пользуются даже испорченнымъ жиромъ, котораго цѣлымъ рядомъ химическихъ процессовъ лишаютъ его испорченнаго вкуса и противнаго запаха. Сколько маргариновыхъ фабрикъ имѣется въ настоящее время въ Россіи намъ неизвѣстно, но во Франціи — на родинѣ маргарина, въ Голландіи и Германіи ихъ насчитывается въ настоящее время около семи десятковъ.

Докторъ Гостато рекомендуетъ слѣдующій способъ для отличія *маргаринового* отъ натурального коровьяго масла. Горячую картофелину смазываютъ небольшимъ кусочкомъ масла и проглатываютъ ее. Если масло натуральное, то мы почувствуемъ только его пріятный вкусъ. Если же мы имѣемъ дѣло съ маргариномъ, то мы короткое время спустя ощутимъ своеобразный непріятный вкусъ, съ масломъ ничего общаго не имѣющій. Объясняется это, вѣроятно, тѣмъ, что маргаринъ при горячей температурѣ растворяется; вслѣдствіе этого освобождаются содержимыя въ немъ пахучія вещества, которыя и выдаютъ его присутствіе. Между тѣмъ отличить по наружному виду маргаринъ отъ натурального коровьяго масла представляется чаще всего задачей очень трудной, если не невозможной.

Если судить о количествѣ изготовляемаго у насъ маргарина по аналогіи съ сосѣдней намъ Германіей, то приходится сдѣлать очень неутѣшительное заключеніе, а именно, что маргаринъ не только расходуется въ очень большихъ количествахъ, но что мы очень часто получаемъ намѣсто масла маргаринъ даже въ тѣхъ случаяхъ, когда всего меньше могли бы, повидимому, ожидать этого. Такъ, въ од-

*) Дѣло происходило незадолго до объявленія франко-прусской войны.

ной Германіи расходится ежегодно около *двухъ миллионъ центнеровъ* маргарина.

Въ недавнее время, когда торговля и подмѣшиваніе къ маслу маргарина не подвергались никакому контролю, городская лабораторія въ Москвѣ нашла маргаринъ *больше, чѣмъ въ половинѣ* всѣхъ изслѣдованныхъ ею образцовъ масла.

Въ настоящее время у насъ въ Россіи установлены слѣдующія законоположенія относительно маргариннаго промысла. За заведеніями, изготовляющими маргаринъ, надзоръ ввѣряется особымъ чиновникамъ министерства финансовъ. Лавкамъ, въ которыхъ продаются масло и вообще молочные продукты, торговля маргариномъ *воспрещена*. Запрещается окрашивать маргаринъ подъ цвѣтъ коровьяго масла и подмѣшивать его къ послѣднему.

Итакъ, вопросъ о маслѣ, которое могло бы замѣнить коровье, но было бы по своей цѣнѣ болѣе доступнымъ, остается открытымъ. Въ качествѣ дешеваго и удовлетворительнаго кухоннаго масла можно рекомендовать кокосовое, а также другія растительныя масла. Потребленіе нѣкоторыхъ растительныхъ маселъ широко распространено не только среди нѣкоторыхъ южныхъ народовъ (кокосовое, напр.), но и въ нашемъ простонародьи (напр., льняное), которое во время многочисленныхъ и продолжительныхъ постовъ обходится исключительно растительнымъ масломъ, и притомъ не наилучшими и не наиболѣе его очищенными сортами. Между тѣмъ несомнѣнно, что въ большихъ городахъ и столицахъ почти совершенно невозможно и получить за невысокую цѣну натуральное коровье масло. Вотъ почему было бы желательно ввести въ болѣе широкое употребленіе орѣховое, кокосовое и оливковое масла.

Наибольшей популярностью пользуются среди хозяекъ изъ растительныхъ маселъ *льняное, орѣховое и оливковое*. Масла эти оказываются не только совершенно пригодными для печенія, но обладаютъ также и другими преимуществами. Они—экономнѣе, не такъ скоро горкнутъ, какъ животный жиръ, и не содержатъ въ себѣ какихъ-либо неприятныхъ или вредныхъ для здоровья элементовъ, такъ какъ они добываются *свѣжими* изъ растенія, а не изъ труповъ животныхъ. Къ сожалѣнію, высшіе сорта масла, добываемые въ южныхъ странахъ, довольно дороги по цѣнѣ и потому не могутъ быть въ широкомъ употребленіи въ нерасполагающихъ большимъ бюджетомъ хозяйствахъ. Также не всегда легко бываетъ достать чистое масло, такъ какъ часто тѣ масла, которыя продаются обыкновенно подъ названіемъ „оливковаго“, представляютъ

собой только смѣсь различныхъ дешевыхъ маселъ и соотвѣтственно этому обладаютъ и очень неважнымъ вкусомъ.

Наилучшимъ и наиболѣе тонкимъ кухоннымъ масломъ должно считаться *оливковое*. Если его покупать въ большихъ количествахъ и въ оптовыхъ магазинахъ, то оно оказывается довольно сходнымъ, такъ какъ его уходитъ относительно не много.

Миндальное масло не употребляется въ пищу, а только съ косметическими и лечебными цѣлями. *Ореховое* масло также оказалось удовлетворительнымъ для кухонныхъ цѣлей.

Изъ *кокосоваго орѣха* было въ послѣднее время послѣ продолжительныхъ изысканій добыто масло, которое оказалось довольно пригоднымъ для кухни. Оно имѣетъ, между прочимъ, то преимущество, что остается твердымъ и при теплой температурѣ. Вслѣдствіе этого оно легко сохраняется. Къ тому же оно экономно. Въ то время, какъ въ коровьемъ маслѣ содержится не болѣе 84% жира, его въ кокосовомъ маслѣ содержится около 99%. Ужъ по этому одному оно дешевле, такъ какъ оно содержитъ большее количество жира и его, слѣдовательно, не столько сходить. Вкусъ его, конечно, разнится отъ вкуса коровьяго масла, но все же его нельзя назвать и неприятнымъ и къ нему, несомнѣнно, не такъ уже трудно привыкнуть. Между тѣмъ мы въ немъ должны высоко цѣнить то, что оно *натуральное*, а не искусственное и при томъ совершенно не содержитъ въ себѣ какихъ-либо вредныхъ для здоровья составныхъ частицъ или примѣсей.

Прибавимъ, что кокосовое масло плохо усваивается при страданіяхъ пищеварительныхъ органовъ, при которыхъ жиры вообще не такъ хорошо переносятся. Всего лучше при этихъ страданіяхъ употреблять, въ случаѣ надобности, *чистое* коровье масло.

Мучнистыя вещества.

Къ таковымъ принадлежатъ всѣ пищевыя средства, состоящія изъ углеводовъ, т. е. изъ углерода и водорода (СН). При воздѣйствіи человѣческой слюны вещества эти обращаются въ сахаръ. Въ пищевыхъ продуктахъ животнаго происхожденія они почти всецѣло отсутствуютъ, между тѣмъ они намъ необходимы, такъ какъ образуютъ главнѣйшій источникъ нашей живой дѣятельности и нашей теплоты. Наилучшимъ и наиболѣе экономнымъ продуктомъ, съ точки зрѣнія развитія теплоты, является *жиръ*, такъ какъ при его разложеніи освобождается всего больше углерода, который

при соединеніи съ кислородомъ развиваетъ наиболѣе значительныя количества теплоты. Если жиръ вводится въ организмъ въ большихъ количествахъ, то онъ покидаетъ его при посредствѣ кишекъ и мочи совершенно неизмѣненнымъ или же отлагается въ нѣкоторыхъ органахъ, и особенно въ подкожной клѣтчаткѣ, въ видѣ запаснаго вещества. Это запасное вещество помогаетъ намъ переносить голоданіе, а также переносить тяжелыя истощающія болѣзни.

Совсѣмъ иная судьба постигаетъ въ нашемъ организмѣ *мучнистыя вещества*. Обратившись при посредствѣ слюны и сока поджелудочной железы въ *сахаръ*, они изъ пищеварительнаго канала переходятъ прямо въ кровь, съ которой и разносятся по различнымъ тканямъ; тамъ сахаръ сгараеть, образуя углекислоту. При этомъ также образуется теплота. Этимъ объясняется тотъ общеизвѣстный фактъ, что зимой мы охотнѣе ѣдимъ жиръ и въ умѣренномъ количествѣ поглощаемъ мучнистыя вещества, между тѣмъ какъ лѣтомъ, наоборотъ, питаемъ къ жиру даже нѣкоторое отвращеніе, между тѣмъ какъ насъ привлекаютъ освѣжающія зеленыя овощи. Въ жаркое время года мы не такъ много расходуемъ теплоты, а потому не нуждаемся въ такой мѣрѣ, какъ зимой, въ ея возмѣщеніи.

Изъ сказаннаго слѣдуетъ, что количество поглощаемыхъ нами въ пищѣ жировыхъ и мучнистыхъ веществъ колеблется въ зависимости отъ нѣсколькихъ условий, изъ числа которыхъ на первомъ планѣ должны быть нами поставлены: 1) напряженность нашего мышечнаго труда, 2) высота наружной температуры и 3) возрастъ.

Чѣмъ болѣе тяжелую *мышечную работу* мы производимъ, и чѣмъ болѣе мы выделяемъ углекислоты и теплоты, тѣмъ болѣе потребляется организмомъ сахара, который долженъ быть возстановленъ при посредствѣ жировыхъ или мучнистыхъ веществъ. *Возрастъ* имѣетъ большое вліяніе на питаніе крахмалистыми веществами, въ зависимости отъ того, развивается ли только данный организмъ, достигъ ли онъ равновѣсія, или же онъ клонится уже къ упадку. Въ первомъ случаѣ организмъ *растетъ*, а потому ему требуется болѣе значительный подвозъ пищевыхъ веществъ для образованія новыхъ тканей. Обмѣнъ веществъ совершается очень напряженнымъ образомъ, точно такъ же, какъ и мышечныя движенія, которыя такъ свойственны ребенку и юношѣ. Организмъ легко перевариваетъ, много тратитъ силъ, а потому ему вообще требуется значительное количество мучнистыхъ веществъ, чтобы покрыть свои траты. Совсѣмъ въ обратномъ положеніи находится *старческий организмъ*. Старикъ избѣгаетъ сколько-нибудь рѣзкихъ мышечныхъ движеній, обмѣнъ веществъ совер-

шается у него довольно слабо; пищеварение происходит медленно и съ трудомъ. Сообразно этому онъ вовсе не нуждается особенно въ крахмалистыхъ веществахъ. Вотъ почему вкусы у стариковъ—по сравненію съ болѣе молодыми лицами—бываютъ совершенно иные, съ чѣмъ всегда слѣдуетъ считаться, такъ какъ большой ошибкой было бы думать, будто человѣку во всѣхъ возрастахъ нужна одна и таже пища.

Повторяемъ, къ вкусамъ стариковъ и больныхъ слѣдуетъ относиться съ большимъ вниманіемъ, такъ какъ они часто инстинктомъ угадываютъ, какая именно пища имъ всего болѣе подходитъ. Но для того, чтобы мучнистыя вещества могли обращаться въ сахаръ, необходимо, чтобы они основательно были прожеваны и пропитаны слюной во рту, такъ какъ ротовая слюна содержитъ, главнымъ образомъ, то вещество (птиалинъ), которое превращаетъ крахмальные зерна въ виноградный сахаръ. Желудочное пищеварение дѣйствуетъ, главнымъ образомъ, на *бѣлки*; на крахмалистыя же вещества не имѣетъ почти никакого вліянія. Только въ тонкихъ кишкахъ (поджелудочный сокъ) продолжается дальнѣйшая обработка крахмалистыхъ веществъ. Очень понятно поэтому, что недостаточное прожевываніе пищи и быстрое проглатываніе принести намъ особенный вредъ по отношенію къ крахмалистымъ веществамъ, такъ какъ желудочное пищевареніе на нихъ мало дѣйствуетъ.

Всего больше содержатъ мучнистыхъ веществъ *сымена* большихъ и малыхъ растений, особенно *хлѣбныхъ* злаковъ и *стручковыхъ* плодовъ, затѣмъ *орѣхи*, *каштаны*, различные *клубни* и *корни*, такъ же, какъ и нѣкоторыя *сыменные оболочки*. Зерна состоятъ изъ оболочки, находящагося подъ нею слоя солей и бѣлка (клеберъ), изъ крахмальныхъ зеренъ (рис. 38), не-



Рис. 38. Крахмалистыя зерна различныхъ мучнистыхъ веществъ.
(Въ увеличенномъ видѣ).

большого количества жира и крайне незначительнаго количества воды. Они способствуютъ образованію новаго формирующагося растенія, которому они доставляютъ питательныя вещества, подобно тому, какъ яичный желтокъ служитъ питаніемъ развивающемуся животному.

Къ хлѣбнымъ растеніямъ причисляются: *пшеница, рожь, ячмень и овесъ*. Что же касается риса, крупы гречихи и маиса, то они причисляются больше къ травамъ. Къ *стручковымъ плодамъ* относятся: чечевица, бобы, горохъ, которые достигаютъ зрѣлости въ особенныхъ оболочкахъ, именуемыхъ стручками.

О питательномъ достоинствѣ названныхъ растительныхъ веществъ намъ даетъ представленіе слѣдующая таблица:

	Бѣлокъ.	Крахмаль.	Жиръ.	Вода.	Соли.	Клѣтчатка.
	(в п р о ц е н т а хъ):					
Пшеница	12	70	2	12	2	2
Овесъ	11	58	5	13	3	10
Рисъ	6	74	2	13	2	4
Греча	11	55	3	14	3	14
Маисъ	9	69	5	13	2	2
Крупа	11	61	4	12	4	8
Чечевица	26	53	2	12	3	4
Горохъ	23	53	1	14	3	6
Бобы	24	55	2	11	4	4
Гречкій орѣхъ	16	13	57	7	2	3
Кокосовый орѣхъ	9	12	67	6	2	4
Каштаны	11	73	3	7	3	3
Миндаль	24	8	52	6	3	7
Картофель	2	21	слѣды	75	1	3-4

Согласно этой таблицѣ всего больше *бѣлка* содержится въ чечевицѣ, горохѣ, бобахъ и миндалѣ; всего больше *крахмала*—въ пшеницѣ, рисѣ и каштанахъ; всего больше клѣтчатки—въ овсѣ и гречихѣ. Что касается до количества *воды*, содержаемаго во всѣхъ поименованныхъ мучнистыхъ продуктахъ, то оно вообще не велико (за исключеніемъ, однако, картофеля), точно такъ же не велико количество содержаемыхъ въ нихъ солей. Богаты *жиромъ*: гречкій орѣхъ, миндаль и кокосовый орѣхъ, между тѣмъ какъ ихъ богатство крахмаломъ въ соотвѣтствующей мѣрѣ понижается (см. табл.: 12% крахмала на 67% жира въ кокосовомъ орѣхѣ, между тѣмъ какъ въ пшеницѣ содержится 2% жира на 70% крахмала).

Древесныя волокна также состоятъ изъ углеводовъ и въ большемъ или меньшемъ количествѣ содержатся во всѣхъ растительныхъ веществахъ. Они очень мало, по мнѣнію же другихъ *совершенно* не поддаются влиянію пищеварительныхъ соковъ и потому слывутъ за крайне неудобоваримое для человѣка вещество. Между тѣмъ въ травоядныхъ животныхъ, рогатомъ скотѣ, лошадяхъ и пр., они не только растворяются,

но составляют даже наилучшую пищу для этих животных. Точно так же нельзя считать клетчатку совершенно бесполезной и для человека. Наблюдения показали, наоборот, что она оказывает возбуждающее влияние на наше пищеварение и в значительной степени способствует усвоению прочих пищевых веществ. В тех случаях, где клетчатка совершенно исключена из пищи, состоящей, так сказать, из вытяжек (экстрактов), было замечено ослабление кишечника, выражающееся в сухом и малообильном стуле. Поэтому вовсе не следует систематически избегать употребления в пищу клетчатки, которая

заключается в оболочку плодов, хлебных зерен и мучнистых овощей. Наружные оболочки хлебных зерен, которые называют в общепитии *отрубями*, похожи по вкусу на солому и довольно тверды; пищеварение оставляет их без изменения, и они удаляются из нашего пищеварительного канала почти в том же виде, в каком они вошли в него. Чаще же всего их искусственным путем удаляют предварительно.

В некоторых случаях, однако, отруби, будучи примешаны в незначительном количестве к нашему хлебу, очень заметно возбуждают деятельность кишечника и регулируют стул.

Если сравнить относительное содержание воды в пищевых продуктах животного и растительного происхождения, то мы должны будем прийти к заключению, что последние гораздо содержательнее первых. В пользу животной пищи говорит, однако, то, что она гораздо удобоваримее и что она включает в себя значительно большее количество белков. Очень интересна также и стоимость различных продуктов в связи с их питательностью.

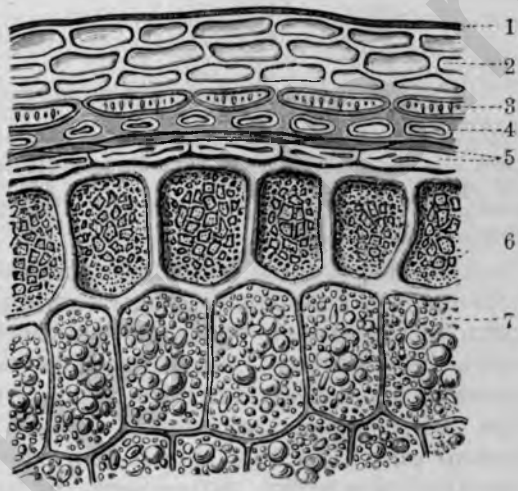


Рис. 39. Разрѣзъ пшеничнаго зерна.

1—3. Поверхностные слои зерновой оболочки.
4. Соковые кашалы. 5. Промежуточные слои. 6. Клейберь. 7. Крахмалъ.

Такъ, 1 фунтъ гороху стоитъ приблизительно . . . 5 коп.
» » мяса » » . . . 15 »

1 фунтъ яицъ стоитъ приблизительно 25 »
 » » рису » » 10 » *)

Вопросъ объ отношеніи рыночной стоимости даннаго продукта къ его питательности и усвояемости имѣетъ огромное значеніе не только для отдѣльныхъ хозяйствъ, но и для цѣлыхъ классовъ населенія и даже государствъ. Съ этой точки зрѣнія очень поучительна таблица Кёнига и еще болѣе интересна таблица извѣстнаго берлинскаго гигиениста Рубнера.

По вычисленіямъ Кёнига, можно за одинъ рубль получить питательныхъ единицъ:

мяса, приблизительно.	1.960
яицъ »	1.160
гороху »	10.000
рису »	4.000

Рубнеръ вычислилъ, что за одну нѣмецкую марку можно получить:

хлѣба	5.300 гр.;	изъ нихъ бѣлковъ 412 гр.,	изъ коихъ усваивается 280 гр.
картофелю	1.660 »	» » » 333 »	» » 227 »
бобовъ	4.000 »	» » » 1.000 »	» » 920 »
мяса	1.000 »	» » » 160 »	» » 156 »

По мѣрѣ того, какъ въ какомъ-либо пищевомъ средствѣ повышается содержаніе воды, понижается и его достоинство, какъ питательнаго средства. Наименѣе цѣннымъ среди прочихъ продуктовъ растительнаго происхожденія слѣдуетъ считать *картофель*, такъ какъ онъ содержитъ около 75% воды при 21% крахмала, между тѣмъ какъ прочіе содержатъ только отъ 6 до 14% воды. Картофель дешевле прочихъ мучнистыхъ веществъ, но вмѣстѣ не должно упускать изъ виду и слѣдующаго обстоятельства: для того, чтобы получить при питаніи однимъ картофелемъ необходимое количество крахмала и бѣлка, приходится ввести въ организмъ огромное количество картофеля. Тѣмъ не менѣе, картофель слѣдуетъ считать очень цѣнной приправой къ другимъ болѣе содержательнымъ пищевымъ средствамъ.

Искусственными продуктами различныхъ зеренъ являются *мука* и *крупа*.

Наши отдаленные предки употребляли въ пищу зерна въ естественномъ и сыромъ видѣ. На Кавказѣ и по сию пору готовили плавъ изъ цѣльныхъ зеренъ риса. Точно такъ же молдаване пѣдятъ мамалыгу, приготовленную изъ цѣльныхъ зеренъ маиса.

Загѣмъ люди научились *молоть* зерна. Операція эта имѣетъ цѣлью освободить хлѣбныя зерна отъ ихъ оболочки,

*) Само собой разумѣется, что цѣны эти не имѣютъ въ себѣ ничего опредѣленнаго и сильно разнятся въ зависимости отъ мѣстности и времени года. Мы даемъ, прибл., среднія годовыя цѣны для Петербурга. *Ред.*

которая оказываетъ очень сильное сопротивленіе нашимъ пищеварительнымъ сокамъ. вмѣстѣ съ тѣмъ и самыя зерна размельчаются. Смогря по тому, крупно или мелко измолоты зерна, пропущена ли мука на рѣдкомъ или густомъ ситѣ, получаются различные дешевые и дорогіе сорта муки.

Всего чаще мы находимъ въ Россіи въ продажѣ три сорта пшеничной муки: 1) *крутчатку*: она идетъ на кондитерскія издѣлія и на высшіе сорта хлѣба; 2) *первачъ*: изъ него готовится столовый хлѣбъ, и 3) *куличная мука* (или *выбойка*), изъ нея готовятъ сѣрый пшеничный хлѣбъ.

Изъ *ржаной муки*, которой преимущественно питается нашъ народъ—„хлѣбецъ ржаной—отецъ нашъ родной“,—готовится около 5 различныхъ сортовъ муки: пеклеванная, обдирная (шерстованная), простая ржаная, сѣянокъ и пашечный—самый низшій сортъ.

Отруби никѣмъ изъ насъ въ пищу—по крайней мѣрѣ, въ чистомъ видѣ—не употребляются, а между тѣмъ онѣ содержатъ очень значительное количество бѣлковъ. Чѣмъ это объясняется?—Тѣмъ, что бѣлки окружены веществомъ, почти совершенно не поддающимся воздѣйствію пищеварительныхъ соковъ: клѣтчаткой.

Переходимъ къ *крутѣ*. Помимо своей питательности, крупа представляетъ и то преимущество, что она требуетъ болѣе усерднаго и тщательнаго пережевыванія и поэтому основательнѣе пропитывается слюной.

Крупа представляетъ собой зерна или плоды, очищенные отъ оболочекъ и крупно размолотыя. Зерна эти идутъ вмѣстѣ съ клебернымъ и солянымъ слоемъ, т. е. представляютъ собой ту форму, которая въ значительной степени отвѣчаетъ требованіямъ человѣческаго желудка. Нашъ пищеварительный каналъ обладаетъ способностью очень хорошо использовать крупу, не ослабляя нашего пищеваренія, между тѣмъ какъ болѣе или менѣе продолжительное потребленіе очень сконцентрированныхъ и слишкомъ размельченныхъ пищевыхъ веществъ неизбѣжно ведетъ къ ослабленію нашихъ пищеварительныхъ способностей. Вотъ почему вышепоименованные продукты очень рекомендуются къ употребленію.

Крупа, преимущественно въ видѣ каши, также составляетъ одно изъ излюбленныхъ блюдъ русскаго народа, въ которомъ недаромъ сложилась пословица „каша—мать наша“.

Въ наибольшемъ употребленіи у насъ *гречневая* и *пшеничная* крупа.

Изъ *гречи* выдѣлываютъ слѣдующіе сорта крупы: Смоленскую, ядрицу, велигорку и машинную, представляющую собой самый дешевый сортъ.

Изъ *ячменя* выдѣлываютъ до 8 сортовъ крупы, изъ которыхъ три лучшіе сорта носятъ названіе *перловыхъ*, остальные пять—ячнѣныхъ.

Овсяная крупа также очень питательна. Изъ нея же выдѣлываются и различныя крупы, привозимыя къ намъ изъ-за границы и носящія названія: чемпионъ, геркулесъ и пр.

Изъ *картофеля* также готовятъ особеннаго сорта муку, точно такъ же, какъ изъ арроу-рута, саго и тапиоки. Мондаминъ представляетъ собой самую тонкую выгяжку изъ маисовыхъ зеренъ. Саго растетъ въ Японіи, гдѣ оно находится въ довольно большомъ употребленіи. Въ настоящее время оно прививается понемногу также и въ европейскихъ странахъ. Оно очень богато бѣлкомъ, но не отличается удобоваримостью.

Стручковые плоды представляютъ то достоинство, что они содержатъ очень много бѣлковъ, но достоинство это въ значительной степени умалется тѣмъ, что бѣлокъ этотъ съ очень большимъ трудомъ извлекается наружу. Оболочки съ очень большимъ трудомъ поддаются раскрытію; съ другой стороны, бѣлки въ этихъ плодахъ тѣсно перемѣшаны съ другими менѣе питательными веществами. Всѣ эти причины приводятъ къ тому, что наши пищеварительные соки имѣютъ довольно слабое вліяніе на эти вещества. Вслѣдствіе этого, стручковые плоды выдѣляются изъ пищеварительнаго канала совершенно *неизмѣненными*. У нѣкоторыхъ же лицъ они помимо того вызываютъ и значительныя страданія. Такія лица, будучи научены горькимъ опытомъ, обыкновенно и сами тщательно избѣгаютъ ихъ употребленія.

Мука, добытая изъ стручковыхъ плодовъ, въ свою очередь, также труднѣе переваривается, нежели мука, добытая изъ хлѣбныхъ злаковъ, что доказывается слѣдующими цифрами. Вместѣ съ тѣмъ, цифры эти доказываютъ болѣе обильное содержаніе въ этихъ веществахъ жира, древесной клѣтчатки и бѣлка.

	Бѣлокъ.	Жиръ.	Крахмаль.	Соли.	Вода.	Клѣтчатка.
Пшеничная мука.	10%	1%	75%	1/2%	13%	1/4%
Гороховая	25%	2%	58%	3%	10%	2%

Хлѣбъ и печенье.

Зачѣмъ пекутъ хлѣбъ?—Зачѣмъ мелютъ зерна? Почему не ѣдятъ ихъ сырыми?—Вопросы эти, несомнѣнно, возникали неоднократно въ мысляхъ многочисленныхъ нашихъ читателей. На послѣдніе вопросы мы уже отчасти отвѣтили. Въ нижеслѣдующихъ строкахъ мы постараемся дать отвѣтъ и на первый.

Мелютъ зерна для того, чтобы уменьшить ихъ объемъ, а также разорвать ихъ оболочки, и такимъ путемъ сдѣлать ихъ гораздо болѣе доступными воздѣйствію слюны и желудочнаго сока. Затѣмъ полученную послѣ помола муку перемѣшиваютъ съ водой и такимъ образомъ даютъ всѣмъ частямъ зерна набухнуть. Получается *тѣсто*. Въ такомъ видѣ ихъ подвергаютъ дѣйствію высокой температуры, вслѣдствіе чего бывшія до того закрытыми зерна еще болѣе раскрываются. Такимъ образомъ получается такое состояніе хлѣбнаго зерна, при которомъ ротовая слюна и послѣ нея желудочный сокъ могутъ наилучшимъ образомъ выказать свое дѣйствіе. Этимъ вовсе не исключается возможность питанія сырыми зернами, какъ это и дѣлали наши предки до изобрѣтенія печенія хлѣба и какъ это нѣкоторые дѣлаютъ и по настоящее время. Но для этого необходимы нѣкоторыя условія, изъ которыхъ мы на первомъ планѣ поставимъ: здоровые зубы, медленное и продолжительное прожевываніе (которое могло бы въ значительной степени замѣнить помолъ зеренъ) и достаточную крѣпость желудочнаго сока. Даже въ томъ случаѣ, когда всѣ эти условія соблюдены, нѣкоторая часть поглоченныхъ зеренъ все же не усваивается и покидаетъ кишечникъ неизмѣненнымъ.

Подъ *печеньемъ* хлѣба понимаютъ, какъ извѣстно, высушиваніе влажнаго тѣста при высокой и сухой температурѣ печи. При этомъ, особенно въ томъ случаѣ, когда въ тѣстѣ уже началось броженіе, образуются газы, вслѣдствіе чего масса становится рыхлой, пористой и ноздреватой. Для того, чтобы ускорить разрыхленіе тѣста, къ нему прибавляютъ дрожжей и тѣмъ вызываютъ въ немъ *броженіе*. Подъ броженіемъ, въ широкомъ смыслѣ этого слова, понимаютъ всякій процессъ, при которомъ сахаръ превращается въ алкоголь и углекислоту. Процессъ этотъ служитъ, правда, показателемъ также и начавшагося разложенія, тѣмъ не менѣе, онъ находитъ себѣ часто и искусственное примѣненіе въ жизни (при броженіи, напр., пива, вина и пр.).

Процессъ этотъ при печеніи хлѣба имѣетъ главнымъ своимъ назначеніемъ сдѣлать тѣсто *болѣе рыхлымъ*, вслѣдствіе чего уменьшается въ значительной степени нашъ трудъ при жеваніи; при этомъ оно одновременно становится и болѣе доступнымъ вліянію желудочнаго сока. Печенье хлѣба имѣетъ, однако, и свои недостатки. Во-первыхъ, естественный и столь пріятный вкусъ зеренъ въ значительной степени измѣняется вслѣдствіе броженія тѣста. Во-вторыхъ, рыхлыя и мягкія массы дѣлаются гораздо болѣе доступными къ проглатыванію, вслѣдствіе чего мы начинаемъ гораздо лѣнливѣе

прожевывать пищу. Вслѣдствіе этого печеный хлѣбъ, будучи въ недостаточной степени пропитанъ слюной, свертывается въ желудкѣ въ большіе комья, очень мало поддающіеся дѣйствію пищеварительныхъ соковъ. Чаще всего несвареніе замѣчается послѣ употребленія свѣжеиспеченнаго хлѣба. Вслѣдствіе этого мы и избѣгаемъ его употребленія. Такой хлѣбъ очень часто вызываетъ давленіе подъ ложечкой и затрудненіе стула. Поэтому слѣдуетъ обращать особенное вниманіе на тщательное прожевываніе сырыхъ, твердыхъ, или же прѣсныхъ (т. е. испеченныхъ безъ прибавленія дрожжей) мучнистыхъ блюдъ. Такимъ путемъ мы не только предохранимъ себя отъ расстройства пищеваренія, но и используемъ наилучшимъ образомъ питательныя свойства потребляемыхъ нами мучнистыхъ веществъ.

Очень многіе придерживаются того взгляда, что мы не въ силахъ превращать крахмалъ въ *сыромъ* видѣ въ сахаръ и что поэтому мы должны потреблять исключительно печеный хлѣбъ. Такой взглядъ не совсѣмъ точенъ. Прежде всего, какъ ужъ и было замѣчено, наши отдаленные предки не умѣли печь хлѣба и употребляли зерна въ *сыромъ* видѣ, какъ его и теперь потребляютъ нѣкоторыя первобытныя племена. Помимо того, авторъ настоящаго сочиненія, въ бытность свою студенткой, на себѣ самой производила опыты въ этомъ направленіи, которые и даютъ ей возможность опровергнуть категоричность подобнаго утвержденія.

Слѣдовательно, необходимость измѣненія состоянія крахмала въ тѣстѣ посредствомъ печенія и т. д. не можетъ считаться доказанной. Было бы поэтому желательнѣе, чтобы мы въ этомъ отношеніи руководились не столько обычаями и преданіями, сколько инстинктомъ и состояніемъ пищеваренія каждаго даннаго человѣка въ отдѣльности. Въ подобныхъ случаяхъ нельзя одинъ и тотъ же шаблонъ примѣнять ко всѣмъ безъ изыятія. Совершенно несправедливо, напр., предпочитать стручковые плоды всѣмъ остальнымъ только потому, что они содержатъ очень много бѣлка. Бѣлка у нихъ много, этого отрицать нельзя, но нельзя также отрицать и того, что бѣлокъ этотъ находится въ нихъ въ чрезвычайно малоудобоваримой формѣ. Между тѣмъ зерна другихъ растений хотя и содержатъ бѣлка гораздо меньше, но зато бѣлокъ этотъ находится въ нихъ въ очень доступной формѣ. Примѣръ этотъ можно широко обобщить.

Зеленые горохъ и бобы содержатъ намѣсто муки сахаръ, они мягки, нѣжны, содержатъ много муки и очень вкусны. Они не могутъ, конечно, замѣнить по своей питательности зрѣлыхъ плодовъ, но они все же въ большей

степени подходят людямъ, не предающимся усиленному физическому труду и съ болѣе слабымъ пищевареніемъ. Также понятно, что *мука*, добытая изъ различныхъ лишенныхъ стручковъ зеренъ, легче переваривается, чѣмъ тѣ же зерна цѣликомъ, хотя бы послѣднія и были проварены въ водѣ. Что касается до *маисовыхъ* зеренъ, то они довольно вкусны и питательны даже въ сыромъ видѣ, тѣмъ болѣе будучи сварены. Зерна молодой ржи болѣе удобоваримы, чѣмъ зерна спѣлой пшеницы и ячменя.

Если при приготовленіи хлѣба желаютъ избѣжать искусственнаго броженія, то прибѣгаютъ къ *естественному*, которое достигается тѣмъ, что массу тѣста, къ которой прибавили немного муки, воды и кой-какихъ другихъ веществъ, оставляютъ на полусутки или на сутки въ умѣренно нагрѣтомъ помѣщеніи, но предварительно подвергнувъ ее поколачиванію въ теченіе четверти часа. Этимъ не только очень тѣсно перемѣшиваютъ между собой различныя составныя части тѣста, но и пропитываютъ его воздухомъ, вслѣдствіе чего масса становится болѣе рыхлой и ноздревой. Когда затѣмъ, вслѣдствіе присутствія воздуха, наступаетъ подъ вліяніемъ теплой температуры броженіе, то тѣсто становится гораздо болѣе мягкимъ и отлично выпекается. *Дрожжи* и представляютъ собой, собственно говоря, грибокъ, который обуславливаетъ въ тѣстѣ броженіе, при которомъ сахаръ превращается въ алкоголь и углекислоту. Процессъ этотъ протекаетъ тѣмъ быстрѣе, чѣмъ выше температура, при которой онъ происходитъ и чѣмъ мука тверже и лучшаго достоинства. Подъ „закваской“ понимаютъ тѣсто, которое уже находится въ броженіи и которое намѣсто дрожжей примѣшивается къ свѣжему тѣсту, чтобы вызвать въ немъ такое же броженіе, нѣсколько часовъ спустя.

Несмотря на то, что по своимъ качествамъ, составу, вкусу, способу приготовленія и т. д., *хлѣбъ* представляется въ значительной степени различнымъ не только въ разныхъ странахъ, но и въ различныхъ мѣстностяхъ одной и той же страны, онъ, тѣмъ не менѣе, во всѣхъ рѣшительно странахъ составляетъ *основу* народнаго питанія. Сознательно или безсознательно всѣ люди, безъ различія, молятъ Бога: „Хлѣбъ нашъ насущный даждь намъ днесь“... Безъ *хлѣба* мы себѣ почти не можемъ представить и жизни. Поэтому продуктъ этотъ, безъ сомнѣнія, заслуживаетъ того, чтобы мы на немъ остановились нѣсколько подробнѣе.

У насъ въ Россіи находится въ употребленіи преимущественно *бѣлый* — пшеничный и *черный* — *ржаной* хлѣбъ. Начнемъ съ того, что сравнимъ между собой оба эти сорта,

изъ которыхъ первый находится въ употребленіи, главнымъ образомъ, въ состоятельныхъ классахъ, между тѣмъ какъ почти исключительно вторымъ пользуется менѣе состоятельное населеніе. *Бѣлый* хлѣбъ безусловно предпочтительнѣе, какъ пищевое средство, нежели черный; въ немъ не только заключается большее количество питательныхъ веществъ, но и усваиваются они легче. Такъ, изъ бѣлаго хлѣба мы усваиваемъ приблизительно *четыре пятыхъ* содержимыхъ въ немъ бѣлковъ (и только $\frac{1}{5}$ у дается изъ организма безъ измѣненія), между тѣмъ какъ изъ чернаго мы усваиваемъ только около *половины* содержащихся въ немъ бѣлковъ, остальная половина пропадаетъ для насъ, не принося намъ ровно никакой пользы. Интересно отмѣтить то обстоятельство, что мы во многихъ

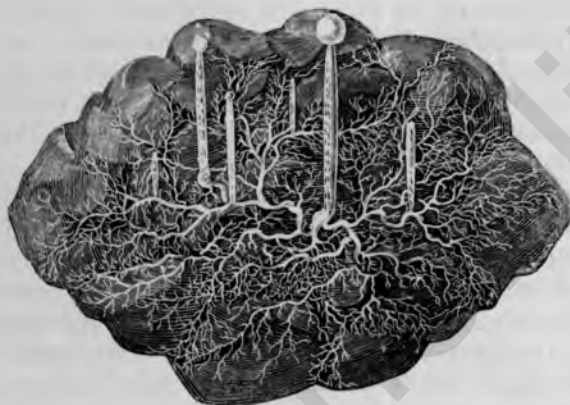


Рис. 40. Заплѣсневѣлый хлѣбъ.

случаяхъ инстинктивно чувствуемъ преимущество бѣлаго хлѣба надъ чернымъ. Такъ, во Франціи кормили раньше солдатъ, какъ у насъ и по настоящее время, чернымъ хлѣбомъ. И вотъ было замѣчено, что солдаты очень охотно промѣниваютъ свой ржаной паекъ на вдвое меньшее количество бѣлаго хлѣба. Извѣстно также всѣмъ, въ томъ числѣ и крестьянамъ, что люди слабые и больные гораздо лучше переносятъ бѣлый хлѣбъ, чѣмъ черный. Поэтому, даже въ земскихъ больницахъ, предназначенныхъ исключительно для крестьянъ, употребляется почти исключительно бѣлый хлѣбъ.

Помимо чистаго бѣлаго и чернаго хлѣба, у насъ еще бываетъ въ употребленіи *полубѣлый* хлѣбъ, который готовится изъ низшихъ сортовъ пшеничной муки. Въ нѣкоторыхъ мѣстностяхъ находится въ потребленіи еще *овсяный* и *ячменный* хлѣбъ. Особенно увеличивается потребление этихъ хлѣбовъ въ *неурожайные годы*, когда цѣна на ржаной хлѣбъ сильно повышается и становится недоступной крестьянскимъ классамъ населенія. Выше мы уже упоминали о томъ, что эти сорта очень мало пригодны для питанія человека, такъ какъ бѣлки ихъ, вслѣдствіе обилія клѣтчатки, усваиваются въ очень слабой степени. Еще менѣе пригодны

случаяхъ инстинктивно чувствуемъ преимущество бѣлаго хлѣба надъ чернымъ. Такъ, во Франціи кормили раньше солдатъ, какъ у насъ и по настоящее время, чернымъ хлѣбомъ. И вотъ было замѣчено, что солдаты очень охотно промѣниваютъ свой ржаной паекъ на

для питанія прочіе суррогаты хлѣба, потребляемые населеніемъ въ голодные года. Они производятъ только *впечатлѣніе* сытости, такъ какъ механически наполняютъ желудокъ, но о питательности ихъ почти не приходится говорить. То же можемъ мы сказать и относительно отрубей, хотя бы онѣ только въ незначительномъ количествѣ были подмѣшаны къ мукѣ.

Изъ *вредныхъ* и даже опасныхъ *примѣсей* къ мукѣ мы укажемъ на спорынью (маточные рожки) и куколь. Менѣе опасными, но все же безусловно вредными должно признать примѣсь къ хлѣбу и мукѣ лебеды, древесной коры, разныхъ сорныхъ травъ и особенно гнилущекъ, что между тѣмъ такъ широко практикуется населеніемъ въ голодные годы. Нечего и говорить, что подобный хлѣбъ не только непитателенъ, но что онъ только разстраиваетъ пищеварительные органы и наиболѣе вѣрнымъ образомъ подготавливаетъ появленіе неизбѣжныхъ спутниковъ голода: сыпного — голоднаго тифа, цынги и пр.

Укажемъ здѣсь на главнѣйшія свойства, которыми должны удовлетворять *хорошіе мука и хлѣбъ*, а также на болѣе употребительныя *фальсификаціи этихъ* насущныхъ продуктовъ нашего питанія.

Для распознаванія *хорошей муки* слѣдуетъ прежде всего руководиться своими внѣшними чувствами. Мука, которая имѣетъ непріятный кислый вкусъ или затхлый запахъ, должна быть безъ колебанія забракована, какъ негодная. Хорошая мука должна содержать не болѣе 5% растворимыхъ въ водѣ веществъ, между тѣмъ попадаютъ сорта испорченной, лежалой или приготовленной изъ проросшихъ зеренъ муки, которые содержатъ такихъ веществъ до 18%. Хорошая мука должна давать быстро и равномерно поднимающееся тѣсто. Она не должна заключать въ себѣ никакихъ грибковъ или насѣкомыхъ. Мука должна быть *чисто* пшеничной или ржаной и не заключать въ себѣ примѣсей какой-либо иной муки: гороховой, бобовой, чечевичной, маисовой, картофельной, овсяной, ячменной и т. д. Хорошая мука должна содержать не болѣе 10—12% воды; между тѣмъ попадаютъ въ продажѣ сорта, которые содержатъ воды до 18%. Наконецъ, мука не должна содержать никакихъ минеральныхъ примѣсей, которыя къ ней прибавляются искусственно, съ цѣлью увеличить ея вѣсъ. Такъ, къ мукѣ прибавляютъ тяжелый шпатель, глину, гипсъ, мѣлъ, углекислую магнезію, даже ѣдкую известь и пр. Сравнительно часто примѣшиваютъ къ мукѣ квасцы, а также мѣдный и цинковый купоросы, которые обладаютъ свойствомъ сообщать залежалой, затхлой и промоченной мукѣ способность давать хорошо всходящее тѣсто.

Переходимъ къ *хлѣбу*. Хорошій хлѣбъ долженъ обладать пріятнымъ, слегка кисловатымъ запахомъ; онъ долженъ быть хорошо выпеченъ. Узнается это потому, что мякишъ въ такомъ хлѣбѣ равномерно пористъ и безъ большихъ пустотъ. Корка должна быть гладкая, безъ трещинъ, не подгорѣлая. Мякишъ, который при нажатіи пальцемъ, даетъ большія углубленія, причемъ углубленія эти съ трудомъ сглаживаются, указываетъ на большое содержаніе воды. Такой хлѣбъ—тяжелъ для пищеваренія. Хорошій пшеничный хлѣбъ долженъ содержать въ мякишѣ не больше 40%, а въ ржаномъ не болѣе 45% воды. Къ сожалѣнію, нашъ солдатскій хлѣбъ въ этомъ отношеніи не удовлетворяетъ и наиболѣе скромнымъ требованіямъ, такъ какъ содержаніе въ немъ воды достигаетъ, по изслѣдованіямъ Бучинскаго, почти 50%.

Хлѣбъ, приготовленный изъ испорченной муки, не бываетъ равномерно пористымъ. Онъ—тяжелѣе и темнѣе обыкновеннаго. Для замаскированія этихъ недостатковъ къ нему прибавляютъ, какъ мы уже выше указывали, сѣрнокислую мѣдь, квасцы, известковую воду и пр. Чтобы искусственнымъ образомъ усилить подниманіе тѣста, къ нему прибавляютъ соды и соляной кислоты, или же соду и кислый фосфорнокислый натръ. Такимъ образомъ развивается углекислота, которая подымаетъ тѣсто даже изъ плохой муки. Въ нѣкоторыхъ случаяхъ въ хлѣбѣ находили не только соли цинка и мѣди, но и болѣе ядовитыя соли мышьяка и ртути.

Можно лишній разъ пожалѣть о томъ, что наше законодательство такъ слабо оберегаетъ интересы населенія въ такомъ важномъ дѣлѣ, какъ народное питаніе, и тѣмъ часто ставитъ наше наиболѣе драгоцѣнное благо—здоровье—въ полную зависимость отъ большей или меньшей алчности продавца.

Переходимъ къ другимъ продуктамъ, изготовляемымъ изъ муки.

Помимо хлѣба и обыкновенныхъ печеній, часто употребляются еще въ хозяйствѣ сухари, бисквиты и англійскіе кэки. *Сухари* ведутъ свое происхожденіе изъ Англіи, гдѣ придерживаются болѣе правильныхъ и болѣе разумныхъ взглядовъ на питаніе. Посредствомъ особенныхъ приспособленій и повторнаго воздѣйствія высокой температуры получаютъ болѣе сухое и гораздо болѣе содѣржательное печеніе, чѣмъ хлѣбъ. Вслѣдствіе этого они гораздо легче пропитываются слюной, легче растворяются и пережевываются. Поэтому они представляютъ собой отличную замѣну хлѣба, особенно для больныхъ, которые вообще плохо переносятъ хлѣбъ. Теперь готовятъ также сухари съ примѣсью питательныхъ солей, масла, яицъ и пр. Въ такомъ видѣ они,

будучи хорошо приготовлены, представляют собой отличное питательное средство.

Нѣкоторые англійскіе сухари содержатъ 13% бѣлка, 81% крахмала и только 1% воды. Они, слѣдовательно, сгущены больше, чѣмъ какое бы то ни было иное вещество. Съ другой стороны, они, вслѣдствіе ничтожнаго содержанія воды, могутъ сохраняться очень продолжительное время, не портясь. Поэтому они пользуются особеннымъ почетомъ при отдаленныхъ путешествіяхъ, морскихъ экспедиціяхъ, а также въ арміяхъ, гдѣ сухари готовятся очень значительными количествами про запасъ для надобностей военного времени. Если ихъ размячить въ молокѣ, супѣ, или даже просто горячей водѣ, они отлично превращаются и усваиваются.

Иной формой мучнистой пищи представляются *вермишель* и *макаронны*. Находясь въ твердомъ состояніи и будучи добросовѣстно приготовленными, они могутъ сохраняться продолжительное время, не утрачивая своихъ достоинствъ. Къ сожалѣнію, при фабрикаціи ихъ допускается нерѣдко множество фальсификацій, которыя довольно трудно бываетъ распознать. Вслѣдствіе этого мы часто совершенно не знаемъ, что собственно намъ преподносятъ подъ названіемъ „макаронъ“. Поэтому въ тѣхъ случаяхъ, когда желаютъ полакомиться макаронами, предпочтительнѣе брать болѣе дорогіе сорта. Что касается до *яичныхъ* сортовъ, то они часто оказываются, при ближайшемъ изслѣдованіи, просто-напросто окрашенными въ желтый цвѣтъ шафраномъ или куркумой. Ни солей, ни жировъ въ этихъ издѣліяхъ обыкновенно не бываетъ.

О в о щ и.

Подъ общимъ названіемъ овощей мы понимаемъ различныя листовныя и стебельчатыя растенія и такіе корни и зелень, которые, не играя самостоятельной роли въ нашемъ питаніи, тѣмъ не менѣе оказываютъ ему нерѣдко довольно серьезныя услуги, служа очень вкусными приправами къ различнымъ блюдамъ. Перебрать въ отдѣльности всѣ овощи нѣтъ никакой возможности, такъ какъ онѣ очень сильно разнятся, въ зависимости отъ мѣстныхъ условий, климата, времени года и пр. А потому мы по отношенію къ нимъ удовольствуемся только краткимъ обзоромъ главнѣйшихъ. Овощи не содержатъ сколько-нибудь значительнаго количества бѣлковъ или крахмала. Въ составъ ихъ входятъ сахаръ, растительныя кислоты, питательныя соли и летучія вещества.

Къ *лиственнымъ* овощамъ относятся, главнымъ образомъ, различные сорта капусты и салата. *Капуста* идетъ, какъ извѣстно, въ кочняхъ, причемъ верхніе листья отличаются своей грубостью, между тѣмъ какъ нижніе становятся постепенно все болѣе и болѣе нѣжными. Въ виду огромнаго содержанія воды, капуста очень мало поддается дѣйствию жара, а потому ее и употребляютъ очень часто въ квашенномъ состояніи, въ каковомъ она составляетъ одно изъ наиболѣе любимыхъ и наиболѣе употребительныхъ блюдъ нашего простонародья. Квашенная капуста играетъ также довольно видную роль и въ питаніи нашего солдата. Особенной питательностью капуста, однако, не отличается, что доказывается въ достаточной степени и ея составомъ: бѣлка только около 2%, крахмалу около 5% и около 90% воды. Не отличается она и удобоваримостью, особенно въ свѣжемъ состояніи. Квашенная капуста удобоваримѣе свѣжей. Квасятъ капусту, опуская ее въ рассолъ извѣстной крѣпости. Вслѣдствіе этого капуста утрачиваетъ въ значительной степени свою твердость и пропитывается солями. При этомъ развивается также извѣстное количество молочной кислоты, которая также облегчаетъ ея удобоваримость и усвояемость. Неудобство квашеной капусты слѣдуетъ усматривать въ томъ, что она сильно пропитывается солями, причемъ ея собственные соли переходятъ въ рассолъ. Въ общемъ капуста не отличается, однако, удобоваримостью, и лица съ деликатнымъ пищевареніемъ сдѣлаютъ, пожалуй, лучше, если будутъ воздерживаться отъ ея употребленія. Для вполне здороваго желудка она представляетъ, однако, довольно пріятное и вкусное блюдо, которое способствуетъ одновременно возбужденію аппетита. Капуста составляетъ необходимую принадлежность русскаго стола.

Салаты употребляются, будучи надлежащимъ образомъ приправлены, въ сыромъ видѣ. Каждый изъ нихъ имѣетъ свой болѣе или менѣе ясно выраженный вкусъ, который мы и цѣнимъ при ѣдѣ. Нѣкоторые сорта салата обладаютъ также и другими свойствами, оказывающими полезное вліяніе на организмъ. Такъ, крессонъ пользуется репутаціей мочегоннаго.

Однимъ изъ наиболѣе пріятныхъ и наиболѣе цѣнныхъ гастрономами сортовъ овощей слѣдуетъ считать *спаржу*. Наблюденія показали, однако, что она дѣйствуетъ неблагоприятно при склонности къ кровотечениямъ изъ тазовыхъ органовъ. Объясняется это, главнымъ образомъ, ея слабыми свойствами и вліяніемъ на почки.

Вслѣдствіе высокаго содержанія въ овощахъ пищевыхъ солей, а также обилія клетчатки, онѣ оказываютъ часто

благопріятное вліяніе на пищевареніе, а также и на составъ крови. Можно поэтому отъ души пожалѣть, что сезонъ овощей, въ общемъ, такъ не продолжителенъ и что въ теченіе большей части года мы вынуждены обходиться безъ нихъ, или же въ лучшемъ случаѣ прибѣгать къ ихъ суррогатамъ, каковыми слѣдуетъ считать соленыя и квашенныя овощи, напримѣръ, капусту, огурцы и т. д. Вслѣдствіе этого пища приобрѣтаегь, особенно въ городахъ, въ зимнее время гораздо болѣе однообразный характеръ, что отражается не только на нашемъ аппетитѣ, но также и на усвоеніи пищи. Во многихъ же мѣстахъ недостатокъ въ овощахъ является одной изъ причинъ появленія въ населеніи довольно тяжелыхъ заболѣваній, напримѣръ, цынги, какъ это и наблюдалось неоднократно въ послѣдніе годы и у насъ въ Россіи.

Что же касается до употребленія овощей въ видѣ *консервовъ*, то помимо ихъ дороговизны и недоступности для нѣкоторыхъ слоевъ населенія, слѣдуетъ также принимать во вниманіе и то, что приготовленіе ихъ далеко не всегда удовлетворяетъ требованіямъ гигіены, вслѣдствіе чего время отъ времени наблюдаются не только болѣе или менѣе тяжкіе случаи отравленія, но иногда и случаи смерти. Такъ, напримѣръ, массовыя отравленія имѣли мѣсто нѣсколько лѣтъ тому назадъ въ различныхъ городахъ Имперіи, вслѣдствіе отравленія консервированнымъ зеленымъ горошкомъ. Такъ какъ при сохраненіи овощей образуются кислоты и другія вещества, оказывающія извѣстное химическое воздѣйствіе на стѣнки жестянки, въ которой сохраняются овощи, то это и служитъ одной изъ причинъ ихъ вреднаго воздѣйствія на насъ. Что же касается до зеленого горошка, то изслѣдованіями было установлено, что для придачи ему на неопредѣленное время натурального зеленого цвѣта, его подкрашивали ядовитой сѣрно-кислой мѣдью. Если пользоваться консервами, то во всякомъ случаѣ слѣдуетъ всегда требовать только *самыя свѣжія* жестянки. Если внутри жестянки замѣчаются какія-либо пятна, то отъ употребленія консервовъ непременно слѣдуетъ отказаться, во избѣжаніе очень вредныхъ послѣдствій.

Особенной любовью пользуются съ нашей стороны *молдыя* овощи, какъ-то огурцы, горошекъ, бобы, томаты (помидоры), морковь и др. Что мы въ большей части перечисленныхъ плодовъ особенно цѣнимъ, такъ это мясистыя оболочки зеренъ, которыя бывають такими сочными и ароматными, пока плоды еще не созрѣли. Но какъ только зерна созрѣють, оболочки ихъ становятся твердыми, дрявянистыми и получаютъ довольно непріятный вкусъ.

Въ зеленомъ видѣ перечисленные плоды содержать около 90% воды, 2—4% крахмала и очень мало древесной клетчатки. Огурцы и томаты мы часто ѣдимъ сырыми съ большимъ удовольствіемъ. Сохраняются они всего лучше впрокъ при обработкѣ ихъ паромъ, въ закрытомъ сосудѣ, причемъ они варятся въ собственномъ соку безъ какихъ либо примѣсей. Вслѣдствіе высокой температуры содержимые въ нихъ микроорганизмы умерщвляются; новымъ же доступъ преграждается вслѣдствіе отсутствія воздуха. Овощи при такихъ условіяхъ сохраняютъ въ значительной степени свой первоначальный вкусъ и уменьшаютъ трудъ хозяйки по ихъ измельченію и размягченію. Такимъ образомъ можно готовить впрокъ зеленые бобы, молодой горошекъ, спаржу и томаты.

Наилучшимъ сосудомъ для консервирования зеленыхъ овощей является стеклянный, такъ какъ онъ не оказываетъ никакого вреднаго вліянія на содержимое, не поддаваясь дѣйствию образующихся въ плодахъ кислотъ. Кромѣ того, такой сосудъ, будучи совершенно прозраченъ, позволяетъ очень легко контролировать въ любой моментъ состояніе его содержимаго. Къ сожалѣнію, для этой цѣли употребляютъ также очень часто и жестяные сосуды, которые представляютъ нѣкоторыя преимущества, главнымъ образомъ, въ томъ отношеніи, что ихъ можно безъ особеннаго риска перевозить на большія разстоянія. Преимущества эти не покрываются, однако, тѣми опасностями, которымъ они нерѣдко подвергаются потребителей, а потому пользованія ими слѣдуетъ по возможности избѣгать.

Что касается до приготовления различныхъ овощей по законамъ химіи и соотвѣтственно требованіямъ гигіены, то объ этомъ у насъ будетъ рѣчь въ специальной главѣ.

Г р и б ы .

Въ ряду другихъ питательныхъ растений грибы образуютъ особую группу.

Въ прежнія времена ихъ считали почти равными по питательности мясу. При этомъ упускали, однако, изъ виду огромное содержаніе въ нихъ воды. Какъ бы то ни было, невозможно отрицать, что среди грибовъ существуютъ очень питательные сорта. Въ видѣ приправы къ другимъ кушаньямъ, они сообщаютъ чрезвычайно пріятный вкусъ блюдамъ.

Всего вкуснѣе грибы въ *свѣжемъ* состояніи; во влажномъ видѣ они сохраняются не особенно долго. Будучи же разрѣзанными тонкими слоями и высушены; они сохраняются довольно продолжительное время. Когда грибы сушатъ, то

они, подобно прочимъ богатымъ водой плодамъ, много выигрываютъ въ питательности. Сухіе шампиньоны—наилучшій сортъ грибовъ—содержать 23,8% бѣлковъ, 1,2% жира, 50,3% углеводовъ и только 17,5% воды.

Трюфели, сморчки, боровики считаются очень тонкими сортами, въ противоположность, напримѣръ, опенкамъ. Употребляются еще масленники, грузди, бѣлые грибы и др.

Содержимыми въ нихъ вкусовыми веществами грибы оказываютъ на наше пищевареніе особенно благопріятное вліяніе и очень цѣнятся гастрономами. Къ сожалѣнію, грибы недостаточно утилизируются, и часто они пропадаютъ большими количествами, такъ какъ, съ одной стороны, къ нимъ не всегда относятся съ надлежащимъ вниманіемъ, съ другой стороны, далеко не всѣ умѣютъ отличать съѣдобные грибы отъ ядовитыхъ, а потому многіе предпочитаютъ совершенно воздерживаться отъ ихъ употребленія.

Между тѣмъ, при надлежащемъ вниманіи, при существованіи хорошаго и опытнаго руководителя, а также при помощи хорошихъ атласовъ и наглядныхъ рисунковъ, не такъ уже трудно научиться отличать съѣдобные грибы отъ ядовитыхъ, и широко употреблять первые въ пищу.

Тѣмъ не менѣе, считаемъ своимъ долгомъ лишній разъ предохранить нашихъ читателей отъ употребленія въ пищу сортовъ, въ съѣдобности которыхъ онѣ не вполне убѣждены, такъ какъ различія между невинными сортами и ядовитыми бываютъ иногда настолько незначительными, что легко могутъ ввести въ заблужденіе. Между тѣмъ послѣдствія отъ подобной опибки могутъ быть не только печальными, но и трагическими, какъ это не разъ уже и наблюдалось.

Минеральные вещества.

Что минеральные вещества составляютъ необходимую принадлежность нашей пищи, на это указываютъ многочисленные факты. На это указываетъ прежде всего анализъ тканей нашего тѣла, а также анализъ пищевыхъ веществъ. Тоже самое подтверждается и опытами на животныхъ. Такъ, было подмѣчено, что черезъ нѣкоторое время послѣ того, какъ пища животного была совершенно лишена минеральныхъ веществъ, животное начинаетъ замѣтно страдать и у него появляются параличныя явленія. Затѣмъ съ рѣзкостью проявляется тупоуміе, и животное погибаетъ при явленіяхъ тяжкаго разстройства нервной системы. Что еще важнѣе и еще болѣе достойно нашего вниманія, такъ это—то, что при *минеральномъ голоданіи*, т. е. въ томъ случаѣ, когда въ пищѣ

животныхъ недостаеетъ только минеральныхъ веществъ, они обыкновенно погибаютъ быстрѣе, чѣмъ при *полномъ* голоданіи, т. е. когда они совершенно лишены пищи.

Изъ многочисленныхъ изслѣдованій явствуетъ, что наиболѣе необходимыми для насъ минеральными веществами являются: известь, натрій, желѣзо и фосфоръ. Каждому изъ перечисленныхъ веществъ мы удѣлимъ нѣсколько словъ. *Известь* составляетъ необходимую принадлежность костной ткани и особенно необходимой является для растущаго организма. Въ томъ случаѣ, когда въ пищѣ оказывается недостатокъ извести, появляется *англійская болѣзнь* (см. во II „Энциклопед.“ части), а также размягченіе костей (остеомалакія). *Натрій* входитъ въ составъ кровяной сыворотки, на долю которой выпадаютъ столь важныя обязанности въ смыслѣ непосредственнаго питанія нашихъ тканей. *Желѣзо*, содержаемое въ кровяныхъ шарикахъ, связываетъ живительный газъ—кислородъ. Что же касается до *фосфора*, то онъ необходимъ какъ костной, такъ и нервной системѣ. Насчетъ назначенія остальныхъ минераловъ, входящихъ въ составъ нашихъ тканей, мы значительно менѣе освѣдомлены.

Въ томъ случаѣ, когда пища наша отличается разнообразіемъ и заимствуетъ свои продукты одновременно изъ растительнаго и животнаго царства, составъ ея всего болѣе отвѣчаетъ нашимъ физиологическимъ потребностямъ. Въ такомъ случаѣ мы получаемъ съ пищей и достаточное количество солей. Если же этого не наблюдается, то мы испытываемъ солевое—минеральное голоданіе.

Всего чаще мы искусственно прибавляемъ къ нашей пищѣ поваренной соли, которая заслуживаетъ того, чтобы мы на ней болѣе подробно остановили наше вниманіе. *Поваренная соль* служитъ, какъ въ настоящее время установлено, для выработки желудочнаго сока. Съ другой стороны, поваренная соль играетъ въ нашей пищѣ несомнѣнную роль возбуждающаго вещества. Соль составляетъ не прихоть, но полную *необходимость* при потребленіи нами мучничатыхъ веществъ и овощей, особенно тѣхъ, которые продолжительной варкой выщелочились и потеряли, слѣдовательно, содержавшіяся въ нихъ соли. Очень много соли требуется при потребленіи картофеля, который составляетъ между тѣмъ главную статью питанія многихъ милліоновъ бѣднѣйшаго населенія въ Европѣ.

Ф р у к т ы .

Въ этой главѣ мы рассмотримъ не только плоды, но и сладкія ягоды. И тѣ и другія отличаются большимъ содержа-

ніемъ сахара, особенно пріятнымъ вкусомъ, тонкимъ ароматомъ, а одновременно и привлекательностью своихъ внѣшнихъ красокъ. Подумаемъ только о запахахъ земляники, о красотѣ персика и о чудномъ вкусѣ какой-нибудь темно-красной сочной вишни. Можно подумать, что солнце рѣшило намъ дать въ нѣкоторыхъ плодахъ наиболѣе блестящее доказательство своей мощи и своего значенія для растительнаго царства. Какъ бѣдно, какъ жалко выглядитъ по сравненію съ названными плодами и ягодами какой-нибудь огурецъ, капуста, или горохъ!

Вѣдъ известно, что чѣмъ сильнѣе сказывается дѣйствіе солнца, тѣмъ роскошнѣе растительность. Вотъ почему въ теплыхъ странахъ зрѣютъ золотистые апельсины, сладкіе финики, сочныя фиги и прочіе столь сочные, столь пріятные на вкусъ и столь привлекательные по своей внѣшности плоды.

Плоды въ большинствѣ случаевъ содержатъ очень мало бѣлка, жировыхъ веществъ и крахмала. Они богаты клѣтчаткой и органическими кислотами. Что же касается до содержамаго въ нихъ сахара, то онъ представляетъ для насъ большія преимущества, съ точки зрѣнія нашего питанія, такъ какъ онъ непосредственно переходитъ въ нашу кровь и усваивается нашими тканями. Отсюда слѣдуетъ, что на плоды мы должны смотрѣть, какъ на высшій разрядъ пищевыхъ веществъ, такъ какъ они содержатъ одинъ изъ наиболѣе цѣнныхъ элементовъ нашего питанія, — а именно сахаръ — въ растворенномъ и слѣдовательно наиболѣе усваиваемомъ видѣ.

Приводимъ здѣсь составъ нѣкоторыхъ наиболѣе важныхъ плодовъ и ягодъ:

	Сахарь.	Соли.	Клѣтчатка.	Орган. кислоты.	Вода.
	(въ процентахъ).				
Виноградъ . . .	16	1/2	3 1/2	3/4	79
Груши	12	1/4	4	1/4	83
Арбузы	7	3/4	1	0	90
Малина	4	1/2	7	1	87
Сливы	11	3/4	5 1/3	3/4	81

Изъ приведенной таблицы мы можемъ сдѣлать слѣдующія заключенія: груши и сливы отличаются высокимъ содержаніемъ клѣтчатки; еще богаче клѣтчаткой малина; въ арбузѣ содержится не менѣе 90% воды. Что же касается до снѣлаго винограда, то въ немъ всего болѣе содержится сахару. Многимъ покажется, пожалуй, страннымъ, что всего болѣе органическихъ кислотъ содержитъ малина, въ чемъ ее превосходятъ только смородина и апельсины, составъ которыхъ не приведенъ въ нашей таблицѣ.

Нѣкоторымъ изъ нашихъ читателей известно по лич-

ному опыту, какъ благотворно вліяютъ клѣтчатка (также принадлежащая къ углеводамъ), а также органическія кислоты, содержащіяся въ плодахъ и ягодахъ, на наше пищевареніе. Весьма вѣроятно также, что нѣкоторые плоды и ягоды оказываютъ благотворное вліяніе также и на нашу нервную систему при посредствѣ содержащихся въ нихъ кислотъ, ароматныхъ эссенцій и вкусовыхъ веществъ. Кромѣ того, нѣкоторые плоды и ягоды нашли себѣ въ настоящее время примѣненіе противъ многихъ болѣзней не только въ народной, но и въ научной медицинѣ, какъ очень дѣйствительныя лекарственныя вещества (напримѣръ, земляника).

Ошибкой было бы думать, будто среди плодовъ вовсе не имѣется такихъ, которые были бы богаты жировыми веществами, бѣлками или крахмаломъ. Такихъ плодовъ существуетъ, наоборотъ, не мало. Къ нимъ мы можемъ причислить миндаль, финики, желуди, орѣхи, исландскій мохъ и каштаны. Вотъ почему южные народы питаются преимущественно растительной пищей, которую они комбинируютъ надлежащимъ образомъ. Конечно, одними арбузами или малиной не просуществоешь, но соединеніе винограда съ орѣхами, напримѣръ, доставляетъ намъ достаточное количество питательныхъ веществъ. Между тѣмъ и тѣ и другіе растутъ въ одномъ и томъ же климатѣ, другъ подлѣ друга, гдѣ и находятся къ услугамъ обитателей. Подобную же комбинацію даютъ и апельсины съ миндалемъ, каштаны съ яблоками и т. д. Многіе изъ вышеупомянутыхъ плодовъ, однако, или вовсе не произрастаютъ у насъ, или же произрастаютъ только на очень ограниченномъ пространствѣ: на южномъ берегу Крыма, на Кавказѣ и въ нашихъ азіатскихъ владѣніяхъ. Другіе гораздо болѣе распространены и служатъ если не исключительной пищей, то очень существеннымъ подспорьемъ при питаніи многимъ милліонамъ русскаго населенія. Помимо ягодъ, которыя растутъ почти по всей территоріи нашей Имперіи, укажемъ еще только на арбузы и дыни, которые играютъ такую важную роль въ питаніи нашихъ крестьянъ въ Малороссіи и Новороссіи, и притомъ не только лѣтомъ, но и зимой, такъ какъ наши крестьянки, а также и всѣ наши деревенскія хозяйки изъ интеллигентныхъ классовъ отлично умѣютъ готовить ихъ впрокъ на зиму.

Нѣкоторые плоды содержатъ огромное количество бѣлковъ и жиру, а также крахмалу, что съ точки зрѣнія питательности, значительно приближаетъ ихъ къ пищевымъ средствамъ животнаго происхожденія. Такъ, напримѣръ, миндаль содержитъ до 24% бѣлка, между тѣмъ какъ наилучшее мясо содержитъ бѣлковъ только 20%. Въ кокосовомъ

орѣхѣ содержится почти 70% жиру; въ каштанахъ до 75% углеводовъ.

Уже приведенныя цифры доказываютъ намъ, что если растительная пища и не можетъ служить исключительнымъ питаніемъ человѣку, какъ того хотѣли бы абсолютные вегетарианцы, то она во всякомъ случаѣ можетъ служить намъ въ дѣлѣ питанія значительнымъ подспорьемъ.

Въ *сушеныхъ плодахъ*, вслѣдствіе ихъ большей сконцентрированности, означенныя вещества содержатся еще въ большемъ количествѣ, такъ какъ они въ значительной степени, освободились отъ воды. вмѣстѣ съ тѣмъ они, однако же становятся и менѣе удобоваримыми. Поэтому ихъ слѣдуетъ или усиленно жевать для того, чтобы они могли основательно пропитаться слюной, или же въ нѣкоторыхъ случаяхъ разваривать ихъ въ горячей водѣ. Несмотря на то, что они, конечно, далеко не имѣютъ того вкуса, какимъ отличались въ свѣжемъ состояніи, они все же еще довольно вкусны и очень цѣнятся зимой, когда найти какую-нибудь зелень, а тѣмъ болѣе плодъ въ свѣжемъ видѣ, для многихъ представляется задачей недостижимой.

Винныя ягоды въ свѣжемъ видѣ большинству изъ насъ неизвѣстны, и мы пользуемся ими почти исключительно въ сушеномъ видѣ. Для многихъ дѣтей онѣ являются излюбленнымъ лакомствомъ.

Изюмъ, или коринка, мало распространенъ на сѣверѣ, тогда какъ на югѣ онъ знакомъ не только состоятельнымъ классамъ, но также и болѣе зажиточнымъ крестьянамъ. Онъ представляетъ собой не что иное, какъ сушеный виноградъ. Къ сожалѣнію, для этой цѣли избираютъ не всегда виноградъ достаточно хорошаго качества. Финики представляютъ собой блюдо настолько же лакомое, насколько и питательное. Высокая стоимость дѣлаетъ ихъ, однако, недоступными большинству нашего населенія.

Гораздо лучше обстоитъ зато дѣло съ нашими домашними плодами, какъ-то: яблоками, которыя у многихъ хозяекъ имѣются зимой въ видѣ моченыхъ, — со сливами, вишнями, грушами и пр. Эти плоды имѣются почти во всякую цѣну, а потому и имѣется въ большинствѣ хозяйствъ возможность запастись ихъ на зиму, или же покупать ихъ въ готовомъ видѣ, преимущественно для компота. Можно только пожалѣть объ одномъ, что потребленіе ихъ еще не такъ велико, какъ это было бы желательно и какъ того требовали бы разумно понятыя интересы нашего питанія. Въ то время, какъ многія хозяйки не жалѣютъ издержекъ для изготовленія другихъ блюдъ, которыя далеко не являются для насъ

такой необходимостью, онѣ о заготовленіи фруктовъ и о надлежащемъ пользованіи ими зимой заботятся гораздо меньше.

Приводимъ здѣсь составъ нѣкоторыхъ плодовъ въ сушеномъ видѣ:

	Бѣлокъ.	Жиръ.	Углеводы.	Соли.	Вода.	Клѣтчатка.	Кислоты.
	(в п р о ц е н т а х ъ).						
Сливы	2 ¹ / ₄	—	63	1 ¹ / ₄	29	1 ¹ / ₂	2 ³ / ₄
Груши	2	—	59	1 ³ / ₄	29	7	³ / ₄
Яблоки	1 ¹ / ₄	—	61	1 ¹ / ₂	28	6	3 ¹ / ₂
» въ свѣжемъ видѣ.			13		84		
Вишни	2	1 ¹ / ₄	46	1 ¹ / ₂	50	1 ¹ / ₂	—
Винныя ягоды	1 ¹ / ₃	1 ¹ / ₂	54	3	35	4	1
Финики	1 ¹ / ₄	1 ¹ / ₂	70	1 ¹ / ₄	20	6 ¹ / ₂	1 ¹ / ₄
Изюмъ	1 ¹ / ₂	1 ¹ / ₂	62	1	32	2	—

Узнавъ, что финики содержатъ до 70⁰/₁₀₀ углеводовъ, мы, конечно, не станемъ удивляться ихъ питательности и безъ труда поймемъ, почему они для арабовъ представляютъ почти единственный предметъ питания. Напечатанныя **жирнымъ шрифтомъ** числа, относящіяся къ составу яблокъ, указываютъ намъ разницу въ содержаніи ихъ въ свѣжемъ и сушеномъ видѣ. Такъ, вмѣсто 13⁰/₁₀₀ углеводовъ въ свѣжемъ видѣ, мы находимъ въ сушеномъ—61⁰/₁₀₀; зато вмѣсто 84⁰/₁₀₀ воды мы въ сушеномъ видѣ имѣемъ только 28⁰/₁₀₀.

На многихъ другихъ плодахъ и ягодахъ мы здѣсь совершенно не будемъ останавливаться, такъ какъ они у насъ очень мало распространены. Скажемъ только, что сушеные ягоды и плоды оказываются для насъ очень полезными не только лѣтомъ, но и зимой, и что намъ слѣдуетъ всегда, по мѣрѣ возможности, заботиться о томъ, чтобы этотъ разрядъ пищевыхъ средствъ всегда и во всякое время года находился въ томъ или иномъ видѣ къ нашимъ услугамъ.

Упомянемъ еще, однако, о двухъ плодахъ, которые хотя и не произрастаютъ у насъ, но все же очень распространены въ нашемъ обиходѣ. Мы говоримъ объ *апельсинахъ* и *лимонахъ*. И тѣ и другіе—южнаго происхожденія. Имъ приписываются противоположные свойства, но у насъ они употребляются исключительно въ видѣ высоко цѣнныхъ вкусовыхъ и освѣжающихъ веществъ, которыя особенно высоко цѣнятся больными. Въ нѣкоторыхъ случаяхъ, а именно въ случаѣ недостаточности выдѣленія желудочнаго сока, плоды эти, въ виду высокаго содержанія въ нихъ органическихъ кислотъ, хотя и растительнаго свойства—способны въ значительной степени возмѣстить соляную кислоту нашего желудка. Потребляемые въ большихъ количествахъ, плоды эти вмѣстѣ съ тѣмъ и по той же причинѣ могутъ вызвать и обостреніе желудочныхъ страданій, вслѣдствіе повышения кислотности желудочнаго сока.



Пояс Юноны
Видъ спереди



Венера Медицеская



Пояс Юноны
Видъ сзади



Бользненная худоба



Бользненная тучность

Женское тѣло

Въ хозяйствѣ пользуются не только *мясомъ* но и *коркой* обоихъ плодовъ, которая вслѣдствіе обилія въ ней ароматныхъ веществъ очень цѣнится хозяйками для приправы различныхъ блюдъ, которымъ они сообщаютъ особенно пріятный вкусъ и букетъ.

Названные плоды все же относительно мало распространены. Особенной же любовью пользуется въ нашемъ народѣ плодъ, настолько же общераспространенный, насколько и пріятный. Мы говоримъ о *яблокахъ*. Они потребляются въ очень большихъ количествахъ въ свѣжемъ видѣ. Кромѣ того, они массами заготавливаются также и на зиму.

Такъ какъ яблоки вліяютъ очень хорошо на пищевареніе, легко переносятся даже слабыми желудками и составляютъ излюбленное лакомство дѣтей, то было бы желательно, чтобы яблони насаждались въ болѣе значительныхъ количествахъ и чтобы плодъ этотъ являлся въ полномъ смыслѣ слова общедоступнымъ.

Что касается до вліянія яблокъ на пищевареніе, то одинъ извѣстный французскій врачъ одно время приписывалъ уменьшеніе въ Парижѣ желудочныхъ заболѣваній и болѣзней печени, главнымъ образомъ, тому, что замѣтно увеличилось потребленіе яблокъ. Онъ констатировалъ, что яблоки дѣйствуютъ на желудокъ укрѣпляющимъ образомъ и что они вмѣстѣ съ тѣмъ очень удобоваримы.

Скажемъ еще нѣсколько словъ о *вареньи* различныхъ плодовъ. Каждая хозяйка знаетъ, что такое варенье, а потому намъ нѣтъ надобности останавливаться на объясненіи этого понятія. Плоды, которые съ примѣсью разныхъ пряностей, и особенно сахара, варятся иногда въ теченіе нѣсколькихъ часовъ, могутъ затѣмъ сохраняться при соотвѣтствующей обстановкѣ не только мѣсяцами, но и годами. Въ виду высокой температуры, при которой варятся плоды, въ нихъ убиваются всѣ микроорганизмы и, если варенье сохраняется затѣмъ герметически — наглухо — закупореннымъ, такъ что совершенно закрытъ доступъ воздуху, то оно сохраняется въ наилучшемъ видѣ. Въ противномъ случаѣ, т. е. если доступъ воздуху не совсѣмъ прегражденъ, варенье можетъ начать не только бродить и киснуть, но и гнить. Вкусъ его въ такомъ случаѣ неизбежно измѣняется къ худшему. Варенье представляетъ собой довольно цѣнное питательное средство, такъ какъ въ немъ заключается не только значительное количество сахара, но и главнѣйшія составныя части плодовъ съ ихъ вкусовыми веществами. Легко понять, поэтому, что варенье представляетъ собой не только очень пріятный и полезный десертъ для взрослыхъ, но пользуется особенными

симпатіями со стороны дѣтей, организмъ которыхъ нуждается какъ въ сахарѣ, такъ и въ другихъ веществахъ, содержащихся въ плодахъ. Къ сожалѣнію, варенье обходится довольно дорого, особенно въ томъ случаѣ, когда къ плодамъ или ягодамъ требуется прибавлять много сахару, и въ тѣхъ мѣстахъ, гдѣ самые фрукты дороги въ цѣнѣ.

Въ другихъ случаяхъ варятъ фрукты и ягоды въ ихъ собственномъ соку въ водяной банѣ, при чемъ въ теченіе нѣкотораго времени температура поддерживается на извѣстной высотѣ, ниже, однако, точки кипѣнія. Такимъ образомъ заключающіеся въ нихъ микробы также умерщвляются, при чемъ растительныя вещества не теряютъ, съ одной стороны, своего вкуса; съ другой же стороны, стоимость при приготовленіи такимъ путемъ плодовъ не такъ высока, какъ при вареньи ихъ съ сахаромъ. Изъ плодовъ готовятъ также *сокъ*, который употребляютъ въ натуральномъ видѣ, или же съ сахаромъ или сгущеннымъ. Послѣдній слыветъ подъ именемъ *жеме*; наиболѣе употребителенъ лимонный сокъ. Къ сожалѣнію какъ сокъ, такъ и *сиропы*, находящіеся въ продажѣ, поддѣлываются часто настолько, что вся ихъ фабрикація является искусственной, такъ какъ они составляютъ смѣсь сахара, кислоты пряностей, красящихъ веществъ и разныхъ эссенцій. Для подслащиванія же употребляется, какъ извѣстно, сахаринъ.

Вотъ почему тѣ хозяйки, у которыхъ къ тому имѣется малѣйшая возможность, хорошо сдѣлаютъ, если *сами* позаботятся о заготовленіи необходимыхъ плодовыхъ продуктовъ и какъ можно меньше будутъ прибѣгать къ продажнымъ.

Въ заключеніе повторимъ еще разъ, что въ интересахъ нашего питанія было бы желательно, чтобы были приняты всѣ мѣры къ тому, чтобы насажденіе плодовыхъ деревьевъ во всѣхъ тѣхъ мѣстахъ, гдѣ климатическія условія это позволяютъ, распространилось какъ можно больше и чтобы плоды могли стать общедоступнымъ народнымъ пищевымъ средствомъ. Въ этомъ отношеніи намъ не мѣшало бы взять примѣръ съ культурныхъ европейскихъ странъ, гдѣ большинство дорогъ на многія тысячи верстъ усажены такими деревьями.

Пряности.

Въ кухнѣ любого народа мы находимъ въ обращеніи нѣкоторыя растительныя вещества, которыя употребляются только въ самыхъ незначительныхъ количествахъ. Они служатъ, очевидно, не для питанія, но имѣютъ иное назначеніе. Такъ оно и есть въ дѣйствительности. Они имѣютъ назна-

ченемъ *возбуждать нашъ вкусъ*. Къ пряностямъ относятся самыя различныя ботаническія разновидности: цѣльныя растенія, зерна или оболочки, обладающія острымъ запахомъ и вкусомъ. Всѣ эти вещества употребляются обычно въ измельченномъ состояніи. Они не только сильно раздражаютъ нашъ языкъ и нѣбо, но нѣкоторыя изъ ихъ числа оказываютъ также болѣе или менѣе замѣтное дѣйствіе на нашъ желудокъ и пищеварительный каналъ, напр., перецъ и индѣйскіе стручки. Свойство это отлично извѣстно и нашему народу, у котораго излюбленнымъ средствомъ леченія—особенно въ началѣ острыхъ заболѣваній—является, какъ извѣстно, жарко натопленная баня да крѣпкая водка, настоенная на перцѣ. Въ концѣ концовъ означенныя вещества покидаютъ организмъ черезъ пищеварительный каналъ или черезъ почки, не усвоившись и не измѣнившись. Въ общемъ, можно сказать, что, чѣмъ народъ культурнѣе, тѣмъ онъ требовательнѣе къ своей кухнѣ, между тѣмъ какъ первобытныя народы, которымъ нѣтъ надобности прибѣгать къ какимъ-либо искусственнымъ средствамъ для возбужденія своего аппетита, довольствуются наиболѣе простыми и естественными блюдами. Этимъ въ значительной степени объясняется то обстоятельство, что современная европейская кухня имѣетъ въ своемъ распоряженіи такую массу пряностей, безъ которыхъ многимъ изъ насъ и наилучшія блюда казались бы совершенно прѣсными и безвкусными.

Невозможно вмѣстѣ съ тѣмъ отрицать и того обстоятельства, что потребность въ острыхъ приправахъ въ большей степени, чѣмъ что иное, является дѣломъ воспитанія и привычки. Намъ извѣстно, что при своемъ появленіи на свѣтъ ребенокъ не имѣетъ никакихъ опредѣленныхъ вкусовъ, и что вкусъ прививается ему только впоследствии. Также вѣрно и то, что современный культурный человѣкъ, который живетъ при столь слабомъ обмѣнѣ воздуха, почти не знаетъ физическаго труда и ведетъ почти исключительно сидячій образъ жизни, очень рѣдко испытываетъ *естественный* аппетитъ. Въ большинствѣ случаевъ ему приходится искусственно возбуждать какъ свои вкусовые нервы, такъ и свое пищевареніе. Это-то назначеніе и выполняютъ въ значительной степени пряности. Несомнѣнно, что, если бы мы вели болѣе близкій къ природѣ и болѣе соответствующій требованіямъ нашего организма образъ жизни, то мы, съ одной стороны, гораздо меньше нуждались бы въ возбуждающихъ веществахъ; съ другой стороны, роль эта достаточно успѣшно выполнялась бы вкусовыми веществами, которыя въ *естественномъ видѣ* содержатся во многихъ нашихъ пищевыхъ средствахъ.

По возможности, слѣдуетъ избѣгать искусственнаго при-
бавленія къ пищѣ пряностей, замѣняя ихъ естественными и
простыми. Къ этому разряду мы можемъ отнести: *сокъ* ли-
монный, апельсиновый и яблочный; *корку* первыхъ двухъ
плодовъ, такія *травы*, какъ петрушку, порей, крессъ, огу-
речникъ, бобы и пр.; *клубни*: напримѣръ, лукъ и чеснокъ,
составляющіе излюбленные въ простонародѣ приправы. „Есте-
ственными“ мы ихъ считаемъ потому, что они находятся въ
естественномъ состояніи и связаны съ пищевыми веществами.

Совсѣмъ въ иномъ родѣ—обычно употребляемые нами
пряности: *мускатный орехъ, корица, имбирь, гвоздика*. Они
имѣютъ на наши вкусовые нервы, а также на пищевареніе
гораздо болѣе сильное дѣйствіе, чѣмъ вышеперечисленные. Упо-
треблять ихъ слѣдуетъ самыми небольшими количествами и
только размельченными, въ каковомъ случаѣ они не только
не могутъ намъ повредить, но и повышаютъ вкусъ потребляе-
мыхъ нами веществъ. Заслуживаютъ, съ той же точки зрѣ-
нія, вниманія *лавровый листъ, укропъ, тминъ и ваниль*. Всѣ эти
вещества не имѣютъ для насъ ровно никакого самостоятель-
наго значенія, въ смыслѣ питанія, но вмѣстѣ съ тѣмъ слу-
жатъ очень вкусной приправой къ другимъ пищевымъ ве-
ществамъ.

Подобно луку и *хрену* также является въ нѣкоторыхъ
мѣстностяхъ употребительной приправой къ пищѣ у народа.
Слѣдуетъ, однако, сказать, что вещества эти обладаютъ очень
острымъ вкусомъ и рѣзкимъ дѣйствіемъ на желудочныя же-
лезы, а потому далеко не всѣми переносятся одинаково хо-
рошо. Во всякомъ случаѣ ихъ не слѣдуетъ употреблять въ
большихъ количествахъ и выбирать рекомендуется менѣе
острые сорта. То же относится и къ столь распространенной
и столь любимой у насъ приправѣ, безъ которой многіе не
могутъ у насъ прикоснуться къ мясу: *горчица*.

Никогда не слѣдуетъ забывать, что подавляющее боль-
шинство острыхъ приправъ, не имѣющихъ никакого самосто-
ятельнаго значенія для нашего организма и выполняющихъ
только временное назначеніе, удаляются изъ организма, пре-
имущественно, при посредствѣ почекъ. Вотъ почему въ тѣхъ
случаяхъ, когда органы эти по какой-либо причинѣ нахо-
дятся не въ порядкѣ, всѣ эти острия приправы отравляютъ
и засоряютъ ихъ. Между тѣмъ, въ случаѣ какой-либо зара-
зной болѣзни, при которыхъ, какъ намъ извѣстно, на долю
почекъ выпадаетъ очень важная и отвѣтственная роль, эти
выдѣлительные органы могутъ оказаться не въ состояніи вы-
полнить свое прямое назначеніе и такимъ образомъ подвер-
гнуть организмъ очень серьезной опасности.

Коснемся еще одного пункта, имѣющаго, къ сожалѣнію, въ настоящее время довольно большое практическое значеніе. Мы говоримъ о любви многихъ лицъ къ спиртнымъ напиткамъ. Ниже мы на этомъ вопросѣ остановимся болѣе подробно. Здѣсь же коснемся его съ точки зрѣнія обсуждаемаго нами вопроса о пряностяхъ. Даже у тѣхъ лицъ, которыя довольствуются самымъ умѣреннымъ и незначительнымъ количествомъ алкоголя, замѣчается потребность къ болѣе острымъ и болѣе пикантнымъ приправамъ, безъ которыхъ и наилучшимъ образомъ приготовленное блюдо имъ всегда кажется безвкуснымъ и совершенно прѣснымъ. Объясняется это тѣмъ, что какъ ихъ вкусовые нервы, такъ и желудочная оболочка и железы, получивъ привычку къ острому возбужденію, доставляемому имъ алкоголемъ, очень слабо реагируютъ (отзываются) на болѣе слабыя раздраженія, производимыя пищевыми веществами. Отсюда—потребность въ болѣе остромъ возбужденіи. По мѣрѣ того, какъ ограничивается потребленіе спиртныхъ напитковъ, удается регулировать соответствующимъ образомъ—въ смыслѣ ограниченія количества употребляемыхъ пряностей—и приготовленіе пищи.

Было бы ошибкой причислять къ „пряностямъ“ *сахаръ* и *соль*, какъ это нѣкоторые и по сю пору дѣлаютъ только потому, что вещества эти, *между прочимъ*, возбуждаютъ и наши вкусовые нервы. Сахаръ представляетъ собой очень цѣнное и необходимое нашему организму *питательное средство*. Можно пожалѣть только объ одномъ, а именно о томъ, что его довольно высокая стоимость является препятствіемъ къ его болѣе широкому распространенію въ народныхъ массахъ. Что касается до соли, то нашъ взглядъ на этотъ продуктъ былъ нами изложенъ выше, а потому мы повторяться не станемъ.

Не можемъ мы не коснуться хотя бы въ нѣсколькихъ словахъ еще одного продукта, пользующагося очень сильнымъ распространеніемъ—*уксуса*. Уксусъ извѣстенъ уже съ очень древнихъ временъ, такъ какъ онъ получается естественнымъ образомъ, при броженіи алкоголя и содѣйствіи т.-наз. „уксуснаго грибка“. Уксусъ можетъ быть приготовленъ не только изъ алкоголя, вина, но также и изъ другихъ веществъ, если только въ нихъ содержится сахаръ. Д-ръ Вальзеръ даетъ слѣдующій рецептъ для приготовленія хорошаго и недорогого уксуса.

„Подбери спавшіе съ дерева фрукты и, положивъ ихъ въ боченокъ, полей кипящей водой въ такомъ количествѣ, чтобы она покрыла ихъ вполне. Если на дворѣ тепло, то поставь боченокъ на солнцѣ; въ противномъ случаѣ, поставь

его около печки, ибо теплота и влажность способствуют уксусному броженію. Черезъ два мѣсяца къ твоимъ услугамъ отличный и дешевый уксусъ“.

Уксусъ употребляется для подкисленія и сообщенія болѣе пикантнаго вкуса нѣкоторымъ блюдамъ. Уксусомъ многіе злоупотребляютъ въ такой же мѣрѣ, какъ и другими приправами. Кромѣ того, не слѣдуетъ упускать изъ виду и многочисленныхъ фальсификацій, примѣняемыхъ при фабрикаціи продажнаго уксуса. Такъ, нерѣдко къ нему подбавляютъ соляной или сѣрной кислоты, для приданія же ему болѣе привлекательной окраски его окрашиваютъ искусственнымъ образомъ.



Рис. 41. Испорченный уксусъ съ уксуснымъ угрями.
Въ увеличенномъ видѣ.

Сказаннымъ нами выше въ значительной степени уясняется для читательницъ нашъ взглядъ на употребленіе уксуса. Если употреблять этотъ продуктъ не часто и каплями, то „неумудрено и пользу отъ того сыскать“, если же его употреблять часто и въ большихъ количествахъ, то онъ неизбѣжно принесетъ вредъ. Всего больше вреда приносятъ въ такихъ случаяхъ, конечно, дешевые и плохіе сорта этого продукта. Потребленіе уксуса въ большихъ количествахъ ведетъ къ повышенію кислотности желудочнаго сока, а въплѣдствіи также къ окисленію крови. Между тѣмъ повышенная кислотность (точнѣе говоря, пониженіе щелочности крови) отражается очень вредно на многихъ тканяхъ, и особенно на красныхъ кровяныхъ шарикахъ, которые при такихъ условіяхъ особеннымъ образомъ сморщиваются.

У многихъ молодыхъ дѣвушекъ наблюдается нерѣдко какое-то болѣзненное влеченіе къ уксусу, который онѣ по-

Наилучшимъ уксусомъ слѣдуетъ считать *винный*, приготовленный при посредствѣ броженія изъ чистаго вина, что же касается до прочихъ сортовъ, то къ нимъ слѣдуетъ относиться съ осторожностью. Точно такъ же было бы ошибкой думать, будто уксусная „эссенція“, которая, благодаря своей дешевизнѣ, пользуется благосклонностью многихъ хозяекъ, можетъ вполне замѣнить натуральный винный уксусъ.

требляютъ въ довольно значительныхъ количествахъ. Конечно, въ такихъ случаяхъ многое можно сдѣлать надлежащимъ воспитаніемъ: такъ, дѣтей съ самаго ранняго возраста слѣдуетъ приучать только къ самому умѣренному потребленію различныхъ острыхъ приправъ, и въ томъ числѣ также и уксуса. Если же, несмотря на принятые мѣры, любовь къ неумѣренному потребленію уксуса продолжаетъ проявляться съ прежней настойчивостью, то такую дѣвушку можно считать не совсѣмъ здоровой. Часто врачъ въ такихъ случаяхъ констатируетъ недостаточное выдѣленіе желудочнаго сока, преимущественно въ связи съ малокровіемъ или блѣдной немочью.

Въ тѣхъ случаяхъ, гдѣ это только возможно, желательна замѣна уксуса лимонной кислотой, хотя бы уже изъ одного того соображенія, что выжатый изъ лимона сокъ представляетъ собой *натуральный* нефальсифицированный продуктъ, что далеко не всегда можно сказать съ увѣренностью относительно уксуса. По этимъ же соображеніямъ слѣдуетъ избѣгать употребленія искусственныхъ лимонныхъ и прочихъ „эссенцій“, при фабрикаціи которыхъ считаются очень много съ дешевизной изготовленія, но очень мало—съ интересами нашего здоровья. Многія такія эссенціи представляются при анализѣ сплошь составленными изъ искусственныхъ продуктовъ *безъ капли* естественнаго сока.

Въ помѣщенномъ здѣсь рис. № 41 изображенъ испорченный уксусъ съ населяющими его угрями и съ осадками, образовавшимися вслѣдствіе разложенія продукта.

Сахаръ и медъ.

Какъ часто приходится слышать въ семьяхъ неблагоприятные отзывы о сахарѣ! Одни утверждаютъ, что онъ портитъ зубы, другіе—что онъ вызываетъ образованіе большого количества слизи въ желудкѣ; третьи—что онъ замедляетъ пищевареніе и т. д. На основаніи подобныхъ соображеній употребленіе его всего чаще и запрещается дѣтямъ. Между тѣмъ, подобные взгляды, отчасти совершенно лишены основанія, очень замѣтно отражаются на судьбѣ дѣтей. Вѣдь, судьба дѣтей—въ отношеніи здоровья—находится, главнымъ образомъ, въ рукахъ матери! Отъ нея зависитъ сдѣлать дѣтей до известной степени несчастными, прививъ имъ дурныя привычки, и наоборотъ, придерживаясь разумныхъ взглядовъ на физическое и нравственное воспитаніе, сдѣлать ихъ крѣпкими и здоровыми и предохранить ихъ отъ многихъ горестей въ жизни.

Вотъ почему *женщины* больше всѣхъ обязаны дать себѣ ясный отчетъ во всемъ, что касается охраненія здоровья дѣтей и всѣхъ членовъ семьи, и завести порядокъ домашней жизни, руководясь исключительно *сознательными и разумными* соображеніями.

Большой ошибкой было бы смотрѣть на сахаръ, какъ на лакомство. Сахаръ—*не лакомство*: онъ представляетъ собой, главнымъ образомъ, *пищевое средство* и, какъ таковое, онъ необходимъ нашему организму. Существуетъ нѣсколько сортовъ сахара, изъ числа коихъ нѣкоторые, напр., виноградный содержится въ растворенномъ состояніи въ нѣкоторыхъ плодахъ, и всего больше въ виноградѣ, отъ котораго онъ и получилъ свое названіе. Большинство изъ насъ, говоря о сахарѣ, всего менѣе имѣетъ, однако, въ виду виноградный; обыкновенно же подъ этимъ словомъ разумѣютъ бѣлый продажный сахаръ въ головкахъ, пиленный или колотый. Въ такомъ видѣ сахаръ представляетъ собой продуктъ, добываемый искусственнымъ путемъ изъ сахарнаго тростника или же, какъ у насъ, наприм., въ Россіи, преимущественно изъ свекловицы. Въ такомъ видѣ продуктъ этотъ очень сильно сконцентрированъ, и содержаніе въ немъ воды крайне незначительно; лучшіе сорта сахару содержатъ только 1—4% воды; въ худшихъ—содержаніе ея достигаетъ иногда, правда, и 10%. Натуральный сахаръ имѣетъ бѣлый цвѣтъ съ слегка желтоватымъ отливомъ. Что же касается до синеватаго отлива, который многимъ изъ насъ въ сахарѣ такъ нравится, то онъ всего чаще достигается искусственнымъ путемъ, а именно, подкрашиваніемъ сахара ультрамариномъ или другой краской.

Сахаръ представляетъ собой продуктъ очень чистый, который можетъ, нисколько не портясь, сохраняться довольно продолжительное время. Хорошіе сорта его очень быстро растворяются въ водѣ; плохіе—не только гораздо медленнѣе растворяются, но и образуютъ при этомъ болѣе или менѣе значительный осадокъ. Къ сожалѣнію, продуктъ этотъ, который не только пріятенъ на вкусъ, но и очень высоко долженъ цѣниться нами, какъ *питательное средство*, очень дорогъ и по своей цѣнѣ оказывается далеко не всѣмъ доступнымъ. Вотъ почему онъ только въ видѣ роскоши появляется на столѣ бѣдняка. Сахаръ въ томъ видѣ, какъ мы его употребляемъ, представляетъ, однако, и нѣкоторые недостатки, по сравненію съ натуральнымъ сахаромъ. Натуральнымъ же сахаромъ мы должны считать, наприм., виноградный, такъ какъ онъ *естественнымъ* образомъ содержится въ сладкихъ плодахъ. Продажный сахаръ представляетъ собой этотъ продуктъ въ

чистой и при томъ сильно сконцентрированной формѣ. Помимо того, онъ содержитъ и нѣкоторыя постороннія вещества, какъ, наприм., ультрамаринъ. Понятно поэтому, что, будучи потребляемъ ежедневно въ большихъ количествахъ, онъ способенъ принести намъ иногда и нѣкоторый вредъ.

Если мы сахаръ не можемъ разсматривать, какъ лакомство, а должны смотрѣть на него, какъ на питательное вещество, то всѣ его вновь изобрѣтенные суррогаты, какъ то: сахаринъ, дульцинъ и проч., должны быть нами разсматриваемы исключительно, какъ *пряности*, которыя, будучи потребляемы въ излишнемъ количествѣ, отражаются безусловно неблагоприятно на нашемъ здоровьѣ. Скажемъ здѣсь къ слову, что наиболѣе распространенный изъ этихъ суррогатовъ—*сахаринъ* рѣшительно ничего общаго съ сахаромъ не имѣетъ, такъ какъ онъ представляетъ собой производное бензойной кислоты и имѣетъ совершенно иной химическій составъ, чѣмъ сахаръ. Онъ не обладаетъ ни малѣйшими питательными свойствами. Будучи потребляемъ въ малыхъ количествахъ (1—2 дециграмма), онъ не ядовитъ, но въ большихъ количествахъ можетъ причинить значительныя расстройства. Лица съ непритупленнымъ вкусомъ легко узнаютъ его примѣсь къ какому-либо блюду или кушанью. Онъ—смотря по сорту—разъ въ 200—600 слаще сахара, и потому вполне понятно, что онъ чрезвычайно часто употребляется въ промышленности и торговлѣ для замѣны гораздо болѣе дорогого продукта—сахара. Въ настоящее время подмѣси эти въ большинствѣ цивилизованныхъ странъ преслѣдуются закономъ. Со свойствами его, какъ дешевой замѣны сахара, знакомы въ настоящее время простые слои населенія не только въ западной Европѣ, но также и у насъ въ Россіи. Такъ, къ намъ неоднократно обращались съ просьбой прописать въ аптеку рецептъ на сахаринъ крестьяне на югѣ *).

Въ тѣхъ случаяхъ, когда необходимо имѣть съ собой какой-либо пріятный, освѣжающій, и вмѣстѣ съ тѣмъ питательный *натитокъ*, наприм., при продолжительной прогулкѣ, подъемѣ на высокую гору, далекой поѣздкѣ на велосипедѣ и т. д., хорошо запастись какимъ-либо крѣпко подсахареннымъ лимонадомъ. Лимонадъ при такихъ условіяхъ не только освѣжаетъ, но своимъ раствореннымъ сахаромъ дѣйствуетъ еще и питательно и такимъ образомъ быстро устраняетъ чувство усталости. Очень хорошо также имѣть съ собой въ такихъ случаяхъ и крѣпкій и при томъ очень сладкій

*) По современнымъ русскимъ законоположеніямъ, сахаринъ можетъ быть продаваемъ только въ аптекахъ, откуда не долженъ быть отпускаемъ безъ рецепта врача.
Ред.

настой чая. Если пить такой чай горячимъ, то онъ дѣйствуетъ иногда прямо чудотворнымъ образомъ.

Что касается до способа употребленія сахара, то слѣдуетъ сказать, что, если его употреблять въ очень сгущенномъ видѣ, въ какомъ очень часто употребляютъ его не только дѣти, но и взрослые въ формѣ конфетъ, пирожныхъ и пр., то онъ, дѣйствительно, можетъ вызвать нѣкоторое раздраженіе кишечника и оказать неблагоприятное вліяніе на другіе органы, чѣмъ до извѣстной степени и оправдывается его дурная слава. Больше того, можно сказать, что чрезмерное пристрастіе къ сахару должно быть разсматриваемо, подобно неумѣренному потребленію уксуса, какъ болѣзнь, на которую родителямъ рекомендуется обратить вниманіе врача. Оно указываетъ на болѣзненный аппетитъ и неправильный обмѣнъ веществъ, какъ и страсть ко всякимъ острымъ и пикантнымъ веществамъ. Малокровныя нервныя женщины со страстью поглощаютъ уксусъ, между тѣмъ, какъ маленькія блѣдныя худыя дѣвочки съ испорченными зубами, которыя всегда садятся за столъ безъ всякаго аппетита и ѣдятъ нерѣдко только по принужденію матери, постоянно имѣютъ въ нѣкоторыхъ семьяхъ карманы набитыми конфетами и прочими сладостями. Не слѣдуетъ, однако, думать, будто болѣзненность дѣтей является *послѣдствіемъ* ихъ пристрастія къ сладостямъ. Наоборотъ, болѣзненность организма является скорѣе *причиной* этой страсти.

Скажемъ здѣсь кстати нѣсколько словъ и о конфеткахъ, которыя играютъ такую видную роль въ жизни дѣтей. Относительно нихъ мы можемъ повторить то, что мы неоднократно высказывали уже относительно другихъ продуктовъ нашего питанія. Если бы конфетки готовились изъ *натуральныхъ* веществъ и не содержали бы въ себѣ никакихъ вредныхъ примѣсей, то онѣ могли бы принести даже значительную пользу дѣтямъ, у которыхъ ростъ организма и склонность къ рѣзкимъ физическимъ движеніямъ объясняетъ ихъ пристрастіе къ сахару. Къ сожалѣнію, такія конфетки встрѣчаются въ дѣйствительности не часто. Не касаясь другихъ сторонъ, укажемъ только на то, что окраска этихъ издѣлій почти всегда бываетъ искусственной, причемъ нерѣдко краски бываютъ ядовитыми. Таковы, напр., *зеленыя* краски изъ яри-мѣдянки, французской и швейнфуртской зелени (содержащія мышьякъ); *красныя*—изъ киновари и суррика; *бѣлыя*—изъ свинцовыхъ и цинковыхъ бѣлилъ; *синія*—изъ минеральной и королевской лазури; *желтыя*—изъ свинцоваго глѣта, аурипигмента, гуммигута, пикриновой кислоты и т. д., и т. д.

Для окраски *кондитерскихъ издѣлій* существуетъ специальный списокъ красокъ, употребленіе которыхъ разрѣшено медицинскимъ департаментомъ. Въ списокъ этотъ входятъ: мука, крахмалъ, карминъ, кошениль, марена, сокъ свеклы и вишень, лакмусъ, индиго, жженый сахаръ, китайская тушь, шафранъ, куркума и нѣкоторые другія.

Тутъ же упомянемъ о томъ, что *лидные сироты* также очень рѣдко находятся въ продажѣ въ натуральномъ видѣ. Чаще всего они подмѣшиваются самыми разнообразными эссенціями и подкрашиваются всевозможными красками.

Возвращаясь къ сахару, мы относительно него можемъ въ видѣ резюме высказать слѣдующія основныя положенія:

1) Сахаръ въ растворенномъ состояніи представляетъ собой одно изъ наиболѣе экономныхъ и наиболѣе питательныхъ веществъ.

2) Любовь дѣтей къ сладостямъ должна быть разсматриваема, какъ явленіе совершенно *естественное*, и поэтому никогда не должна быть подавляема.

3) Продажный бѣлый головной сахаръ представляетъ собой искусственный продуктъ и долженъ быть потребляемъ въ умеренныхъ количествахъ.

4) *Виноградный, плодовой и молочный* сахаръ содержится во многихъ пищевыхъ средствахъ и представляетъ собой *естественное* питательное вещество для человѣка.

5) Предпочтительнѣе употреблять не бѣленый, желтоватый сахаръ, чѣмъ искусственно подкрашенный синеватый.

Выше мы уже упоминали о томъ, что дурная репутация сахара, какъ вещества, вліяющаго неблагоприятно на пищевареніе, въ нѣкоторыхъ случаяхъ не лишена основанія. Тоже можно отчасти сказать и про вліяніе сахара на *зубы*. Дѣло въ томъ, что всевозможныя застреваютъ во рту между зубовъ. Тутъ онѣ начинаютъ бродить, образуя кислоты, которыя разѣдаютъ и портятъ зубы. Во избѣжаніе вреднаго вліянія сладостей на зубы слѣдуетъ приучить дѣтей самымъ тщательнымъ образомъ *полоскать ротъ* послѣ употребленія въ какомъ бы то ни было видѣ сладостей.

Второе мѣсто за сахаромъ по содержанию сладкихъ питательныхъ веществъ занимаетъ *медъ*. Медъ состоитъ, главнымъ образомъ, изъ сахара (превращеннаго—около 75% и тростниковаго—около 2%), съ примѣсью воска, камеди, яблочной, молочной и муравьиной кислотъ. Хорошій липовый медъ окрашенъ въ слабо желтоватый цвѣтъ; плохой хвойный медъ имѣетъ коричневый цвѣтъ.

Въ нѣкоторыхъ мѣстностяхъ Германіи и особенно въ

Швейцаріи принято подавать къ завтраку медъ. Медъ этотъ, будучи намазанъ на хлѣбъ вмѣстѣ съ масломъ, представляетъ чрезвычайно вкусную и питательную приправу къ кофе или шоколаду. Этотъ медъ, который многіе русскіе находятъ при такихъ условіяхъ даже лучшимъ, нежели русскій, содержитъ обыкновенно только третью часть чистаго пчелинаго меда. Тѣмъ не менѣе по личнымъ наблюденіямъ и опыту рекомендуемъ швейцарскій способъ употребленія меда къ завтраку; въ такомъ видѣ мы получаемъ не только очень вкусное, но также и очень питательное блюдо. Особенно полезно оно дѣтямъ. Остальныя двѣ трети состоятъ изъ патоки. Въ нѣкоторыхъ случаяхъ продажный медъ, какъ за границей, такъ и у насъ сплошь представляетъ собой *искусственный продуктъ*, состоящій изъ патоки, сахара, эссенцій и желтой краски, и не содержащій ни капли меду.

Вообще слѣдуетъ сказать, что на медѣ больше, чѣмъ на многихъ другихъ продуктахъ сказывается искусство фальсификаторовъ. Такъ, къ густому топленому меду подмѣшиваютъ крахмаль и муку; къ жидкому—воду, крахмальный сиропъ, толченый миндаль и проч.

Натуральный медъ вырабатывается, какъ извѣстно, пчелами изъ цвѣточнаго сока. Очень понятно, поэтому, что вкусъ, букетъ и цвѣтъ этого продукта разнится въ значительной степени въ зависимости, главнымъ образомъ, отъ рода цвѣтовъ данной мѣстности. Наилучшимъ медомъ, какъ сказано, считается *липовый*.

Медъ издавна пользуется репутацией средства, которое „очищаетъ кровь“. Трудно, конечно, сказать съ опредѣленностью, что именно понимаетъ подъ этимъ народъ. Нельзя, однако, сказать, чтобы съ извѣстной точки зрѣнія, такой взглядъ былъ совершенно лишенъ основанія. Медъ вліяетъ возбуждающимъ образомъ какъ на пищеварительный каналъ, такъ и на почки. Въ нѣкоторыхъ случаяхъ онъ дѣйствуетъ слабительно; вслѣдствіе этого больные съ разстроеннымъ пищевареніемъ обыкновенно воздерживаются отъ его употребленія. Возможно, что онъ „очищаетъ“ соки нашего организма, способствуя оживленію обмѣна веществъ и выдѣленію отработанныхъ продуктовъ нашего организма (продукты обратнаго метаморфоза).

Что касается до *состава* меда, то онъ приблизительно слѣдующій: около 75% сахару, 20% воды и 9,3% золы (минеральныхъ веществъ). Удѣльный вѣсъ русскаго меда равенъ 1.116. Онъ растворяется какъ въ водѣ, такъ и въ спиртѣ.

Извѣстно, что во многихъ мѣстностяхъ пчелиный медъ

является при нѣкоторыхъ заболѣваніяхъ излюбленнымъ народнымъ средствомъ. И въ этомъ отношеніи репутація меда не лишена научнаго основанія. Не слѣдуетъ упускать изъ виду, что медъ содержитъ довольно сильно дѣйствующее средство, а именно: муравьиную кислоту. Вотъ почему медъ можетъ произвести надлежащее дѣйствіе при кашлѣ, заборѣ и т. д. Съ другой стороны, онъ, благодаря той же кислотѣ, а также и сахару, дѣйствуетъ до извѣстной степени антисептически (обеззараживающимъ образомъ). Вотъ почему медъ употребляется въ народѣ и для перевязки ранъ, при ушибахъ и пр.

Въ интересахъ народнаго питанія, главнымъ же образомъ питанія нашихъ дѣтей, было бы желательно принять, съ одной стороны, мѣры противъ чрезмѣрной фальсификаціи меда и, съ другой—поддержать въ странѣ пчеловодство.

Что намъ ѣсть? — Что и какъ намъ готовить?

Сдѣлавъ такимъ образомъ подробный обзоръ нашимъ пищевымъ средствамъ, мы теперь должны поставить себѣ вопросъ: что же мы должны—соотвѣтственно требованіямъ опыта, химіи и особенно сообразно требованіямъ нашего *здоровья*—готовить и ѣсть?

Укажемъ прежде всего на нѣкоторыя неблагопріятныя стороны современной кухни. Варимъ мы многія вещества только потому, что воображаемъ, что въ натуральномъ видѣ они плохо переварятся. Съ другой стороны, современное избалованное и изнѣженное культурное челоуѣчество предпочитаетъ вареное сырому потому, что первое легче переваривается. Вслѣдствіе той же причины мы потребляемъ въ пищу нѣкоторыя вещества, которыя только въ такомъ видѣ и могутъ стать съѣдобными, такъ какъ они измѣняются соотвѣтствующимъ образомъ только подъ вліяніемъ высокой температуры печи, въ присутствіи воды и самыхъ разнообразныхъ примѣсей. Кромѣ всего, естественное чувство голода вообще довольно рѣдко испытывается многими изъ нашей среды, и, если бы кушанье не привлекало насъ своимъ внѣшнимъ видомъ, вкусомъ и удобоваримостью, то многіе, пожалуй, были бы готовы совершенно отказаться отъ пищи.

Въ *сыромъ видѣ* мы поглощаемъ молоко, зелень, салатъ, время отъ времени мы ѣдимъ также сыроватое и только слегка прижареное мясо, каковое въ виду удобоваримости предписывается преимущественно больнымъ. Потребляемъ мы также сырыми и нѣкоторыя растенія въ родѣ лука, порея петрушки салатовъ и др., которыя разсматриваемъ, какъ при-

праву къ пищѣ. Помимо перечисленныхъ мы ничего почти не потребляемъ въ сыромъ видѣ: все варится, жарится, солится, перемѣшивается и парится. Вслѣдствіе этого часто измѣняются естественныя пропорціи и отношенія между различными пищевыми веществами. Будучи привлекаемы къ ѣдѣ больше вкусомъ и аппетитностью блюда, нежели чувствомъ здороваго голода, мы нерѣдко поглощаемъ пищу въ бѣльшемъ количествѣ, чѣмъ намъ въ дѣйствительности требуется. Подобная пища вызываетъ часто также жажду, которую мы, въ свою очередь, утоляемъ не натуральными, но искусственными напитками и при томъ далеко не всегда безвредными. Въ правѣ ли мы помимо всего упускать изъ виду, что безконечная возня съ кухней слишкомъ сильно приковываетъ хозяйку къ плитѣ и горшкамъ и тѣмъ лишаетъ ее возможности провести свое время болѣе пріятнымъ и болѣе производительнымъ образомъ?!

Вотъ почему мы полагаемъ, что, если бы мы приучили себя принимать нѣкоторыя вещества сырыми, то мы отъ этого выиграли бы во многихъ отношеніяхъ. А этого мы можемъ достигнуть наиболѣе вѣрнымъ путемъ, если отведемъ въ нашемъ питаніи болѣе почетное мѣсто плодамъ и овощамъ. Сдѣлать это не такъ трудно, если нѣсколько сократитъ потребление разныхъ замысловатыхъ блюдъ, и особенно потребление спиртныхъ напитковъ, въ какомъ бы то ни было видѣ.

Итакъ, побольше плодовъ, ягодъ и овощей!

На фрукты слѣдуетъ смотрѣть не только, какъ на десертъ, не только, какъ на лакомство. Смотрѣть такимъ образомъ на плоды могутъ только тѣ, кто послѣ черзчуръ сытнаго обѣда прибѣгаетъ къ наиболѣе дорогимъ и рѣдкимъ фруктамъ. Нѣтъ, сладкіе плоды представляютъ собою *питательное средство*, которое при надлежащемъ составѣ и приготовленіи способно въ такой же степени насытить насъ, какъ и любое иное средство. Мы слишкомъ много потребляемъ, быть можетъ, хлѣба и печеній, слишкомъ сильно тратимся на искусственные напитки, слишкомъ много потребляемъ мяса, и потому неудивительно, если мы оказываемся стѣсненными, когда дѣло доходитъ до фруктовъ, которые къ тому же нерѣдко бываютъ довольно дороги. Мы тогда поневолѣ прибѣгаемъ къ болѣе дешевымъ и болѣе доступнымъ продуктамъ, которые, однако, не въ состояніи замѣнить собой фрукты. Будемъ надѣяться, что взгляды эти измѣнятся къ лучшему, когда женщины глубже и серьезнѣе ознакомятся съ основами науки о питаніи и сознаютъ, какая великая отвѣтственность лежитъ на нихъ въ дѣлѣ питанія семьи. Дѣти тогда будутъ

вскармливаться на хлѣбѣ, молокѣ и фруктахъ; женщины снова будутъ въ состояніи сами кормить своихъ грудныхъ малютокъ, уменьшатся въ нашей средѣ разстройства пищеваренія, а также болѣзни вслѣдствіе разстройства питанія организма. Ко всему тому и бюджетъ многихъ хозяйствъ. пожалуй, выиграетъ отъ столь полезной реформы.

Ознакомившись, съ одной стороны, съ главными составными веществами человѣческаго тѣла и, съ другой—съ составомъ нашихъ пищевыхъ средствъ, каждая мыслящая женщина можетъ до извѣстной степени самостоятельно рѣшить вопросъ о томъ, въ какомъ направленіи должна она вести питаніе семьи и, въ частности, какимъ образомъ она должна составлять меню. Едва ли кто усомнится въ томъ, что эта отрасль, касающаяся такъ близко наиболѣе нашего цѣннаго блага—здоровья, должна имѣть для любой мыслящей хозяйки и матери семьи безконечно бѣльшее значеніе, чѣмъ умѣнье изготовить какое-нибудь замысловатое блюдо или вышить какой-нибудь причудливый узоръ... Главное, чѣмъ слѣдуетъ руководиться при приобрѣтеніи провизіи и изготовленіи кушаній, это—*потребностями* нашего организма; въ то же время слѣдуетъ думать и о томъ, подходятъ ли отдѣльные блюда *одно къ другому* или же нѣтъ.

Вопросъ этотъ долженъ рѣшаться не на основаніи привычки или личнаго вкуса, не по желанію главы дома, какъ это часто бываетъ, но прежде всего на основаніи *химическаго состава пищевыхъ продуктовъ*.

Намъ извѣстно, что въ нашей повседневной пищѣ должны непременно содержаться бѣлки, сахаръ или мука, жиръ или соли. Только въ такомъ случаѣ будемъ мы правильно питаться и сохранимъ здоровье. Поэтому въ пищу слѣдуетъ употреблять только такія вещества, которыя взаимно *дополняютъ* другъ друга. Жиръ комбинируется съ какимъ-нибудь сухимъ блюдомъ; вещество богатое бѣлкомъ—съ веществомъ, въ которомъ бѣлковъ содержится мало; мучнистое—съ сочнымъ; ароматное—съ какимъ-нибудь прѣснымъ веществомъ и т. д. Сообразно этому взаимно другъ друга дополняютъ картофель и грибы; рисъ и томаты (помидоры); каштаны и яблоки; виноградъ и орѣхи; печенье и апельсины; сельди, картофель и масло; колбаса и хлѣбъ; сало съ хлѣбомъ; яйца и салатъ съ хлѣбомъ и т. д.

Къ сухому мучнистому печенью отлично подходитъ апельсинъ, ибо въ апельсинѣ содержится именно то, чего не достаетъ печенью. Къ прѣсному и лишённому какого-либо опредѣленнаго вкуса рису подходитъ кисловатый томатъ, при чемъ вмѣстѣ они составляютъ не только питательное, но

и вкусное блюдо. Одними орѣхами съ виноградомъ уже можно было бы просуществовать, такъ какъ оба вмѣстѣ доставляютъ намъ въ изобиліи сахаръ, жиръ, бѣлокъ и прочія необходимыя вещества. Яйца съ салатомъ и хлѣбомъ содержатъ много бѣлковъ, муки, солей и древесной клѣтчатки, а также и жиру. Не трудно поэтому объяснить себѣ ту любовь, которой эта комбинація пользуется, особенно въ нѣмецкомъ населеніи. Всѣ приведенныя нами комбинаціи представляютъ собой наиболѣе употребительныя и наиболѣе извѣстныя и однако же онѣ подсаживаются намъ не отвлеченными научными соображеніями, но инстинктомъ. Между тѣмъ на ряду съ помянутыми въ очень большомъ ходу въ нашемъ питаніи и другія комбинаціи, въ которыхъ различныя вещества вовсе не дополняютъ другъ друга, но даютъ въ результатѣ *излишекъ* тѣхъ или иныхъ питательныхъ началъ. Такимъ именно мы должны считать, на примѣръ, столь употребительный обѣдъ, состоящій изъ мяса, яицъ, сыру и компоту. Какія питательныя начала содержитъ такое меню?— Бѣлки и опять бѣлки; небольшое количество сахару въ слишкомъ засахаренныхъ фруктахъ; жиръ и пряности. На ряду съ этимъ въ немъ черезчуръ мало клѣтчатки и минераловъ и почти вовсе нѣтъ мучнистыхъ веществъ.

Между тѣмъ именно такимъ образомъ составляется меню въ тѣхъ богатыхъ семьяхъ, гдѣ гонятся только за вкусомъ и слишкомъ мало заботятся о томъ, какое дѣйствіе производитъ на насъ пища и какъ отражается она на нашемъ здоровьѣ. Икра и ветчина; масло и всевозможныя пряности; ежедневно два-три жаркихъ изъ дичи, птицы или телятины, самыя тонкія печенья (въ которыя входитъ слишкомъ много яицъ, масла и сахару, вслѣдствіе чего они страдаютъ избыткомъ бѣлковъ и становятся неудобоваримыми). Овощи же и плоды— въ самомъ ничтожномъ количествѣ или же настолько видоизмѣненны варкой, размельченіемъ и различными приправами, что они становятся почти неузнаваемыми.

Если понаблюдать за тѣмъ, что именно покупаетъ большинство хозяекъ въ какомъ-нибудь гастрономическомъ магазинѣ, куда онѣ являютъ съ набитымъ кошелькомъ, то для насъ многое уяснится такого, чего мы иначе и въ толкъ никакъ не возьмемъ. Тогда только можно понять, какая масса лакомствъ и богатыхъ бѣлками веществъ истребляется въ домахъ съ „порядочнымъ столомъ“. Только тогда становится яснымъ, почему лишь очень немногія состоятельныя лица не страдаютъ въ наше время самыми разнообразными страданіями пищеварительнаго тракта. *Бѣлки и жиры, жиры и бѣлки*— вотъ изъ чего состоитъ, главнымъ образомъ, пища богатыхъ

людей. Между тѣмъ вещества эти, скопляясь во все болѣе и болѣе значительныхъ количествахъ въ нашемъ организмѣ, вызываютъ различныя страданія желудка, кишокъ и печени, которые никакъ не могутъ съ ними справиться, не успѣваютъ ихъ переваривать. Почки, въ свою очередь, напрягаются изо всѣхъ силъ, чтобы вывести излишекъ ихъ вонъ изъ организма. Въ результатѣ все же получается, что означенные органы не въ состояннн бываютъ справиться съ навязанной имъ непосильной задачей. Вещества эти отлагаются въ различныхъ органахъ, вызывая въ нихъ самыя разнообразныя страданія. Мы не особенно ошибемся, если скажемъ, что страданія эти заслуживаютъ названія „болѣзней отъ обжорства“. На официальномъ же медицинскомъ языкѣ они носятъ названіе „болѣзней вслѣдствіе замедленія питанія“. Къ такимъ болѣзнямъ часто должны быть относимы, какъ доказалъ французскій ученый Бушаръ, тучность, подагра, желчные и почечные камни, въ нѣкоторыхъ случаяхъ мигрень и др. страданія. Изъ сказаннаго ясно, въ какомъ именно направленнн долженъ быть измѣненъ обычный столъ такихъ людей. Поменьше бѣлковъ и жиру, побольше растительной пищи! Такимъ образомъ мы введемъ въ организмъ соли, оживляющія плодовые кислоты и растительныя ароматическія начала. Такая пища будетъ способствовать очищенію крови (въ изложенномъ нами выше смыслѣ): что же касается до пищеварительнаго канала, то онъ не будетъ переутомляться, но будетъ, наоборотъ, побуждаться къ усиленной дѣятельности.

Выше мы видѣли уже, что въ нормальной пищѣ *отношеніе бѣлковъ къ углеводамъ* (жирамъ съ крахмалистыми веществами) должно приблизительно быть равнымъ 1:5. Этимъ мы и должны постоянно руководиться, при чемъ это отношеніе можетъ съ успѣхомъ быть уменьшено для многихъ лицъ даже такимъ образомъ, чтобы равняться только 1:10. Слѣдовательно, при 500 граммахъ жировыхъ и мучнистыхъ веществъ мы должны потреблять не менѣе 50 и не болѣе 100 граммовъ бѣлковыхъ веществъ. Отсюда слѣдуетъ, что, если мы разъ въ день ѣдимъ мясо, то часто можемъ уже обойтись безъ яицъ или сыру; въ тотъ день, когда мы выпили много молока или съѣли нѣсколько яицъ, мы можемъ обойтись совсѣмъ безъ мяса. Зато намъ слѣдуетъ съ особеннымъ вниманіемъ заботиться о томъ, чтобы къ нашему столу во всякое время года подавались свѣжіе или сушеные плоды и овощи, а также и различныя мучнистыя издѣлія. Только въ такомъ случаѣ нашъ организмъ сохранитъ свое фیزیологическое равновѣсіе и нашъ пищеварительный каналъ будетъ предохраненъ отъ заболѣваній.

Но, если мы, съ одной стороны, наблюдаемъ *злоупотребленіе* бѣлками и жирами, то мы, съ другой стороны, видимъ, что пища многихъ миллионовъ населенія страдаетъ обратнымъ недостаткомъ, т. е. *недостаткомъ* бѣлковъ и жировъ при изобилии хлѣба и картофеля, въ которыхъ всего больше содержится крахмалистыхъ веществъ. Послѣдствія въ данномъ случаѣ получаются, пожалуй, еще болѣе грустныя, чѣмъ въ первомъ случаѣ, такъ какъ организмъ въ состояніи еще кое-какъ справиться съ *избыткомъ* нѣкоторыхъ веществъ, но онъ не въ состояніи собственными силами пополнить *недостатокъ* въ тѣхъ питательныхъ началахъ, которыхъ онъ не находитъ въ пищѣ. Въ такомъ положеніи дѣло обстоитъ почти во всѣхъ государствахъ, и вопросъ о питаніи населенія получаетъ такимъ образомъ всеобщее значеніе. Слѣдуетъ, однако, сказать, что не во всѣхъ странахъ народъ питается одинаково плохо. Такъ, въ то время, какъ французскій народъ питается относительно хорошо, ирландцы питаются почти исключительно однимъ картофелемъ. Питаніе наложило свою роковую печать на этотъ народъ, вырожденіе котораго въ значительной степени должно быть приписано его однообразной пищѣ, которая къ тому же не удовлетворяетъ физиологическимъ потребностямъ организма.

Къ сожалѣнію, нельзя также утверждать, чтобы питаніе русскаго народа въ настоящее время повсюду удовлетворяло его насущнымъ потребностямъ. Многочисленныя изслѣдованія доказываютъ, наоборотъ, что питаніе очень широкихъ слоевъ населенія оставляетъ у насъ много желать лучшаго. Мы уже видѣли выше, что количество мяса, которымъ питается русскій рабочій, во многихъ отношеніяхъ уступаетъ количеству мяса, которое получаетъ рабочій въ нѣкоторыхъ государствахъ. Но наблюденія, которыя были произведены надъ питаніемъ нашего сельскаго населенія, показали, что во многихъ мѣстностяхъ нашего государства крестьяне питаются, особенно въ голодные года, еще много хуже фабричныхъ рабочихъ. Во многихъ деревняхъ мѣсяцами не ѣдятъ мяса. Молоко—въ тѣхъ мѣстностяхъ, гдѣ еще имѣются коровы—идетъ на прокормленіе дѣтей, если только оно не продается цѣликомъ, какъ то нерѣдко наблюдается. Такимъ образомъ населеніе питается исключительно мучнистой пищей. Насколько такая пища недостаточна, показываютъ вычисленія Ф. Ф. Эрисмана, который нашелъ, что человѣку необходимо вводить въ себя ежедневно около 2¼ килограмма, т. е. свыше 6 фунтовъ хлѣба, чтобы извлекать изъ своей пищи всѣ необходимые для жизни продукты. Вполнѣ понятно, что пищеварительному каналу возможно только съ великимъ

напряженіемъ своихъ способностей справляться съ такой массой мучнистой пищи. Такимъ образомъ желудокъ постоянно переполняется, подъ ложечкой постоянно испытывается тягостное давленіе, образуется большое количество газовъ, аппетитъ пропадаетъ и, въ концѣ концовъ, получается большой отвислый животъ, который такъ характеренъ для деревенскихъ ребятишекъ нѣкоторыхъ губерній. Мы здѣсь совершенно не касаемся, само собой разумѣется, тѣхъ далеко не рѣдкихъ случаевъ, когда организмъ, будучи лишенъ бѣлковой пищи, въ то же время получаетъ и недостаточное количество мучнистой.

Не говоримъ мы также ничего и о тѣхъ случаяхъ, когда голодающіе крестьяне подмѣшиваютъ къ хлѣбу нѣкоторыя совершенно не питательныя, а иногда и прямо ядовитыя вещества, какъ, на примѣръ, лебеду, древесную кору, пьяный овесъ и пр.

Вернемся однако къ вопросу о вліяніи пищи на организмъ. Въ тѣхъ, случаяхъ, когда въ организмѣ существуетъ *наклонность къ тучности*, мучнистая пища еще въ большей мѣрѣ способствуетъ отложенію жира, а потому всѣмъ подобнымъ лицамъ слѣдуетъ потреблять какъ можно меньше мучнистыхъ, также какъ и сахаристыхъ веществъ. Еще больший вредъ способна намъ принести обильная сахаристая пища въ томъ случаѣ, когда наблюдается слабость кишечника. При такихъ условіяхъ пищеварительный каналъ иногда не въ состояніи бываетъ справляться даже съ незначительными количествами сахара. Въ тѣхъ случаяхъ, когда мы удовлетворяемъ своей потребности въ сахарѣ посредствомъ сладкихъ плодовъ, также слѣдуетъ умѣрить количество мучнистыхъ веществъ, такъ какъ плоды обыкновенно заключаютъ въ себѣ и крахмалъ. Принимая указанныя предосторожности, мы всего вѣрнѣе можемъ предохранить желудокъ отъ растяженія и кишечникъ отъ вялости и утомленія. вмѣстѣ съ тѣмъ подобный режимъ очень благотворно вліяетъ и на правильность стула.

Поэтому мы ни на минуту не должны упускать изъ виду, что различныя блюда нашего стола непременно должны взаимно *пополнять* другъ друга. Въ то же время мы должны заботиться и о томъ, чтобы между различными питательными началами, доставляемыми намъ пищей, было сохранено соотвѣтствующее отношеніе.

Поэтому мы, обращаясь къ представителямъ достаточныхъ и богатыхъ классовъ повторяемъ: поменьше бѣлковъ и жировъ; побольше плодовъ и богатыхъ солью овощей!

Переходимъ теперь къ изученію того, какъ вліяетъ

высокая температура — огонь совместно съ другими искусственными условіями на наши пищевыя средства, т. е. собственно *къ изученію приготвленія* пищи.

Начнемъ съ изученія того, какъ вліяютъ кулинарныя операци на наиболѣе цѣнный и важный продуктъ нашего питанія: *мясо*. При *варкѣ* мясо кипятится съ водой съ прибавленіемъ нѣкотораго количества соли и другихъ веществъ. Получается *вареное мясо* и *бульонъ*. Питательность бульона — очень невысока; зато онъ очень высоко цѣнится, особенно слабыми лицами и больными, какъ вкусовое, вещество. Вареное мясо отличается жесткостью и также мало питательно. Не особенно питательны и различныя „мясные экстракты“.

Лучшій способъ приготвленія мяса представляетъ *тушеніе*. При этомъ мясо варится въ закрытомъ сосудѣ въ собственномъ соку. Мясо остается вкуснымъ, сочнымъ и питательнымъ.

Наилучшимъ способомъ приготвленія мяса слѣдуетъ считать *жареніе*. Вслѣдствіе высокой температуры на наружной поверхности мяса образуется корка — мало проницаемая оболочка; благодаря этому мясо сохраняетъ какъ свои питательныя, такъ и вкусовыя свойства. Помимо того мясо на поверхности слегка пригораетъ, и это придаетъ жареному мясу особенный вкусъ и ароматъ, которые нами такъ высоко цѣнятся.

Что касается до воды въ холодномъ или горячемъ видѣ, составляющей необходимость при варкѣ, то она дѣйствуетъ прежде всего выщелачивающимъ образомъ, т. е. она извлекаетъ изъ варимыхъ веществъ растворимыя начала; вслѣдствіе этого варимые продукты въ нѣкоторой степени утрачиваютъ свою питательность и обезцѣниваются. Если одновременно съ дѣйствіемъ воды сказывается и дѣйствіе высокой температуры, то въ растворъ переходитъ и часть бѣлковъ съ жиромъ. Въ то же время съ паромъ улетучивается и часть ароматическихъ веществъ. Этимъ и объясняется происхожденіе „кухонныхъ ароматовъ“ Возьмемъ для примѣра сельдерей. Когда его варятъ, то это слышится во всѣхъ комнатахъ; въ то же время въ отварѣ переплели различныя составныя части клубней, а этого-то отвара мы и не употребляемъ. Такимъ образомъ существенныя части растенія много утратили въ своемъ достоинствѣ, хотя и стали рыхлѣе и „мягче“, чего мы собственно и добивались всего больше. Изъ приведеннаго примѣра видно, что пищевыя вещества никоимъ образомъ не могутъ выиграть что-либо, получить что-нибудь отъ варки, но отваръ становится болѣе содѣржательнымъ и вмѣстѣ съ тѣмъ болѣе питательнымъ. Что

касается мяса, то намъ это обстоятельство отлично извѣстно, и потому-то мы такъ высоко цѣнимъ мясной „бульонъ“, вкусъ котораго мы стараемся еще улучшить всевозможными приправами. Но мы совершенно иными глазами смотримъ почему-то на отваръ овощей или картофеля, который вѣдь также содержитъ много ароматныхъ веществъ, и преспокойно выливаемъ его вонь, отчего немало и теряемъ.

Мы можемъ воспользоваться жидкостью, которая естественнымъ образомъ содержится въ какомъ-либо веществѣ, чтобы посредствомъ „тушенія“ достигъ его размягченія. Достигаемъ мы этого тѣмъ, что плотно покрываемъ сосудъ, въ которомъ заключено пищевое средство, и дѣйствуемъ на него равномерной температурой въ то время, какъ наружная жидкость мало-по-малу выкипаетъ. При такихъ условіяхъ потери питательныхъ веществъ произойти не можетъ. Помимо того и размягченіе получается гораздо болѣе полное, чѣмъ при варкѣ. Поэтому тушеніе должно быть предпочтено варкѣ и быть поставлено выше ея. Тушить такимъ образомъ, какъ мы это изложили, можно любое мясо, овощъ или плодъ, только температура, продолжительность тушенія и количество естественной жидкости должны въ каждомъ частномъ случаѣ измѣняться соотвѣтствующимъ образомъ. Слѣдуетъ правда, сознаться, что пользованіе большими количествами жидкости при варкѣ проще и быстрѣе ведетъ къ цѣли, между тѣмъ какъ тушеніе требуетъ больше времени и вниманія. Вотъ почему, быть можетъ, мы встрѣчаемся съ варкой во всѣхъ хозяйствахъ, въ которыя еще не проникли научныя свѣдѣнія относительно физическихъ и химическихъ процессовъ, которыми сопровождается приготовленіе пищи, и гдѣ также стѣснены до извѣстной степени временемъ, между тѣмъ какъ съ тушеніемъ мы встрѣчаемся, наоборотъ, въ хозяйствахъ, гдѣ заботятся не только о питательности, но также и о тонкомъ вкусѣ пищи и гдѣ въ большей мѣрѣ располагаютъ временемъ.

Когда какое-либо блюдо подвергается дѣйствію огня на жиру или маслѣ, то мы говоримъ, что оно „жарится“. Когда сухія блюда подвергаются дѣйствію сухого жара, то мы этотъ процессъ называемъ „печь“. При печеніи тѣсто становится пористымъ и ноздреватымъ, такъ какъ подъ вліяніемъ теплоты улетучивается вода съ углекислотой, отчего и образуются углубленія. О „поджариваньи“ говорятъ въ томъ случаѣ, когда сырые питательные матеріалы подвергаются въ присутствіи воздуха дѣйствію теплоты на жаровнѣ или сковородѣ.

Во всѣхъ кулинарныхъ операціяхъ мы имѣемъ дѣло съ

взаимодѣйствіемъ теплоты и влаги, которыя измѣняютъ оболочки пищевыхъ веществъ, освобождаютъ ихъ растворимыя составныя части, уменьшаютъ содержаніе въ нихъ жидкости и въ результатѣ производятъ въ нихъ тонкія химическія измѣненія, которыя въ желательномъ для насъ направленіи вліяютъ на ихъ вкусъ.

Въ зависимости отъ характера даннаго пищевого средства хозяйки прибѣгаютъ къ тому или иному способу обработки его на огнѣ. Наилучшимъ долженъ при этомъ считаться тотъ способъ, при которомъ данное вещество всего больше удерживаетъ въ себѣ питательныхъ началъ и получаетъ наилучшій вкусъ. Къ таковымъ мы должны отнести *тушение* и *поджариваніе*.

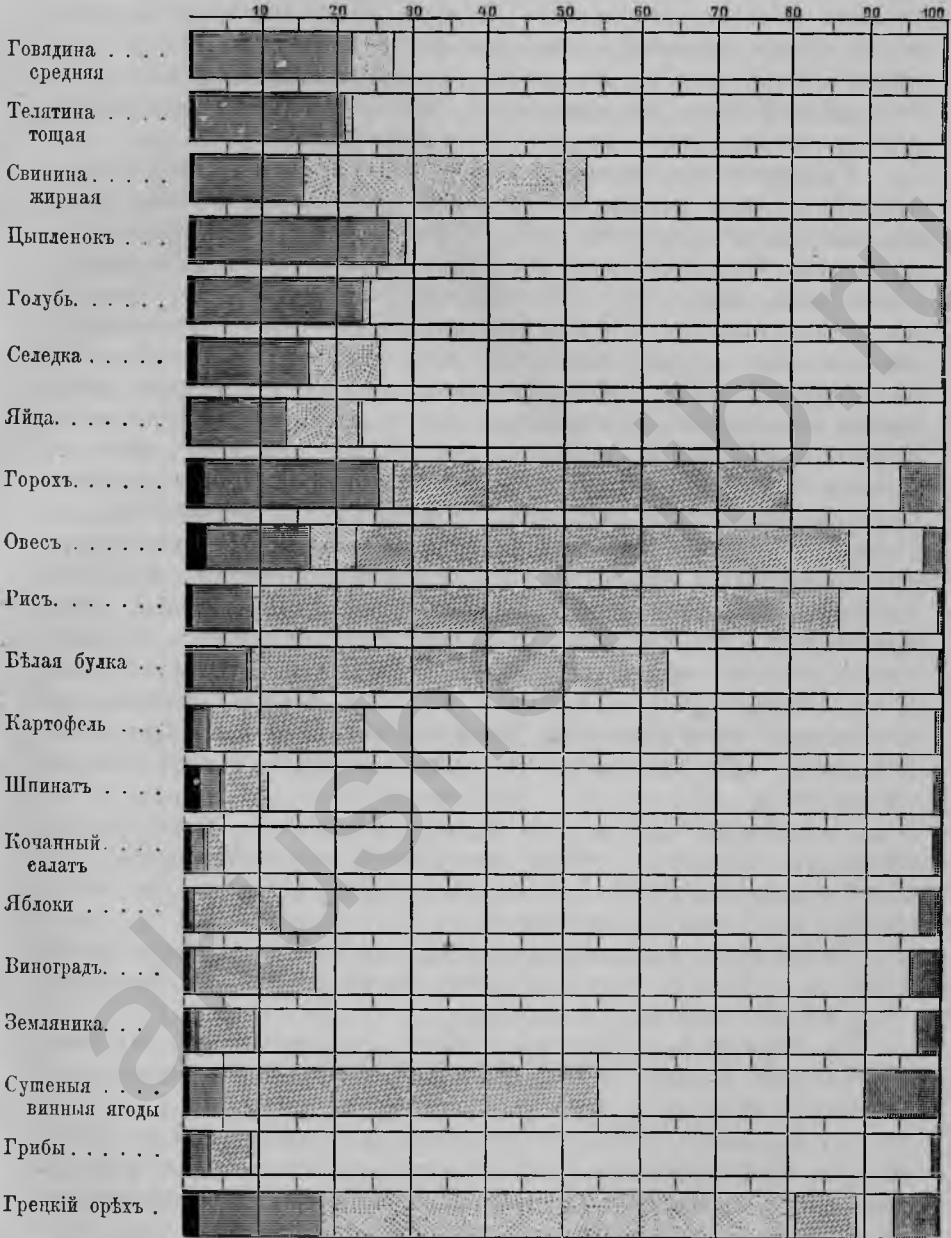
Цвѣтная капуста, спаржа, грибы, зеленый горошекъ и пр. всего больше выигрываютъ въ отношеніи вкуса и питательности, если ихъ наскоро почистить въ холодной водѣ и затѣмъ мокрыми перенести въ кастрюлю, которую тщательно закрываютъ, и съ небольшимъ количествомъ масла поджаривать на слабомъ огнѣ. Тамъ они „тушатся“ и быстро размягчаются, причѣмъ не испытываютъ сколько-нибудь замѣтныхъ потерь. Чѣмъ меньше прибавлять соли, тѣмъ мягче они будутъ, такъ какъ поваренная соль притягиваетъ воду и быстро извлекаетъ ее изъ пищевыхъ веществъ. Этого не слѣдуетъ упускать изъ виду. Поэтому лучше въ началѣ положить немного соли. Въ случаѣ же надобности, ея можно впоследствии прибавить.

Если приходится имѣть дѣло съ твердыми зернами, то прежде, чѣмъ ихъ варить, ихъ слѣдуетъ держать въ теченіе нѣсколькихъ часовъ въ водѣ. При этомъ они болѣе или менѣе набухаютъ или же отдаютъ водѣ свои растворимыя вещества. Поэтому воду эту не слѣдуетъ выливать прочь, но должно ставить зерна на огонь вмѣстѣ съ этой водой.

Картофель очень много теряетъ какъ въ своей питательности, такъ и во вкусѣ, если его варить въ большихъ количествахъ воды. Его гораздо лучше скобленнымъ поджарить въ духовой. Онъ бываетъ также очень вкуснымъ, если его жарятъ въ мундирахъ въ горячей водѣ, каковой способъ находится въ очень большомъ употребленіи у малороссовъ. Малороссы также получаютъ очень вкусный картофель, жаривая его въ горячей золѣ, что практикуется преимущественно во время полевыхъ работъ. Тогда картофель становится мучнистымъ, ароматнымъ и удивительно вкуснымъ. Точно такъ же изъ него получается вкусное блюдо, если его почистить, нарѣзать кусками покрупнѣе и прожарить въ хорошо закрытомъ сосудѣ. Кто бывалъ въ отдаленныхъ квар-

Составъ съѣстныхъ припасовъ.

содержитъ на 100 граммъ:



Питательныя соли.
 Бѣлокъ (азотистыя вещества).
 Жиръ.
 Углеводы (крахмалъ, сахаръ).
 Вода.
 Неусваиваемыя вещества.

талахъ въ Парижѣ, навѣрное, обратилъ вниманіе на то, что тамъ уличныя торговки продаютъ въ маленькихъ пакетикахъ *rommes frites* (или просто „*frites*“), который представляетъ собой очень тонкими ломтиками наръзанный картофель, поджариваемый тутъ же на улицѣ, на особенной жаровнѣ и составляющей одно изъ любимыхъ лакомствъ не только парижскихъ гамэновъ, но и взрослыхъ парижанъ.

Разрѣзанныя овощи никогда не должны быть погружаемы въ воду прежде, чѣмъ онѣ размягчались, такъ какъ въ противномъ случаѣ онѣ утрачиваютъ соли и ароматныя вещества. Точно такъ же не слѣдуетъ ихъ обдавать и кипяткомъ, такъ какъ теплота растворяетъ то, что еще оставила въ цѣлости вода. Нѣжный шпинатъ должно тушить такъ, какъ это было изложено выше, и только затѣмъ разрѣзывать на кусочки. Если имѣютъ, однако, дѣло со старымъ твердымъ шпинатомъ, то операція эта не имѣетъ на него почти никакого вліянія, и горькія вещества, которыя въ немъ въ такихъ случаяхъ обыкновенно содержатся, очень замѣтно портятъ его вкусъ. Поэтому его слѣдуетъ размягчить въ кипяткѣ и, такъ какъ въ послѣдній переходитъ множество его составныхъ веществъ, то отваръ можно употребить для поливки другихъ овощей, или для супа. Если отваръ этотъ прибавлять къ другимъ блюдамъ въ небольшихъ количествахъ, то его горькій вкусъ почти не чувствуется. Между тѣмъ, отваръ этотъ содержитъ въ себѣ самыя важныя питательныя соли шпината. Вообще при приготовленіи пищи слѣдуетъ себѣ поставить за правило: какъ можно меньше выливать.

Приводимъ здѣсь для образца нѣсколько меню растительныхъ обѣдовъ, очень простыхъ, составленныхъ изъ двухъ дополняющихъ другъ друга блюдъ, столь же питательныхъ, сколько и вкусныхъ.

1) Овсянка (вареная въ водѣ; затѣмъ прибавляютъ молока) и тушеный картофель (см. выше; можно съ лукомъ и петрушкой), шпинатъ и яичница.

2) Чечевица (жареная на маслѣ съ мучнымъ соусомъ) и кочанный салатъ (съ лимоннымъ сокомъ и прованскимъ масломъ); яблочный мусъ и овсяные бисквиты.

3) Тушеный рисъ (въ зернахъ, не развареный въ водѣ, съ придачей масла, луку и петрушки), съ морковью (въ соусѣ на коровьемъ маслѣ), мучной пудингъ (пшеничная мука, яйцо, молоко, сахаръ и миндаль) съ малиной.

4) Супъ изъ разныхъ кореньевъ съ яичной лапшой и гречневой кашей; немного молока и тушеный зеленый горошекъ.

5) Картофельный супъ (съ молокомъ и масломъ), соленые огурцы и зеленые бобы подъ соусомъ; рисъ съ яблоками и миндалъ.

Такимъ образомъ составленныя кушанья представляются довольно разнообразными, удовлетворяють даже изысканному вкусу и предохраняють насъ отъ разныхъ расстройствъ.

Само собой разумѣется, что блюда эти можно еще въ значительной степени упростить. Супы слѣдуетъ дѣлать настолько содержательными и питательными, насколько это только возможно. Не слѣдуетъ забывать, что прикрашенная и приправленная разными пряностями водица не приноситъ намъ ровно никакой пользы. Поэтому супы слѣдуетъ дѣлать густыми и плотными и прибавлять къ нимъ различные отвары, а также и нѣкоторыя части растений, которыя мы обыкновенно выбрасываемъ, но которыя могутъ имѣть большое значеніе въ питаніи (напр., стебельки, листья, корни, отвары изъ овощей, кости и пр.). Затѣмъ, къ нимъ слѣдуетъ прибавлять такія питательныя вещества, какъ рисъ, лапшу и пр. Только въ такомъ случаѣ супы будутъ дѣйствительно разумно составлены и питательны. Посредствомъ вывариванія костей мы получаемъ клей и жиръ, которые сообщаютъ супу „крѣпость“. Такіе супы въ большинствѣ случаевъ заслуживаютъ хорошей рекомендаціи. Не должно, однако, упускать изъ виду, что больнымъ предпочтительнѣе давать супы изъ чистыхъ овощей.

Переходимъ теперь къ послѣдней главѣ, трактующей о *питъи*. Предварительно мы однако обратимъ вниманіе нашихъ читателей на таблицу (см. стр. 15), въ которой наглядно представлено въ существенныхъ чертахъ все нами до сихъ поръ сказанное относительно пици. Она указываетъ намъ составъ наиболѣе излюбленныхъ нами питательныхъ веществъ, и читатели очень хорошо сдѣлаютъ, если въ интересахъ разумнаго питанія семьи—почаще и повнимательнѣе будутъ вглядываться въ нее.

Питье и напитки.

„Не въ погребахъ, бутылкахъ или бочкахъ—
въ источникахъ вѣчная юность“.

Ломфелло.

Уже во вступленіи къ главѣ о питаніи человѣка мы подчеркнули, что *естественную жажду* слѣдуетъ строго отличать отъ искусственной. Естественную жажду мы испытываемъ въ томъ случаѣ, когда количество воды, которую мы естественнымъ путемъ воспринимаемъ съ пищей, оказывается недостаточнымъ для покрытія потерь нашего организма жид-

костью въ формѣ ли пота, выдѣляющагося на поверхности кожи, или водяного пара, выдѣляющагося съ дыханіемъ. Если мы довольствуемся нормальной простой пищей, въ которую не входитъ черезчуръ много мяса, и когда въ наше питаніе не входитъ черезчуръ много приностей или соли, то мы совершенно не испытываемъ жажды, и можно только удивляться тому, какъ мало намъ при такихъ условіяхъ требуется воды. Между тѣмъ, каждому изъ насъ необходимо составить себѣ правильное понятіе о сущности жажды. Если бы всѣ мы знали, какую значительную и вмѣстѣ съ тѣмъ совершенно излишнюю работу мы подчасъ задаемъ нашему сердцу и почкамъ, то мы, конечно, гораздо чаще воздерживались бы отъ употребленія излишняго количества жидкостей. Намъ не слѣдуетъ забывать, что то, что оказывается для организма излишнимъ, не можетъ оставаться въ немъ и должно быть удаляемо. Въ томъ, что касается жидкости, которая переходитъ, вѣдь, въ кровь, то она при избыткѣ переполняетъ кровеносную систему, и такимъ образомъ увеличивается работа нашего центрального кровяного насоса—сердца. Усиленной работой сердца кровь фильтруется черезъ почки и, такъ какъ никакая вода не можетъ считаться совершенно чистой и всегда содержитъ въ себѣ большее или меньшее количество вредныхъ элементовъ, то и понятно, что они мало-по-малу засоряютъ почки, вынуждая въ то же время эти органы излишне напрягать свои силы. Вотъ почему вопросъ о потребленіи жидкостей имѣетъ для насъ огромное значеніе и, если организмъ, съ одной стороны, никоимъ образомъ не можетъ обойтись безъ необходимаго для него количества жидкостей, то съ другой—избытокъ ихъ также отзывается на немъ крайне вредно. Между тѣмъ мы должны были бы принимать всевозможныя мѣры къ тому, чтобы устранять изъ жизни нашей вредныя вліянія: ужъ и безъ того, вѣдь, жизнь наша очень далека отъ того, чтобы течь по нормальному руслу. Ужъ и безъ того современная жизнь предъявляетъ къ намъ чрезмѣрныя требованія, вынуждаетъ насъ на каждомъ шагу непомѣрно напрягать свои силы и ведетъ наши внутренніе органы, и особенно нервную систему, къ переутомленію и истощенію, что сказывается самымъ нагляднымъ образомъ въ преждевременной смерти, жертвой которой падаютъ столь многіе среди насъ.

Вода имѣетъ огромное значеніе для нашего организма, такъ какъ всѣ наши ткани содержатъ въ себѣ подавляющее количество этой жидкости. Только благодаря ей, жидкая кровь имѣетъ возможность разноситься съ такой поразительной быстротой по всему нашему тѣлу и проникать въ

мельчайшія частицы всѣхъ нашихъ органовъ безъ исключенія. Вотъ почему мы никоимъ образомъ не должны относиться безразлично къ вопросу о томъ, какъ вліяетъ вода на наше здоровье и какую именно воду мы пьемъ. Воду мы должны считать не только *пищевымъ средствомъ* вообще, но и *самымъ*, пожалуй, *необходимымъ*—послѣ воздуха—пищевымъ средствомъ. Такъ, безъ пищи человѣкъ можетъ существовать довольно-таки продолжительное время, иногда 30—40 дней и больше, между тѣмъ, какъ безъ воды онъ погибаетъ въ теченіе нѣсколькихъ дней или, много—недѣли. Считаемо поэтому необходимымъ дать нашимъ читательницамъ болѣе или менѣе опредѣленное понятіе о составѣ воды.

Нормально вода содержитъ известь, углекислоту, растворенные землистые металлы, немного желѣза и т. д. Хорошая вода должна быть лишена какого-либо опредѣленнаго вкуса и запаха, быть совершенно свѣтлой и прозрачной. Она не должна содержать осадковъ, пѣны, азотной кислоты, амміаку и пр. Воду, въ которой содержится много извести, мы называемъ *жесткой*. Такая вода иногда бываетъ болѣе пріятной на вкусъ, но она не такъ здорова для насъ, не годится для варки овощей, а также и для стирки бѣлья, такъ какъ требуетъ очень большого количества мыла. Въ нѣкоторыхъ случаяхъ такая вода вызываетъ запоръ, она дѣйствуетъ также неблагоприятно на почки и мочевой пузырь. *Мякая* вода, т. е. такая, которая содержитъ незначительное количество извести, отличается противоположными качествами и должна считаться поэтому наилучшей, какъ для личнаго потребленія, такъ и для хозяйственныхъ надобностей. Прибавимъ тутъ же, что вода, которая содержитъ магнезію, вліяетъ послабляющимъ образомъ, и на этомъ-то зиждется слава многихъ знаменитыхъ курортовъ.

Давъ въ предыдущихъ строкахъ нашимъ читательницамъ общія указанія относительно значенія для насъ воды и ея химическаго состава, мы перейдемъ теперь къ разсмотрѣнію достоинствъ или недостатковъ той или иной воды, въ зависимости отъ ея *происхожденія*.

Морская вода непригодна для питья, главнымъ образомъ, изъ-за значительнаго содержанія въ ней соли. Въ прежнія времена мореплаватели должны были запасаться при отъѣздѣ или же по пути прѣсной водой. Въ противномъ случаѣ имъ грозила гибель, такъ какъ морская вода не только не утоляетъ жажды, но еще въ большей степени ее возбуждаетъ. Въ настоящее время опасность эта миновала, такъ какъ изъ морской воды посредствомъ испаренія очень легко добыть прѣсную. Такая, добытая путемъ испаренія вода имѣетъ

очень много схожаго съ дождевой, о которой рѣчь будетъ нѣсколько ниже.

Рѣчная вода въ большинствѣ случаевъ очень пригодна для потребленія. Она довольно мягка. Ея желтоватый видъ зависитъ всего чаще отъ примѣси песка. Рѣчная вода не должна заключать въ себѣ чрезчуръ много органическихъ веществъ, такъ какъ, разлагаясь, они могутъ причинить намъ немалый вредъ. Не должна также вода заключать въ себѣ и какихъ-либо иныхъ, вредныхъ примѣсей; что, къ несчастью такъ часто наблюдается и на самыхъ большихъ нашихъ рѣкахъ, питающихъ милліоны населенія. Такъ, вода Волги представляется крайне загрязненной, съ одной стороны, фабричными отбросами, которые фабриканты изъ видовъ экономіи сплавляютъ прямо въ рѣку, и, съ другой стороны, нефтью, такъ какъ суда, перевозящія нефть, большей частью текутъ. Кромѣ того, довольно часто разбиваются суда съ нефтью. Тогда вода на большомъ пространствѣ покрывается плотнымъ слоемъ жира, который отравляетъ не только рыбу, но вызываетъ безчисленныя страданія и въ прирѣчныхъ жителяхъ, потребляющихъ волжскую воду.

Дождевая вода отличается наибольшей химической чистотой. Это—въ тѣсномъ смыслѣ слова—переваренная вода. Она образуется изъ водяныхъ паровъ, которые въ высшихъ слояхъ атмосферы вслѣдствіе пониженія температуры сгущаются и падаютъ на землю въ видѣ дождя. Въ тѣхъ мѣстностяхъ, гдѣ жители, за отсутствіемъ другой воды, вынуждены бываютъ пользоваться дождевой, слѣдуетъ постоянно имѣть въ виду слѣдующее. Никогда не слѣдуетъ пользоваться водой, выпавшей *въ началѣ* дождя: она—очень *грязна*. И это вполне понятно, такъ какъ первая дождевая вода пропитывается всей той пылью и грязью, которая иногда мѣсяцами носилась въ воздухѣ. Она пропитывается также и вредными газами. Если необходимость вынуждаетъ пользоваться и водой, выпавшей въ началѣ дождя, то ей непременно слѣдуетъ дать отстояться. Дождевая вода, въ общемъ, невкусна, главнымъ образомъ потому, что въ ней нѣтъ ни солей, ни воздуха. Чтобы пропитать дождевую воду воздухомъ, ее до употребленія слѣдуетъ сильно и многократно взбалтывать или переливать изъ сосуда въ сосудъ. Въ другихъ случаяхъ, напр., на большихъ океанскихъ и морскихъ пароходахъ, ее, какъ и воду, добытую искусственнымъ образомъ изъ морской воды, съ той же цѣлью заставляютъ падать каскадомъ.

Многія деревенскія хозяйки, несомнѣнно, лично наблюдали, что, когда дождевая вода долго стоитъ, особенно при теплой погодѣ, то она населяется цѣлымъ міромъ червей,

инфузорій (наливочныхъ) и разныхъ мелкихъ растеній. Скажемъ къ слову, что одно время этотъ фактъ служилъ важнымъ доказательствомъ приверженцамъ теоріи о *самопроизвольномъ* зарожденіи жизни. Въ самомъ дѣлѣ, дождевая вода не содержитъ животныхъ организмовъ; это для всѣхъ было очевидно. Между тѣмъ они въ послѣдствіи появляются въ ней даже въ томъ случаѣ, если воду эту плотно прикрываютъ. Не ясно ли, что жизнь въ ней зарождается сама собой?! Впослѣдствіи, съ открытіемъ микроскопа, выяснилось, что фактъ этотъ долженъ быть истолкованъ совершенно иначе. Дождевая вода уноситъ съ собой микроскопическія личинки червей, которыя живутъ на кровляхъ и въ дождевыхъ желобахъ. Впослѣдствіи личинки эти развиваются въ червей. Опытъ этотъ читатели могутъ продѣлать и сами. Стоитъ соскоблить немного вещества съ крыши или водосточной трубы и положить соскобъ въ воду. Черезъ нѣкоторое время тамъ разовьются различныя мелкія животныя.

Ключевая вода есть та же дождевая вода, но сильно измѣнившаяся въ слѣдствіе своего прохожденія черезъ почву. Нѣкоторыя составныя части она отдала почвѣ, другія—позаимствовала у нея. Такъ, земля задерживаетъ микроорганизмы, амміакъ, калийныя соли, фосфорную кислоту, кислородъ и т. д., а отдаетъ водѣ углекислоту, которая усиливаетъ растворяющее дѣйствіе воды. Ключевая вода въ общемъ представляетъ собой одинъ изъ наиболѣе пріятныхъ напитковъ, вкусъ котораго можетъ быть знакомъ только тѣмъ, кто его испыталъ, особенно въ лѣтнюю пору—послѣ утомительнаго перехода. Ключевая вода въ большинствѣ случаевъ отличается такими достоинствами, что большіе города не остаются вливаются и передъ многомилліонными затратами, чтобы провести чистую ключевую воду даже издалека. Еще древній Римъ провелъ къ себѣ воду изъ дальнихъ горныхъ ключей, несмотря на то, что городъ этотъ стоитъ на рѣкѣ (Тибрѣ). Изъ современныхъ городовъ упомянемъ только о Парижѣ, который для питья употребляетъ не зараженную сенскую воду, но воду изъ источниковъ Vannes, расположенныхъ больше, чѣмъ въ ста километрахъ ¹⁾ отъ Парижа. Всего больше пользуются ключевой водой въ Швейцаріи.

Колодезная вода, которой такъ часто приходится пользоваться въ деревняхъ, обладаетъ въ общемъ тѣми же достоинствами, что и ключевая вода. Одну только предосторожность не слѣдуетъ никогда упускать изъ виду при выборѣ мѣста для колодезя. Его никогда не слѣдуетъ копать вблизи ко-

¹⁾ Километръ немного больше версты.

нюшень, что между тѣмъ замѣчается довольно часто въ деревняхъ, и притомъ не только у крестьянъ. Хозяевами при этомъ руководятъ экономическія соображенія, а именно: забота о томъ, чтобы вода была расположена вблизи отъ скота, которому вода нужна не только для питья, но и для приготовления корма. Между тѣмъ близость эта ведетъ нерѣдко къ очень грустнымъ послѣдствіямъ. Послѣ большихъ дождей гной вмѣстѣ съ водою просачивается подъ землей въ колодезь, и люди пьютъ тогда отравленную воду. Съ другой стороны, извѣстно, что зараза иногда передается посредствомъ

воды на очень большія разстоянія. Всѣ эти факты никогда не слѣдуетъ упускать изъ виду при копаніи колодезей.

Выше мы уже указали въ краткихъ чертахъ тѣ свойства, которыми должна отличаться хорошая питьевая вода. Здѣсь укажемъ простой способъ *измѣдованія воды*. Наливаютъ воду въ небольшую бутылочку и кипятятъ ее минутъ пять. Если вода содержитъ постороннія вещества, то они осѣдаютъ на дно. Присутствіе же извести сказывается помутнѣніемъ воды,

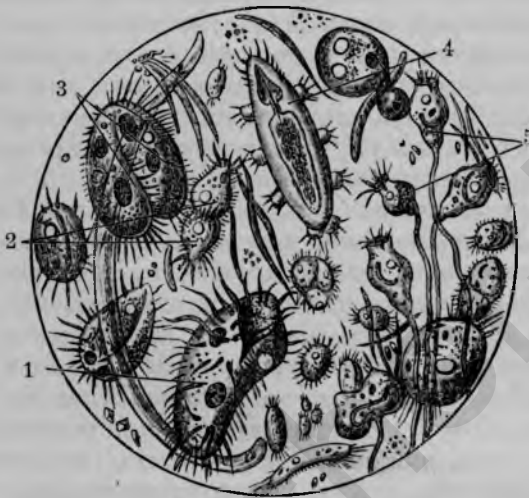


Рис. 43. Капля застоявшейся воды.

1. Наливочныя (инфузоріи) всякаго рода. 2. Дѣленіе ихъ. 3. Сліяніе. 4 и 5. Различныя виды наливочныхъ.

ды, такъ какъ вслѣдствіе кипяченія углекислота испаряется.

Наилучшей температурой питьевой воды слѣдуетъ считать 12—14° P. Слишкомъ холодной воды слѣдуетъ, по возможности, избѣгать. Стаканъ свѣжей воды, будучи выпитъ утромъ натощакъ, отлично дѣйствуетъ во многихъ случаяхъ, вызывая правильное опорожненіе кишечника. Одновременно очищается глотка и пищевадь; также возбуждается и аппетитъ. Ни для кого не ново, что, если въ разгоряченномъ состояніи выпить холодной воды, то не трудно вызвать очень серьезную иногда даже смертельную простуду. Если кому уже трудно было устоять противъ соблазна и все-таки случилось напиться холодной воды при такихъ условіяхъ, то вредныхъ послѣдствій еще можно избѣгать, если предаться затѣмъ усиленному физическому труду, чтобы разгорячить кожу. Воду ре-

комендуется пить не залпомъ, но отдѣльными *лотками*; такимъ образомъ жажда лучше утоляется, несмотря на то, что воды выпивается меньше. При обильномъ потребленіи фруктовъ и спокойномъ образѣ жизни потребность въ водѣ проявляется, какъ сказано выше, гораздо рѣже. Обращаемъ также вниманіе нашихъ читательницъ на то, что во многихъ случаяхъ жажда вызывается не потребностью организма, но просто состояніемъ сухости рта и глотки. Въ такихъ случаяхъ, по нашимъ наблюденіямъ, потребленіе воды въ большихъ количествахъ нисколько не ведетъ къ цѣли и только безъ пользы обременяетъ желудокъ. Частое прополаскиваніе рта освѣжаетъ въ такихъ случаяхъ гораздо вѣрнѣе.

Мы привыкли употреблять за ѣдой черезчуръ много жидкости. Вслѣдствіе этого разжижается желудочный сокъ и страдаетъ пищевареніе. Это ведетъ также, какъ сказано выше, къ излишнему напряженію сердца и почекъ. Существуютъ нѣкоторыя нервныя страданія, при которыхъ больные испытываютъ безпрестанную неутолимую жажду, но и въ такихъ случаяхъ воду слѣдуетъ давать больнымъ предпочтительнѣе глотками. Само собой разумѣется, что изъ пищи должны быть устранены всевозможныя возбуждающія вещества. Чрезмѣрная, а въ нѣкоторыхъ случаяхъ неутолимая жажда наблюдается также и при **сахарной болѣзни** (диабетѣ, см. II „**Энциклопедическую** часть), о чемъ матери должны быть предупреждены. Вообще дѣтей не слѣдуетъ приучать къ частому питью: они должны прибѣгать къ водѣ только въ томъ случаѣ, когда они дѣйствительно испытываютъ жажду.

Вода служитъ элементомъ одного изъ наиболѣе дѣйствительныхъ естественныхъ методовъ леченія, о чемъ подробно будетъ рѣчь въ главѣ о „*водолеченіи*“.

Кофе, чай, какао, лимонадъ, квасъ и пр.


Каждая страна имѣетъ свой излюбленный напитокъ, который, не имѣя почти никакого питательнаго значенія, играетъ, тѣмъ не менѣе, огромную роль въ жизни народа. Такъ, французы пьютъ, по преимуществу, шоколадъ; англичане—какао; нѣмцы—кофе. У насъ въ Россіи національнымъ, такъ сказать напиткомъ является чай. Всѣ эти напитки имѣютъ возбуждающее вліяніе на нашу нервную систему, и этимъ-то объясняется наше къ нимъ пристрастіе, которое нерѣдко обращается въ органическую потребность. Такъ, многія изъ нашихъ читательницъ, навѣрное, не станутъ съ нами спорить, если мы скажемъ, что намъ нерѣдко легче бываетъ отказаться отъ завтрака, чѣмъ отъ стакана чаю поутру.

Въ нижеслѣдующихъ строкахъ мы укажемъ главнѣйшія особенности этихъ напитковъ, причемъ съ особеннымъ вниманіемъ остановимся естественно, на тѣхъ, которые распространены всего больше у насъ въ Россіи.

Начнемъ съ *кофе*. Употребленіе кофе стало извѣстнымъ въ Европѣ раньше, нежели употребленіе чаю, а именно; съ 1555 г., когда оно вошло въ употребленіе въ Константинополь. Родиной кофейнаго куста слѣдуетъ считать Абиссинію. Вкусовыми качествами обладаютъ *кофейныя бобы*, представляющие собой косточки плодовъ кофейнаго дерева. Наибольше важной составной частью кофейныхъ бобовъ, какъ и чаю, является особенный алкалоидъ *) *коффеинъ* или *теинъ*, которому означенныя вещества и обязаны своими драгоценными свойствами. Слѣдуетъ, однако, сказать, что вещества этого гораздо менѣе заключается въ кофе, чѣмъ въ чаѣ. Растворимыхъ въ водѣ веществъ содержится въ кофе 25% (четвертая часть). На чашку жидкаго кофе кладутъ обыкновенно чайную ложку молотаго кофе. При поджариваніи кофейныхъ бобовъ образуется особенное и очень характерное ароматическое вещество. Поджаривать кофе рекомендуется въ закрытыхъ жаровняхъ при температурѣ 180°—200° Р. Продолжать эту операцію слѣдуетъ до тѣхъ поръ, пока бобы не побурѣютъ и не начнутъ, какъ говорится, „потѣть“. Кофе обыкновенно пьютъ не въ чистомъ видѣ, но съ молокомъ и сливками. Поэтому чай и кофе служатъ также напитками, которые даютъ намъ возможность ввести въ организмъ въ очень пріятной для насъ формѣ довольно большое количество питательныхъ веществъ. Особенно часто приходится этимъ пользоваться у дѣтей и больныхъ.

Кофе существуетъ множество сортовъ: абиссинскій, мokka, цейлонскій, бразильскій и пр. Наилучшимъ почитается арабійскій или мokka. Къ сожалѣнію, натуральное кофе представляетъ собой большую рѣдкость; такъ какъ множество продажныхъ сортовъ представляютъ собой образецъ самой смѣлой фальсификаціи, что можно съ неменьшимъ основаніемъ сказать, впрочемъ, и о чаѣ, какъ мы это скоро увидимъ. Кофе поддѣлывается не только въ молотомъ видѣ, но и въ *бобахъ*. Иногда съ этой цѣлью пользуются, по крайней мѣрѣ, безвредными и питательными веществами, какъ, напр., бобами, приготовленными изъ пшеничнаго, ячменнаго, бобоваго, кукурузнаго тѣста, поджареннаго въ патокѣ. Въ другихъ случаяхъ фальсификація отличается гораздо большей

*) Выгтяжка, представляющая, собой главное дѣйствующее начало даннаго растения.

A vintage advertisement for women's hairstyles. The background is a light green color with a decorative border of stylized, swirling lines at the bottom. Three black and white portraits of women are arranged in a triangular pattern. The top portrait shows a woman with long, wavy hair, looking upwards and to the left. The middle-left portrait shows a woman with short, curly hair, looking towards the viewer. The middle-right portrait shows a woman with short, curly hair, looking to the right. The bottom portrait shows a woman with short, curly hair, wearing a dark, strapless dress and a necklace, looking upwards and to the left. The text "КРАСИВЫЯ ЖЕНСКІЯ ГОЛОВКИ" is centered between the middle portraits. A large, faint watermark "акс" is visible across the center of the page.

КРАСИВЫЯ
ЖЕНСКІЯ ГОЛОВКИ

беззащитностью: такъ, нѣсколько процессовъ, имѣвшихъ мѣсто въ Петербургѣ въ 80-хъ годахъ прошлаго столѣтія показали, что очень часто подъ видомъ кофе продаются *искусственные* бобы, изготовленные изъ глины, гипса и мастики! Бобы эти фабрикуются за границей; въ Россіи же проживаютъ агенты по продажѣ этихъ „кофейныхъ“ бобовъ...

Если такъ мало церемонятся съ кофе въ бобахъ, которые поддѣлать все-таки труднѣе, то можно себѣ представить, до чего доходитъ иногда поддѣлка *молотого* кофе. Къ молотому кофе подмѣшиваютъ винныхъ ягодъ, цикорія, ячменю и пр. Исслѣдованія, произведенныя нѣкоторое время тому назадъ докторомъ Коцинымъ въ Москвѣ, показали, что въ продажномъ кофе содержится отъ 30% и до 70% подмѣсей. Ясно, какое значеніе можетъ имѣть для организма подобное „кофе“. Поэтому мы и присоединяемся вполне къ мнѣнію вышеназваннаго доктора и совѣтуемъ нашимъ читательницамъ покупать кофе преимущественно въ *бобахъ*, такъ какъ въ такомъ кофе все же легче открыть поддѣлку, чѣмъ въ молотомъ.

Переходимъ къ чаю. Чай сталъ извѣстенъ въ Европѣ въ XVII вѣкѣ. Въ ту же, приблизительно, эпоху онъ сталъ извѣстенъ и при русскомъ дворѣ, откуда распространился постепенно и въ народѣ. Чайный кустарникъ произрастаетъ, преимущественно, въ Китаѣ и Японіи. Растетъ онъ также въ Индіи, Бразиліи и пр. Недавно стали дѣлать опыты по прививкѣ культуры чая и у насъ на Кавказѣ, при чемъ попытки эти увѣнчались, повидимому, успѣхомъ. Какъ бы то ни было, главная масса чая все же поставляется намъ Китаемъ. Нашъ русскій чай имѣетъ надъ заграничнымъ то преимущество, что онъ идетъ къ намъ *караванами*. Между тѣмъ чай, привозимые въ западную Европу (преимущественно англійскіе), идутъ моремъ, отъ чего они, повидимому, теряютъ во вкусѣ, въ чемъ легко могли убѣдиться всѣ тѣ, кто имѣлъ случай сравнить вкусъ англійскаго чая съ русскимъ.

Сборъ чая производится въ Китаѣ четыре раза въ году. Лучшіе *цветочные* сорта чая добываются изъ чая весенняго сбора; худшіе—изъ осенняго. Въ продажѣ существуютъ, преимущественно, три сорта чая: *черный, зеленый и желтый*. Первый сортъ даетъ болѣе крѣпкій настой, но достоинство его ниже по сравненію съ двумя другими сортами, которые даютъ слабый настой, но обладаютъ очень пріятнымъ букетомъ. Эти сорта у насъ рѣдко употребляются въ чистомъ видѣ: обыкновенно ихъ подмѣшиваютъ въ большемъ или меньшемъ количествѣ къ черному чаю.

Кромѣ этихъ сортовъ чая въ продажѣ имѣется еще *куртичный* или *плиточный* чай, который очень мало распространенъ въ Европейской Россіи, но въ большомъ употребленіи среди сибирскаго населенія и кочевыхъ инородцевъ. Чай этотъ готовится изъ остатковъ и отбросовъ чаю, которые надлежащимъ образомъ обрабатываются, прессуются и пускаются въ продажу. Помимо дешевизны они прельщаютъ потребителей и удобствомъ своего сохраненія и перевозки.

Въ продажѣ у насъ почти совершенно отсутствуютъ *чистые* сорта чая; продажные чаи обыкновенно представляютъ собой смѣсь изъ самыхъ разнообразныхъ сортовъ. Этимъ объясняется отчасти, почему мы, привыкши къ одному сорту чая, съ такимъ трудомъ свыкаемся съ другимъ сортомъ, хотя бы и того же, а иногда даже высшаго достоинства.

Чай у насъ представляетъ собой необходимый напитокъ среди достаточныхъ классовъ населенія. Что же касается до менѣе состоятельныхъ классовъ, то они не только не имѣютъ возможности ежедневно пить чай, но и тотъ чай, который они пьютъ время отъ времени, часто имѣетъ общаго съ названнымъ продуктомъ только одно названіе. *Фальсификація чая* достигаетъ у насъ поражающихъ размѣровъ, при чемъ пальма первенства въ этомъ дѣлѣ принадлежитъ обѣимъ нашимъ столицамъ, изъ которыхъ каждая дала свое названіе сорту поддѣльнаго чая, пользующагося особеннымъ распространеніемъ среди населенія. Таковы „рогожскій чай“ и „копорскій чай“. Первый фабрикуется изъ спитого чая въ Москвѣ, въ Рогожской части; второй—въ одной волости петербургской губерніи. Всего больше подмѣшиваютъ къ чаю: иванъ чаю, листьевъ розы, земляники, тополя, кипрея и копорской травы. Подкрашивается спитой чай сахарнымъ колеромъ, берлинской лазурью, индиго, куркумой, солями мѣди и желѣза и краской катеху. О подмѣшиваніи низшихъ сортовъ чая къ высшимъ и говорить не приходится: оно не только составляетъ общее правило, но и съ большимъ трудомъ можетъ быть разоблачаемо.

Для увеличенія вѣса чая къ нему подмѣшиваютъ всевозможныя вещества, изъ которыхъ многія далеко не безвредны для нашего здоровья. Такъ, къ чаю подмѣшиваютъ песокъ, глины, свинца, желѣза и т. д.

Несмотря на то, что чай и кофе представляютъ собой чрезвычайно цѣнные напитки, ими злоупотреблять не слѣдуетъ. Особенно вредно дѣйствуютъ они на нервныхъ особъ, которыя или вовсе должны отказаться отъ употребленія этихъ напитковъ, или же употреблять ихъ только въ самомъ незначительномъ количествѣ. Особенно вредно дѣйствуетъ

позднее чаепитіе, которое вызываетъ почти неизбежно бессонницу. Это свойство чая и особенно кофе хорошо извѣстно большинству русскихъ писателей, которые и пользуются имъ очень часто для освѣженія головы и возбужденія мозга при поздней и напряженной ночной работѣ.

Но, если означенныя вещества при злоупотребленіи ими могутъ вести и къ неприятымъ послѣдствіямъ, то при разумномъ потребленіи они приносятъ намъ огромную пользу. Они „прогоняютъ усталость, повышаютъ наши душевныя и тѣлесныя силы, не оставляя того тягостнаго угнетенія, какое слѣдуетъ за возбужденіемъ, вызваннымъ алкоголемъ“ (Хлопинъ). Было бы поэтому желательно, чтобы за продажей чая былъ учрежденъ дѣятельный надзоръ, чего, въ виду существующаго налога на чай, достичь было бы относительно не трудно, и чтобы опыты культуры этого растенія у насъ были поставлены на болѣе широкую ногу. Это дало бы, быть можетъ, возможность проникнуть чаю и въ такіе слои народа, гдѣ о немъ до сихъ поръ знаютъ почти только по наслышкѣ.

Какао добывается изъ растенія, которое въ естественномъ видѣ растетъ въ Южной Америкѣ. Бобы какао представляютъ собой сѣмена плодовъ этого растенія, которыя очищаются отъ мякоти, затѣмъ сушатся на солнцѣ. Какао содержитъ два алкалоида: уже извѣстный намъ коффеинъ, и теоброминъ. Но вмѣстѣ съ тѣмъ какао весьма существенно отличается отъ чаю и кофе тѣмъ, что обладаетъ не только возбуждающими, но и *питательными* свойствами, чего о предыдущихъ продуктахъ, какъ мы видѣли выше, сказать нельзя. Какао содержитъ больше, чѣмъ на половину, хорошо усваиваемаго жира (ок. 53%), — растительный бѣлокъ (до 3%) и крахмаль (до 9%).

Шоколадъ представляетъ собой смѣсь того же какао (въ молотомъ видѣ) съ сахаромъ и пряностями: ванилью, корицей и гвоздикой. Шоколадъ также служитъ очень хорошимъ питательнымъ средствомъ, преимуществомъ котораго является то, что въ сухомъ видѣ, а именно въ плиткахъ, онъ можетъ хорошо сохраняться, а также быть перевозимымъ на большія расстоянія. Во Франціи онъ служитъ обычнымъ утреннимъ напиткомъ даже въ бѣдныхъ слояхъ населенія. Тамъ же его даютъ дѣтямъ въ школу, особенно для полдника (*gouter*). Какъ какао, такъ и шоколадъ поддѣлываются очень усердно.

Перейдемъ теперь къ напитку, который совершенно неизвѣстенъ за границей, но который пользуется чуть не повсемѣстнымъ распространеніемъ у насъ въ Россіи. Мы говоримъ о *квасѣ*. Квасъ дѣлается изъ ржи, которая въ видѣ

муки смѣшивается съ извѣстнымъ количествомъ ячменнаго или ржаного солода. Пропорціи между этими составными частями могутъ быть самыя различныя. Въ нашей арміи квасъ готовится изъ ячменнаго и ржаного солода, взятыхъ въ равной пропорціи, причемъ къ нимъ прибавляютъ около пятой части по вѣсу ржаной муки. Лучшій, такъ-называемый *баварскій* квасъ готовится изъ одного солода. Въ домашнемъ обиходѣ берутъ 2—3 части ржаной муки на 1 часть ячменнаго солода.

Въ нѣкоторыхъ мѣстностяхъ Россіи чрезвычайно рас-



Рис. 44. Бочка рейнвейну съ указаніемъ процентнаго содержанія въ ней алкоголя, воды и питательныхъ веществъ.

пространено приготовленіе кваса изъ хлѣба, браги и кислыхъ щей. Изъ хлѣба квасъ готовится слѣдующимъ образомъ. Смѣсь муки и тѣста заваривается на кипящей водѣ до плотности густого тѣста; дѣлятъ это тѣсто на караваи, которые и ставятъ часовъ на 10—12 въ печь. Затѣмъ караваи размельчаютъ и настаиваютъ на горячей во-

дѣ. Получается сусло, которое бродитъ.

Брага, составляющая исконный русскій напитокъ, рясующійся въ воображеніи народа, какъ доказательство полнаго достатка и благополучія, готовится слѣдующимъ образомъ. Прежде всего готовятъ такъ-называемый *заторъ*, состоящій изъ смѣси солода, муки и воды. Заторъ ставятъ въ корчагахъ въ жарко истопленную печь на нѣсколько часовъ; часть сусла кипятятъ съ хмелемъ и затѣмъ смѣшиваютъ ее съ остальной массой и даютъ медленно остыть. Къ части сусла прибавляютъ дрожжей, вслѣдствіе чего она начинаетъ

бродить. Когда же на поверхности появляется обильная пѣна, то эту часть смѣшиваютъ съ остальной, прибавляютъ хмелю и ставятъ на холодъ.

Всѣ перечисленные напитки, кромѣ незначительнаго содержания спирта, обладаютъ и другими преимуществами, какъ то: простотой изготавленія, дешевизной и общедоступностью. Они обладаютъ приятно кислымъ вкусомъ и хорошо утоляютъ жажду. Кислотами, которыя въ нихъ содержатся (молочная, угольная и уксусная), они вляютъ очень благопріятно также и на пищевареніе. Квасъ послужилъ предметомъ спеціального изслѣдованія со стороны профессора Коберта, который нѣсколько лѣтъ тому назадъ занималъ кафедру фармакологіи въ дерптскомъ университетѣ; нынѣ же состоитъ главнымъ врачомъ санаторіи для чахоточныхъ въ Герберсдорфѣ. Ученый этотъ пришелъ къ тому выводу, что квасъ представляетъ собой чрезвычайно здоровый и гигиеническій напитокъ, и горячо рекомендуетъ его, какъ замѣну водкѣ и пиву.

Спиртные напитки.

Алкоголь принадлежитъ къ числу веществъ, къ которымъ человѣкъ чувствуетъ особенное влеченіе, при чемъ наблюденія показываютъ, что, чѣмъ человѣкъ стоитъ ниже на уровнѣ культурнаго развитія, тѣмъ съ бѣльшимъ трудомъ можетъ онъ устоять противъ соблазна, представляемаго спиртомъ. Каждый народъ имѣетъ *свои* спиртные напитки. Такъ, китайцы, напр., пьютъ аракъ—водку, добываемую изъ риса; англичане—виски—ячменную водку, или джинъ—можжевелевую. Наши кочевники пьютъ кумысъ,—спиртной напитокъ, добываемый посредствомъ броженія кобыльаго молока, и т. д.

Сѣверные народы употребляютъ алкоголь въ гораздо большихъ количествахъ, чѣмъ южные. Европейцы привили любовь къ спиртнымъ напиткамъ и первобытнымъ народамъ, изъ числа коихъ нѣкоторыя, напр., индѣйцы находятся въ наше время, благодаря алкоголю, на прямомъ пути къ вырожденію. То же можно сказать и про многихъ нашихъ сибирскихъ инородцевъ.

Изъ спиртныхъ напитковъ, находящихся въ особенномъ употребленіи у насъ въ Россіи, мы назовемъ хлѣбное вино, пиво и виноградное вино. Хлѣбное вино или *водка* представляетъ собой разбавленный въ бѣльшей или меньшей степени водой спиртъ. *Спиртъ* готовится изъ растений, содержащихъ крахмаль, преимущественно изъ зерноваго хлѣба и карто-

фея. Изъ зерновыхъ хлѣбовъ употребляется главнымъ образомъ рожь. При посредствѣ солодового бродила крахмалъ обращается въ сахаръ. Послѣдній, въ свою очередь, подвергается броженію, причѣмъ распадается на углекислоту и спиртъ. Полученная смѣсь многократно перегоняется; такимъ образомъ спиртъ очищается, концентрируется (сгущается) и пускается въ продажу. вмѣстѣ съ чистымъ (такъ-называемымъ этиловымъ) алкоголемъ одновременно перегоняются и болѣе сложные алкоголи, которые извѣстны подъ названіемъ *сивушнаго масла*. Новѣйшими изслѣдованіями установлено, что не только скверный запахъ и вкусъ, но также и *ядовитость* спиртныхъ напитковъ зависятъ, главнымъ образомъ, отъ присутствія сивушнаго масла, отъ котораго, однако, совершенно очистить спиртъ почти невозможно.

Въ настоящее время, какъ извѣстно, продажа хлѣбнаго вина представляетъ собой въ Россіи *монополию* правительства, и всѣ частныя лица лишены права продавать этотъ напитокъ. Помимо водки находятся еще въ употребленіи—исключительно въ состоятельныхъ классахъ—*коньякъ*, получающійся посредствомъ перегонки виноградныхъ выжимокъ съ прибавленіемъ сахара. Коньякъ поддѣлывается очень усердно, такъ что напитокъ этотъ въ чистомъ видѣ можно приобрести только за дорогую цѣну, хотя и въ такомъ случаѣ не всегда можно быть увѣреннымъ въ его чистотѣ. Коньякъ представляетъ отличнымъ средствомъ для поддержанія силъ больныхъ и выздоравливающихъ. *Ромъ* также есть водка, получаемая посредствомъ броженія сахара добытаго изъ сахарнаго тростника. *Ликеры* получаютъ посредствомъ перегонки водки съ разными ароматическими веществами; иногда вещества эти прибавляются къ водкѣ впоследствии.

Пиво въ настоящее время довольно распространено въ нѣкоторыхъ классахъ русскаго населенія, хотя оно, конечно, далеко не пользуется такимъ распространеніемъ у насъ, какъ, напр., въ сосѣдней съ нами Германіи. Такъ, на каждого жителя приходится въ годъ въ Мюнхенѣ 566 литровъ, т. е. свыше полутора литра *) въ день, причѣмъ въ число жителей включены и женщины и грудныя дѣти! Цифра эта, несмотря на свою чудовищность, не покажется странной тому, кто имѣлъ случай хоть разъ побывать, напр., въ пивной, принадлежащей баварскому королю [Hofbrauerei] и быть свидѣтелемъ того, какъ пивная наполняется по извѣстнымъ часамъ не только мужчинами, принадлежащими ко всѣмъ классамъ населенія, но также женщинами и даже дѣвушками. Тамъ къ этому факту

*) Въ ведрѣ 12 литровъ.

настолько привыкли, что онъ никому не кажется страннымъ и не останавливаетъ на себѣ ничего вниманія. По счастью, мы у насъ въ Россіи еще не привыкли къ подобнымъ явленіямъ.

Потребленіе пива въ Россіи вообще не особенно велико. Потребляется оно у насъ преимущественно въ западномъ краѣ и еще больше въ Остзейскихъ провинціяхъ. Пиво готовится изъ ячменнаго солода (проросшаго ячменя). Крахмалъ подъ вліяніемъ соотвѣтствующаго бродила (діастаза) превращается въ сахаръ, а затѣмъ изъ этого сахара посредствомъ разложенія получается алкоголь. Читательницы видятъ, что основной процессъ здѣсь совершенно такой же, какъ при приготовленіи спирта или винограднаго вина. Молодой, т. е. свѣже приготовленный напитокъ не годится еще въ употребленіе: чтобы получить соотвѣтствующія свойства, ему требуется въ теченіе недѣли или десяти дней *дозрѣвать* въ погребахъ. *Составъ пива* довольно сильно колеблется въ зависимости отъ сорта и способа приготовленія. Въ общемъ можно, однако, сказать, что пиво содержитъ 3—5% алкоголя, 4—5% сахаристыхъ веществъ; бѣлковыхъ, а также и минеральныхъ веществъ оно содержитъ довольно мало. Помимо того пиво содержитъ различныя органическія кислоты (уксусную, молочную и т. д.), жиръ, глицеринъ, горькія и ароматическія вещества.

Питательнымъ веществомъ, въ собственномъ смыслѣ этого слова, пиво, конечно, считать нельзя. Если же оно пользуется въ публикѣ подобной репутацией, то, благодаря главнымъ образомъ тому, что оно возбуждаетъ аппетитъ, подымаетъ питаніе и способствуетъ ожирѣнію. Съ этой точки зрѣнія, оно иногда и рекомендуется врачами. Пиво, однако, далеко не всѣми одинаково хорошо переносится, такъ какъ оно содержитъ и раздражающія вещества, которыя иногда неблагоприятно вліяютъ на пищевареніе.

Постоянное потребленіе пива, особенно въ большихъ количествахъ, вызываетъ разстройства въ различныхъ органахъ, главнымъ образомъ, пищеварительныхъ, и довольно тяжело отражается на *сердцѣ*, какъ это въ настоящее время твердо установлено нѣмецкими врачами, которые, конечно, лучше, чѣмъ какіе-либо иные врачи, имѣли возможность изучить вліяніе пива на нашъ организмъ. Подъ вліяніемъ неумѣреннаго потребленія пива сердце перерождается, увеличивается въ объемѣ и начинаетъ неудовлетворительно выполнять свои обязанности. Такое сердце носитъ названіе „пивного“ [Bierherz].

Что касается до требованій, которыя мы должны предъявлять къ пиву, то они въ существенныхъ чертахъ сводятся

къ слѣдующему. Должно избѣгать пива слишкомъ молодого или мутнаго, а также пива съ неприятнымъ запахомъ или вкусомъ. Къ пиву неумышленно или умышленно *подмѣшиваютъ* множество постороннихъ веществъ, изъ числа коихъ нѣкоторыя не только вредны для здоровья, но даже ядовиты. Перечислимъ только главнѣйшія: полынь, стрихнинъ, алоэ, бѣлена, пикриновая кислота. Очень вредно отражается на потребителяхъ присутствіе въ пивѣ сивушнаго масла, о которомъ мы уже упоминали выше.

Переходимъ къ послѣднему изъ спиртныхъ напитковъ, которые мы намѣрены здѣсь разсмотрѣть: *виноградному вину*. Нельзя сказать, чтобы это вино—въ противоположность хлѣбному—было у насъ широко распространено. Пьютъ его почти исключительно достаточные классы. Что же касается до народа, то онъ потребляетъ его только въ тѣхъ мѣстахъ, гдѣ вино производится. Такихъ мѣстъ у насъ въ Россіи немного: на первомъ планѣ—Крымъ; затѣмъ—Кавказъ, Донская область, Бессарабія. Лучшія вина изготовляются въ Крыму. Натуральное виноградное вино получается путемъ броженія винограднаго сока. Къ сожалѣнію, вино, добытое такимъ путемъ, представляется въ настоящее время рѣдкимъ явленіемъ, такъ какъ фабриканты считаютъ необходимымъ, такъ или иначе вмѣшаться въ этотъ процессъ, чаще всего, само собой разумѣется, въ ущербъ потребителю.

Вина различаются *красныя и бѣлыя*. Первыя отличаются отъ вторыхъ, главнымъ образомъ, тѣмъ, что ихъ заставляютъ бродить вмѣстѣ съ оболочками, которыя и отдаютъ вину свои красящія и нѣкоторыя другія вещества. Дальше вина дѣлятся также на сладкія, шипучія и т. д. Шипучія вина, изъ которыхъ на первомъ планѣ стоитъ шампанское, отличаются присутствіемъ углекислоты. Обыкновенно вина не приготовляются изъ одной какой-нибудь лозы, но представляютъ собой смѣсь изъ нѣсколькихъ разныхъ сортовъ.

Составъ вина сильно разнится отъ одного сорта къ другому. Такъ, содержанія спирта колеблется между 6%—12%;—свободныхъ кислотъ (виннокаменной, уксусной, дубильной и пр.)—между 0,5% и 0,6%; глицерину—приблизительно такое же количество; минеральныхъ веществъ 0,2%—0,25%. Кроме того встрѣчаются еще красящія вещества, а также эфирныя и бѣлковыя соединенія. Чѣмъ меньше въ винѣ кислотъ и больше натурального сахара, тѣмъ оно, въ общемъ, лучше, а соотвѣтственно этому и дороже.

Въ настоящее время въ Россіи вырабатывается уже довольно значительное количество вина, которое превышаетъ

300 миллионъвъ литровъ въ годъ *). По количеству на первомъ мѣстѣ стоитъ Кавказъ, затѣмъ—Бессарабія. По качеству наилучшими считаются *крымскія вина*, изъ числа коихъ нѣкоторые сорта, по увѣреніямъ знатоковъ, не уступаютъ и лучшимъ иностраннымъ: французскимъ и испанскимъ. Слѣдуетъ, однако, сказать, что натуральное вино является въ настоящее время большой рѣдкостью, и подавляющее большинство винъ, потребляемыхъ нами, представляются издѣліями самой разнузданной фальсификаціи, какъ въ этомъ убѣдятся, несомнѣнно, и наши читательницы, которыя ознакомятся со слѣдующими фактами. Повѣрочные анализы, произведенные различными изслѣдователями въ различныхъ пунктахъ Имперіи, показали, что очень многія вина готовятся просто на просто изъ воды, сахара и спирта и *не содержатъ ни одной капли винограднаго соку*. Не менѣе краснорѣчивъ и слѣдующій фактъ. Докторъ Гулишамбаровъ вычислилъ, что съ 1887 по 1890 годъ Москва получала изъ винодѣльческихъ районовъ по 450.000 пудовъ вина ежегодно и затѣмъ, удовлетворивъ потребности своего полутора-милліоннаго населенія, вывозила ежегодно до 800.000 пудовъ вина!... Мы не имѣемъ возможности останавливаться здѣсь на разсмотрѣніи безчисленныхъ фальсификацій, которымъ подвергается виноградное вино, такъ какъ это заняло бы слишкомъ много мѣста. Въ послѣднее время Удѣльное вѣдомство, а также и нѣкоторые крупные винодѣлы начали выпускать на рынокъ вина, которыя пользуются большимъ довѣріемъ въ публикѣ, въ смыслѣ своей чистоты и натуральности.

Вліяніе пьянства на организмъ.

Человѣкъ не умираетъ, но *убиваетъ себя*.

Въ предыдущихъ строкахъ мы разсмотрѣли происхожденіе, составъ, приготовленіе, особенности и главнѣйшіе способы фальсификаціи спиртныхъ продуктовъ; въ слѣдующихъ—мы опишемъ въ существенныхъ чертахъ вліяніе алкоголя на организмъ какъ съ физической, такъ и съ духовной точки зрѣнія. Прежде всего мы должны указать на общераспространенный предразсудокъ, будто спиртные напитки вліяютъ вредно только въ томъ случаѣ, когда ихъ принимаютъ въ большихъ количествахъ. Новѣйшія изслѣдованія показали, что такой взглядъ глубоко ошибоченъ. Если сразу принять большую дозу алкоголя, то получается опьянѣніе, т. е. *острое* отравленіе. Если же его принимать хотя и въ небольшихъ количествахъ, но въ теченіе продолжительнаго

*) Литръ=0,8 (4/5) кварты.

времени, то получается *хроническое* отравленіе. Между тѣмъ какой же изъ нашихъ читательницъ не извѣстно, что, въ общемъ, хроническое отравленіе гораздо глубже поражаетъ наши органы, чѣмъ острое! — И въ самомъ дѣлѣ, мастеровой или мужикъ, которые сразу выпили большое количество водки, *пьяньютъ*, т. е. теряютъ сознание и впадаютъ въ глубокой сонъ. Если не считать еще очень тяжкаго состоянія—съ похмелья, то на этомъ дѣйствіе спирта и заканчи-



Рис. 45. Стаканъ баварскаго пива (кульмбахскаго) съ указаніемъ процентнаго содержанія спирта, воды и питательныхъ веществъ.

ваетъ ся, если только напитокъ не пьется не часто. Не то происходитъ въ болѣе культурныхъ слояхъ населенія, гдѣ *никогда не пьютъ*, но *всегда пьютъ*. Такого рода потребление спиртныхъ напитковъ наноситъ очень глубокій ущербъ многимъ

нашимъ органамъ, изъ числа коихъ нѣкоторые подтачиваются алкоголемъ до основанія, совершенно утрачивая способность выполнять свое назначеніе. Опишемъ въ нѣсколькихъ словахъ картину *острой* отравленія спиртомъ, затѣмъ перейдемъ къ описанію результатовъ, порождаемыхъ *хроническимъ* отравленіемъ.

При *отъятыи*, т. е. остромъ отравленіи алкоголемъ мы можемъ различить два отдѣльныхъ періода, изъ которыхъ первый характеризуется *возбужденіемъ*; второй же—*упнетіемъ*.

вае т с я,
если толь-
ко напи-
ваться не
часто. Не
то проис-
ходитъ въ
болѣе
культур-
ныхъ сло-
яхъ насе-
ленія, гдѣ
*никогда не
пьютъ*, но
*всегда
пьютъ*.
Такого
рода по-
требленіе
спирт-
ныхъ на-
питковъ
наноситъ
очень
глубокій
ущербъ
многимъ

Выпивъ небольшое количество алкоголя, человѣкъ обыкновенно чувствуетъ подъемъ физическихъ силъ и впадаетъ въ приподнятое настроеніе. Чувства изощряются, мозгъ начинаетъ работать живѣе, воспримчивость усиливается. Въ такомъ состояніи человѣкъ склоненъ значительно переоцѣнивать свое значеніе, силы и способности. Въ такую минуту онъ способенъ на самый смѣлый и безразсудный поступокъ. Вотъ почему и говорятъ, что „пьяному море по колѣно“. Является потребность подѣлиться мыслями и высказаться. Отсюда и столь извѣстная болтливость человѣка „на веселѣ“. Нѣкоторыя лица впадаютъ въ очень благодушное настроеніе. Нерѣдки однако же и обратные случаи, когда въ человѣкѣ въ это время пробуждаются наиболѣе дикіе инстинкты и когда онъ изъ-за самаго ничтожнаго повода готовъ совершить самое ужасное преступленіе, изъ-за котораго, пришедши въ сознаніе, всю жизнь будетъ мучиться. Нѣкоторое время спустя человѣкъ утрачиваетъ способность владѣть какъ движеніями своего тѣла, такъ и побужденіями своей души. Языкъ перестаетъ повиноваться и начинаетъ заплетаться. Походка его становится неувѣренной и неправильной. О такомъ человѣкѣ въ общезитіи говорятъ, что онъ „ногами вензеля рисуетъ“ или „мыслете пишетъ“. Въ ухахъ раздается звонъ; передъ глазами стелется туманъ. Нерѣдко чувствуется головокруженіе. Въ то же время пульсъ и дыханіе учащаются. Выдѣленіе мочи значительно усиливается, такъ какъ организмъ прилагаетъ всѣ усилія къ тому, чтобы вывести изъ себя наружу ядъ.

Послѣ того наступаетъ *второй* періодъ, характеризующійся *уметениемъ* почти всѣхъ функций тѣла. Кожа покрывается холоднымъ клейкимъ потомъ. Языкъ совершенно перестаетъ повиноваться. Ноги также отказываются служить и человѣкъ падаетъ. Мышцы расслабляются. Наступаетъ полное безчувствіе, продолжительность котораго находится въ зависимости главнымъ образомъ отъ того, какъ скоро выдѣлится ядъ изъ организма. Въ состояніи опьянѣнія человѣкъ становится чрезвычайно воспримчивымъ къ наружнымъ вреднымъ вліяніямъ, особенно же къ дѣйствию холода. Большинство случаевъ замерзанія происходитъ именно въ состояніи опьянѣнія. Въ такомъ состояніи человѣкъ также очень сильно подверженъ воспаленію легкихъ, которое къ тому же протекаетъ очень тяжело. Смерть является также нерѣдко послѣдствіемъ удара, т. е. остраго прилива крови къ мозгу или мозговымъ оболочкамъ. Въ нѣкоторыхъ случаяхъ смерть наступаетъ настолько быстро, что и самая скорая помощь не успѣваетъ спасти несчастнаго.

Но, если смерть отъ остраго отравленія алкоголемъ представляется все же явленіемъ относительно рѣдкимъ, то

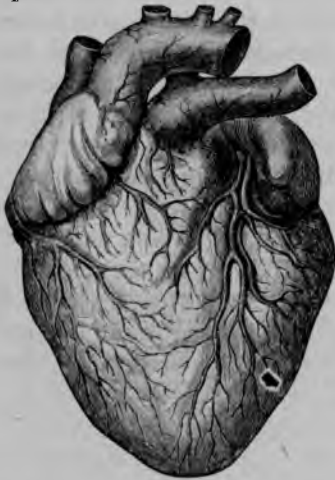


Рис. 46. Нормальное сердце.

Прежде всего алкоголь попадаетъ въ *желудокъ* и кишечникъ. На эти органы онъ производитъ сильное раздражающее вліяніе, которое



Рис. 47. Увеличенное ожирѣлое сердце.

но, если смерть отъ остраго отравленія алкоголемъ представляется все же явленіемъ относительно рѣдкимъ, то *большенныя измѣненія* наиболѣе важныхъ нашихъ *органовъ* подъ вліяніемъ *хроническаго отравленія* небольшими количествами алкоголя, представляются *правиломъ*. Дѣйствіе алкоголя сказывается при такихъ условіяхъ почти на всѣхъ органахъ, такъ какъ спиртъ переходитъ вѣдь въ кровь, съ которой онъ и разносится повсюду. Не всѣ однако органы наши одинаково чувствительны къ этому яду. Къ сожалѣнію, наибольшей воспримчивостью отличается наиболѣе цѣнный нашъ органъ—*нервная система*.

Разсмотримъ, однако, по порядку дѣйствіе спирта на различные органы.

Прежде всего алкоголь попадаетъ въ *желудокъ* и кишечникъ. На эти органы онъ производитъ сильное раздражающее вліяніе, которое обычно ведетъ къ воспаленію этихъ органовъ и хроническимъ катаррамъ. На нашей пятой таблицѣ въ краскахъ изображены параллельно рисунки здороваго желудка и желудка, измѣненнаго подъ вліяніемъ спирта. На задней стѣнкѣ второго желудка видна опухоль. Стѣнки желудка растянуты. Аппетитъ пропадаетъ; питаніе нарушается.

Изъ желудка спиртъ попадаетъ неизмѣненнымъ въ кишки, откуда и всасывается въ *кровь*. вмѣстѣ съ этой жидкостью орошаетъ онъ наши *сосуды* и сердце. послѣдствіемъ этого являются заболѣванія *сосудистыхъ стѣнокъ*, которыя особеннымъ образомъ затвердѣваютъ, утрачивая свойственную имъ эластичность.

Сердце—подъ вліяніемъ

выпадающей на его долю чрезмѣрной работы—сильно увеличивается въ объемѣ; въ послѣдствіи намѣсто мышечной ткани появляется жировая, которая не можетъ выполнять никакой работы. Вслѣдствіе этого сердце раньше или позже отказывается служить. Къ какому это ведетъ послѣдствіямъ, понять не трудно.

Съ кровью спиртъ разносится по всѣмъ тканямъ и органамъ, изъ которыхъ онъ— послѣ нервной системы— всего больше вліяетъ на *печень* и *почки*. Печень опухаетъ и сначала увеличивается въ объемѣ; затѣмъ объемъ ея значительно уменьшается. Воспаленная и болѣзненно измѣненная ткань не въ состояніи бывать справляться со своей задачей. Въ числѣ другихъ послѣдствій является водянка живота, общее исхуданіе и полное истощеніе организма.



Рис. 48. Нормальная почка.



Рис. 50.
Сморщенная почка.

Такія же приблизительно явленія наблюдаются и въ почкахъ, которыя падаютъ, такъ сказать, жертвой своего долга, такъ какъ онѣ напрягаютъ всѣ свои силы, чтобы удалить изъ организма ядъ. Почки также воспаляются; вначалѣ онѣ увеличиваются, затѣмъ уменьшаются въ объемѣ, сморщиваются и рано или поздно отказываются служить.

Изъ сказаннаго видно, что важнѣйшіе наши органы, каковы: сердце, печень и почки, претерпѣваютъ подъ вліяніемъ алкоголя очень тяжелыя измѣненія. Наиболѣе тяжкія измѣненія претерпѣваетъ однако же наша *нервная система*. Многочисленныя изслѣдованія различныхъ ученыхъ, и въ томъ числѣ доктора Сажина, доказали, какъ нельзя болѣе ясно, какое губительное вліяніе имѣетъ спиртъ на нервную клетку. Проявленіе нервного расстройства у потребителей алкоголя выражается въ очень многочисленныхъ признакахъ, изъ которыхъ мы укажемъ только на главнѣйшіе. Всѣмъ извѣстно,

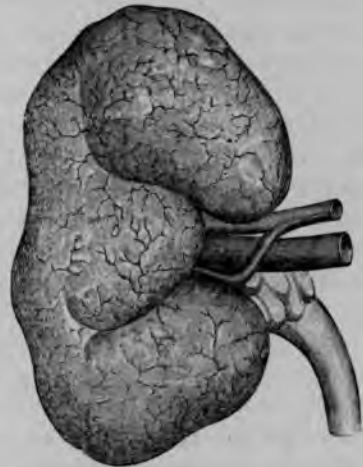


Рис. 49. Болѣзненно измѣненная подъ вліяніемъ алкоголя почка.

что у людей, которые въ продолженіе долгаго времени злоупотребляли алкоголемъ, наблюдается особаго рода дрожаніе въ пальцахъ, особенно по утрамъ, пока они не примутъ вновь нѣкотораго количества этого яда, которое дѣйствуетъ на нихъ возбуждающимъ образомъ. Наблюдаются судороги, временныя параличи конечностей и т. д. Въ конечностяхъ ощущается ползаніе мурашекъ, сонъ становится крайне тревожнымъ, сны носятъ тяжелый устрашающій характеръ. Больные видятъ крысъ и собакъ, которые ихъ кусаютъ, разбойниковъ, пожары и пр. Наблюдаются обманы внѣшнихъ чувствъ: галлюцинаціи слуха, зрѣнія и пр., подъ вліяніемъ которыхъ алкоголики совершаютъ подчасъ очень тяжкія преступленія.

Однимъ изъ наиболѣе тяжелыхъ проявленій алкоголизма слѣдуетъ считать **бѣлую горячку** (см. II — „Энциклопедическую“ часть). Чаше всего горячка эта проявляется въ томъ случаѣ, когда при постоянномъ умѣренномъ потребленіи спирта, его сразу будетъ выпито большое количество. Иногда горячка появляется также и въ томъ случаѣ, когда сразу прекращается приемъ алкоголя и тѣмъ лишаютъ нервную систему возбуждающаго средства, къ которому она привыкла годами. Бѣлая горячка проявляется въ приступахъ бѣшенаго сумасшествія, во время которыхъ, иногда и нѣсколько дюжихъ челоувѣкъ не въ состояніи бываютъ сдержатъ больного. Въ это время за больнымъ слѣдуетъ имѣть самый тщательный надзоръ; въ противномъ случаѣ онъ легко можетъ совершить какое-либо преступленіе: убить кого-либо, выброситься изъ окна и пр.

Но и въ томъ случаѣ, когда больной не страдалъ бѣлой горячкой, его нельзя считать совершенно нормальнымъ. Алкоголики нерѣдко страдаютъ бредомъ преслѣдованія и подъ вліяніемъ ложныхъ представленій могутъ совершить преступленіе даже надъ близкими людьми. У привычныхъ пьяницъ даже легкія болѣзни, и особенно пораненія, протекаютъ часто очень тяжело и ведутъ нерѣдко къ смерти.

Общественная опасность алкоголизма.

Если пьянство столь пагубно отражается на нашемъ организмѣ, то не менѣе тяжелое вліяніе имѣетъ оно также на нашу семью, общество и государство. Челоувѣкъ, злоупотребляющій спиртными напитками, рано или поздно заболѣваетъ настолько тяжело, что не только утрачиваетъ всякую способность къ производительному труду и не можетъ содержать свою семью, но самъ падаетъ бременемъ на своихъ близ-

кихъ, которые должны его поддерживать и лечить. Отсюда очевидно, что всякій чело́вѣкъ, сознающій свой долгъ и свои обязанности передъ близкими людьми, приложитъ всѣ усилія къ тому, чтобы избѣгать соблазна и не поддаваться этой пагубной страсти. Вѣдь, кому же не извѣстно, что пьянство широко открываетъ двери нуждѣ и лишениямъ, а часто также нищетѣ и позору! Трудно себѣ представить, сколько семей пошло по міру изъ-за злоупотребленія главы семьи спиртными напитками!..

А сколько производительныхъ и трудоспособныхъ гражданъ теряетъ изъ-за пьянства общество и государство! По англійскимъ статистическимъ даннымъ оказывается, что за періодъ въ 27 лѣтъ (съ 1847 по 1874 г.) въ странѣ этой пали жертвой пьянства около 23.000 чело́вѣкъ. Еще болѣе мрачныя данныя даетъ намъ статистика С.-А. Соединенныхъ Штатовъ. По статистикѣ Штата Нью-Йоркъ сказывается, что за 38 лѣтъ (съ 1840 по 1878 г.) въ штатѣ этомъ **третья часть** всѣхъ смертныхъ случаевъ прямо или косвенно причинена пьянствомъ, жертвой котораго за указанный періодъ времени пало не менѣе 190.000 чело́вѣкъ.

Количество несчастныхъ случаевъ съ пьяницами значительно количества *несчастныхъ случаевъ* съ трезвыми, что вполне понятно, такъ какъ чело́вѣкъ, находящійся въ нетрезвомъ состояніи, очень смутно сознаетъ, — что происходитъ вокругъ него, и не понимаетъ часто даже того, что ему угрожаетъ опасность. Но и понявъ, что ему угрожаетъ опасность, онъ не всегда бываетъ способенъ сообразить, какимъ образомъ ея избѣжать. Въ королевствѣ Саксонскомъ 6%, въ Пруссіи—5% всѣхъ несчастныхъ случаевъ должны быть приписаны исключительно пьянству.

Мы уже говорили выше о вліяніи алкоголя на нервную систему. Статистика, показывающая намъ, какое количество людей лишилось своихъ умственныхъ способностей и населяетъ дома и заведенія для умалишенныхъ, только благодаря злоупотребленію алкоголемъ, поражаетъ насъ своими цифрами. Такъ, одинъ изъ наиболѣе добросовѣстныхъ изслѣдователей этого вопроса д-ръ Тулузъ нашель, что **третья часть** всѣхъ больныхъ, помѣщающихся въ парижскихъ домахъ для умалишенныхъ, утратили свои умственныя способности исключительно изъ-за злоупотребленія алкоголемъ. Въ другихъ странахъ получаютъ еще болѣе удручающія цифры, по которымъ 45—60% всѣхъ умопомѣшанныхъ составляютъ лица, злоупотреблявшія спиртными напитками.

Насколько часто пьянство ведетъ къ *самоубійству*, показываютъ слѣдующія данныя: во Франціи и Даніи на долю

алкоголиковъ приходится 17% всѣхъ самоубійцъ, между тѣмъ какъ у насъ въ Россіи количество это доходитъ до 38%! Иными словами, въ нашей странѣ изъ каждаго *пяти* человѣкъ, лишающихъ себя жизни, *два* налагаютъ на себя руки, только благодаря вліянію спиртныхъ напитковъ.

Но, если одна часть алкоголиковъ лишаетъ себя жизни или населяетъ дома для умалишенныхъ, то очень значительная часть ихъ населяетъ *тюрьму* и *каторгу*. Германскій изслѣдователь Баэръ нашель, что изъ 33.000 человѣкъ, заключенныхъ въ 1874 году въ тюрьму въ Германіи, не менѣе 42% приходилось на долю людей, предававшихся пьянству. Среди убійцъ количество алкоголиковъ составляетъ 46%; изъ общаго числа убійствъ, совершаемыхъ безъ предварительнаго умысла, на долю алкоголиковъ приходится 63%. Тяжелыя тѣлесныя поврежденія наносятся подъ вліяніемъ алкоголя въ 75% всѣхъ случаевъ, между тѣмъ, какъ преступленія противъ нравственности совершаются подъ вліяніемъ спиртныхъ напитковъ въ 77% всѣхъ случаевъ. Англійская статистика показываетъ, что *отъ трехъ четвертей до четырехъ пятыхъ всѣхъ преступленій* совершается подъ вліяніемъ остраго или хроническаго злоупотребленія спиртными напитками. Всѣ приведенныя нами цифры сами по себѣ настолько краснорѣчивы, что не нуждаются въ дальнѣйшихъ поясненіяхъ. Всякій, ознакомившійся съ ними, очень легко пойметъ, какимъ безчисленнымъ опасностямъ подвергаемъ мы себя, предаваясь пагубной страсти къ вину.

Вліяніе алкоголизма сказывается не только на личности, но и на *потомствѣ*, и можно бы сказать словами Библии, что оно поражаетъ людей „до седьмого колѣна“. Помимо того, что болѣзнь сама по себѣ передается по наслѣдству, и дѣти, такъ сказать, съ молокомъ матери всасываютъ въ себя страсть къ этому яду; дѣйствіе его сказывается и въ прочихъ отношеніяхъ. Нерѣдко дѣти у алкоголиковъ рождаются съ ясно выраженными признаками физическаго и духовнаго *вырожденія*. Часто они бываютъ эпилептиками, глухонѣмыми, идіотами и т. д. Послѣднее было извѣстно еще Аристотелю. Говорятъ, что встрѣтивъ однажды идіота, онъ сказалъ ему: „Отецъ зачалъ тебя въ пьяномъ состояніи“. Потомки алкоголиковъ отличаются очень слабой жизненной устойчивостью и недолговѣчностью. Они носятъ въ себѣ задатки преступности, которую они унаслѣдовали отъ своихъ отцовъ. Помимо того, они наслѣдуютъ и глубокое предрасположеніе къ тяжелымъ заболѣваніямъ нервной системы.

Наша таблица въ краскахъ показываетъ, какъ постепенно вырабатывается алкоголикъ изъ очень симпатичнаго

въ юности лица. Пусть этотъ наглядный примѣръ послужить читателямъ предостереженіемъ.

Назначеніе женщины въ борьбѣ съ алкоголизмомъ.

Всѣмъ извѣстно, что женщины въ гораздо меньшей мѣрѣ злоупотребляютъ спиртными напитками, чѣмъ мужчины.

Но, если это составляетъ, несомнѣнно, заслугу женщинъ, то на нихъ лежитъ также очень важная обязанность, а именно обязанность **боротся** съ этимъ зломъ среди *мужчинъ* всегда и повсюду всѣми мѣрами, которыя найдутся въ ихъ распоряженіи. Такъ, напримѣръ, жена должна вліять на своего мужа нравственнымъ путемъ въ такомъ духѣ, чтобы его не тянуло въ клубы или холостыя компаніи, въ которыхъ всего чаще и приобрѣтается пагубная привычка къ вину. Чѣмъ чаще мужъ будетъ оставаться дома, испытывая удовольствіе въ пребываніи у домашняго очага, и тѣмъ онъ болѣе застрахованъ отъ употребленія спиртныхъ напитковъ.

Многое можетъ сдѣлать женщина, какъ **хозяйка**. Она должна бороться съ укоренившимися обычаями и не прибѣгать къ угощенію спиртными напитками, въ какомъ бы то видѣ и количествѣ ни было. При желаніи всегда есть возможность замѣнить спиртные напитки болѣе гигиеническими. О множествѣ подобныхъ напитковъ мы недавно говорили. (См. „Напитки“ стр. 153). Хозяйка должна также воздерживаться отъ того, чтобы подносить водку рабочимъ, какъ это у насъ въ деревняхъ очень принято. Гораздо разумнѣе и человѣчнѣе угостить чаемъ.

Всего однако больше можетъ сдѣлать женщина въ борьбѣ въ пьянствомъ, какъ **мать**. Если бы всѣ матери глубоко прониклись сознаніемъ того, какая ужасная участь ждетъ ихъ дѣтей, если они заразятся этой страшной болѣзью—страстью къ спиртнымъ напиткамъ, то онѣ, конечно, не щадили бы никакихъ усилій, чтобы вселить въ своихъ дѣтей **ненависть и отвращеніе** къ этимъ напиткамъ. Никогда ни подъ какимъ видомъ дѣтямъ не слѣдуетъ давать спирта. Это должно дѣлаться только по прописи врача. Даже время отъ времени не слѣдуетъ давать дѣтямъ спиртныхъ напитковъ, такъ какъ потребность въ нихъ прививается очень быстро, и борьба становится очень трудной, если только первые моменты были упущены. И потому повторяемъ еще разъ: *вычеркните* разъ навсегда спиртные напитки изъ списка тѣхъ, которые можно давать дѣтямъ.

Еще одинъ совѣтъ напимъ юнымъ читательницамъ: если замужнія женщины вынуждены мириться со своей судьбой, какова бы она ни оказалась, и жить съ мужемъ, каковъ бы онъ ни былъ, то въ inomъ положеніи находятся дѣвушки. Пусть онѣ при рѣшеніи вопроса всей своей жизни не упускаютъ легкомысленно изъ виду этого столь важнаго обстояательства. Нерѣдко дѣвушки надѣются на свои силы и убѣждены, что онѣ сумѣютъ искоренить этотъ недостатокъ въ своемъ будущемъ мужѣ. Но какъ часто дѣйствительность готовитъ имъ жестокое разочарованіе! Какъ много тяжелыхъ драмъ разыгрывается на этой почвѣ!..

Общественная и государственная борьба съ алкоголизмомъ.

Борьба съ пьянствомъ прежде всего должна вестись въ *семьѣ*. И въ этомъ отношеніи на долю жены, матери и хозяйки выпадаютъ очень отвѣтственные обязанности, которыя она должна строго и неуклонно исполнять. Съ самаго ранняго дѣтства слѣдуетъ внушать дѣтямъ отвращеніе къ спиртнымъ напиткамъ. Дѣло семьи должно продолжаться въ *школѣ*, гдѣ дѣтямъ должны быть учителями даваемы соотвѣтствующія изъясненія и указанія относительно вреда пьянства. Ничего нельзя имѣть также и противъ школьныхъ союзовъ трезвости, которые у насъ въ Россіи, повидимому, дали въ нѣкоторыхъ мѣстахъ недурные результаты.

Что можетъ сдѣлать въ означенномъ направленіи личный *примѣръ* и убѣжденная проповѣдь, всего лучше доказалъ пасторъ Метью. Подъ вліяніемъ его горячей проповѣди въ теченіе 18 лѣтъ (съ 1838 по 1856) около *милліона* ирландцевъ дало обѣтъ воздержанія отъ употребленія спиртныхъ напитковъ, и пьянство въ этой странѣ вслѣдствіе дѣятельной пропаганды названнаго пастора рѣзко уменьшилось.

Тѣмъ не менѣе, главная роль въ дѣлѣ борьбы съ народнымъ пьянствомъ принадлежитъ несомнѣнно **обществу и государству**. Такъ, извѣстно, что питейная реформа, которая въ настоящее время проведена у насъ повсюду въ Россіи и главная особенность которой заключается въ томъ, что право продажи спиртныхъ напитковъ отнято у частныхъ лицъ и составляетъ исключительно *монополию* правительства, была предпринята также отчасти съ цѣлью уменьшить пьянство. Насколько цѣль эта была достигнута, рѣшительно еще судить нельзя. Тѣмъ не менѣе, отдѣльныя изслѣдованія доказываютъ, что значительнаго уменьшенія въ потребленіи



15 лѣтъ



30 лѣтъ



45 лѣтъ



60 лѣтъ

Четыре иллюстраціи изъ жизни алкоголина.



Нормальный желудокъ



Желудокъ алкоголика



Нормальная печень



Печень алкоголика

Дѣйствіе алкоголя.

спиртныхъ напитковъ не произошло. Въ нѣкоторыхъ губерніяхъ потребление спиртныхъ напитковъ даже возросло, по сравненію съ потребленіемъ ихъ до введенія правительственной монополіи.

Въ послѣдніе годы началась у насъ въ Россіи вестись съ алкоголизмомъ *культурная борьба*; главнѣйшія основы заключаются въ томъ, чтобы доставить народу болѣе разумныя и полезныя развлеченія, которыхъ онъ до сихъ поръ былъ почти совершенно лишенъ. Образовались многочисленныя общества *трезвости*, не только въ крупныхъ и мелкихъ городахъ, но и въ деревняхъ. Въ деревняхъ дѣятельность этихъ обществъ выражается въ открытіи чайныхъ, которыя должны бы представлять собою какъ бы клубы для крестьянъ. Въ чайныхъ этихъ (въ зависимости отъ преданности дѣлу и энергіи завѣдующихъ) можно найти не только общедоступныя газеты, но также и книжки, граммофоны и пр. Въ нѣкоторыхъ случаяхъ устраиваются также чтенія для крестьянъ. Въ городахъ организуются развлеченія на болѣе широкую ногу, и дѣло поставлено такимъ образомъ, что простой народъ, преимущественно рабочіе и мастеровые, имѣютъ возможность проводить много часовъ подъ-рядъ, въ пріятныхъ а иногда въ полезныхъ развлеченіяхъ. Организуются народные театры и народные дома, образцомъ которыхъ является „Народный домъ Императора Николая II“ въ Петербургѣ.

Но для того, чтобы борьба съ пьянствомъ дѣйствительно могла имѣть значительный успѣхъ и дать вполне удовлетворительные результаты, заботы о матеріальныхъ и духовныхъ нуждахъ рабочихъ въ городахъ должны простирается гораздо глубже, такъ какъ въ настоящее время неопровержимо установлено, что бѣдность, нищета и неудовлетворенность своимъ матеріальнымъ и общественнымъ положеніемъ представляются причинами, наиболѣе сильно толкающими народъ къ употребленію спиртныхъ напитковъ, въ которыхъ онъ находитъ хотя бы временное утѣшеніе и забытѣе.

Съ этой точки зрѣнія, поднятіе умственного и культурнаго уровня населенія посредствомъ распространенія просвѣщенія и образованія въ народѣ является однимъ изъ наиболѣе дѣйствительныхъ средствъ въ борьбѣ съ пьянствомъ.

Огромное значеніе имѣютъ поэтому также мѣры, клонящіяся къ улучшенію образованія и подъему матеріальнаго благосостоянія низшихъ классовъ населенія.

Съ этой точки зрѣнія особеннаго вниманія заслуживаетъ т.-наз. *шоттенбургская система* борьбы съ пьянствомъ, которая первоначально была введена въ Швецію и въ на-

стоящее время функционирует съ нѣкоторыми измѣненіями у насъ въ Финляндіи. Питейная торговля составляетъ монополию извѣстныхъ товариществъ. Торговля спиртными напитками строго регламентирована, и сами питейныя заведенія носятъ скорѣе характеръ народныхъ клубовъ. Изъ прибылей въ пользу пайщиковъ вычитывается только 6⁰/₀; остальной же доходъ представляетъ собственность правительства, которое обращаетъ его на дѣла благотворительности и общественныя потребности.

Въ нѣкоторыхъ штатахъ Сѣв. Америки введена наиболѣе радикальная система борьбы съ пьянствомъ. Спиртные напитки рассматриваются какъ *ядъ* и продаются въ аптекахъ, изъ которыхъ выдаются только *по предписанію врачей*.

У насъ въ Россіи борьба съ пьянствомъ, къ сожалѣнію, въ значительной степени затрудняется тѣмъ обстоятельствомъ что доходъ съ продажи спиртныхъ напитковъ занимаетъ одно изъ виднѣйшихъ мѣстъ въ числѣ прочихъ государственныхъ доходовъ. При такой системѣ уменьшеніе потребления населеніемъ спиртныхъ напитковъ сказывается уменьшеніемъ государственныхъ доходовъ.

Въ послѣднее время стали устраиваться у насъ въ Россіи также *санаторіи* для пьяницъ, въ которыхъ многіе алкоголики находятъ себѣ исцѣленіе отъ своего пагубнаго недуга.

В о з д у х ъ .

Многимъ нашимъ читательницамъ покажется, вѣроятно, страннымъ, что мы вопросъ о воздухѣ разбираемъ въ главѣ „о питаніи“. Объясняется это тѣмъ, что къ питанію мы причисляемъ *все*, что служитъ къ поддержкѣ нашего организма что вступаетъ въ наше тѣло и въ томъ или иномъ видѣ выдѣляется изъ него. Условіямъ этимъ отвѣчаетъ и воздухъ, а потому мы и рассмотримъ его въ этомъ мѣстѣ. Воздухъ представляетъ собою, какъ извѣстно, смѣсь изъ кислорода и азота. Кислородъ тотчасъ же вступаетъ въ кровь, которая разноситъ его по всѣмъ тканямъ и органамъ. Газъ этотъ представляетъ собой настоящій *жизненный* элементъ, какъ для растенія, такъ и для животнаго, и въ отсутствіи его жизненныя проявленія тотчасъ же прекращаются. Отсюда истекаетъ хилость большинства городскихъ жителей, которые живутъ въ крупныхъ центрахъ и столько времени проводятъ въ закрытыхъ помѣщеніяхъ или же тѣснятся въ темныхъ узкихъ улицахъ, отнимая другъ у друга то ничтожное количество кислорода, которое содержится въ отравленномъ вредными

испареніями воздуха. На поблекшихъ лицахъ этихъ людей написано большими буквами, что они испытываютъ *кислородное голоданіе*. Перенесите тѣхъ же людей въ какую-нибудь лѣсистую мѣстность со свѣжимъ и богатымъ кислородомъ воздухомъ, и черезъ нѣкоторое время они перерождаются, какъ бы по мановенію волшебнаго жезла. Обмѣнъ веществъ у нихъ повышается; на лицѣ появляется краска, въ глазахъ—блескъ. Снова появляются у нихъ бодрость и жизнерадостность, которыя, казалось, покинули ихъ уже навсегда.

Той же причиной объясняются въ значительной степени и чудные результаты, получаемые отъ лѣтнихъ колоній, которыя можно назвать однимъ изъ наиболѣе симпатичныхъ и наиболѣе челоуѣколюбивыхъ начинаній нашего времени.

Какое множество дѣтей, истощенныхъ и изможденныхъ столичными условіями жизни, носившихъ уже въ себѣ зачатки чахотки и другихъ болѣзней, возвращаются спустя нѣсколько мѣсяцевъ въ столицу веселыми, бодрыми, здоровыми и розовыми. Такой ребенокъ гораздо лучше, чѣмъ раньше, успѣваетъ въ школѣ, а также съ большимъ успѣхомъ, чѣмъ прочія дѣти, борется съ болѣзнями.

Къ сожалѣнію, не одни только дѣти нуждаются въ лѣтнихъ колоніяхъ! Множество матерей семействъ въ городахъ и столицахъ нуждается въ нихъ еще болѣе, нежели дѣти. Сколько здоровья было бы сбережено несчастнымъ матерямъ, сколько жизней сохранено семьямъ, если бы существовали также лѣтнія колоніи для матерей! Будемъ надѣяться, что такія колоніи явятся дѣломъ недалекаго будущаго...

Если намъ довольно хорошо извѣстна роль кислорода въ организмѣ, то насчетъ роли азота мы освѣдомлены гораздо менѣе. Нормально наши легкія привыкли къ извѣстному, строго опредѣленному отношенію между кислородомъ и азотомъ, содержащими въ воздухѣ (21% кислорода, 79% азота). Поэтому мы страдаемъ какъ въ томъ случаѣ, когда количество кислорода уменьшается, такъ и въ томъ, когда оно увеличивается, что, правда, наблюдается рѣже. Такъ, птичка очень быстро задыхается, если ее заключить подъ колоколь, въ которомъ слишкомъ много кислорода. Отъ той же причины задыхается рыба на воздухѣ, такъ какъ она привыкла дышать въ водѣ, въ которой кислорода содержится гораздо менѣе, чѣмъ въ воздухѣ.

Въ нашемъ организмѣ часть кислорода вступаетъ въ соединеніе съ избыткомъ углерода, образуя углекислоту (CO₂), которая вмѣстѣ съ водяными парами удаляется че-

резь легкія. Процессъ образованія и выдѣленія углекислоты, который мы называемъ „органическимъ горѣніемъ“, имѣеть огромное значеніе для нашего организма. Замедленіе этого процесса связано для насъ съ захирѣніемъ; прекращеніе его— съ быстрымъ охлажденіемъ и смертью; правильное же теченіе этого процесса знаменуетъ для насъ здоровье, тепло, бодрость и жизнь.

Вотъ почему мы должны покидать наши пыльные и душныя города, какъ только получимъ малѣйшую къ тому возможность. Вотъ почему мы всеми силами должны стремиться къ тому, чтобы какъ можно дѣятельнѣе вентилировать наши легкія, восхожденіемъ ли на горы или физическимъ трудомъ; вотъ почему мы должны наполнять наши легкія лѣснымъ озономъ, *) и купаться въ лучахъ благодатнаго солнца.

Къ сожалѣнію, многія городскія читательницы отнесутся безучастно и равнодушно къ нашимъ словамъ. *Мужчины* понимаютъ, какъ важно доставлять себѣ время отъ времени отдыхъ на лонѣ природы, и добиваются этого, несмотря на то, что они связаны дѣлами, службой, профессіей и т. д. Они устраиваютъ себѣ прогулки, экскурсіи и поѣздки, послѣ которыхъ они съ обновленными силами принимаются за свой обычный трудъ. *Женщины* же остаются равнодушными къ перспективѣ перемѣнить хотя бы на время обстановку и подышать свѣжимъ воздухомъ. Онѣ не могутъ скинуть съ себя ярма, которое накладываетъ на нихъ хозяйство, онѣ не могутъ справиться со своими обязанностями, а главное, онѣ почти совершенно утратили вкусъ къ свободной жизни на лонѣ вольной безпредѣльной природы. На какія грустныя размышленія наводитъ насъ этотъ фактъ! Какое давленіе должно было быть въ теченіе многихъ вѣковъ оказываемо на человѣка, именуемаго „женщиной“, чтобы онъ могъ такъ далеко отклониться отъ естественныхъ потребностей человѣческой природы!

Да, нельзя отрицать, что рабство, налагаемое на женщину домашнимъ хозяйствомъ, а также непрерывная беременность, вызываемая неумѣренностью мужа, тѣлесно и духовно угнетаютъ женщину; потому онѣ не смогутъ откликнуться на нашъ призывъ, до тѣхъ поръ, пока въ широкіе круги женщинъ не проникнетъ понятіе объ ихъ правахъ и о тѣхъ обязанностяхъ, которыя онѣ должны выполнить по отношенію къ своему потомству. Подобно мужчинамъ, и женщины должны бодро предпринимать экскурсіи на лоно природы,

*) Сгущенный кислородъ.

подыматься на высокія горы, заниматься гимнастикой и спортомъ и стремиться къ тому, чтобы освободить себя не только отъ бремени домашняго хозяйства, но также изъ-подъ ярма моды и устарѣлыхъ обычаевъ.

Дальнѣйшимъ доказательствомъ того, что воздухъ является для насъ „наиболѣе необходимымъ“ пищевымъ средствомъ, представляется тотъ фактъ, что безъ воздуха мы не можемъ прожить и нѣсколькихъ минутъ, между тѣмъ какъ безъ воды мы можемъ просуществовать нѣсколько дней, безъ твердой же пищи—и нѣсколько недѣль (5—6), если только получать вдоволь воздуха и воды.

Ранке говоритъ: „Воздухъ представляетъ собою хлѣбъ для легкихъ, съ той единственной разницей, что хлѣбъ этотъ мы не глотаемъ, но вдыхаемъ“. Къ сказанному онъ прибавляетъ, что мы должны также старательно избѣгать грязнаго воздуха, какъ избѣгаемъ грязнаго хлѣба. Между тѣмъ кто же изъ насъ подумалъ бы сравнить воздухъ съ хлѣбомъ?! Самый невѣроятный воздухъ, слѣдовательно и самый грязный „легочный хлѣбъ“ наблюдается въ закрытыхъ спальняхъ, ресторанахъ и рабочихъ помѣщеніяхъ. Если въ подобномъ помѣщеніи появляется лицо, обладающее тонкимъ обонаніемъ, жалуется на спертый воздухъ и выражаетъ желаніе открыть окно, то такое заявленіе вызываетъ неудовольствіе или же встрѣчается насмѣшками. И въ данномъ случаѣ всего больше женщины боятся „сквозняка“ или же боятся, чтобы помѣщеніе—упаси Боже!—не слишкомъ выстудилось вслѣдствіе провѣтриванія. Онѣ перестали ощущать непріятность кухонныхъ ароматовъ такъ же, какъ не чувствуютъ онѣ и отвратительнаго запаха, который распространяютъ грязныя пеленки; онѣ не замѣчаютъ пыли и перестаютъ ощущать потребность въ живительномъ кислородѣ. Безпрестанная возня съ разными грязными предметами притупила ихъ обонаніе. Школа же и врачи не успѣли, къ сожалѣнію, внушить имъ глубокаго сознанія въ полной необходимости для насъ свѣжаго воздуха.

Какъ часто приходится врачу попадать въ спальни небогатыхъ людей, гдѣ въ воздухѣ стоитъ очень тяжелый ароматъ разлагающейся мочи отъ мочащихся въ постели дѣтей, или гдѣ всѣмъ предметамъ присущъ какой-то особенный промозглый запахъ, вслѣдствіе котораго пребываніе въ такомъ помѣщеніи черезъ короткое время становится невозможнымъ для человѣка, привыкшаго постоянно дышать свѣжимъ воздухомъ. Пусть такія хозяйки хоть одинъ разъ въ недѣлю выходятъ на свѣжій воздухъ, въ степь или ближайшій лѣсъ; пусть научатся пользоваться носомъ, т. е.

„нюхать“, пусть онѣ отдадутъ себѣ отчетъ, отчего появляется скверный запахъ (хотя бы, на примѣръ, отъ отбросовъ человѣческаго организма), и по мѣрѣ того, какъ обоняніе въ нихъ разовьется, онѣ въ свою очередь начнутъ испытывать отвращеніе къ скверному воздуху. Въ виду того, что жизненные процессы сами по себѣ служатъ источникомъ порчи воздуха, борьба наша съ загрязненіемъ воздуха ни на минуту не должна ослабѣвать. Посредствомъ мытья, частой перемѣны бѣлья и платья и *постояннаго* провѣтриванія нашихъ комнатъ мы достигаемъ значительной чистоты воз-



Рис. 51. Пыль.

духа. Какъ часто, между тѣмъ, мы, открывъ только дверь въ переднюю, чувствуемъ уже какой-то затхлый запахъ. Въ такомъ случаѣ мы можемъ съ полной увѣренностью сказать, что въ такой квартирѣ вентиляція крайне неудовлетворитель-

ная и что комнаты въ теченіе болѣе или менѣе продолжительнаго времени не находились въ сообщеніи со свѣжимъ воздухомъ.

Что касается воздуха, то для насъ важна не только его чистота, но также и его *влажность*. Не только человѣкъ или животное, но также растенія, рѣчки, луга, лѣса, холодная почва и пр. постоянно отдають въ пространство воду въ видѣ незримыхъ нами *водяныхъ паровъ*. Пары эти становятся видимыми только въ томъ случаѣ, когда они подъ вліяніемъ холоднаго воздуха сгущаются. Чѣмъ влажнѣе окружающая насъ атмосфера, тѣмъ съ большимъ трудомъ воспринимаетъ она новыя количества влаги изъ воздуха: вслѣдствіе этого испаренія нашего собственнаго тѣла затрудняются. Поэтому-то людямъ слабымъ и рекомендуютъ часто пребываніе въ горныхъ мѣстностяхъ, такъ какъ тамъ сухой и чистый воздухъ усиливаетъ обмѣнъ веществъ, между тѣмъ

какъ въ низкихъ мѣстностяхъ безпрестанные туманы и испаренія изъ жилыхъ помѣщеній имѣютъ на насъ, наоборотъ, неблагоприятное вліяніе. Крѣпкія натуры не особенно чувствительны къ подобнымъ различіямъ между воздухомъ одной мѣстности и другой, но что касается лицъ болѣе слабыхъ и болѣе деликатныхъ, особенно же легочныхъ и сердечныхъ больныхъ, то никакъ нельзя утверждать, чтобы на нихъ подобныя различія не вліяли довольно замѣтно. Такимъ лицамъ „жизнь“, въ буквальномъ смыслѣ слова, становится „легче“ на высотахъ.

Не меньшее значеніе имѣетъ и *пыль*, которую мы вдыхаемъ вмѣстѣ съ воздухомъ. Очень немногіе среди насъ

Мѣсто и время изслѣдованія.		Количество пыли—въ миллигр. на 1 куб. метръ воздуха.																		
		0	1	2	3	4	5	6	7	8	9									
Въ Па- рижѣ.	Въ дождливую погоду.																			
	» сухую »																			
Въ полѣ.	» дождливую »																			
	» сухую »																			

Рис. 52. Содержаніе пыли въ воздухѣ.
(По даннымъ Тиссандье).

знаютъ, что представляетъ собой, собственно говоря, пыль. Нёгели различаетъ троякаго рода пыль: крупныя пылинки, видимыя простымъ глазомъ; пылинки, которыхъ мы при обычныхъ условіяхъ совершенно не видимъ, но которыя становятся очень рѣзко видимыми, когда онѣ освѣщаются лучами солнца, и невидимыя вовсе простымъ глазомъ пылинки, состоящія, преимущественно, изъ бактерій и чрезвычайно мелкихъ угольныхъ частицъ. Видимыя пылинки состоятъ изъ мельчайшихъ частицъ окружающихъ насъ предметовъ, которыя отдѣляются отъ нихъ, благодаря тренію, сотрясенію или давленію. Тутъ есть и частицы износившагося платья и испортившейся обуви, и обившейся мебели. Всего же больше—пыли съ мостовой. Обиліе пыли въ воздухѣ дѣлаетъ его мало пригоднымъ для дыханія. По этой же причинѣ легкія у взрослыхъ людей теряютъ свою обычную розоватую окраску, которую онѣ имѣютъ у дѣтей, и становятся сѣрыми, иногда даже и черноватыми. Особенно часто наблюдается это явленіе въ крупныхъ центрахъ, гдѣ ко всѣмъ прочимъ источникамъ пыли прибавляется еще *дымъ*, распространяемый въ такомъ большомъ количествѣ различ-

ными фабриками и заводами. Именно угольными частицами, выдѣляющимися изъ нашихъ печей, каминовъ, лампъ и пр., и еще въ большей степени копотью изъ фабричныхъ трубъ обусловливается эта окраска. Пыль и дымъ далеко не безразличны для нашихъ легкихъ, и при существованіи нѣкотораго предрасположенія, а также и нѣкоторыхъ другихъ неблагоприятныхъ условій они ведутъ къ разнымъ заболѣваніямъ дыхательнаго аппарата, всего чаще—легочной чахоткѣ. Что касается специально до Петербурга, то всѣмъ, конечно, хозяйкамъ отлично извѣстно, что достаточно бываетъ открыть окно хотя бы на самое короткое время, чтобы всѣ близкіе къ столу предметы покрылись довольно густымъ слоемъ копоти. И таковъ-то „чистый“ воздухъ, которымъ мы вынуждены дышать въ столицѣ!..

Чѣмъ больше мы удаляемся отъ крупныхъ тѣсныхъ городовъ, расположенныхъ на равнинахъ, и поднимаемся на возвышенности, тѣмъ свободнѣе отъ пыли становится воздухъ. Почти абсолютная чистота воздуха на большихъ высотахъ представляетъ собой что-то очаровательное и совсѣмъ непривычное для современнаго культурнаго человѣка. Можно щеголять въ бѣлоснѣжной одеждѣ, можно ходить босикомъ, нисколько не рискуя испачкаться и стать „грязнымъ“. Нигдѣ не найдете вы затхлой залежавшейся пыли, и тѣ частицы, которыя носятся въ воздухѣ, совершенно свободны отъ пыли, а потому и безопасны для насъ.

Между тѣмъ, всѣмъ нашимъ читательницамъ хорошо извѣстно, сколько свѣтлыхъ платьевъ приходится переѣмнить за одну недѣлю въ городѣ. Съ другой стороны, и загрязненіе нашего чистаго бѣлья обязано своимъ происхожденіемъ далеко не въ такой мѣрѣ испареніямъ нашего тѣла, сколько *грязному воздуху*, который проникаетъ все и вся. Пыль была изслѣдована различными учеными подъ микроскопомъ, и въ результатѣ открылось слѣдующее: одинъ кубическій сантиметръ воздуха на Риги (гора надъ Люцернскимъ озеромъ въ Швейцаріи) заключаетъ въ себѣ 210 *пылинокъ*, между тѣмъ, какъ въ томъ же количествѣ воздуха, добытомъ изъ обычныхъ нашихъ жилыхъ помѣщеній, содержится 2 *милліона* пылинокъ. Цифры эти говорятъ сами за себя. Рис. 53 показываетъ намъ, какія образованія находятся обыкновенно въ томъ воздухѣ, которымъ мы дышимъ. Наиболѣе вредными и наиболѣе опасными оказываются для насъ пылинки, отдѣлившіяся отъ камней, костей, тряпокъ, сухихъ красокъ. Нѣкоторыя изъ перечисленныхъ пылинокъ наносятъ намъ вредъ своими острыми, причиняя нашимъ легкимъ микроскопическія, но не лишены опасности ранки, другія—отличаются своей ядовитостью.

Старья, давно нечищенные кладовыя, въ которыхъ складываютъ всякую ненужную рухлядь, представляютъ собой настоящія фабрики очень вредной для насъ пыли. Предупреждаемъ также хозяекъ, чтобы онѣ не терпѣли въ своемъ домѣ разныхъ сорныхъ уголковъ, которые представляютъ собой постоянные источники для распространения пыли въ жилыхъ помѣщеніяхъ. А какъ мало между тѣмъ существуетъ, особенно въ провинціи и въ деревняхъ домовъ, въ которыхъ не было бы подобныхъ уголковъ...

Не должны мы также упускать изъ виду и двухъ другихъ веществъ, которыя, къ сожалѣнію, слишкомъ часто встрѣчаются въ воздухѣ, которымъ мы дышимъ. Мы говоримъ объ *углекислотѣ* и *амміакѣ*.

Углекислота скопляется преимущественно тамъ, гдѣ собирается одновременно много людей или животныхъ. Она была удалена нашимъ организмомъ, какъ негодный продуктъ. Поэтому она не должна возвращаться обратно въ нашъ организмъ; слѣдовательно, мы не должны дышать ею. Въ противномъ случаѣ мы рискуемъ отравиться. Отравленіемъ углекислотой объясняется всего чаще потеря сознанія и обмороки въ церквахъ, концертныхъ залахъ и пр. Какое множество лицъ испытываетъ по утрамъ тошноту, головную боль, вялость и пр.! Всѣ эти явленія должны быть приписаны, главнымъ образомъ, слишкомъ обильному содержанию углекислоты въ воздухѣ нашихъ спальныхъ. Воздухомъ этимъ дышатъ въ теченіе долгихъ часовъ люди, которые, изъ боязни простудиться, спятъ съ наглухо закрытыми окнами, и эти люди взаимно другъ друга отравляютъ.

Поэтому вы—матери и жены, на которыхъ лежитъ отвѣтственность за здоровье вашихъ близкихъ, читайте эти строки

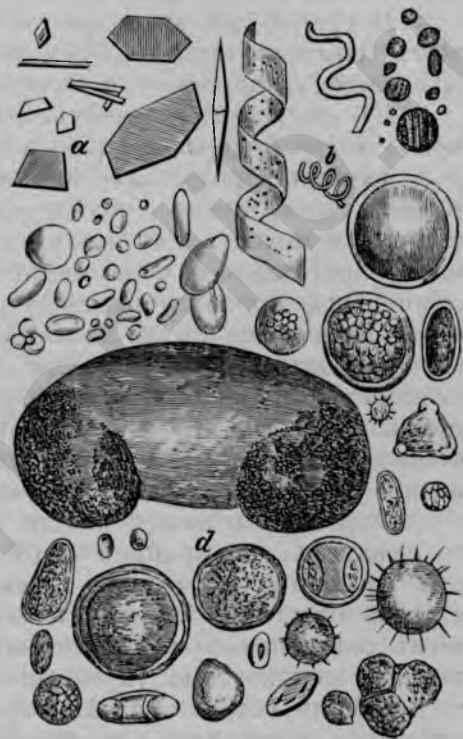


Рис. 53.

Пылевая частицы. — Въ увеличенномъ видѣ. *a*—минеральныя частицы (осколки камней), — *b*—растительныя волокна, — *c* и *d*—растительныя зерна и кѣтки.—По Кёнигу.

съ особеннымъ вниманіемъ. Раскройте настежь окна и причтите себя и своихъ близкихъ спать при *открытыхъ окнахъ*. Не допускайте, чтобы отбросы вашего организма скоплялись въ вашихъ жилищахъ, и не забывайте, что углекислота должна считаться однимъ изъ наиболѣе ядовитыхъ веществъ. Не терпите у себя дома никакихъ уголковъ съ соромъ или пылью. Какъ можно внимательнѣе слѣдите также за тѣмъ, чтобы никогда и ни въ какомъ случаѣ не было дурного запаха въ вашемъ домѣ.

Наградой за ваши разумныя мѣропріятія вамъ послужатъ розовыя щеки, здоровый аппетитъ и мощная жизнедѣятельность дорогихъ и близкихъ вамъ существъ.

Къ вопросу о провѣтриваніи мы еще вернемся, впрочемъ, когда будемъ говорить объ устройствѣ жилища.

Амміакъ представляетъ собой продуктъ гніенія. Скопляется онъ также, вслѣдствіе броженія мочи, во всѣхъ тѣхъ квартирахъ, гдѣ плохо устроены клозеты. Газъ этотъ намъ противенъ и совершенно не переносится нашими легкими. Онъ также щиплетъ и разѣдаетъ намъ глаза. Газъ этотъ отличается своей ядовитостью. Иногда онъ вслѣдствіе своей чрезвычайной летучести проникаетъ въ стѣны нашего помѣщенія и мало-по-малу отравляетъ его. Понемногу мы привыкаемъ къ его присутствію настолько, что вовсе перестаемъ его замѣчать. И въ такихъ случаяхъ онъ, какъ и всякій невѣдомый врагъ, становится особенно опаснымъ.

Если не въ нашей власти измѣнить устройство клозета, то слѣдуетъ, по крайней мѣрѣ, позаботиться о томъ, чтобы онъ постоянно былъ наглухо запертъ, чтобы дверь его представляла плотно; слѣдуетъ въ немъ держать постоянно открытымъ окно, поливать его почаще пористыми или антисептическими жидкостями (древесной золой, хлорной известью и т. д.). Если всѣ эти мѣры не привели къ цѣли, то безусловно слѣдуетъ перемѣнить квартиру. Устройство *здоровыхъ жилищъ* также представляется дѣломъ будущаго. Нельзя, однако, сомнѣваться въ томъ, что въ настоящее время мы все ближе и ближе подходимъ къ рѣшенію этого вопроса.

Горный, морской и лѣсной воздухъ.—

Воздухъ пустынь.

Мы уже указали на то, что всѣ, кто только имѣетъ малѣйшую къ тому возможность, непремѣнно должны время отъ времени покидать городъ съ его душными улицами и спертымъ воздухомъ и хоть на время удалиться на лоно при-

роды, на чистый воздухъ. Въ наше время задача эта въ значительной степени облегчается поразительной дешевизной передвиженій, о которой наши предшественники не имѣли никакого понятія. Тѣмъ болѣе желательно, чтобы свободное время было использовано разумно. На эту сторону жизни должно быть обращено самое серьезное вниманіе.

Для того, чтобы облегчить нашимъ читательницамъ и читателямъ выборъ лѣтняго мѣстопребыванія, мы укажемъ здѣсь на главные отличія воздуха въ разныхъ мѣстностяхъ, въ зависимости отъ основныхъ климатическихъ условій. Вопросъ о воздухѣ той или иной мѣстности *не есть единственный*, съ которымъ слѣдуетъ сообразоваться; тѣмъ не менѣе, его слѣдуетъ считать однимъ изъ важнѣйшихъ.

Начнемъ съ **горнаго** воздуха. Главными его особенностями мы должны считать чистоту и сухость. Качества эти дѣлають его неощѣнимымъ для людей, которые чувствуютъ въ себѣ потребность свѣжиться и которые имѣли случай знакомиться съ горами не только изъ окна вагона. Слѣдуетъ, однако, сообразоваться и съ условіями давленія воздуха, которыя въ горахъ представляются измѣненными по сравненію съ давленіемъ воздуха въ долинахъ. Особенное значеніе имѣетъ это обстоятельство для чахоточныхъ и сердечныхъ больныхъ. Атмосферическое давленіе въ горахъ ниже, чѣмъ въ долинѣ. Соотвѣтственно этому воздухъ представляется болѣе разреженнымъ; онъ также холоднѣе воздуха долинъ. Всѣ эти условія способствуютъ облегченію испаренія воды съ поверхности слизистой оболочки легкихъ, а это обстоятельство имѣетъ въ нѣкоторыхъ случаяхъ огромное значеніе. Потоы, которые въ извѣстномъ градусѣ чахотки представляютъ собой почти неизбѣжное явленіе, подъ вліяніемъ горнаго воздуха уменьшаются. Свободное испареніе воды съ поверхности легкихъ препятствуетъ, по мнѣнію нѣкоторыхъ ученыхъ, бактеріямъ и пылевымъ частицамъ попадать на поверхность легкихъ; поэтому горному воздуху должно быть придаваемо огромное значеніе. Этимъ же объясняется, почему многіе чахоточные, состояніе которыхъ въ другихъ пунктахъ непрерывно ухудшалось вслѣдствіе того, что отдача водяныхъ паровъ съ поверхности легкихъ было затруднена, находятъ себѣ исцѣленіе въ горномъ воздухѣ.

Морской воздухъ пропитанъ, наоборотъ, довольно густо водяными парами и въ этомъ отношеніи представляетъ собой, такъ сказать, полную противоположность горному воздуху. Но, если это обстоятельство можно считать недостаткомъ, то оно съ избыткомъ покрывается другими качествами морского воздуха. По своей чистотѣ морской воздухъ въ болѣе или ме-

нѣе отдаленномъ разстояніи отъ берега ничѣмъ не уступаетъ горному. И ужъ одно это обстоятельство дѣлаетъ его цѣлебнымъ для многочисленной категоріи больныхъ. Особенностью морского воздуха слѣдуетъ считать то, что онъ пропитанъ мельчайшими частицами *соли*, которыя производятъ возбуждающее вліяніе на нашъ дыхательный аппаратъ. Кромѣ того носящіяся въ воздухѣ частицы соли притягиваютъ къ себѣ воду. Appetitъ на морѣ улучшается; усиливается обмѣнъ веществъ, подымаются силы, и легкія начинаютъ лучше орошаться кровью, причемъ усиливается испареніе воды съ ихъ поверхности.

Въ общемъ же должно сказать, что каждый организмъ предъявляетъ свои требованія и иногда невозможно бываетъ заранѣе опредѣлить, подойдетъ ли данному организму лучше горный или же морской воздухъ.

Въ общемъ же можно сказать, что какъ горный, такъ морской воздухъ очень высоко цѣнится людьми, которые вырвались изъ сухого, пыльнаго и душнаго городского воздуха.

Лѣсной воздухъ теплѣе морского. Slѣдуетъ различать лиственный и сосновый лѣсъ. Въ еловомъ лѣсу больше озону и сильнѣе чувствуется запахъ смолы; почва теплѣе вслѣдствіе разложенія опавшихъ иголъ. Поэтому въ немъ особенно хорошо чувствуютъ себя лица слабыя и легочные больные. Очень густой лѣсъ, въ который рѣдко проникаетъ солнечный лучъ—слишкомъ влаженъ и къ тому онъ же не особенно богатъ озономъ. Поэтому такой лѣсъ не всегда можно избирать мѣстопребываніемъ для больныхъ. Лѣсъ со свѣжими ключами, съ полянками, которыя обильно обогрѣваются солнечными лучами и гдѣ свободной широкой волной движется воздухъ,—представляетъ наилучшее мѣстопребываніе, о которомъ только можно мечтать.

Воздухъ **пустынь** отличается своей сухостью, что значительно облегчаетъ отдачу водяныхъ паровъ съ поверхности легкихъ. Въ силу этого соображенія врачи въ настоящее время стараются использовать, по возможности, эти свойства воздуха пустынь для леченія нѣкоторыхъ легочныхъ заболѣваній. Особенное вниманіе обращаютъ при этомъ на защиту больныхъ отъ истощающаго вліянія чрезмѣрной жары.



ГЛАВА ТРЕТЬЯ. Солнечный свѣтъ и тепло.

„Подъ вліяніемъ лучей солнца
Все въ природѣ оживаетъ“.
Ландбекъ.

Сзнакомивъ въ первой главѣ нашихъ читательницъ со строеніемъ человѣческаго тѣла, мы, естественно, перешли во второй главѣ къ его питанію. Затѣмъ мы разсмотрѣли наиболѣе необходимые элементы его существованія: воду и воздухъ. Теперь мы переходимъ къ изученію одного естественнаго условія жизни, безъ котораго мы также не можемъ долго жить, и тѣмъ менѣе процвѣтать, или хорошо себя чувствовать: мы имѣемъ въ виду солнечный свѣтъ и тепло.

Къ сожалѣнію, мы пребываемъ равнодушными къ окружающей насъ природѣ. Намъ мало интересуютъ окружающія насъ жизненныя явленія. Между тѣмъ мы должны бы ежедневно съ безконечной благодарностью привѣтствовать дневное свѣтило. Мы должны бы не насмѣхаться, но относиться съ уваженіемъ къ народамъ, которые поклоняются солнцу, такъ какъ ихъ обычай ближе стоитъ къ истинѣ, нежели наши.

Чего-чего только не извлекаетъ солнечный лучъ изъ нѣдръ земли! Какихъ только чудесныхъ цвѣтовъ и плодовъ не производитъ онъ! Какъ восхищаютъ они человѣческое сердце богатствомъ своего наряда и тонкостью своего аромата! Какую очаровательную печать здоровья, веселья и красоты накладываютъ солнечные лучи на лица тѣмъ, кто имѣетъ счастье пользоваться ими, и какими блѣдными, жалкими и некрасивыми выглядятъ лица тѣхъ, которые лишены ихъ благотѣльнаго вліянія! Какъ согрѣваютъ они наши члены, укрѣпляютъ наши силы, оживляютъ слабыхъ и исцѣляютъ больныхъ! Какъ ликуетъ человѣчество, когда послѣ продол-

жительнаго перерыва снова наступает весна, и небесное свѣтило вновь ярко сіяетъ на ясномъ безоблачномъ небѣ! Подобно мухамъ и жукамъ, шумно толпятся дѣти на солнцѣ. Все купается въ благотворныхъ солнечныхъ лучахъ и наслаждается ихъ живительнымъ тепломъ...

И эти-то животворные лучи мы стараемся отстранить плотнымъ платьемъ, шляпами, зонтиками, темными столами!... Однѣ боятся черезчуръ яркаго свѣга, другія боятся испортить цвѣтъ лица. Что за ужасная путаница въ понятіяхъ!.. Что за болѣзненная сверхъ-культура!.. Подобныя мѣры понятны въ тропикахъ, гдѣ раскаленный зной солнца грозитъ уничтожить человѣка и животныхъ. Тамъ, конечно, необходимо устраивать себѣ защиту отъ солнца и искать убѣжища въ тѣни. Къ защитѣ отъ солнца приходится прибѣгать иногда и у насъ на югѣ, гдѣ также выдаются нерѣдко очень жаркіе дни. Во всѣхъ же прочихъ мѣстностяхъ обычай старательно защищать себя отъ солнечныхъ лучей лишенъ разумнаго основанія.

Чистый солнечный свѣтъ убиваетъ бактеріи, которыя между тѣмъ процвѣтаютъ и въ изобиліи развиваются тамъ, гдѣ царитъ тьма и затхлый воздухъ. Потому-то и говорятъ нѣмцы: „Гдѣ солнце ярко сіяетъ, тамъ работы нѣтъ врачу“. Солнечный свѣтъ оказываетъ вліяніе на движеніе крови и на образованіе красныхъ шариковъ; онъ дѣлаетъ кожу теплой и розовой и обогащаетъ ее кровью, между тѣмъ какъ безкровная кожа холодна и блѣдна. Свѣтовые и тепловые лучи возбуждаютъ и оживляютъ наши внѣшніе органы чувствъ, нервную систему и всѣ вообще жизненные процессы.

Поэтому мы не должны помѣщать нашихъ больныхъ и слабыхъ въ темныхъ комнатахъ, или тщательно оберегать нашихъ грудныхъ малютокъ отъ дѣйствія солнечныхъ лучей, но должны держать тѣхъ и другихъ на солнцѣ. Вѣдь не сомнѣваемся же мы въ томъ, что намъ необходимо обезпечить имъ безпрестанный притокъ чистаго свѣжаго воздуха, чтобы продукты испаренія не скоплялись на ихъ тѣлѣ; точно такъ же мы должны лицъ больныхъ, а также грудныхъ дѣтей помѣщать всегда такимъ образомъ, чтобы солнце могло непосредственно освѣщать и обогрѣвать ихъ своими лучами. Какъ быстро измѣнится при такихъ условіяхъ ихъ внѣшній видъ! Какъ рѣзко измѣнится къ лучшему ихъ самочувствіе!

Въ третьей части: „Мать и дитя“ мы подробнѣе остановимся на томъ, какъ слѣдуетъ одѣвать ребенка и какъ доставить ему наиболѣе широкую возможность пользоваться солнечнымъ свѣтомъ и тепломъ. Но, въ виду того, что „*купаться на воздухъ и на солнцѣ*“ полезно всѣмъ безъ изъятія и всѣмъ оди-

наково доставляетъ наслажденіе, то мы опишемъ въ этомъ мѣстѣ свѣтвоздушныя ванны, воздушныя палатки и солнечныя ванны. Вѣдь, въ концѣ концовъ, какъ бы мы далеко ни заходили по пути культуры, мы все же раньше или позже вынуждены бываемъ возвращаться къ нашему прежнему естественному состоянію, въ которомъ человѣчество широко пользовалось упомянутыми естественными ресурсами.

Для того, чтобы болѣе твердо обосновать наши выводы, укажемъ на то, что мы, помимо наиболѣе могущественнаго источника теплоты, который представляетъ собой солнце, обладаемъ еще двумя другими источниками тепла, а именно: теплотой, производимой жизненными процессами въ нашемъ организмѣ и теплотой, которую намъ доставляетъ наше искусственное топливо: дерево, каменный уголь и пр. Наша внутренняя теплота развивается въ теченіе всей нашей жизни; исчезаетъ она только при наступленіи смерти. Теплота тѣла не у всѣхъ бываетъ одинаковой: она бываетъ тѣмъ большею, чѣмъ напряженнѣе происходитъ въ насъ обменъ веществъ; обменъ же веществъ въ свою очередь находится въ непосредственной зависимости отъ количества производимаго нами физическаго труда и глубины нашего дыханія.

Какъ часто приходится, напимѣръ, наблюдать, что женщина зябнетъ, сидя въ теплой комнатѣ въ фуфайкѣ и тепломъ шерстяномъ платьѣ, на мягкомъ креслѣ съ ковромъ подъ ногами. Въ то же время мужъ ея, который гораздо больше времени проводитъ на открытомъ воздухѣ и въ физическомъ трудѣ, имѣетъ свѣжее розовое лицо. Онъ никогда не зябнетъ, несмотря на то, что одѣтъ онъ гораздо легче. Вмѣстѣ съ тѣмъ онъ всегда свѣжъ бодръ и жизнерадостенъ.

Поэтому слѣдуетъ себѣ разъ навсегда поставить за правило: мы должны какъ можно меньше рассчитывать на теплоту, доставляемую намъ солнцемъ, одеждой и печами; всего же больше рассчитывать на нашу *внутреннюю теплоту*. Это—наиболѣе вѣрный и наиболѣе надежный источникъ теплоты, который мы къ тому же всегда имѣемъ съ собой. Будемъ себя приучать къ тому, чтобы поддерживать въ нашихъ жилихъ помѣщеніяхъ не особенно высокую температуру. Будемъ себя приучать къ сильнымъ физическимъ движеніямъ и глубокому дыханію, и тогда мы очень легко будемъ мириться съ наружнымъ холодомъ. Если бы женщины глубоко прониклись сознаніемъ этихъ истинъ, то женскій родъ въ короткое время совершенно переродился бы; въ этомъ мы едва ли можемъ сомнѣваться.

Наши отдаленные предки не вѣдали никакой одежды.

Солнце и воздухъ постоянно имѣли совершенно свободный доступъ къ ихъ кожѣ. Между тѣмъ они не имѣли никакого понятія ни о кожныхъ, ни о нервныхъ болѣзняхъ, которымъ современное челоуѣчество платитъ между тѣмъ столь тяжелую дань. Только съ тѣхъ поръ, какъ мы нѣсколько основательнѣе ознакомились съ отравленіями кожи, стало возможнымъ „открытие“ благотворнаго вліянія на нашъ организмъ „воздушно-свѣтовыхъ ваннъ“, которыя и заняли, повидимому, постоянное мѣсто въ ряду прочихъ методовъ естественнаго леченія. Было замѣчено, что иногда подобныя ванны оказывали благотворное вліяніе на нѣкоторыхъ кожныхъ и нервныхъ больныхъ, которые не могли найти облегченія отъ какого-либо иного метода леченія.

Само собой разумѣется, однако, что тотъ, кто дѣйствительно дорожитъ своимъ *здоровьемъ*, вовсе не станетъ ждать, пока онъ заболѣетъ, чтобы начать купаться въ солнечныхъ лучахъ. *Все* мы должны пользоваться малѣйшимъ случаемъ для того, чтобы купаться въ воздухѣ и на солнцѣ.

Открытіемъ дѣйствія свѣто-воздушныхъ ваннъ мы обязаны швейцарцу *Рикли*. Испытавъ ихъ цѣлебное дѣйствіе на самомъ себѣ, онъ въ послѣдствіи основалъ специальную лечебницу въ австрійской Крайнѣ. Въ лечебницѣ этой мужчины и женщины въ самыхъ легкихъ костюмахъ проводили отъ нѣсколькихъ минутъ до часу—смотря по привычности—на свѣжемъ утреннемъ воздухѣ, согрѣвая себя движеніемъ.

Пребываніе на открытомъ воздухѣ почти въ нагомъ видѣ при сильномъ движеніи, игрѣ въ мячъ, гимнастикѣ и пр. очень быстро устраняетъ зябкость. Все тѣло быстро согрѣвается, несмотря на недостатокъ одежды. Отдача теплоты посредствомъ излученія съ поверхности кожи усиливается, кожное дыханіе оживляется и аппетитъ усиливается.

Слѣдуетъ подчеркнуть то обстоятельство, что подѣ вліяніемъ свѣта, т. е. солнечныхъ лучей, усиливается воспринятіе организмомъ *кислорода*, а также выдѣленіе *углекислоты*, и ужъ вслѣдствіе одного этого обстоятельства получается улучшеніе общаго состоянія. Для того, чтобы фактъ этотъ намъ сталъ болѣе понятнымъ, мы должны припомнить, что каждое тѣло отдаетъ теплоту двоякимъ путемъ: посредствомъ *проведенія*, т. е. непосредственнаго соприкосновенія съ болѣе холодными предметами, и черезъ *излученіе* на разстояніи, безъ соприкосновенія съ ними. Одежда затрудняетъ излученіе; вмѣстѣ съ тѣмъ она уменьшаетъ и теплоотдачу, такъ какъ матеріи, изъ которыхъ изготовляются наши платья, являются обыкновенно плохими проводниками тепла. Вслѣдствіе этого происходитъ, особенно въ тѣхъ случаяхъ, когда мы нахо-

димся въ атмосферѣ теплой, которая не заимствуетъ у насъ теплоты, внутреннее *перенагрѣваніе*, которое насъ возбуждаетъ, вызывая въ однихъ случаяхъ только обильное отдѣленіе пота, въ другихъ — легкое недомоганіе или даже обморокъ. Наблюдается это всего чаще въ закрытыхъ помѣщеніяхъ, въ которыхъ сразу скопляется много публики. Между тѣмъ при воздушной ваннѣ теплоотдача совершается совершенно безпрепятственно. Сначала кожа охлаждается, но затѣмъ организмъ стремится возстановить утраченную теплоту. Вслѣдствіе этого усиливается „внутреннее горѣніе“, а вмѣстѣ съ нимъ и обмѣнъ веществъ. Къ кожѣ притекаетъ гораздо больше крови; она становится болѣе красной, болѣе теплой. Человѣкъ становится невосприимчивымъ къ такъ-называемымъ простудамъ и дѣлается въ истинномъ смыслѣ слова крѣпкимъ и закаленнымъ.

Любой садъ можно приспособить для семейнаго пользованія воздушными ваннами: для этого надо позаботиться только о томъ, чтобы оградить себя отъ празднаго любопытства сосѣдей. Этого можно достигъ столь же простымъ, сколь и дешевымъ способомъ. Смотря по расположенію полянки, на которой хотятъ устроить „воздушно-свѣтовую купальню“, вкапываютъ четыре столба правильнымъ или же удлиненнымъ четырехугольникомъ и натягиваютъ между ними парусинныя или полотняныя стѣнки. Затѣмъ устраиваютъ широкую простую деревянную скамейку, которая не портится бы отъ дождя или сырости. Головной конецъ ея долженъ быть слегка приподнятъ. Расположить скамью слѣдуетъ такимъ образомъ, чтобы она была обращена къ солнцу. Такимъ образомъ воздушно-свѣтовая купальня готова! Въ столбы можно вколотить гвозди, на которыхъ развѣшивается платье и бѣлье.

Конечно, если можно купальню расположить такимъ образомъ, чтобы одновременно можно было пользоваться и тѣнью какого-нибудь раскидистаго дерева или мягкой травой, то тѣмъ лучше. Если купальню желаютъ еще больше усовершенствовать, то можно по той сторонѣ, откуда преимущественно дуетъ вѣтеръ, устроить небольшую деревянную стѣнку съ навѣсомъ. Подъ этотъ небольшой навѣсъ можно спастись въ случаѣ неожиданнаго ливня; подъ нимъ же можно сушить и платье, если кто пожелалъ воспользоваться благотворнымъ вліяніемъ дождя. Всѣ эти приспособленія представлены нами на рисункѣ 54. Чѣмъ купальня просторнѣе, и чѣмъ болѣе пространствомъ располагаютъ какъ взрослые, такъ и дѣти, тѣмъ болѣе пріятнымъ дѣлается пребываніе въ ней. Игра въ мячъ при такихъ условіяхъ

доставляетъ высочайшее наслажденіе. Всѣмъ, кто только имѣетъ къ тому возможность, слѣдовало бы непременно озаботиться устройствомъ подобныхъ купаленъ. Особенно легко достигается эта цѣль въ деревняхъ, гдѣ устройство подобныхъ купаленъ сопряжено во всѣхъ отношеніяхъ съ очень незначительными затрудненіями.

Какъ слѣдуетъ поступать, когда мы имѣемъ дѣло съ больными или же съ лицами еще мало закаленными, мы укажемъ во второй части нашего сочиненія. Во всякомъ случаѣ слѣдуетъ въ этомъ отношеніи получить обстоятельныя указанія отъ врача. Во многихъ случаяхъ воздушныя ванны переносятся гораздо лучше и требуютъ отъ насъ меньшаго напряженія, чѣмъ какая-либо иная ванна. Быть-можетъ, именно потому, что она представляетъ собой совершенно естественное явленіе, она оказываетъ очень благопріятное вліяніе на многихъ больныхъ. Конечно, слѣдуетъ въ каждомъ отдѣльномъ случаѣ сообразоваться съ множествомъ условій, изъ числа коихъ на первомъ планѣ должны быть поставлены: время года, погода, возрастъ, привычность, состояніе здоровья, образъ жизни даннаго лица и пр. (См. „Ванны“). „Солнечная ванна“ требуетъ особенныхъ предосторожностей, такъ какъ на нѣкоторыхъ она дѣйствуетъ чрезвычайно возбуждающимъ образомъ. Во всякомъ случаѣ слѣдуетъ позаботиться о томъ, чтобы голова была плотно защищена отъ дѣйствія прямыхъ солнечныхъ лучей. Особенно твердо слѣдуетъ имѣть въ виду эту предосторожность, когда солнечными ваннами пользуются люди *пожилые*, въ каковомъ случаѣ эти ванны никоимъ образомъ не должны быть принимаемы безъ специальныхъ указаній врача.

Такія ванны можно принимать повсюду, гдѣ только имѣется просторъ и свобода: на широкой полянкѣ, въ лѣсу, на лугу или степи. Морской берегъ также представляетъ для этого особенныя удобства, и народъ нашъ давно уже инстинктомъ понялъ всю пользу воздушныхъ ваннъ. По крайней мѣрѣ, намъ многократно приходилось наблюдать, какое значеніе придаетъ такимъ ваннамъ народомъ на югѣ на берегу Чернаго и Азовскаго морей, гдѣ больные крестьяне и крестьянки часами лежатъ на горячемъ пескѣ, грѣясь въ живительныхъ лучахъ южнаго солнца. Примѣръ ихъ заслуживаетъ полнаго подражанія. Можно такимъ образомъ проводить долгіе часы въ пріятномъ созерцаніи глубокаго голубого неба и безпредѣльнаго моря, озаряемаго яркими лучами солнца.

Можно также расположиться гдѣ-нибудь въ лѣсу на травѣ. Тамъ же можно завтракать и обѣдать; можно также недурно провести время за чтеніемъ какой-нибудь интересной

книги. Мягкій воздухъ тихо и любовно ласкаетъ наше голое тѣло; на вершинахъ деревьевъ весело щебечуть птички; листья мягко шумятъ надъ головой. Время отъ времени взоръ нашъ отрывается отъ книги и устремляется въ голубое небо...

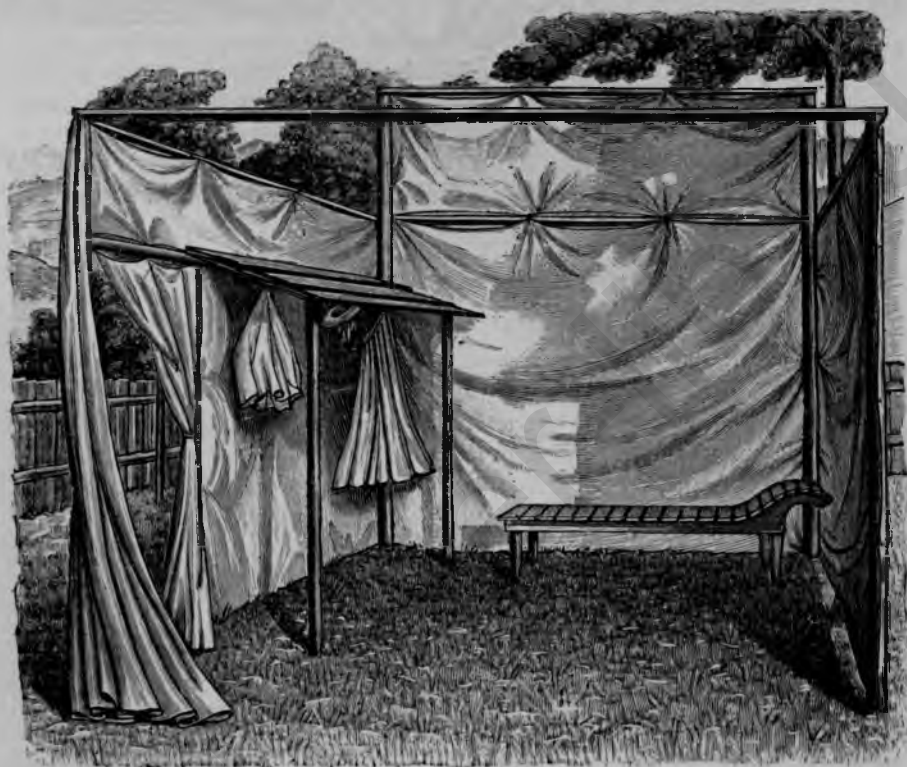


Рис. 54. Воздушныя ванны для семейнаго пользованія.

Тогда мы дѣйствительно чувствуемъ, что мы „живемъ“... Именно такой характеръ носятъ воздушныя ванны на Вельдескихъ горахъ. Нашъ рисунокъ въ краскахъ № 14 (во второй части) представляетъ намъ изображеніе купанья въ воздухѣ женщинъ.



ГЛАВА ЧЕТВЕРТАЯ. Одежда, постель и жилище.

Наша одежда.



отъ, кто со вниманіемъ прочелъ сказанное нами относительно „**кожи**“ (см. I главу „О строеніи нашего тѣла“), и усвоилъ то, что мы говорили въ III главѣ „**о солнечномъ свѣтѣ и солнечной теплотѣ**“, конечно, безъ особенныхъ затрудненій усвоить то, что нами будетъ сказано относительно одежды, и приложить всѣ старанія къ тому, чтобы выполнить въ этомъ направленіи предъявляемая гигиеной требованія.

Существуютъ, само собой разумѣется, *общіе* гигиеническіе законы, которые относятся ко всѣмъ видамъ одежды безъ различія. Законы эти зиждутся на явленіяхъ обмѣна веществъ въ человѣческомъ организмѣ и на отправленияхъ кожи. Законы эти одинаковы какъ для дѣтской одежды, такъ и для мужской и женской. Тѣмъ не менѣе, не упуская ни на минуту изъ виду тѣ специальныя цѣли, которыя преслѣдуетъ настоящее сочиненіе, мы мужской одежды вовсе не будемъ касаться. О дѣтской же одеждѣ мы поговоримъ въ III части. Здѣсь же будемъ говорить только о *женской* одеждѣ.

При тѣхъ климатическихъ условіяхъ, при которыхъ намъ приходится жить, одежда составляетъ для насъ необходимость: она представляетъ собой для насъ какъ бы *переносное жилище*, которое мы постоянно имѣемъ при себѣ: какъ въ закрытомъ помѣщеніи, такъ и на открытомъ воздухѣ. Тѣмъ не менѣе, можно сказать, что ни въ какомъ другомъ отношеніи мы, быть-можетъ, не уклонялись такъ далеко отъ естественныхъ требованій нашего тѣла, какъ именно въ вопросѣ объ одеждѣ. Въ настоящее время женщины при выборѣ своего платья сообразуются безконечно больше съ требованіями скоропреходящей моды, чѣмъ съ основными и незыблемыми требованіями нашего организма. И благо бы мода сообразовалась

съ этими требованіями. На дѣлѣ наблюдаются совершенно иное: нерѣдко мода идетъ прямо въ *разрѣзъ* съ гигиеной ¹⁾. Нелѣпныя украшенія, нагроможденіе другъ на друга нѣсколькихъ слоевъ платья, несообразный покрой, — таковы основныя черты современной женской одежды. Взоръ, брошенный нами на женскія моды въ теченіе XVIII столѣтія, всего убѣдительно показываетъ намъ, какимъ непрерывнымъ измѣненіямъ и какимъ капризамъ подчиняется женская одежда. (См. изображенія женской одежды, стр. 214—216).

Многія женщины и не подозреваютъ, какое вредное вліяніе оказываетъ на нашъ организмъ нецѣлесообразная одежда. Наша обязанность просвѣтитъ ихъ на этотъ счетъ, а также ука-

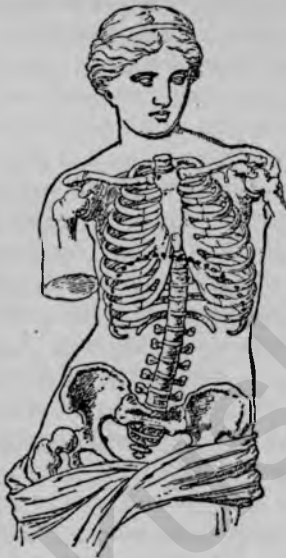


Рис. 55.
Грудная клѣтка Венеры Милосской.



Рис. 56.
Грудная клѣтка француженки-модницы.
(По д-ру Майнерту).

зать имъ на тѣ преобразованія, которыя внесли уже въ свою одежду болѣе передовыя и болѣе рѣшительныя женщины.

Прежде всего преобразовательное движеніе направило свои силы противъ *корсета*, который за нѣсколько послѣднихъ десятилѣтій пріобрѣлъ такую власть надъ женщинами, что многія изъ нихъ искренно считаютъ его совершенно необходимой принадлежностью своего туалета. Онъ общераспространенъ не только въ городахъ, но появился даже и у насъ

¹⁾ См. мои статьи: «Мода и шіена» въ «Спутникъ здоровья» за 1901 г.
Ред.

въ нѣкоторыхъ деревняхъ, куда былъ занесенъ побывавшими на службѣ въ городѣ крестьянскими дѣвушками. Что же касается до городовъ, то многія маменьки считаютъ необходимымъ наряжать въ корсетъ даже 12-лѣтнихъ дѣвочекъ съ цѣлью лучше „сформировать“ ихъ талію.

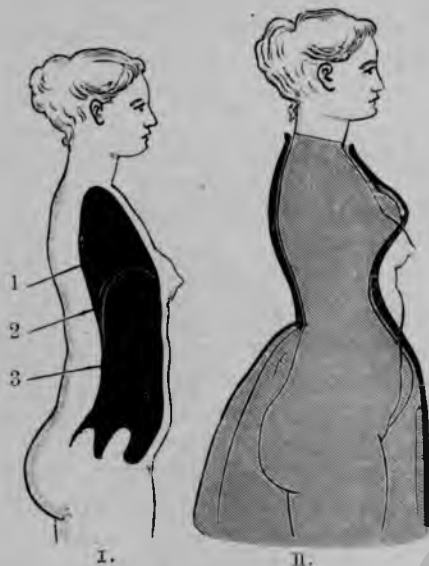


Рис. 57. I. Женское туловище безъ корсета. 1. Грудная полость. 2. Грудобрюшная преграда. 3. Полость живота. II. Измѣненія естественныхъ формъ корсетомъ.

(Естественныя формы обозначены тонкими штрихами). По Дикинсону.

насколько намъ извѣстно, никто еще не считалъ осы красивымъ насѣкомымъ, наши дамы считаютъ хорошимъ тономъ стремиться къ тому, чтобы какъ

можно болѣе походить на нее. Глядя на какую-нибудь даму, затянутую до того, что она почти дышать не можетъ, поневолѣ спрашиваешь себя, куда могли у нея дѣваться желудокъ и печень!—Очевидно, что они никоимъ образомъ не могли сохранить своего первоначальнаго положения. вмѣстѣ съ тѣмъ ясно, что насильственное оттѣсненіе этихъ органовъ не можетъ не отражаться на нихъ крайне неблагоприятно.

Что получается отъ носенія корсета черезъ нѣсколько лѣтъ, т. е. какое онъ оказываетъ вліяніе на нижнія ребра, къ великому вреду для внутреннихъ органовъ, въ какой мѣрѣ отражается оттѣсненіе реберъ внизъ на дыханіи женщинъ—всею нагляднѣе показываютъ приводимые нами рисунки соответствующихъ частей скелета (рис. 55 и 56).

Разсматривая грудную клѣтку Венеры Милосской, мы видимъ, что широкое пространство расположено посрединѣ, какъ того и требуетъ естественное положеніе желудка, печени и прочихъ органовъ. Между тѣмъ у „модницы“ намъ бросается въ глаза форма, напоминающая осу, и рѣзко выдающіяся бедра. Несмотря на то, что,

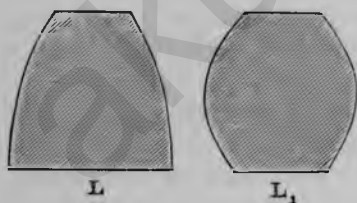


Рис. 58. L. Разрѣзъ нормальнаго легкаго. L₁. Разрѣзъ легкаго на груди, затянутой въ корсетъ.

Разсматривая грудную клѣтку Венеры Милосской, мы видимъ, что широкое пространство расположено посрединѣ, какъ того и требуетъ естественное положеніе желудка, печени и прочихъ органовъ. Между тѣмъ у „модницы“ намъ бросается въ глаза форма, напоминающая осу, и рѣзко выдающіяся бедра. Несмотря на то, что,

Несмотря на то, что, насколько намъ извѣстно, никто еще не считалъ осы красивымъ насѣкомымъ, наши дамы считаютъ хорошимъ тономъ стремиться къ тому, чтобы какъ можно болѣе походить на нее. Глядя на какую-нибудь даму, затянутую до того, что она почти дышать не можетъ, поневолѣ спрашиваешь себя, куда могли у нея дѣваться желудокъ и печень!—Очевидно, что они никоимъ образомъ не могли сохранить своего первоначальнаго положения. вмѣстѣ съ тѣмъ ясно, что насильственное оттѣсненіе этихъ органовъ не можетъ не отражаться на нихъ крайне неблагоприятно.

Рис. 57 представляетъ намъ профиль одной женщины

въ естественномъ видѣ и другой—затянутой въ корсетъ, а также и тѣ измѣненія, которыя наступаютъ во второмъ случаѣ.

Помимо корсета преобразовательное движеніе направляетъ свои усилія противъ всего, что только въ области одежды стѣсняетъ и безъ всякой надобности отягчаетъ женщину. Оно борется противъ нагроможденія одежды и на первомъ планѣ—противъ женскихъ юбокъ. Юбки эти представляютъ собой, съ одной стороны тиски, стѣсняющія свободное развитіе женскаго корпуса; съ другой стороны складъ пыли, а также источникъ множества несообразностей въ области нижней одежды. Кто хоть нѣсколько привыкъ къ купальному костюму, кто умѣетъ находить удовольствіе въ свѣтовоздушныхъ ваннахъ, тотъ, навѣрное, только съ очень большимъ трудомъ можетъ мириться съ длинной, узкой и тяжелой юбкой. Къ тому же такихъ юбокъ бываетъ обыкновенно не одна, но цѣлыхъ *три*.

При сколько-нибудь напряженной физической работѣ, будь то игры на воздухѣ, восхожденіе на горы, ѣзда на велосипедѣ или гребля, женщина, заключенная въ подобную одежду, никогда не можетъ сравниться съ мужчиной и во всѣхъ отношеніяхъ неизбѣжно должна отставать отъ него. Тѣ безчисленныя шутки, которыя указываютъ на слабость прекраснаго пола въ этомъ направленіи, въ гораздо большей степени относятся къ женской одеждѣ, чѣмъ къ *врожденной* слабости женскаго пола. Само собой разумѣется, что та, у которой нога обута хоть и въ очень красивую, но все же очень тѣсную ботинку, не можетъ при прогулкѣ угнаться за тѣми, кто носить просторную обувь. Можетъ ли поспѣть за мужчиной женщина, у которой грудная клѣтка туго зашнурована въ корсетъ и которая каждую минуту вынуждена останавливаться, чтобы втянуть въ себя воздухъ. Кто тащитъ на себѣ пару тяжелыхъ тѣсныхъ юбокъ и къ тому же принужденъ держать въ рукахъ зонтикъ, неизбѣжно долженъ уставать гораздо быстрѣе тѣхъ, чьи движенія ничѣмъ не стѣснены ни въ туловищѣ, ни въ конечностяхъ.

Посмотрите, между тѣмъ, что способна сдѣлать при случаѣ какая-нибудь туристка, одѣтая въ цѣлесообразный и разумный костюмъ. Да она совсѣмъ иначе выглядитъ, чѣмъ обыкновенная женщина. Ничего стѣсняющаго движенія, ничего обременяющаго; свободныя вольныя движенія, веселое расположеніе духа и вмѣсто плохо скрытаго выраженія усталости и истощенія — *поразительная выносливость*. Вотъ кому должны подражать остальные женщины. На рис. 59 нами изображенъ костюмъ для игръ на открытомъ воздухѣ и ѣзды на велосипедѣ, который оказался на дѣлѣ очень практичнымъ.

Современное женское платье можетъ быть оправдываемо

только съ одной точки зрѣнія: съ точки зрѣнія изящества. Ниспадающія пышными волнистыми складками платья—красивы, рѣчи нѣтъ (чего, однако, нельзя сказать, про мѣшковатыя юбки). Посмотрите на рисунки №№ 1—3 женскихъ одеждъ. Какая красота въ складкахъ! Какая пластичность въ формахъ! Да, такія платья красивы, противъ этого спорить невозможно...

Но, вѣдь, намъ никто и не мѣшаетъ удержатъ такого рода платья для тѣхъ случаевъ, для которыхъ они подходятъ: напр., для дома и гостиной. Мы и не думаемъ отрицать, что различіе одежды въ мужскомъ и женскомъ полѣ имѣетъ въ себѣ какую-то своеобразную притягательную прелесть, и что уничтоженіе этого различія, безъ сомнѣнія, нанесло бы ущербъ красотѣ и привлекательности каждаго пола въ глазахъ другого. Мы положительно ничего привлекательнаго не усматриваемъ въ томъ, чтобы всѣ — и мужчины и женщины, и старъ и младъ — были одѣты въ какую-либо однообразную темную одежду. Такое однообразіе, такая казарменность въ одеждѣ, такое отгѣненіе ея практической стороны насчетъ эстетической имѣетъ въ нашихъ глазахъ очень мало прелести. Наше сочиненіе преслѣдуетъ вовсе не эту цѣль.



Рис. 59. Спортивный костюмъ.

Мы ставимъ себѣ, наоборотъ, цѣлью развивать и насаждать понятія объ истинной красотѣ и правильномъ уходѣ за нею, понятія, основанныя на здоровомъ смыслѣ и разумномъ сужденіи. Именно потому мы и считаемъ своимъ долгомъ раскрывать разныя несообразности и злоупотребленія въ этомъ направленіи, и настойчиво бороться съ ними. По этой же причинѣ мы считаемъ обязанностью проповѣдывать въ указанномъ отношеніи и разумныя реформы.

Но, если современная женская одежда представляетъ собой нѣчто несообразное, то также ошибочно было бы думать, будто современная мужская одежда представляетъ со-

бой нѣчто разумное и гигиеническое. Подражать ей было бы со стороны женщинъ большою ошибкой. Такъ, напр., если уже говорить, напр., о „женскихъ панталонахъ“, то слѣдуетъ во всякомъ случаѣ имѣть въ виду не узкія антигигиеническія мужскія брюки.

Мягкая ткань въ складкахъ, преимущественно для нижней части женскаго корпуса, отвѣчаетъ не только многовѣковой привычкѣ,—ставшей второй натурой,—но и чувству стыдливости женщинъ, которыя совершенно не выносятъ рельефной обрисовки своихъ формъ. Если въ этомъ направленіи и желательны какія-либо реформы, то онѣ должны быть вводимы исподволь. Природа наша не переноситъ рѣзкихъ скачковъ. Направимъ прежде всего наши усилія на то, чтобы по возможности преобразовать платье, которое мы носимъ на улицѣ; преобразуемъ нашу нижнюю одежду; откажемся отъ всякой столь губительной для насъ шнуровки. Разовьемъ въ себѣ потребность и вкусъ къ рабочей и спортивной одеждѣ, и тогда уже очень много измѣнится, безъ сомнѣнія, къ лучшему въ мірѣ женщинъ. Мы вовсе не желаемъ окончательно изгнать изъ употребленія современное ниспадающее пышными складками женское платье, но пусть оно остается въ нашемъ употребленіи только для тѣхъ случаевъ, въ которыхъ ношеніе его не сопряжено для насъ съ какимъ-либо вредомъ. Платье это неразрывно связано въ нашемъ воображеніи съ мыслью о женскомъ достоинствѣ и цѣломудріи, особенно въ томъ видѣ, въ которомъ оно всего больше приближается къ античному платью. Оно представляетъ собой „золотую середину“ между узкимъ китайскимъ платьемъ съ одной стороны, и распущенностью *черезчуръ* реформированнаго платья съ другой стороны.

Послѣдствія стѣсненія, производимаго современнымъ женскимъ платьемъ.

Если въ какомъ-либо органѣ человѣческаго тѣла, будь то въ его наружныхъ частяхъ или же во внутреннихъ, потокъ соковъ въ лимфатическихъ сосудахъ или въ венахъ затрудняется, благодаря повязкамъ, пряжкамъ, застежкамъ, поясамъ или какой-либо иной причинѣ, то мы получаемъ въ результатѣ „явленія давленія“. Слѣдуетъ, однако, сказать, что привычка до того притупляетъ наши чувства, что мы подчасъ не ощущаемъ даже довольно значительнаго давленія. Этимъ можно объяснить также и то, почему такое множество женщинъ чувствуетъ себя „такъ хорошо“ въ панцырѣ, именуемомъ корсетомъ, и даже съ чистой совѣстью заявляютъ, что

онѣ безъ него „и жить не могутъ“. Если, однако, прослѣдить за тѣмъ, съ какимъ наслажденіемъ онѣ вечеромъ, скинувъ съ себя корсетъ, верхнія и нижнія юбки, распрямляютъ станъ и конечности въ постели, то у насъ не останется ни малѣйшихъ сомнѣній относительно *истиннаго* вліянія на организмъ различныхъ принадлежностей женскаго туалета. На это съ достаточной ясностью указываютъ красныя полосы на кожѣ подъ колѣнами, произведенныя давленіемъ подвязокъ; еще гораздо болѣе широкія полосы на уровнѣ талии, вызванныя давленіемъ тесемокъ, пояса и корсета, и розовыя пятна на шеѣ, обязанныя своимъ происхожденіемъ туго накрахмаленному воротничку или галстуку. Достаточно указываютъ на то же самое также и изстрадавшіяся, изуродованныя ноги съ искривленными пальцами, мозолями и пр.

Сколько причиняемъ мы мученій нашей ни въ чемъ неповинной кожѣ! Сколькимъ пыткамъ подвергаемъ мы мягкія части нашего тѣла!..

Само собою разумѣется, что дѣйствіе ихъ современемъ становится все болѣе и болѣе глубокимъ и такимъ образомъ вызываетъ стойкія и рѣзкія измѣненія.

Въ здоровомъ организмѣ всѣ части тѣла орошаются кровью равномерно, и ни въ одномъ мѣстѣ не наблюдается значительныхъ скопленій крови, носящихъ названіе *застоевъ*. Если же въ какомъ-либо мѣстѣ теченіе соковъ испытываетъ задержку, подъ вліяніемъ давленія какой-нибудь внѣшней силы, тамъ получается довольно замѣтное набуханіе пониже того мѣста, гдѣ происходитъ давленіе, въ томъ случаѣ, когда соки направляются вверхъ. Въ конечностяхъ, т. е. въ рукахъ и ногахъ, соки направляются отъ нихъ къ туловищу; вслѣдствіе этого, при давленіи, напр., подвязокъ, часть, лежащая пониже колѣна, отшнуровывается отъ части, лежащей повыше его. Вслѣдствіе этого потокъ соковъ въ нижнихъ конечностяхъ задерживается. Если ногу забинтовать туго, то голень (часть нижней конечности, лежащая пониже колѣна) замѣтно припухаетъ и сосуды выступаютъ на ней совершенно явственно, какъ это показываетъ и нашъ рисунокъ 60-й. Такимъ образомъ появляются явленія рѣзкаго застоя. Если давленіе на какую-либо часть тѣла не особенно сильно, но продолжается годами, то и результаты получаются соотвѣтствующіе: медленно образуется расширеніе венъ, которое у одной бываетъ болѣе, у другой менѣе замѣтнымъ. Устанавливается вялость въ обращеніи крови въ нижнихъ конечностяхъ, въ результатѣ чего получается столь знакомое, къ сожалѣнію, женщинамъ ощущеніе *зѣбкости ногъ*.

Совершенно аналогичнымъ образомъ дѣйствуетъ, по-

нитно, и туго затянутый корсетъ, узкія юбки и пр.; они бинтуютъ, задерживаютъ кровообращеніе и производятъ застои. На туловищѣ явленія эти, разумѣется, не такъ рѣзко замѣтны и не такъ легко передаются изображенію. Поэтому-то мы для изображенія и избрали нижнюю конечность и представили дѣйствіе устарѣлыхъ подвязокъ, которыя къ тому же, особенно въ деревняхъ, и по настоящее время дѣлаются иногда изъ кожи, потому что такія подвязки „хорошо держатся“. На рис. 60 изображена подкожная лимфатическая сѣть, которая даетъ намъ достаточно рельефное представленіе о томъ, какъ дѣйствуетъ шнуровка вообще. На ближайшемъ рисункѣ (№ 61) изображена нижняя конечность съ расширенными жилами (венами), представляющими собой результатъ застоя крови, произведеннаго продолжительнымъ шнурованіемъ ноги подвязкой пониже колѣна.

Застои крови въ



Рис. 60. Лимфатическіе сосуды нижней конечности. 1. Большіе лимфатическіе стволы на наружной части нижней конечности. 2. Лимфатическіе стволы на тылѣ ноги. 3. Густыя петли на подошвѣ ноги. 4. Тоже — на спинальной сторонѣ пальцевъ. По Гартману. Лимфатическіе стволы рѣзко выделяются благодаря вырскиванію ртути.

тазу приводятъ къ гораздо болѣе серьезнымъ послѣдствіямъ, нежели тѣ, которыя мы видимъ наружно на нижнихъ конечностяхъ, и это совершенно понятно: вѣдь полости живота и таза заключаютъ въ себѣ гораздо болѣе важные органы, какъ то: печень, селезенку, кишки, матку и пр.

Сначала явленія застоя крови въ тазовыхъ органахъ выражаются въ непріятныхъ ощущеніяхъ, которыя временами доходягъ до боли. Затѣмъ, застои эти вызываютъ увеличеніе упомянутыхъ органовъ и стойкія измѣненія въ нихъ, со всѣми ихъ послѣдствіями. Этими-то причинами и объясняется, почему мы у совершенно простыхъ и мало знакомыхъ съ модами женщинъ находимъ безукоризненно правильныя положеніе и форму тазовыхъ органовъ, между тѣмъ, какъ это рѣдко наблюдается у женщинъ, одѣвающихъ строго по модѣ. Поэтому-то такъ часто случается, что такой женщинѣ, ни съ того ни съ сего, становится дурно въ обществѣ, чего, однако, почти никогда не бываетъ съ мужчинами. Это очень просто объясняется тѣмъ, что мужской костюмъ совершенно свободенъ отъ какихъ-либо повязокъ, юбокъ, корсетовъ и прочихъ приспособленій, которыя стѣсняли бы сколько-нибудь замѣтно движенія корпуса или конечностей.



Рис. 61. Нижняя конечность съ венами, распухшими вслѣдствіе давленія, производимаго повязкой.

Но къ чему же тогда эти орудія пытки женщинамъ?!.. Въ нихъ, вѣдь, нѣтъ никакой надобности. Если онѣ ихъ *не желаютъ* носить, то пусть и не носятъ. Пусть эти строки побудятъ ихъ къ тому, чтобы для своего же добра привести, наконецъ, свою волю въ исполненіе.

Наиболѣе опаснымъ является для женщинъ то давленіе, которое отражается на *тазовыхъ органахъ*. Между тѣмъ, подобное давленіе неизбѣжно наблюдается въ тѣхъ случаяхъ, когда женщина носитъ „хорошо сидящій“ корсетъ съ твердой планшеткой (для каковой цѣли обычно служитъ широкая желѣзная полоса), которая давитъ на животъ. При естественныхъ условіяхъ животъ нѣсколько выдается впередъ, точно также, какъ и бедра, но бедра, когда на нихъ оказывается давленіе, не вдавливаются внутрь, но подаются внизъ. Между тѣмъ у женщинъ, особенно болѣе полныхъ, животъ довольно настойчиво выдается впередъ. Онѣ считаютъ необходимымъ скрыть это обстоятельство и прилагаютъ всѣ усилія къ тому, чтобы съ наибольшей силой отдалить его внизъ. Цѣль эта

великолѣпно достигается плотнымъ корсетомъ (см. рис. 57—второй профиль). Но къ какимъ это ведетъ послѣдствіямъ? Внутренности не могутъ подаваться въ стороны, такъ какъ панцырь, именуемый корсетомъ, сдавливаетъ и бока. Вслѣдствіе этого желудокъ отдавливается кзади; кишечныя же петли отдавливаются книзу и помѣщаются въ тазовой полости въ томъ мѣстѣ, которое онѣ въ данный моментъ находятъ свободнымъ. См. рис. 69 и 70. Если кишки пусты, то еще бѣды большой нѣтъ, такъ какъ всѣ содержимые въ тазу органы отличаются мягкостью и податливостью. Дѣло, однако, рѣзко мѣняется въ томъ случаѣ, когда кишки наполнены (что, между тѣмъ, такъ часто наблюдается), или же, когда, вслѣдствіе отложенія жира во внутренностяхъ, онѣ въ значительной степени утрачиваютъ свойственную имъ подвижность. Тогда въ результате получаются довольно рѣзкія явленія застоя. Матка, которая, въ общемъ, довольно рыхло прикрѣпляется связками, можетъ двигаться во всѣ стороны, смотря по тому, съ какой стороны она подвергается наибольшему давленію. Если тяжелыя кишечныя петли (или опухоль) давятъ на нее справа, то она отодвигается влѣво. Если же кишки располагаются *позади* нея, то она подается *впередъ*. Вотъ почему многія дамы испытываютъ давящую боль въ тазу, когда носить узкія юбки. Объ этомъ никогда не слѣдуетъ забывать.

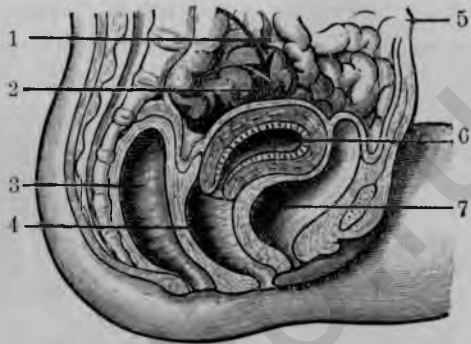


Рис. 62. Наклоненіе матки впередъ.

1. Направленіе давящей силы. 2. Наполненные кишечныя петли. 3. Прямая кишка.
4. Влагалище. 5. Пупокъ. 6. Полость матки.
7. Мочевой пузырь.

Подобное давленіе не можетъ, само собой разумѣется, не оказать серьезнаго вліянія на женскій организмъ. Чрезвычайно любопытно отмѣтить, что нерѣдко болѣзненные явленія

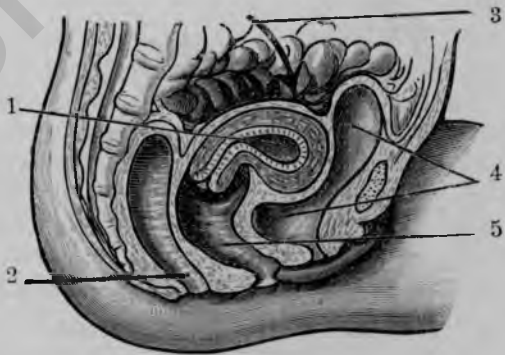


Рис. 63. Перегибъ матки впередъ.

1. Мѣсто перегиба матки. 2. Прямая кишка.
3. Направленіе давленія. 4. Сдавленный мочевой пузырь. 5. Влагалище.

нiя начинаютъ проявляться, приблизительно, съ 15-ти-лѣтняго возраста, т. е. когда дѣвочка впервые надѣваетъ обыкновенно корсетъ. Безъ замѣтнаго влiянiя можетъ подобное давленiе оставаться только въ томъ случаѣ, когда крѣпкое сложенiе и способныя къ сильному сопротивленiю ткани въ состоянiи бывають оказывать давленiю надлежащее противодѣйствiе. Это наблюдается, наприм., въ тѣхъ случаяхъ,

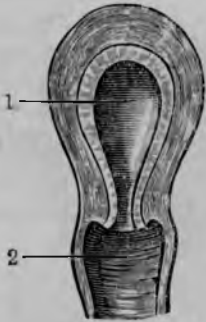


Рис. 64. Нормальная форма матки.
1. Матка 2. Влагалище.

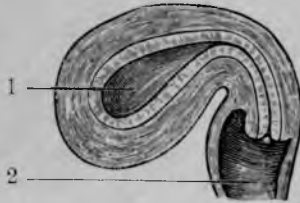


Рис. 65. Перегибъ матки
1. Полость матки. 2. Влагалище.

когда свободныхъ отъ давленiя часовъ, т. е. часовъ ночного отдыха, а также и утреннихъ до того, какъ женщина облачается въ корсетъ, бываетъ достаточно для того, чтобы возстановить правильное крово-

обращенiе, или когда женщина предается усиленному физическому труду и тѣмъ дѣлаетъ свой организмъ особенно способнымъ къ сопротивленiю. Въ такомъ случаѣ, конечно, часъ—другой, проведенные въ корсетѣ, не могутъ оказать на нихъ сколько-нибудь замѣтнаго дѣйствiя.



Рис. 66. Органы, содержимые въ тазу, видимые сверху.

1. Желудокъ. 2. Направленiе давящей силы. 3. Кишечныя петли. 4. Поперечная часть ободочной кишки. 5. Матка, отклоненная влѣво. 6. Мочевой пузырь.

Такия женщины, а чаще дѣвушки, встрѣчаются преимущественно среди тѣхъ, которые выросли на волѣ и на воздухѣ, въ деревнѣ, гдѣ онѣ относительно рѣдко вынуждены бывали подвергать себя мученiю, причиняемому корсетомъ, и успѣли поэтому сохранить свои силы. Это—дѣвушки со здоровымъ цвѣтомъ лица, которыя въ столицахъ, гдѣ подобный цвѣтъ лица встрѣчается такъ рѣдко, останавливаютъ на себѣ

вниманiе. За такихъ дѣвушекъ и женщинъ не боишься, такъ какъ знаешь, что онѣ многое смогутъ вынести, со многимъ справиться.

Между тѣмъ о женщинахъ вообще у насъ составилось

совѣтъ обратное мнѣніе, а именно, что онѣ *ничего* не могутъ вынести, ни съ чѣмъ не въ состояніи бывають справиться. Происходитъ же это отъ того, что условія жизни, и между прочимъ также и платье, сдѣлали ихъ податливыми, слабыми и неустойчивыми.

Корсетъ стѣсняетъ дыханіе, оказывая давленіе на грудную клѣтку, что уже многократно и обстоятельно доказывалось въ различныхъ сочиненіяхъ. При сжатіи грудной клѣтки нижнія доли легкихъ никогда не расправляются вполнѣ; вслѣдствіе этого дыханіе становится болѣе поверхностнымъ и ограничивается верхними долями.

Всего, конечно, больше врачамъ извѣстно, какое незначительное количество женщинъ, преимущественно въ городахъ, умѣють дышать во всю ширь своихъ легкихъ. Между тѣмъ только въ относительно рѣдкихъ случаяхъ поверхностное и недостаточное дыханіе объясняется *врожденной* слабостью легкихъ или сращеніями легочной плевры. Въ подавляющемъ же большинствѣ случаевъ поверхностность дыханія объясняется единственной причиною, а именно тѣмъ, что подъ вліяніемъ долготѣшняго употребленія корсета многія женщины буквально *разучились* дышать, какъ слѣдуетъ. Дыханіе у нихъ стало поверхностнымъ, слабымъ и недостаточнымъ, и требуются въ нѣкоторыхъ случаяхъ долгіе мѣсяцы, чтобы при совершенно здоровыхъ легкихъ вновь приучить женщинъ дышать во всю ширь своихъ легкихъ.

Въ наукѣ уже давнымъ давно установлено два дыхательныхъ *типа*: „грудобрюшный“ и „грудной“. Первый типъ носить также названіе *мужского*, между тѣмъ какъ второй называется *женскимъ*. И дѣйствительно, даже при поверхностномъ наблюденіи не трудно бываетъ убѣдиться, что мужчины дышатъ, главнымъ образомъ, діафрагмой, между тѣмъ какъ женщины—верхними долями легкихъ, а такъ какъ діафрагма представляетъ собой наиболѣе могучую дыхательную мышцу, какъ на это уже и указывалось нами выше, то понятно, что мужское дыханіе гораздо глубже женскаго. Женщина привыкаетъ дышать верхними долями легкихъ отчасти по физиологическимъ причинамъ: такъ, во время беременности, особенно въ послѣдніе мѣсяцы, когда почти вся полость живота занята плодомъ, женщина лишена возможности дышать діафрагмой. Но, если на выработку у женщинъ особеннаго дыхательнаго типа вліяють, главнымъ образомъ, физиологическія причины, то все же слѣдуетъ прибавить, что въ этомъ также сильно виноватъ и женскій корсетъ. Корсетъ въ значительной степени стѣсняетъ діафрагматическое дыханіе даже у небеременныхъ женщинъ и у дѣвушекъ. При продолжитель-

номъ употребленіи корсета, женщины *совершенно разучиваются дышать діафрагмой*. Между тѣмъ дѣятельность діафрагмы имѣеть огромное вліяніе не только на дыханіе, но и на состояніе органовъ, расположенныхъ въ брюшной полости, всего больше на печень, желудокъ и кишки. Вслѣдствіе ослабленія діафрагматическаго дыханія ослабѣваетъ въ значительной степени и дѣятельность упомянутыхъ органовъ.

Какъ много можно встрѣтить женщинъ, которыя такъ привыкли къ ношенію корсета, что вполне искренно утверждаютъ, что онъ „нисколько не давитъ“, что онъ совершенно свободенъ и ни въ чемъ не стѣсняетъ ихъ движеній или дыханія. Слѣдующимъ маленькимъ опытомъ можно



Рис. 67. Выдыханіе.



Рис. 68. Вдыханіе.

безъ особеннаго труда убѣдить ихъ въ томъ, что онѣ ошибаются. Заставивъ женщину выдохнуть изъ себя въ совершенно покойномъ состояніи какъ можно полнѣе воздухъ, надѣвають на нихъ корсетъ такъ, чтобы онъ хорошо лежалъ и не стѣснялъ ихъ. Послѣ того корсетъ разстегиваютъ, не снимая его однако. Затѣмъ женщинѣ предлагаютъ сдѣлать какъ можно болѣе глубокое вдыханіе и какъ можно дольше удерживать въ себѣ воздухъ. Что мы при этомъ замѣтимъ? Корсетъ расходится спереди все больше и больше, нерѣдко даже пальца на четыре. Что же это показываетъ?—Что при одѣтомъ корсетѣ женщина совершенно лишена возможности вздохнуть *полной* грудью.

Разъ женщина одѣваетъ себя въ кирасу, именуемую корсетомъ, то она инстинктивно избѣгаетъ глубокаго вдыханія, которое все равно не можетъ быть доведено до конца. Вслѣдствіе этого современемъ образуется стойкое сѣуженіе нижней части груди и середины тѣла. Женщина съ этимъ сживается и разучивается производить глубокія дыхательныя движенія, и тогда корсетъ, конечно, не давитъ. Но каковы бывають при этомъ послѣдствія для легкихъ и брюшныхъ органовъ, объ этомъ женщины, къ сожалѣнію, думаютъ слишкомъ мало.

Широкіе рубцы посреднѣ тѣла должны быть въ болѣе-шей степени приписаны дѣйствию тесемокъ отъ юбокъ, чѣмъ корсету. Они ведутъ къ очень грустнымъ послѣдствіямъ. Давленіе, производимое тѣсными поясами и тесемками, отражается на почкахъ печени и селезенкѣ. Ихъ, безъ всякаго сомнѣнія, должно сильно винить въ томъ, что такое мно-

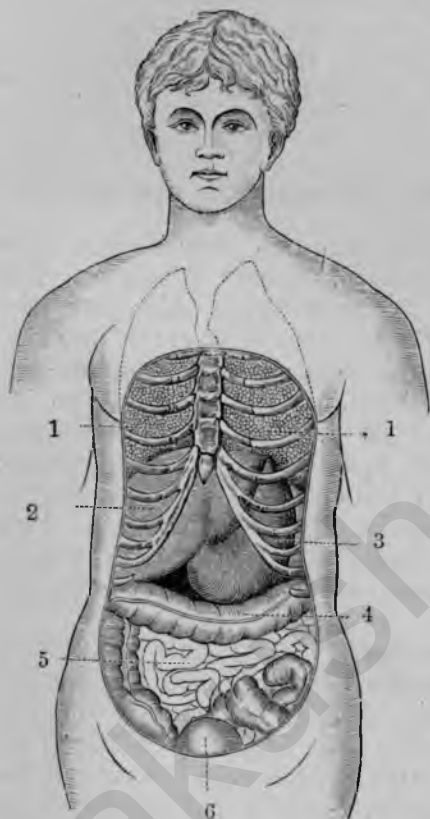


Рис. 69. Естественное положеніе брюшныхъ органовъ.

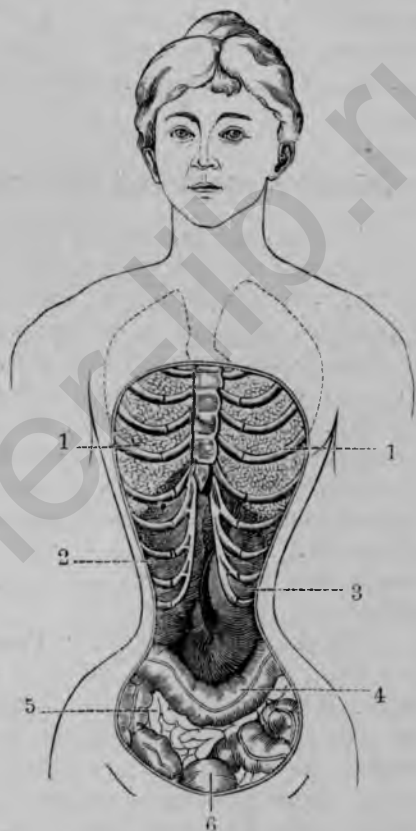


Рис. 70. Смѣщеніе брюшныхъ органовъ.

1. Легкія. 2. Печень. 3. Желудокъ. 4. Поперечная часть ободочной кишки. 5. Тонкія кишки. 6. Мочевой пузырь.

(По д-ру Ламану).

жество женщинъ страдаетъ опущеніемъ желудка и смѣщеніемъ почекъ. Эти столь грустныя явленія находятся въ очень тѣсной зависимости отъ нецѣлесообразностей женской одежды.

Чтобы дать нашимъ читательницамъ болѣе наглядное представленіе о смѣщеніи вышележащихъ брюшныхъ органовъ, мы приводимъ рисунки, заимствованные изъ сочиненія

д-ра Ламана: „Реформа женскаго платья“. Они рельефно представляют намъ, какъ толстыя кишки должны смѣщаться къ низу, какъ смѣщаются желудокъ и печень (рис. 69 и 70) и посредствомъ какого механизма появляется въ концѣ концовъ блуждающая почка. (См. во II „Энциклопедической“ части—„Блуждающая почка“). Что касается до мало-по-малу атрофирующихся (претерпѣвающихъ обратное развитіе) спинныхъ мышцъ, то мы ихъ здѣсь изобразить не можемъ; и еще менѣе имѣемъ мы, къ сожалѣнію, возможность изобразить наглядно застойныя явленія во внутреннихъ органахъ.

Обзоръ женской одежды прошлыхъ временъ.

Только тогда, когда узнаешь, какимъ собственно образомъ какая-нибудь вещь получилась, можно знать въ точности, что именно она собою представляетъ. Поэтому экскурсія въ область прошлыхъ вѣковъ интересна и поучительна не только въ томъ отношеніи, что показываетъ женщинамъ, до чего мода измѣнчива и капризна, но главнымъ образомъ, потому, что показываетъ, какія заблужденія имѣли мѣсто въ этомъ направленіи въ прошлыя времена. Слѣдуетъ однако сказать, что время отъ времени выступаютъ на видъ и преимущества, вполне заслуживающія того, чтобы быть отмѣченными. Такого рода обзоръ даетъ толчокъ нашей мысли, показывая намъ, чего мы должны избѣгать и къ чему, наоборотъ, стремиться.

Начнемъ съ рис. 71: **Гречанки**. Свободныя руки, свободная шея, какихъ мы не встрѣчаемъ ни на какой другой фигурѣ. Ни малѣйшаго раздѣленія между верхней и нижней частью туловища. Простыя свободныя складки, и тѣмъ не менѣе, рельефность женственныхъ формъ. Простыя и въ то же время красивыя вышитыя оборки; никакихъ влачащихся сзади тканей—шлейфовъ. Въ нижней одеждѣ была большая потребность, такъ какъ этотъ нарядъ слабѣе всѣхъ прочихъ защищаетъ тѣло отъ холода. Гораздо болѣе закрытымъ, важнымъ и строгимъ, но въ то же время и красивымъ представляется костюмъ **римлянки**. Здѣсь уже виденъ намекъ на рукава, но ни малѣйшихъ украшеній. Богатыя роскошныя складки платья какъ бы взываютъ къ рѣзцу.

Какъ во внѣшности этихъ двухъ фигуръ ясно обнаруживается жизнь и духъ народовъ, у которыхъ онѣ заимствованы! Съ одной стороны, залитая мягкими лучами солнца и преклоняющаяся передъ красотой Эллада, духовными приобрѣтеніями и идеальными образами которой мы и по сю пору

живемъ; съ другой стороны, могучій Римъ, заповѣдавшій намъ свое грозное законодательство.

Полна прелести и естественной граціи *германка* (рис. 73). Свободно ниспадающіе локоны волосъ, намекъ на поясъ; ничего искусственнаго въ формахъ—все, что можно себѣ представить наиболѣе простаго какъ въ одеждѣ, такъ и въ осанкѣ.

При всемъ желаніи мы въ названныхъ трехъ фигурахъ не можемъ найтти никакихъ отклоненій отъ нормы, а потому онѣ вполне достойны того, чтобы служить намъ образцомъ.

Гораздо болѣе изысканной, некрасивой и непрактичной представляется намъ **византійская одежда** (рис. 74), которая господствовала въ теченіе нѣсколькихъ вѣковъ. Платье обнаруживаетъ большое сходство съ современнымъ; верхнее платье (плащъ) не напоминаетъ собой ни римскаго, ни германскаго. Какъ бы то ни было, но при опущенныхъ рукахъ оно представляетъ собой что-то уродливое и неудобное. Гораздо болѣе изящнымъ и болѣе современнымъ представляется платье **француженки XII вѣка**, у которой мы впервые наталкиваемся на вполне ясное отдѣленіе верхней части туловища отъ нижней. Верхняя часть одежды совершенно лишена складокъ, что находится въ полной противоположности съ тремя выше приведенными образцами. Обстоятельство это заслуживаетъ быть отмѣченнымъ; оно служитъ исходной точкой французской „*талии*“, которая получила преобладающее значеніе въ женской одеждѣ всего второго тысячелѣтія. Талию эту мы въ безчисленныхъ измѣненіяхъ встрѣчаемъ во всѣхъ послѣдующихъ столѣтіяхъ. Одежда же бываетъ то круглой, то остроконечной, то широкой, то узкой, то гладкой, то въ складкахъ, измѣняясь отъ естественнаго до безобразнаго, какъ мы это видимъ на фигурахъ 76, 80 и 81. Длинные узкіе рукава ввела француженка, изображенная на рис. 75; волочащіяся ткани чередуются съ короткими. Первое платье, свободно показывающее ногу, мы видимъ на француженкѣ въ робронѣ (*robe-ronde*—круглое платье, на манеръ обруча—кринолинъ 1780 г.). Фиг. 86 и 87 относятся къ началу прошлаго столѣтія.

Рукава начинаютъ играть видную роль только съ начала XI вѣка; они ниспадаютъ двойными складками до земли, на что тратится очень много матеріи (см. рис. 75 и 77), или же они нагромождаются въ видѣ гигантскихъ пuffedовъ, какъ на рис. 79, 87 и 91, и совершенно искажаютъ естественный видъ человѣческой фигуры. Головные уборы и прически также подлежатъ рѣзкимъ измѣненіямъ и только въ рѣдкихъ случаяхъ сохраняютъ свою естественную прелесть.



Рис. 71. Гречанка—
около 450 лѣтъ до Р. Х.

Рис. 72. Римлянка
время Христа.

Рис. 73. Германка—
около 150 лѣтъ по Р. Х.

Рис. 74. Византійская
одежда V—X вв.
по Р. Х.



Рис. 75. Французен-
ка—около 1100 г.

Рис. 76. Нѣмка—
около 1350 г.

Рис. 77. Нѣмка—
около 1450 г.

Рис. 78. Нѣмка—
около 1500 г.

Изображеніе женской одежды прошлыхъ времениъ.



Рис. 79. Нѣмецкая одежда—
около 1520 г.

Рис. 80. Испанская
одежда—около 1570 г.

Рис. 81. Французенка—
1605 г.



Рис. 82.
Нѣмка—1640 г.

Рис. 83.
Платья рококо (французскія) 1730 и 1780 гг.

Рис. 84.

Изображеніе женской одежды прошлыхъ временъ.



Рис. 85.
Эпоха французской революции
1790.

Рис. 86.
1810.

Рис. 87.
1830.

Рис. 88.
Моды XIX вѣка.
1860.



Рис. 89.
1880.

Рис. 90.
Моды конца XIX и начала XX вѣковъ.
1885.

Рис. 91.
1895.

Рис. 92.
1900.

Изображеніе женской одежды прошлыхъ временъ.

Миловидна головка нѣмки—рис. 82, съ широкой естественной таліей (1640 г.); не лишена прелести головка французенки—рис. 86, причемъ и весь ея нарядъ не лишепъ естественной граціи, чему способствуютъ и красивыя украшенія; скромна и шляпка на рис. 86. Въ полную противоположность ей, рис. 80, 81, 83, 84, 88 и др. представляютъ собой какія-то ужасныя каррикатуры.

(Бросимъ живѣе взглядъ на рис. 71, 72 и 73, дабы не утратить вѣры въ человѣческую красоту).

Господство корсета замѣтно уже въ концѣ XVIII вѣка; такъ, онъ намѣченъ уже на рис. 84, гдѣ онъ, впрочемъ, еще слабо выступаетъ. Наиболѣе рельефно выступаетъ онъ на рис. 87, 90 и 91. Естественную свободу въ области середины тѣла мы до того можемъ констатировать преимущественно въ нѣмецкой одеждѣ, напимѣръ, въ рис. 75, 79, 82, 86 и пр.

Если безпристрастно взглядѣться во все изображенные нами образцы женской одежды различныхъ эпохъ и народностей, то не трудно придти къ заключенію, что наибольшей изобрѣтательностью въ этомъ направленіи отличались французенки, одежда которыхъ во многихъ случаяхъ отличается вычурностью и нецѣлесообразностью. Наряду съ этимъ имъ во многихъ случаяхъ нельзя отказать въ особенномъ изяществѣ и элегантности, между тѣмъ какъ нѣмецкая одежда отличается, наоборотъ, нерѣдко своей тяжеловѣсностью и неуклюжестью. Французенками изобрѣтены: корсетъ, кринолинъ, высокія ботинки на пряжкахъ, костюмъ рококо, какъ мы это видимъ на различныхъ фигурахъ. Чтобы придти къ заключенію о томъ, что французенки дѣйствительно внесли много изящнаго въ женскій костюмъ, достаточно сравнить на рис. 78 однообразныя прямыя складки „крестьянскаго“ платья со столь неестественной позой нѣмецкой дамы съ привлекательностью двухъ французенокъ на рис. 85 и 86. Сравнимъ затѣмъ тяжеловѣсность всей фигуры на рис. 79, на которой столько нагромождено вещей и притомъ совершенно безъ всякаго вкуса, хотя бы съ недавними модами (лѣтъ 15 тому назадъ), и даже нынѣшними, которыя, вѣдь, пришли къ намъ изъ Парижа и которымъ никто не рѣшится отказать въ элегантности и изяществѣ.

Изъ приведенныхъ нами изображеній одежды разныхъ временъ, какъ древнихъ, такъ и новыхъ, мы дѣйствительно можемъ заключить, что „реформированное“ (преобразованное) женское платье дѣйствительно представляетъ собой нѣчто новое, чего до сихъ поръ еще не существовало. Всего больше приближается къ этому платью одежда французенки вре-

мень Великой Революціи (1790 г.), рис. 85. Если же мы вздумаемъ сравнить его съ классическими образцами (рис. 71, 72 и 73), то мы увидимъ, что оно, несомнѣнно, „практичѣе“, но что оно вмѣстѣ съ тѣмъ также значительно отдалается отъ спокойной и величественной красоты античнаго платья.

Разсмотрѣвъ въ предыдущихъ строкахъ одежду разныхъ временъ у другихъ, какъ древнихъ, такъ и новыхъ, народовъ, мы въ послѣдующихъ—удѣлимъ соотвѣтствующее вниманіе и русской женской національной одеждѣ, причемъ будемъ имѣть въ виду преимущественно одежду народную, не ту, которая была въ употребленіи въ до-петровскую эпоху въ придворныхъ и высшихъ кругахъ и которая представляла собой слегка видоизмѣненный образецъ византійской. Мы должны въ ней различать два отдѣльныхъ типа: одежду великорусскую и малорусскую, которыя, въ сущности, имѣютъ довольно мадо общаго между собой. Какъ та, такъ и другая имѣютъ черты, которыя очень выгодно отличаютъ ихъ отъ большинства образцовъ рассмотрѣнной уже нами одежды. На первомъ планѣ мы ставимъ ея простоту. **Великорусское** женское платье имѣетъ перехватъ по срединѣ тѣла въ области талии, но никакого намека на шнуровку или корсетъ (мы, конечно, не имѣемъ въ виду тѣхъ довольно многочисленныхъ въ настоящее время крестьянокъ, которыя измѣнили свою одежду подъ вліяніемъ городской жизни). Платье удерживается на плечахъ посредствомъ помочей, и такимъ образомъ почти совершенно устраняется ношеніе тесемокъ и т. п. предметовъ, производящихъ столь тяжелое для организма сжатіе грудной клѣтки и давленіе на брюшныя внутренности. Крестьянки носятъ обыкновенно верхнее платье прямо на сорочкѣ. Такимъ образомъ, онѣ не отягчены одеждой, и это даетъ имъ возможность свободно справляться съ тѣми безчисленными заботами по хозяйству, а также и съ очень тяжелыми работами въ страдную пору въ полѣ, которыя требуютъ такого напряженія силъ отъ нашей крестьянки. Такая одежда не только не обременительна, но вмѣстѣ съ тѣмъ даетъ возможность совершенно естественнымъ путемъ совершаться всѣмъ отправленіямъ кожи. Вмѣстѣ съ тѣмъ кожа достаточно хорошо вентилируется, а также обогрѣвается солнечными лучами. Одежда эта почти ни въ чемъ не стѣсняетъ свободы движеній женщины.

Еще больше преимуществъ представляетъ, съ гигиенической точки зрѣнія, **малорусская** одежда. Одинъ только серьезный недостатокъ можно усматривать въ ней, а именно тотъ, что платье не держится свободно на плечахъ посред-

ствомъ помочей, какъ въ великорусской одеждѣ, но держится при посредствѣ тесемокъ, затягиваемыхъ въ талии. Такимъ образомъ получается уже болѣе или менѣе сильное сжатіе брюшныхъ внутренностей. Зато въ другихъ отношеніяхъ одежда эта представляется почти образцовой и всего больше приближается къ одному изъ наилучшихъ и наиболѣе разумныхъ образцовъ разсмотрѣнной нами одежды, а именно: къ французскому платью начала прошлаго столѣтія (1810 г.), изображенному на рис. 86. Юбка доходитъ не до верху, но только до талии. Отъ талии тѣло покрыто шитой сорочкой, оставляющей шею и верхнюю часть груди совершенно открытыми. Такимъ образомъ все тѣло имѣетъ возможность чрезвычайно свободно вентилироваться и подвергаться дѣйствию свѣтовыхъ и тепловыхъ лучей солнца. Помимо того, нельзя не усматривать огромнаго преимущества этого наряда и въ томъ, что платью не только не волочится сзади, но приподнято довольно высоко надъ землей, чего мы въ великорусской одеждѣ не встрѣчаемъ. Такое платье нельзя не назвать чрезвычайно гигиеничнымъ. Съ другой стороны, ему невозможно также отказать и въ большой практичности, а также простотѣ и изяществѣ.

Въ силу этихъ особенностей малорусская одежда вполне заслуживаетъ того, чтобы сдѣлать ношеніе ея не только дѣломъ временной моды, какъ это было нѣсколько лѣтъ тому назадъ, но и постояннымъ лѣтнимъ нарядомъ во всѣхъ классахъ общества, особенно на югѣ Россіи, къ климату котораго одежда эта такъ чудно приспособлена.



Ткани, служащія для изготовленія нашей одежды.

Одежда является въ нашемъ климатѣ не предметомъ роскоши, она служитъ не только защитой нашей стыдливости:—она является для насъ *необходимостью*. Въ виду быстрыхъ измѣненій, которыя наблюдаются такъ часто во внѣшней атмосферѣ и которыя выражаются въ измѣненіи температуры и степени влажности воздуха, силы и направленія вѣтра, барометрическаго давленія и т. д., тѣло наше лишено возможности надлежащимъ образомъ къ нимъ приспособляться, и потому мы вынуждены прибѣгать къ защитѣ одежды, чтобы до извѣстной степени *регулировать* эти измѣненія. Отдаленные предки наши пользовались съ этой цѣлью самыми первобытными предметами, которыя были къ ихъ услугамъ въ окружающемъ ихъ мірѣ. Такъ, они чаще всего пользовались для этой цѣли звѣриными шкурами. Въ настоящее

время выдѣлка матерій, изъ которыхъ изготовляется наша одежда, достигла значительной степени совершенства.

Укажемъ здѣсь на основныя условія, которымъ должна удовлетворять *цѣлесообразная ткань*, изъ которой мы желаемъ себѣ изготовить одежду. Ткань эта, имѣющая назначеніемъ служить посредникомъ между нашимъ тѣломъ и внѣшнимъ воздухомъ, никоимъ образомъ не должна стѣснять естественныхъ отправленій нашей кожи: она должна только *регулировать* ихъ. Соотвѣтственно этому не годится избирать для одежды ткань непроницаемую, такъ какъ она лишаетъ кожу возможности выдѣлять наружу испаренія, а также не даетъ воздуху, непосредственно прилегающему къ нашему тѣлу, возможности свободно обмѣниваться. Соотвѣтственно этому ткань должна обладать *скважностью*, т. е. быть проходимою для воздуха. Ткань должна безъ особеннаго труда поглощать воду, но такъ же легко и отдавать ее. Она не должна задерживать теплоотдачи нашего тѣла путемъ проведенія или излученія: она должна только предохранять насъ отъ того, чтобы отдача тепла не происходила слишкомъ быстро въ зависимости отъ внѣшнихъ условій: движенія, сухости, влажности воздуха и т. д.

Съ указанныхъ точекъ зрѣнія мы и рассмотримъ тѣ ткани, которыя предпочтительно передъ другими употребляются нами для изготовленія нашей одежды. Всего чаще употребляются нами съ этой цѣлью овечья шерсть, хлопчатая бумага, холстъ и шелкъ. Существуютъ также самыя разнообразныя смѣси изъ указанныхъ тканей. Изъ указанныхъ матерій хлопчатая бумага является наиболѣе дешевой и шелкъ—наиболѣе дорогой. Свойства указанныхъ тканей, въ смыслѣ поглощенія теплоты и влаги, представляются очень различными. Такъ, напр., шерсть очень легко впитываетъ въ себя влагу, но съ большимъ трудомъ отдаетъ ее; вслѣдствіе этого она на продолжительное время остается влажной и медленно сохнетъ. Хлопчатая бумага, между тѣмъ, меньше всасываетъ влаги, чѣмъ шерсть, и гораздо быстрѣе сохнетъ.

Ткани эти отличаются своей скважностью, теплотой и гигиеничностью, но во многихъ отношеніяхъ *хлопчатая бумага* заслуживаетъ преимущества передъ шерстью: она легче, меньше всасываетъ въ себя болѣзненныхъ микроорганизмовъ, лучше стирается и меньше раздражаетъ кожу. Ко всему тому она и дешевле. И та и другая ткань представляются плохими проводниками тепла, а потому мы преимущественно и пользуемся ими для нашего обихода.

Шелкъ и полотно быстро всасываютъ въ себя небольшія

количества влаги, которую онъ столь же быстро и отдаютъ. Этимъ онъ производятъ довольно быстрое охлажденіе кожи, которое неблагоприятно отзывается на воспріимчивыхъ органахъ. И та и другая ткань холоднѣе шерсти, но въ послѣднее время дѣлались—и не безъ успѣха—опыты приблизить въ этомъ отношеніи качества ихъ къ качествамъ шерсти и бумаги.

Шерсть очень хорошо поглощаетъ пахучія вещества. Поэтому-то она и пользуется репутаціей, что отъ нея никогда не пахнетъ дурно—даже послѣ довольно продолжительнаго употребленія, между тѣмъ какъ полотняная рубаха, напр., уже послѣ непродолжительнаго употребленія, издаетъ нѣкоторый запахъ; это объясняется тѣмъ, что, въ противоположность шерсти, полотно не всасываетъ въ себя пахучихъ веществъ, но удерживаетъ ихъ на своей поверхности. Всѣ эти соображенія необходимо принимать въ соображеніе.

Что касается до *теплоты* той или другой ткани, каковой вопросъ въ нашемъ климатѣ имѣетъ огромное, а часто даже рѣшающее значеніе, то слѣдуетъ сказать, что качествомъ этимъ ткани обязаны, главнымъ образомъ воздуху, который скопляется въ промежуткахъ ткани. Вслѣдствіе этого ткань даетъ намъ тѣмъ болѣе теплоты, чѣмъ она пышнѣе и рыхлѣе.

Важную роль играетъ въ этомъ отношеніи также и *цвѣтъ* ткани. Многочисленными изслѣдованіями доказано, что всего менѣе поглощаетъ теплоты *бѣлая*, всего болѣе—*черная* ткани. Отсюда мы можемъ заключить, что мы очень разумно поступаемъ, когда носимъ лѣтомъ свѣтлыя ткани, такъ какъ онѣ менѣе поглощаютъ тепла, чѣмъ темныя. Этимъ также должно въ значительной степени быть объяснено то обстоятельство, что на полевыхъ работахъ крестьяне носятъ исключительно бѣлыя ткани. Ношеніе парусины, которая въ такомъ употребленіи у насъ на югѣ и которой мы нигдѣ не встрѣчали за границей, также имѣетъ съ этой точки зрѣнія очень много разумнаго.

Ткани различаются также на *плотныя* и *прозрачныя*.

Всѣ *прозрачныя* (такъ-наз. ажурныя ткани: муслинъ, тюль, кисея) отличаются, въ противоположность плотнымъ, способностью пропускать газы и водяные пары и вмѣстѣ съ тѣмъ не препятствовать естественному лучеиспусканію тѣла. Поэтому онѣ очень охотно употребляются лѣтомъ. Очень хороши также издѣлія изъ различныхъ видовъ *трико*. Они всасываютъ въ себя влагу, пропускаютъ испаренія тѣла, не препятствуютъ доступу воздуха къ кожѣ; такимъ образомъ, онѣ удовлетворяютъ главнѣйшимъ требованіямъ, которыя мы предъявляемъ къ нашей одеждѣ. Однако не всѣ трико

одинаковы; различаютъ трико изъ животной и растительной шерсти, а также рыхлыя ткани, изготовляемыя изъ льна.

Такъ какъ воздухъ проводитъ тепло въ четыре раза хуже, чѣмъ наилучшая шерстяная ткань, то наилучшимъ средствомъ для сохраненія теплоты должно почитаться образование слоя воздуха непосредственно вокругъ нашего тѣла.

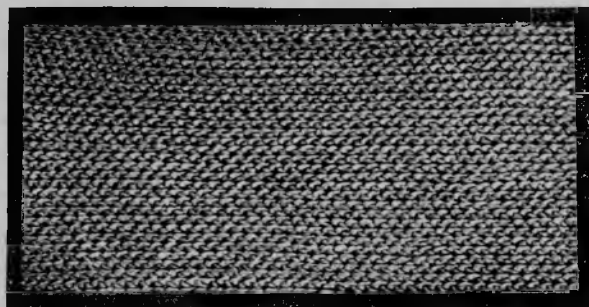


Рис. 93. Клетчатая ткань: трико.

Цѣль эта и достигается въ значительной степени ношеніемъ вязаныхъ *фуфаяекъ*, по поводу которыхъ мы считаемъ необходимымъ сказать здѣсь нѣсколько словъ. Всего лучше *не приучать себя* къ пошенію *фуфайки*.

Но тотъ, кто при-

выкъ уже къ ношенію ея, не долженъ одѣвать или скидывать ее по произволу, ибо это ведетъ нерѣдко къ простудѣ.

Резиновыя издѣлія также заслуживаютъ того, чтобы мы имъ удѣлили нѣсколько строкъ. Во многихъ случаяхъ, когда намъ приходится проводить, напримѣръ, продолжительное время на воздухѣ подъ дождемъ, снѣгомъ и пр., каучуковыя издѣлія по своей непроницаемости представляютъ для насъ много соблазна; они предохраняютъ насъ отъ влаги, позволяя нашему тѣлу оста-



Рис. 94. Сѣтчатая ткань для исподняго бѣлья.

ваться сухимъ; они сохраняютъ намъ также и тепло. Но они имѣютъ и очень крупный недостатокъ, который состоитъ въ томъ, что по своей полной непроницаемости резиновыя ткани сильно затрудняютъ вентиляцію съ

поверхности тѣла. По этой причинѣ къ каучуковому платью не слѣдуетъ прибѣгать безъ крайней необходимости.

Шерстяное бѣлье не требуетъ такой частой стирки, какъ всякое иное бѣлье. Въ виду того, что шерстяная ткань хорошо вентилируется, отъ нея очень долго не замѣчается,

какъ уже было упомянуто, неприятнаго запаха отъ испареній тѣла, отъ разложенія бѣлковыхъ веществъ, жира и пр. Пахучія вещества напиваются ею, такъ какъ она очень пориста (подобно тому, какъ дѣйствуетъ, на примѣръ, уголь, земля и пр.). Къ тому же шерстяное бѣлье отъ частой стирки становится менѣе упругимъ, менѣе впитываетъ въ себя влаги, а также садится.

Носильное платье и бѣлье слѣдуетъ ежедневно провѣтривать. На ночь непременно слѣдуетъ мѣнять бѣлье, дабы дать дневному бѣлью провѣтриться, а также чтобы освѣжить провѣтрившимся уже ночнымъ бѣльемъ наше тѣло.

Наша обувь.

Обувь наша, въ которую мы включаемъ и чулки, готовится изъ легкой кожи, войлока, овчины, хлопчатой бумаги и легкихъ сортовъ шерсти. Такъ какъ ногамъ приходится постоянно выносить на себѣ всю тяжесть нашего тѣла и подвергаться множеству неблагоприятныхъ влiянiй, то для защиты ихъ мы и употребляемъ, преимущественно, наиболѣе крѣпкія ткани. Въ нѣкоторыхъ странахъ, на примѣръ во Франціи (сабо) и Германіи, крестьяне носятъ деревянную обувь. Въ большинствѣ странъ для этой цѣли употребляется однако же кожа. Впрочемъ, и у насъ въ Россіи въ нѣкоторыхъ мѣстностяхъ крестьяне носятъ лапти, которые они плетутъ изъ лыка. Но, если плотныя вещества, употребляемая для изготовленія обуви, очень экономны, такъ какъ они мало изнашиваются, то они имѣютъ и крупный недостатокъ, который заключается въ томъ, что такая обувь непроницаема для воздуха. Вслѣдствіе этого испаренія съ поверхности ногъ не могутъ естественнымъ путемъ удаляться въ воздухъ, который, со своей стороны, лишенъ возможности проникать на поверхность кожи ноги.



Рис. 95.
Естественная форма
ноги.

Рис. 96.
Ноги, изуродованныя плохой
обувью.

Рис. 97.

Какія послѣдствія получаютъ отъ такой нездоровой обуви для ноги, достаточно видно хотя бы изъ того, какъ въ наше время сильно распространены заболѣванія ногъ. Кожа на нихъ во многихъ случаяхъ получаетъ сине-блѣдный оттѣнокъ, вслѣдствіе ослабленія кровообращенія; она становится мягкой, легко поддается раненіямъ. Въ тѣхъ мѣстахъ, гдѣ на нее оказывается болѣе сильное давленіе, она отмираетъ, становится желтой и твердой (какъ бы роговой). Образуются столь болѣзненные *мозоли* или же воспаляется надкостница. Суставы въ пальцахъ во многихъ случаяхъ искривляются. Затѣмъ появляется *потъ*, который обладаетъ такимъ отвратительнымъ запахомъ. Онъ размягчаетъ кожу, вызываетъ на ней часто образованіе небольшихъ ранокъ, а также очень тягостный зудъ и къ тому же издаетъ противный запахъ, который въ короткое время пропитываетъ всю одежду. Кто хочетъ избавиться отъ пота со всѣми его послѣдствіями, тотъ долженъ прежде всего бросить носить обувь изъ непроницаемой кожи.

(Подробнѣе объ этомъ будетъ рѣчь во II части: см. „**Ножной потъ**“).

Въ нормальномъ состояніи нога не должна имѣть ни малѣйшаго запаха, быть свободной отъ пота, не имѣть никакихъ наростовъ или неправильностей, быть пріятной на видъ и красивой, однимъ словомъ, должна быть подобною рукѣ. Но, чтобы быть подобной рукѣ, нога должна находиться въ тѣхъ же условіяхъ, что и она, т. е. прежде всего должна имѣть въ своемъ распоряженіи воздухъ; затѣмъ ее слѣдуетъ купать ежедневно, какъ мы поступаемъ съ рукой: затѣмъ ногти на ней должны быть также тщательно обрѣзываемы, какъ на рукѣ. Только въ такомъ случаѣ нога наша станетъ тѣмъ, чѣмъ она собственно должна быть.

Но гдѣ сыщешь въ наше время такія ноги!—У большинства мужчинъ онѣ, вслѣдствіе того, что о нихъ всего меньше думаютъ, обратились въ самую отвратительную часть тѣла. У женщинъ дѣло обстоитъ въ этомъ отношеніи, правда, лучше, такъ какъ имъ во-первыхъ не приходится такъ долго бывать на ногахъ и во-вторыхъ потому, что онѣ носятъ болѣе легкую обувь и въ общемъ, больше заботятся о своемъ тѣлѣ. Тѣмъ не менѣе и въ женской средѣ правильно сформированная и совершенно здоровая нога составляетъ большую рѣдкость.

Чаще всего встрѣчается форма ноги, которая изображена нами на рис. 96 и 97; отгнѣсненный къ наружи большой палецъ, плотно сжавшіеся въ одну кучку малые пальцы, неправильное положеніе суставовъ, изуродованный маленькій

палецъ, однимъ словомъ, что-то исковерканное и безобразное, что совершенно несправедливо именуютъ ногой. И все это является послѣдствіемъ только неправильно покроенной и непроницаемой обуви.

Чтобы получить „узенькую маленькую ножку“, которой большинство женщинъ съ такимъ упорствомъ добивается, пальцы неизбѣжно должны быть плотно сжаты другъ на другѣ и естественное положеніе ноги измѣнено.

Чтобы дать всѣмъ читательницамъ представленіе о томъ, какой именно должна быть здоровая и красивая женская нога, мы помѣщаемъ рис. 98, на которомъ такая нога видима



Рис. 98. Нормальная форма ноги, по оттиску съ натуры.

сверху. На этой ногѣ мы видимъ прямые красиво сформированные пальцы, съ красивыми ногтями, гармоническія отношенія различныхъ частей, причемъ почти совершенно незамѣтна горбинка, образуемая на большинствѣ ногъ суставомъ большого пальца. Правильнымъ уходомъ и разумными заботами о нашихъ ногахъ всѣ мы могли бы добиться того, чтобы онѣ въ большей или меньшей степени походили на изображенную нами.

Добиться этого мы можемъ въ томъ случаѣ, если уже съ дѣтскаго возраста станемъ заботиться о томъ, чтобы ногѣ доставлялся въ изобиліи воздухъ и чтобы она была предохранена отъ всякаго давленія. Пусть ребенокъ бѣгаетъ босикомъ, гдѣ и когда только можетъ, пусть затѣмъ носить сан-

дали, смотря по сезону, съ носками или безъ таковыхъ. Только въ томъ случаѣ, когда погода или климатъ настойчиво того требуютъ, должны бы мы прибѣгать къ кожанымъ ботинкамъ, и тѣмъ болѣе къ калошамъ, которыми многіе изъ насъ положительно злоупотребляютъ. Кто къ тому же часто моеетъ ноги въ теплой водѣ съ мыломъ, избѣгаетъ излишняго за-грязненія ноги и даетъ ей возможность какъ можно больше провѣтриваться, мѣняя, напримѣръ, дома богинки на туфли



Рис. 99.
Античная сандаля.

или еще лучше сандали, у того получится и „изящная“ нога. Для того, чтобы еще лучше укрѣпить и сформировать ногу, полезно бѣгать утромъ по росѣ босикомъ.



Рис. 100.
Плетеный башмакъ.

Само собой разумѣется, что, изъ эстетическихъ соображеній, только вполне здоровая нога подходитъ для ношенія совершенно открытыхъ сандалийъ. У кого на ногахъ пальцы искривлены и имѣются всевозможнаго рода наросты, тотъ, конечно, избавитъ своихъ ближнихъ отъ этого столь пріятнаго зрѣлища и отдастъ предпочтеніе полуоткрытымъ сандалямъ,



Рис. 101.
Наиболѣе употребительная современная сандаля.

которыя больше закрываютъ ноги, или же плетенымъ башмакамъ, которые были введены въ употребленіе д-ромъ Ламаномъ. Мы приводимъ тутъ же пять рисунковъ различной обуви, изъ которыхъ каждый въ отдѣльности заслуживаетъ нашего вниманія.



Рис. 102. Современная ботинка на пуговкахъ, какой не слѣдовало бы носить.

Рис. 99: обувь красивая и естественная, какъ и все античное. Рис. 101—практичная обувь, которая находится уже за границей въ большомъ употребленіи, особенно въ Германіи и Швейцаріи. Рис. 100,—также оказалась на практикѣ хорошей обувью, но еще мало пока распространена. То же можно сказать и объ обуви, изображенной на рис. 103. На рис. 102 нами изображена обувь въ томъ видѣ, какъ она не должна бы существовать и которая,

однако, находится въ большомъ ходу: она остроконечна, застегивается слишкомъ туго до верху и непроницаема для воздуха. Такая обувь способна, особенно при продолжительномъ употребленіи, исковеркать ногу, какъ это и представлено на рис. 104. Для пущей наглядности ее слѣдуетъ сравнить съ рис. 95.



Рис. 103. Абрисъ ступни: какой она должна быть (сплошная черта) и какой она бываетъ въ дѣйствительности (пунктиромъ).

Между приведенными образцами существуютъ, понятно, и промежуточные, которыхъ мы, конечно, не можемъ все привести. Укажемъ здѣсь еще на одно обстоятельство, несмотря на то, что оно и безъ того большимъ строго соблюдается: каждая ботинка должна быть односторонней, т. е. быть приспособленной для каждой ноги въ *отдѣльности*. Только тогда можемъ мы рассчитывать, что не про-



Рис. 104. Обувь изъ шерстяного трико съ кожаной обшивкой для холоднаго сезона.

изоидеть смѣщенія и измѣненія естественнаго положенія различныхъ частей ноги.

Скажемъ въ заключеніе нѣсколько словъ о калошахъ, которыя въ наибольшемъ употребленіи находятся у насъ въ Россіи, и о народной обуви.

Калоши готовятся изъ резины. Онѣ представляютъ очень надежную защиту противъ сырости и влаги; кромѣ того онѣ сохраняютъ нашу обувь въ чистомъ состояніи. За границей употребленіе ихъ очень мало извѣстно, вѣроятно потому, что лучшія мостовыя дѣлаютъ ихъ употребленіе въ большинствѣ случаевъ излишнимъ. Въ Парижѣ во время большой грязи носятъ резиновыя подошвы, которыя посредствомъ тесемокъ подвязываются надъ ступней; онѣ отчасти напоминаютъ собой сандалии. Въ указанныхъ отношеніяхъ калоши необходимы. Не слѣдуетъ, однако забывать, что прибѣгать къ нимъ должно только въ случаѣ дѣйствительной необходимости. Въ противномъ случаѣ мы слишкомъ балуемъ и изнѣживаемъ наши ноги и тѣмъ подвергаемъ ихъ возможности простуды. Кромѣ того, калоши почти совершенно непроницаемы для воздуха, а какъ это условіе отражается на ногѣ, мы уже видѣли.

Переходимъ къ народной обуви. О высокихъ сапогахъ мы ничего говорить не станемъ, такъ какъ они находятся въ употребленіи, преимущественно, у мужчинъ. Скажемъ нѣсколько словъ о лаптяхъ. Помимо дешевизны, обувь эта особенно приспособлена къ мягкой землѣ, каковой у насъ такія большія пространства. Съ точки зрѣнія провѣтриванія ноги они имѣютъ преимущество надъ кожаной обувью, такъ какъ они легче проходимы для воздуха. Въ Малороссіи женщины носятъ башмаки „черевыкы“ на босу ногу. Упомянемъ еще о *валенкахъ*, которые помимо сохраненія теплоты и помимо мягкости, обладаютъ еще и тѣмъ преимуществомъ, что легче, чѣмъ кожаная обувь, даютъ возможность ногѣ вентилироваться. Особенно незамѣнимы валенки въ далекомъ путешествіи зимой въ сильный морозъ. Недостатокъ ихъ состоитъ въ томъ, что они слишкомъ проницаемы для сырости и влаги.

Преобразованія въ области женской одежды.

Изъ предыдущихъ главъ читательницамъ нашимъ уже извѣстно, что мы современную женскую одежду считаемъ по многимъ причинамъ нецѣлесообразной и негигіеничной. Въмѣстѣ съ тѣмъ мы однако же должны заявить, что не можемъ ни одинъ изъ предложенныхъ образцовъ преобразованной одежды также признать вполне идеальнымъ. Различныхъ образцовъ было предложено уже множество, но каждый изъ нихъ на ряду съ достоинствами имѣетъ и свои недостатки. Образцы эти сходятся, однако, почти всѣ на томъ, что въ нихъ уничтожена „талія“, т. е. суженіе въ средней части туловища; уменьшено количество нижняго платья и упрощенъ фасонъ женскаго платья вообще. Выборъ—довольно великъ, и каждая женщина можетъ себѣ выбрать по своему вкусу и въ зависимости отъ времени года тогъ или иной фасонъ. Прокладимость тканей для воздуха очень хорошо можетъ быть соединена съ простотой; точно такъ же, какъ и практическій покрой—съ изяществомъ и привлекательностью.

Для того, чтобы привлечь болѣе живыя симпатіи нашихъ читательницъ къ преобразованной одеждѣ, мы находимъ необходимымъ подробнѣе остановиться на истинномъ значеніи главнѣйшей особенности современной женской одежды: „талія“. Мы должны откровенно высказать нашъ взглядъ на нее, съ точки зрѣнія существующихъ отношеній между полами. Только тогда намъ станетъ яснымъ кажущійся на первый взглядъ столь страннымъ фактъ, почему большинство женщинъ такъ



сильно дорожить этой особенностью своей одежды. Вмеѣстѣ съ тѣмъ намъ облегчится и задача найти способъ съ успѣхомъ замѣнить талию въ женской одеждѣ. Итакъ, мы считаемъ долгомъ откровенно высказать наше мнѣніе, рискуя даже вызвать неудовольствіе въ нѣкоторыхъ читательницахъ. Корсетъ, образуя „талию“, болѣе рѣзко очерчиваетъ контуры груди и способствуетъ болѣе замѣтному округленію бедеръ. Между тѣмъ обѣ означенныя особенности женскаго тѣла обладаютъ въ глазахъ мужчинъ особенно притягательной прелестью, такъ какъ онѣ главнымъ образомъ обуславливаютъ собой съ внѣшней стороны *женскій типъ*. Пышное развитіе упомянутыхъ частей тѣла служитъ намъ ручательствомъ въ способности обладательницы ихъ къ выполнению физиологическаго назначенія женщины: размноженію. Широкая тазъ обезпечиваетъ способность къ дѣторожденію, между тѣмъ какъ полныя груди служатъ ручательствомъ въ томъ, что данная женщина будетъ хорошей кормилицей. Женщины съ плоской грудью и узкими бедрами слывуть обыкновенно не только мало привлекательными, но и очень некрасивыми въ глазахъ мужчинъ. Объясняется это именно тѣмъ, что половой типъ въ нихъ выраженъ очень слабо. Точно такъ же не нравятся обыкновенно и женщинамъ мужчины съ узкими плечами и тонкимъ голосомъ, такъ какъ въ нихъ слабо выраженъ *мужской типъ*.

Подобныя соображенія покажутся, навѣрное, многимъ женщинамъ прямо—тривиальными; тѣмъ не менѣе, только они наводятъ насъ на объясненіе нѣкоторыхъ странностей въ области женской одежды, и прежде всего даютъ намъ въ руки истинный ключъ къ разгадкѣ того страннаго обстоятельства, что въ теченіе столькихъ вѣковъ корсетъ неограниченно владычествуетъ въ женской одеждѣ. Авторъ настоящаго сочиненія уже въ теченіе многихъ лѣтъ стремится доказать какъ живымъ словомъ, такъ и перомъ, что страсть женщинъ къ ношенію корсета далеко не лишена оснований. Приведенныя соображенія всего вѣрнѣе объясняютъ намъ, почему борьба съ корсетомъ, несмотря на то, что она ведется очень упорно и довольно давно, до сихъ поръ не привела, однако, къ сколько-нибудь ощутительнымъ результатамъ. Женщины инстинктивно чувствуютъ, что сѣуженіе въ средней области тѣла ведетъ къ тому, что ихъ специально женскія особенности выступаютъ болѣе рельефнымъ и болѣе привлекательнымъ образомъ, такъ какъ груди кажутся полнѣе, когда онѣ приподняты, точно такъ же, какъ и бедра, представляются болѣе круглыми и крѣпкими, когда средняя область туловища сѣужена. Здѣсь же мы считаемъ долгомъ указать на то, что въ по-

давляющемъ большинствѣ случаевъ женщины совершенно не сознаютъ кокетливаго расчета, который тайно кроется въ такомъ способѣ одѣванія. Больше того, каждая порядочная женщина съ краской стыда на лицѣ и съ глубокимъ негодованіемъ отвернется отъ васъ, если вы ей скажете, что она искусственными мѣрами старается болѣе рельефнымъ образомъ выставить на видъ свои груди и тазъ, дабы казаться болѣе привлекательной въ глазахъ мужчинъ. Именно на тѣхъ женщинъ, которыя изъ женской гордости и созна-



Рис. 105. Преобразованное женское платье. По системѣ ж. врача Фишеръ-Дюкельманъ (автора).

нія своего женскаго достоинства никогда не прибѣгаютъ къ этимъ мѣрамъ *сознательно*, желаемъ мы повліять въ томъ смыслѣ, чтобы побудить ихъ отказаться отъ ношенія одежды, несомѣстимой съ понятіемъ о полной самостоятельности и независимости отъ мужчинъ, которыя должны себѣ завоевать женщины въ будущемъ. До тѣхъ поръ, пока женщины будутъ играть въ жизни только роль *половыхъ существъ*, онѣ не въ правѣ удивляться тому, что мужчины оцѣниваютъ ихъ прежде всего по ихъ тѣлеснымъ свойствамъ.

Да не подумаютъ, однако, читательницы, будто мы желали бы лишить женщинъ свойственной имъ красоты. Ничуть не бывало! Мы всѣхъ больше ратуемъ за истинныя, здоровыя и благородныя понятія о *красотѣ*. И въ доказательство напомнимъ словамъ, читательницы найдутъ ее въ ближайшей главѣ, въ которой мы подробно и обстоятельно изложимъ наши взгляды на этотъ столь важный предметъ.

Мы желали бы ввести поэтому въ употребленіе болѣе красивую и вмѣстѣ съ тѣмъ болѣе цѣломудренную женскую одежду. Съ этой цѣлью мы вновь обращаемъ вниманіе нашихъ читательницъ на фиг. 1—3 на стр. 214, на которыхъ мы видимъ очень красивыя изображенія женской одежды. Вглянитесь въ нихъ внимательно. Въ ниспадающихъ складкахъ тканей естественныя формы женскаго тѣла обрисовываются гораздо рельефнѣе, чѣмъ въ современной одеждѣ: при малѣйшемъ движеніи образуются новыя складки, обрисовывающія женскую фигуру въ новомъ видѣ. Несмотря на то, что тѣло со всѣхъ сторонъ закрыто, оно все же въ гораздо большей

степени сохраняет свою свободу, чѣмъ когда оно стиснуто со всѣхъ сторонъ плотными юбками и туго затянуто въ корсетъ.

Вотъ почему мы, помимо спортивнаго костюма, который, безъ сомнѣнія, долженъ считаться наилучшимъ и для ношенія на улицѣ, считаемъ классическую греческую женскую одежду основой красиваго и благороднаго *домашняго платья*. На рис. 105 мы приводимъ и видоизмѣненіе этой одежды, обусловленное необходимостью: къ сожалѣнію, мы не живемъ подъ благодатнымъ небомъ Греціи, а потому лишены возможности оставлять во всякое время года и во всякую погоду шею и руки совершенно открытыми. Если вставку для рукавовъ и шеи собрать, напримѣръ, въ складки и сдѣлать, изъ шелку, греческую же рубашку сдѣлать изъ кашемира и притомъ одного цвѣта съ юбкой, то получается удивительно красивый костюмъ. Такой костюмъ мы можемъ, понятно, готовить изъ болѣе легкихъ и болѣе тяжелыхъ матерій, а также вносить въ него, смотря по надобности, и много другихъ видоизмѣненій.

Съ великимъ удовольствіемъ убѣдились мы, что и д-ръ Ламанъ въ своемъ сочиненіи относительно преобразованія женской одежды также остановился на классическихъ образцахъ и не менѣе нашего преклоняется передъ ихъ изяществомъ, красотой и естественностью. На рис. 106 мы изобразили предлагаемый имъ костюмъ, который болѣе напоминаетъ собой римскую женскую одежду. Этотъ костюмъ, безъ сомнѣнія, также найдетъ много поклонницъ. Передній видъ представляетъ нѣкоторое сочетаніе спадающаго въ складкахъ античнаго платья съ современными украшеніями на рукавахъ, между тѣмъ какъ сзади костюмъ покроенъ въ видѣ красиваго шлафрока. Какъ видятъ читательницы, модель эта не лишена нѣкоторыхъ противорѣчій. Тѣмъ не менѣе, костюму этому нельзя отказать въ извѣстной красотѣ. На статной фигурѣ онъ, несомнѣнно, еще гораздо болѣе выигрываетъ.



Рис. 106. Преобразованное платье.
(По д-ру Ламану).

Греческая туника придаетъ, однако, больше подвижности женскимъ формамъ, меньше стѣсняетъ насъ, чѣмъ лежащее въ тяжелыхъ складки платье, особенно, когда рубаха не длинна, представляетъ много простору для разнообразія и украшенія и вообще больше соотвѣтствуетъ современнымъ требованіямъ.



Рис. 107. Образецъ преобразованнаго платья для теплаго сезона.

Юбка не завязывается въ талии, но носится, подобно сорочкѣ, поверхъ плечъ. Когда платье шьется для теплаго сезона или для молодыхъ дѣвушекъ, то оно не имѣетъ ни шеи, ни рукавовъ, и закрѣпляется спереди или сзади тремя пуговицами, какъ это изображено на рис. 107.

Главными преимуществами предложенныхъ нами образцовъ должны считаться *отсутствіе талии и свобода* въ верхнемъ платьѣ, къ которому вслѣдствіе этого очень легко приспособляется любая нижняя одежда.

Исподнему платью мы должны удѣлать большое вниманіе, такъ какъ тотъ или иной покрой его имѣетъ огромное вліяніе на сохраненіе здоровья женщины. Платье это должно состоять изъ обыкновенной женской сорочки - безрукавки,



Рис. 108. Гигіеническія женскія панталоны.

изъ легкаго бумажнаго трико лѣтомъ и болѣе плотнаго — для холоднаго времени года, и панталонъ. Въ видахъ простоты и чистоты, а также изъ уваженія къ старой укоренившейся привычкѣ мы высказываемся за старомодную сорочку, но въ то же время высказываемся про-

тивъ соединенія панталонъ съ лифчикомъ или ношенія сорочки поверхъ кальсонъ, какъ это нѣкоторыя дѣлаютъ потому, что „такъ свѣжѣ“. Несомнѣнно, здоровѣе непосред-

ственно на тѣлѣ носить *цѣльный* предметъ бѣлья и почаше мѣнять его, вмѣсто того, чтобы ниже платье вновь дѣлать на двѣ штучки и такимъ образомъ вызывать новыя затрудненія относительно ихъ прикрѣпленія. Панталоны, соединенныя съ лифчикомъ, слишкомъ плотно прилегаютъ къ тѣлу и требуютъ ношенія поверхъ нихъ еще другой пары панталонъ, чего нельзя не считать излишнимъ и обременительнымъ. Что же касается до ношенія сорочки поверхъ панталонъ, то и этого нельзя рекомендовать въ виду того, что сорочка въ такомъ случаѣ слишкомъ быстро грязнится.

Мы гораздо вѣрнѣе достигнемъ цѣли, если скроемъ панталоны настолько широкими, чтобы они намъ замѣнили и нижнюю юбку. Что же касается до укоренившейся въ насъ привычки къ тому, чтобы внизу платье казалось полнѣе, то этого мы можемъ достигъ, обшивъ юбку внизу широкими оборками. Панталоны эти можно прикрѣпить широкой свободной тесьмой къ помочамъ, къ которымъ можно прикрѣпить также и верхнюю юбку. Тогда намъ не понадобится обременять ничѣмъ больше ни плечъ, ни бедеръ. Такимъ образомъ мы пришли къ заключенію, что наиболѣе разумный и цѣлесообразный женскій костюмъ долженъ состоять изъ сорочки изъ трико, таковыхъ же панталонъ (лѣтомъ посвѣтлѣе и полегче; зимой—потемнѣе и потяжелѣе) и верхняго платья. Никакихъ фуфаекъ, нижнихъ юбокъ или какого-либо иного нижняго платья! Какая привлекательная простота по сравненію со множествомъ излишнихъ и къ тому же стѣснительныхъ частей туалета въ современномъ женскомъ костюмѣ: верхней сорочки, нижней сорочки, корсета, кашъ-корсета, лифчика и т. д. И вмѣстѣ съ тѣмъ что за легкое платье! Ни малѣйшаго стѣсненія въ движеніяхъ! Исчезаетъ неуклюжесть и неповоротливость въ женской одеждѣ, точно такъ же, какъ нѣтъ больше болѣзненнаго давленія на туловище и на внутренніе органы!..

Въ преобразованномъ платьѣ *панталоны* такимъ образомъ обратились въ очень важную принадлежность туалета. Носить ихъ можно закрытыми или же открытыми сбоку. На рис. 108 нами изображены женскія закрытыя панталоны. Въ такомъ видѣ онѣ также очень пригодны и для велосипедной ѣзды. Изготавливаются онѣ изъ трико и, смотря по сезону, онѣ могутъ изготавливаться темными или свѣтлыми, тонкими или плотными. Для ѣзды на велосипедѣ ихъ всего лучше дѣлать черными, чтобы онѣ полнѣе подходили по цвѣту къ чернымъ чулкамъ. Въ шагу устраивается, какъ это видно на рис. 108, вставка, которая идетъ безъ пуговицъ и имѣетъ назначеніемъ постоянно держать панталоны закрытыми.

Такия панталоны очень хорошо лежатъ, предоставляютъ

тѣлу большій просторъ при движеніяхъ и гораздо лучше согрѣваютъ ноги, чѣмъ узкіе старыя покроя, которые въ нижней части тѣла вовсе не плотно придерживаютъ сорочку и относительно очень слабо предохраняютъ нижнюю часть тѣла отъ простуды.



Рис. 109. Помочи для платья.
(Модель г-жи Гардтъ
въ Дрезденѣ).

Чулки могутъ прикрѣпляться къ нижней части панталонъ или же — посредствомъ резинокъ—къ помочамъ. Сорочка изъ трико не вздувается такъ сильно, какъ бѣлье изъ ширтинга, и никогда не даетъ твердыхъ рѣзущихъ складокъ. При такихъ условіяхъ весь женскій корпусъ оказывается такимъ же свободнымъ и столь же просто одѣтымъ, какъ и мужской, который при нормальныхъ условіяхъ имѣетъ на себѣ только два слоя одежды. Сильно развитая грудь, несомнѣнно, нуждается въ поддержкѣ. Г-жа Гардтъ очень удачно скомбинировала грудеподъемникъ съ помочами для платья, соединивъ мужскія подтяжки поперечной частью, состоящей изъ проходимой для воздуха ткани и резиновыхъ тесемокъ и предназначенной для поддержки грудей. Эти „подтяжки“, изображенныя на рис. 109, поддерживаютъ лежащія складками панталоны, не стѣсняя нигдѣ грудной клѣтки, и вмѣстѣ съ тѣмъ поддерживаютъ грудь. Въ самомъ простомъ и вмѣстѣ съ тѣмъ и наиболѣе изящномъ видѣ онѣ изготовляются фирмой Гайнрихъ въ Дрезденѣ.



Рис. 110. Шведскій грудеподъемникъ.

Другую модель грудеподъемника показываетъ намъ рис. 110. Этотъ грудеподъемникъ сидитъ плотнѣе, но зато онъ не оказываетъ никакой поддержки нижнему платью. Онъ всего больше подходитъ роженницамъ, а также и женщинамъ, которыя только недавно отняли дѣтей отъ груди.

Самыя простыя помочи для юбки каждая женщина можетъ себѣ сама изготовить, выкроивъ изъ плотной матеріи двѣ полосы соответствующей длины, которыя въ надлежащемъ мѣстѣ перекрещиваются на спинѣ и концы которыхъ снабжаются пуговицами. Къ юбкѣ и панталонамъ пришиваются четыре петли.

Къ таковымъ же приспособленіямъ долженъ быть отнесенъ и *поясъ Юноны*, изображенный нами на раскрашенной таблицѣ № 3. Онъ отлично поддерживаетъ полные или свѣшивающіеся животы. Онъ оказываетъ также хорошую поддержку внутреннимъ органамъ при опущеніи ихъ. Вмѣстѣ съ тѣмъ онъ, не оказывая на груди никакого давленія, оказываетъ имъ, однако, надежную поддержку. Поясъ этотъ изготовляется г-жей Флайшеръ-Грибель въ Берлинѣ.

Мы даемъ еще и нѣкоторыя другія модели женскаго платья, которыя въ большей степени подходятъ къ нынѣ употребляемымъ. Онѣ очень просты и вполне могутъ удовлетворить требованія большинства женщинъ.

Шерстяное платье, изображенное на рис. 111 и бывшее въ употребленіи въ Ютландіи еще лѣтъ за 500 до Р. Х., даетъ намъ понятіе о томъ, какимъ практичнымъ и сколь хорошо приспособленнымъ къ потребностямъ текущей жизни было еще въ ту эпоху женское платье на сѣверѣ. Широкія платья для ношенія *на улицѣ*, позаимствованныя нами изъ сочиненія д-ра Ламана, представляютъ собой простые и практичныя костюмы, которые предоставляютъ нашимъ движеніямъ достаточно свободы, по желанію могутъ быть украшаемы, подходятъ ко всякому сезону и представляютъ нѣкоторое сходство съ лучшими историческими образцами.

Чтобы побудить нашихъ читательницъ къ дальнѣйшему усовершенствованію женскаго костюма, мы приводимъ также образцы 112 и 113. Что же касается до новѣйшихъ моделей, изображенныхъ на рис. 114—117, то онѣ, какъ видятъ читательницы, удовлетворяютъ въ одинаковой мѣрѣ, какъ требованіямъ гигиены, такъ и эстетики.

Тѣмъ изъ нашихъ читательницъ, которыя сознательно и твердо прониклись проповѣдуемыми нами принципами, очень легко и самимъ изготовить себѣ по даннымъ намъ указаніямъ цѣлесообразныя и разумныя платья.

Тѣмъ, которыя отъ природы обладаютъ стройной фигурой и красивой осанкой, а также получили правильное физическое воспитаніе, не требуется никакой поддержки для бюста, такъ



Рис. 111. Женское шерстяное платье, бывшее въ употребленіи въ Ютландіи въ эпоху бронзоваго вѣка.



Рис. 112.
Гимнастическій женскій костюмъ.



Рис. 113. Верисгофская модель преобразованнаго женскаго платья. (По Платону).



Рис. 114.
Новѣйшія модели гигиеническаго женскаго платья.



Рис. 115.

какъ употребляемая съ этой цѣлью приспособленія только стѣсняють женщину, привыкшую къ свободѣ движеній и къ легкой проницаемой одеждѣ; помимо того, они лѣтомъ слишкомъ согрѣваютъ тѣло. Многимъ нашимъ читательницамъ, навѣрное, покажется страннымъ наше утвержденіе, что корсетъ способствуетъ ослабленію женскихъ грудей. Между тѣмъ фактъ этотъ вѣдъ сомнѣнія и очень просто объясняется тѣмъ, что, оказывая имъ постоянную искусственную поддержку, мы отучаемъ ихъ отъ того, чтобы онѣ правильно держались самостоятельно. Если же корсетъ начинаютъ носить лѣтъ съ 14, то рѣшительно нечего удивляться тому, что груди утра-

тили присущую имъ въ нормальномъ состояніи упругость и болѣе или менѣе ослабѣли.

Намъ остается сказать еще нѣсколько словъ о *верхней женской одеждѣ*: кофточкахъ, мантильяхъ и пр. На случай дурной погоды, преимущественно дождя или снѣга, мы запасаемся въ большинствѣ случаевъ зонтиками, кото-



Рис. 116. Выходное платье.



Рис. 117. Выходное платье.

рые требуютъ отъ нашихъ верхнихъ конечностей не малаго напряженія. Во многихъ случаяхъ ихъ очень удобно бываетъ замѣнить каучуковыми дождевыми плащами съ капюшонами, которыя дѣлають потребленіе зонтика совершенно излишнимъ. Советуемъ, однако, соблюдать при этомъ тѣ правила, которыя были нами указаны выше, въ главѣ объ „одеждѣ“.

Для обычнаго ношенія рекомендуются коротенькія кофточки. Въ очень холодную и морозную погоду можно носить шубки или же мантильи (безъ рукавовъ), смотря по личному вкусу или удобству. Шубки и мантильи эти могутъ быть на

ватѣ или на мѣху. Такъ какъ онѣ должны вполнѣ подходить къ платью, то, само собой разумѣется, что онѣ не должны быть покроены въ талію, но—свободно лежать и не стѣснять движеній.

Наша постель.

Для того, чтобы организмъ нашъ могъ правильно выполнять свое назначеніе, необходимо, чтобы дѣятельность въ немъ постоянно чередовалась съ покоемъ. Это—основное, общее правило, изъ котораго нѣтъ исключеній. Что можетъ быть дѣятельнѣе нашего сердца, которое, казалось бы, дѣйствительно не знаетъ покоя съ того момента, какъ оно забилося въ первый разъ, и вплоть до послѣдняго нашего издыханія!.. Но и оно отдыхаетъ: между каждыми двумя ударами происходитъ пауза, во время которой оно, хотя и на очень короткое время, успокаивается. Подобно тому, какъ отдыхаетъ каждый органъ въ отдѣльности, долженъ отдыхать и весь организмъ, что всего лучше происходитъ во время ночного сна, который имѣетъ поэтому огромное значеніе для сохранения нашихъ силъ и здоровья. Отдыхаемъ мы всего лучше въ постели. Когда же мы спимъ какъ попало, то отдыхаемъ не вполнѣ.

Постель, это—наше ночное платье, которое отличается отъ дневного лишь тѣмъ, что мы его не носимъ съ собой и что оно совершенно свободно облегаетъ наше тѣло. Для всѣхъ больныхъ, слабыхъ и забнувшихъ людей постель является любимымъ убѣжищемъ, въ которомъ они находятъ покой, удобство, теплоту, а чаще всего и столь желанный сонъ. Множество людей проводитъ въ постели около половины всей своей жизни. Подумаемъ только о маленькихъ дѣтяхъ и о любительницахъ поваляться и понѣжиться въ постели, которыхъ такъ много въ достаточныхъ классахъ населенія и особенно среди великосвѣтскихъ дамъ. Вѣдь, провести часовъ десять въ постели не представляетъ для многихъ изъ насъ ровно ничего особеннаго: меньше же 8 часовъ рѣдко, вѣдь, кто и спитъ, а 8 часовъ въ постели—это вѣдь *треть* нашей жизни!..

Вотъ почему мы вовсе не должны относиться совершенно равнодушно къ тому, *какъ именно устроены наши постели*. Что касается до чистоты и проходимости для воздуха, то этимъ требованіямъ постель наша должна удовлетворять ничуть не въ меньшей мѣрѣ, чѣмъ наше платье. Еще менѣе слѣдуетъ упускать изъ виду, что въ ней могутъ находить себѣ убѣжище болѣзнетворные зародыши и скопляться газо-

образные продукты выдѣленія нашего организма. Въ этомъ отношеніи постели представляютъ гораздо болѣе опасности, нежели одежда, которую мы, вѣдь, безпрестанно провѣтриваемъ, такъ какъ поневолѣ выносимъ ее безпрестанно съ собой на воздухъ. Постель, между тѣмъ, стоитъ неподвижно на своемъ мѣстѣ, и только въ очень немногихъ домахъ ее иногда разбираютъ и выносятъ нѣкоторыя части на воздухъ, гдѣ онѣ обвѣваются вѣтромъ и согрѣваются солнцемъ. Что же касается до постельныхъ принадлежностей, то существуютъ многія семьи, которыя, несмотря на всю ихъ

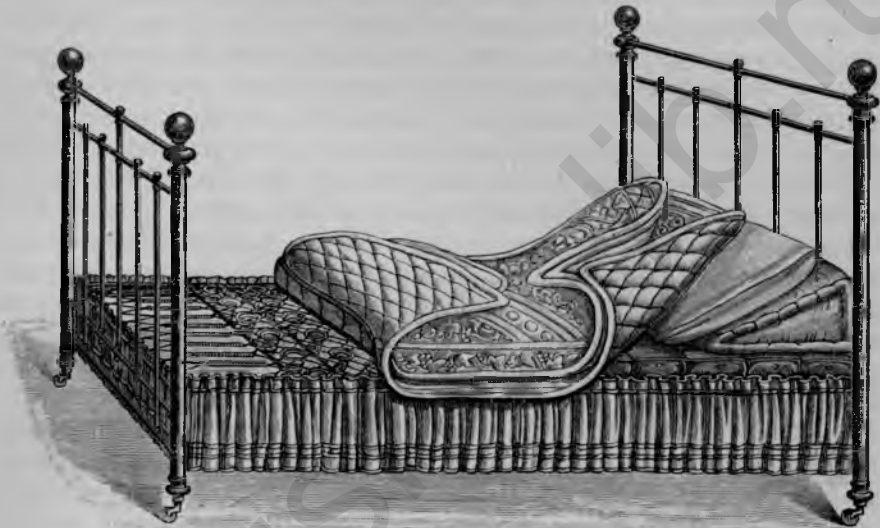


Рис. 118. Штайнеровская кровать.

чистоплотность во всѣхъ остальныхъ отношеніяхъ, нерѣдко въ теченіе всей зимы ни разу не выносятъ, однако, постелей на воздухъ, изъ боязни, чтобы онѣ не пропитались „холоднымъ или влажнымъ воздухомъ“.

Бѣда была бы еще не такъ велика, если бы люди эти спали при открытыхъ окнахъ или, по крайней мѣрѣ, постельныя принадлежности ихъ были изготовлены изъ проходимыхъ для воздуха и гигиеническихъ тканей. Такъ ли оно, однако, бываетъ на самомъ дѣлѣ? Начнемъ съ матрацовъ. Они изготовляются обыкновенно изъ проволоки и пружинъ, которыя нерѣдко въ теченіе многихъ годовъ не измѣняютъ своего первоначальнаго положенія. На нихъ кладутся тюфяки изъ конской гривы, морской травы, смѣсей изъ этихъ веществъ, а нерѣдко и гораздо менѣе гигиеническихъ веществъ, до мочалы въ бѣдныхъ классахъ включительно. Затѣмъ

идуть очень часто перины, простыни, шерстяныя одѣяла и т. д.

Въ головахъ мы кладемъ иногда двѣ-три подушки, набитыя перьями или пухомъ и въ которыя голова погружается довольно глубоко, когда онѣ не плотно набиты. Даже зимой такія подушки слишкомъ сильно грѣютъ голову; лѣтомъ же на нихъ бываетъ невыносимо жарко.

Покрывалами намъ служатъ одѣяла шерстяныя или же стеганныя обыкновенно на ватѣ. За границей принято укрываться длинными легкими перинками или пуховиками.

Таковыми бываютъ наши постели и постельныя принадлежности въ дѣйствительности. Посмотримъ теперь, какъ вымы *должны* онѣ быть, чтобы удовлетворять тѣмъ требованіямъ, которыя мы къ нимъ предъявляемъ въ интересахъ нашего здоровья. Постель наша должна быть мягкой, теплой и проходимою для воздуха. Поэтому-то за послѣдніе годы были дѣлаемы попытки преобразовать въ указанныхъ направленіяхъ нашу постель. Постель не должна слишкомъ согрѣвать наше тѣло; пружины не должны лишать наше тѣло возможности принять для болѣе полного отдыха *любое* положеніе. Между тѣмъ, въ дѣйствительности, перины и подушки задерживаютъ въ значительной степени излученія тепла изъ нашего тѣла и слишкомъ насъ согрѣваютъ. Съ другой стороны, пружины препятствуютъ въ нѣкоторой степени полному отдыху нашего тѣла.

Какъ перья, такъ и пухъ, не пропускаютъ почти вовсе ни воздуха, ни тепла. Вслѣдствіе этого они задерживаютъ газы, потъ и теплоту. Подъ тяжестью тѣла въ нихъ образуются углубленія, препятствующія тѣлу принимать совершенно горизонтальное положеніе. Помимо того въ нихъ очень легко размножаются различныя бактеріи. Они поэтому не годятся для подстилания подъ себя употреблять ихъ слѣдуетъ только въ видѣ покрывалъ для забкихъ малокровныхъ особъ.

Для молодого и здороваго человѣка требуется жесткое и прохладное ложе. Никакихъ перинъ или пуховиковъ! Матрацъ и головная подушка должны быть набиты всего лучше конскимъ волосомъ; за неимѣніемъ же или дороговизной его—травой и даже соломой.

Кровать никогда не должна стоять прислоненной къ стѣнѣ. Всего лучше ставить кровать посреди комнаты, такъ чтобы свѣжій воздухъ могъ ее обвѣвать со всѣхъ сторонъ.

Гдѣ только возможно, слѣдуетъ деревянную кровать замѣнять металлической, которую гораздо легче содержать въ чистотѣ.

Всего гигиеничнѣе набивать тюфяки конскою гривой. На второмъ планѣ стоитъ морская трава, въ крайнемъ случаѣ

можно пользоваться и соломенными тюфяками, которые находятся, напр., въ употребленіи въ нашей арміи. Только такіе матрацы непременно слѣдуетъ какъ можно чаще выколачивать, а также аккуратно провѣтривать. Дешевые тюфяки набиваются также и стружками или мочалой; послѣднее безусловно вредно.

Вмѣсто пружинныхъ матрацовъ предпочтительнѣе употреблять проволочные: они—эластичны, надежны, и вмѣстѣ съ тѣмъ, несомнѣнно, должны быть признаны наиболѣе чистыми.

Штайнеру принадлежитъ заслуга введенія въ употребленіе чрезвычайно разумной модели кроватей, которыя въ настоящее время находятся уже въ большемъ распространеніи, особенно за границей. Лѣтомъ въ такой кровати прохладно и свѣжо; когда же наступаетъ зима, то можно подложить подъ себя вдвое сложенное шерстяное или же ватное одѣяло. Если къ тому же укрыть ноги легкой перинкой, то въ такой кровати безусловно лучше будетъ спать, чѣмъ въ какой бы то ни было кровати старой модели.

Если принять во вниманіе, что согрѣваніе, съ одной стороны, вредно дѣйствуетъ на голову и что, съ другой стороны, головѣ необходимо орошаться кровью, то станетъ понятнымъ, почему мы рекомендуемъ преимущественно *плоскія подушки*, набитыя *конскимъ волосомъ* для всѣхъ безъ различія пола и возраста и возможно *горизонтальное положеніе* тѣла. Только тогда тѣло получить столь желанный покой и кровь не будетъ приливать къ тазовымъ органамъ, что въ настоящее время наблюдается довольно часто.

Особенно важное значеніе имѣетъ соблюденіе этихъ указаній для женщинъ, страдающихъ кровотеченіями изъ тазовыхъ органовъ. Онѣ должны пользоваться *только* волосатыми тюфяками и подушками. На рис. 118 изображена нами Штайнеровская кровать со всѣми ея принадлежностями, какъ то: стеганными одѣялами, матрацомъ, проволочнымъ плетеніемъ, двумя головными подушками, причѣмъ всѣ онѣ обтянуты трико.

Наши жилища.

Жилище въ томъ видѣ, въ какомъ оно теперь существуетъ, было совершенно неизвѣстно нашимъ отдаленнымъ предкамъ, которымъ оно служило только на короткое время прикрытіемъ отъ непогоды, главнымъ же образомъ служило имъ убѣжищемъ отъ нападенія дикихъ звѣрей, которые ихъ

на каждомъ шагѣ подстерегали. Между тѣмъ, современныя жилища наши устроены съ такими удобствами и комфортомъ, что даютъ намъ возможность предаваться самымъ спокойнымъ образомъ нашимъ занятіямъ, совершенно независимо почти отъ климата или погоды. Но на ряду съ этими удобствами, значеніе которыхъ неоспоримо, современныя жилища представляютъ, однако, и множество неудобствъ, которыя очень чувствительнымъ образомъ отражаются на нашемъ здоровьѣ. Не разъ приходится пожалѣть, съ гигиенической точки зрѣнія, о тѣхъ временахъ, когда человѣчество жило въ палаткахъ, которыя были такъ широко доступны для воздуха, свѣта и солнечнаго тепла.

Въ виду того огромнаго значенія, которое приобрѣло при современныхъ условіяхъ жизни жилище, оно вполне заслуживаетъ того, чтобы на немъ остановились нѣсколько подробнѣе. Жилище должно удовлетворять двумъ главнѣйшимъ требованіямъ: оно должно насъ предохранять отъ дѣйствія рѣзкихъ перемѣнъ въ наружной атмосферѣ, но вмѣстѣ съ тѣмъ не должно изолировать насъ всецѣло отъ внѣшняго воздуха, дабы воздухъ въ нашемъ жилищѣ могъ безпрестанно обмѣниваться.

Прежде, однако, чѣмъ перейти къ разсмотрѣнію тѣхъ условій, которымъ должна удовлетворять сама постройка, мы должны сказать нѣсколько словъ о *расположеніи дома*. При постройкѣ дома располагать его слѣдуетъ такимъ образомъ, чтобы онъ насъ защищалъ отъ *главнѣйшихъ вѣтровъ*, господствующихъ въ данной мѣстности, и чтобы онъ доставлялъ намъ какъ можно больше солнечнаго тепла и свѣта, съ чрезвычайно благотворнымъ вліяніемъ каковыхъ естественныхъ условій на нашъ организмъ мы уже обстоятельно ознакомились выше. Сообразно этому всего лучше располагать домъ фасадомъ на *югъ* или же на западъ. При постройкѣ новаго дома, его всего лучше, если мѣстныя условія даютъ къ тому возможность, располагать на склонѣ холма. Въ такомъ случаѣ можно быть совершенно гарантированнымъ отъ сырости, такъ какъ по склону холма влага задерживается очень мало.

Въ случаѣ сырости или влажности почвы ее слѣдуетъ предварительно осушить посредствомъ дренажа. Во всякомъ случаѣ фундаментъ долженъ быть воздвигаемъ на почвѣ совершенно сухой, иначе трудно будетъ избѣжать появленія сырости.

Переходимъ къ *материаламъ*, изъ которыхъ долженъ строиться домъ. Какимъ главнѣйшимъ условіямъ должны они удовлетворять, мы уже видѣли выше: они должны быть пло-

хими проводниками тепла и вмѣстѣ съ тѣмъ быть пористыми, чтобы дать воздуху возможность проходить сквозь стѣны. Всего больше условія этимъ удовлетворяютъ *известковый камень* и *обожженный кирпичъ*. И тотъ и другой въ настоящее время довольно распространены для построекъ у насъ въ Россіи. Въ томъ случаѣ, когда для постройки употребляется *лѣсъ*, онъ долженъ быть безусловно сухимъ. Иначе въ немъ не только скоро заводится сырость, но легко распложаются и многочисленныя бактеріи и грибки, которыя, по новѣйшимъ изслѣдованіямъ, вызываютъ нерѣдко хроническія заболѣванія дыхательнаго аппарата, обнаруживающія много сходства съ легочной чахоткой. Что касается до обожженаго кирпича, то онъ имѣетъ одно неудобство: онъ слишкомъ хорошо проводитъ тепло. Для устраненія этого недостатка въ Англии, а по ея примѣру и въ другихъ странахъ, стали дѣлать кирпичи полыми внутри. Въ другихъ случаяхъ кирпичъ кладется въ два ряда: внутри—сплошной и снаружи—полый. Въ такомъ случаѣ въ полостяхъ кирпича находится воздухъ, который, какъ мы видѣли уже выше, когда говорили объ „одеждѣ“, составляетъ наилучшій способъ для сохраненія нашего внутренняго тепла, которое онъ плохо проводитъ.

Подвалы ни въ коемъ случаѣ не должны бы служить для жилья, особенно въ такихъ сырыхъ мѣстностяхъ, какъ наша столица.

Скажемъ нѣсколько словъ и о *крышѣ*. Наиболѣе гигиенической слѣдовало бы, пожалуй, признать *соломенную* крышу, но она очень опасна въ пожарномъ отношеніи. *Желѣзная крыша* очень хорошо проводитъ тепло. Поэтому подъ такой крышей зимой холодно; лѣтомъ же невыносимо жарко, какъ это слишкомъ хорошо извѣстно обитателямъ верхнихъ этажей и мансардъ. Имъ же обязаны своей чрезвычайно печальной исторической репутаціей и венеціанскія тюрьмы. *Черепица*, которая находится въ большомъ употребленіи на югѣ, обладаетъ тѣми же недостатками, что и желѣзо. Въ большей или меньшей степени сказанное относится и къ прочимъ кровельнымъ матеріаламъ.

Въ нашихъ мѣстахъ крыша дѣлается покатой, чтобы обезпечить правильный стокъ атмосфернымъ осадкамъ. Въ жаркомъ климатѣ, а также и у насъ на югѣ и на Кавказѣ, туземныя крыши дѣлаются плоскими и служатъ верандами, которыми особенно охотно пользуются подъ вечеръ, когда начинаетъ спадать дневной жаръ.

Перейдемъ къ *стѣнамъ*. Какъ мы уже многократно упоминали, онѣ непременно должны пропускать воздухъ, иначе провѣтриваніе комнатъ черезъ стѣны значительно замедляется.

Между тѣмъ мы, въ силу принятыхъ обычаевъ, сами часто создаемъ къ соблюденію этого правила большія препятствія. Въ настоящее время твердо установлено, что *клеевая краска* закупориваетъ поры строительнаго матеріала и вслѣдствіе этого, если не совершенно прекращаетъ, то значительно замедляетъ обмѣнъ воздуха черезъ стѣны. То же относится и къ нашимъ *обоямъ*, которые обыкновенно наклеиваются на стѣны посредствомъ клейстера. Особенно вреднымъ слѣдуетъ считать наклеиваніе новыхъ обоевъ на старыя, что, между тѣмъ, практикуется относительно часто. Простая краска не обладаетъ этимъ недостаткомъ, точно такъ же, какъ известь, которая должны быть признаны наиболѣе гигиеничными матеріалами для покрытія стѣнъ изнутри. То же можемъ мы сказать и объ очень распространенномъ, преимущественно среди южныхъ крестьянъ, обычаѣ штукатурить стѣну глиной. Вообще слѣдуетъ сказать, что простыя крестьянскія помещенія, въ которыхъ стѣны выложены изъ земляного кирпича, въ большей мѣрѣ удовлетворяютъ требованіямъ гигиены, чѣмъ большинство городскихъ жилищъ. Въ нашемъ климатѣ стѣны слѣдуетъ дѣлать преимущественно толстыми: такія стѣны лучше, нежели тонкія, предохраняютъ насъ зимой отъ холода, а лѣтомъ отъ жары.

Что касается до *потолка и половъ*, то о нихъ можно сказать слѣдующее: должно, по возможности, совершенно избѣгать лѣпныхъ украшеній, или же слѣдуетъ слѣдить съ особеннымъ вниманіемъ за постояннымъ удаленіемъ съ нихъ пыли. Полы употребляются у насъ большей частью изъ паркета. Такіе полы, быть-можетъ, очень удобны въ практическомъ отношеніи, но, съ точки зрѣнія охраненія нашего здоровья, про нихъ нельзя сказать того же. Прежде всего въ щели ихъ набивается всякая грязь и нечистота, которую потомъ бываетъ довольно трудно удалить оттуда. Тамъ находятъ себѣ нѣрѣдко пристанище микробы, и многія домовыя эпидеміи нашли уже себѣ объясненія въ этомъ обстоятельстве, такъ какъ иногда эпидеміи исчезали какъ бы по волшебству послѣ того, какъ мѣнялись обои и паркетъ. Помимо того, та пыль, которая неизбежно подымается при натираніи половъ, не только отравляетъ намъ дыханіе, но и разноситъ иногда въ воздухъ разсадниковъ эпидеміи. Заразные болѣзни могутъ также довольно легко передаваться изъ одной квартиры и дома въ другіе, будучи переносимы полотерными принадлежностями.

Можно съ увѣренностью сказать, что *паркетные полы* поэтому скоро выйдутъ изъ употребленія, какъ уже почти вышли изъ употребленія дощатые полы, которые еще болѣе

опасны въ гигиеническомъ отношеніи. Чѣмъ они будутъ замѣнены, въ настоящее время сказать съ опредѣленностью довольно трудно. Можно, однако, предполагать, что они будутъ замѣнены фаянсовыми плитками, которыя такъ легко поддаются полной дезинфекціи. Очень цѣлесообразнымъ должно также быть признано покрываніе половъ хорошей клеенкой, особенно линолеумомъ. Такой полъ очень хорошо поддается чисткѣ въ случаѣ загрязненія; онъ ничего не впитываетъ и не пропускаетъ. Въ случаѣ надобности его не трудно замѣнить новымъ. Недуренъ также и асфальтъ, особенно, когда его верхній слой, во избѣжаніе стиранія и образованія пыли, покрытъ лакомъ.

Дощатые полы, которые находятся еще въ большемъ употребленіи въ деревняхъ, а также и небольшихъ городахъ, не могутъ считаться цѣлесообразными: для поддержанія въ чистотѣ ихъ слѣдуетъ часто скрести и мыть. Такимъ образомъ они способствуютъ появленію сырости. Кроме того, они очень легко впитываютъ въ себя какъ различные ароматы, такъ и болѣзненные бактеріи.

Земляные полы, въ томъ видѣ, какъ они существуютъ у крестьянъ, очень плохо предохраняютъ отъ сырости и холода.

Возвращаясь къ *обоямъ*, которые составляютъ почти необходимую принадлежность каждаго городского жилища, мы должны по ихъ поводу прибавить еще слѣдующее: они часто красятся свинцовыми, мышьяковистыми и ртутными красками. Подъ вліяніемъ времени обои истлѣваютъ, и тогда въ воздухѣ начинаютъ разноситься ядовитыя частицы, которыя не разъ уже вызывали хроническое отравленіе. Такъ какъ упомянутыми ядовитыми красками бывають окрашены преимущественно обои яркіе и блестящіе, то предпочтительнѣе выбирать обои цвѣтомъ потемнѣе. Обои слѣдуетъ непременно *мѣнять* (сдирая старые со стѣны), но отнюдь не наклеивать новые обои на старые, такъ какъ такимъ образомъ мы не только препятствуемъ правильному обмѣну воздуха въ нашемъ домѣ, но и сохраняемъ цѣлыя колоніи микробовъ, вѣдрившихся въ старые обои.

Перейдемъ теперь къ разсмотрѣнію того, какимъ спеціальнымъ требованіямъ должны удовлетворять отдѣльныя комнаты.

Предварительно скажемъ нѣсколько словъ о *лѣстницахъ*. Ради безопасности въ пожарномъ отношеніи желательнѣе, чтобы онѣ были желѣзныя, а еще лучше каменные. Во всѣхъ отношеніяхъ предпочтительнѣе имѣть въ квартирѣ два хода: чистый и черный. Лѣстница должна быть свѣтла и широка,

такъ какъ она играетъ очень важную роль въ провѣтриваніи всего дома. Ту роль, которую играетъ лѣстница по отношенію къ цѣлому дому, играетъ и коридоръ, въ каждой отдѣльной квартирѣ. Не всегда имѣемъ мы, къ сожалѣнію, возможность дѣлать переднюю и коридоръ свѣтлыми и просторными. Мы должны по крайней мѣрѣ, очень усердно заботиться по-этому о томъ, чтобы они аккуратно провѣтривались, такъ какъ это освѣжаетъ всю квартиру. Рекомендуется выстилать лѣстницы, переднюю и коридоръ клеенкой, такъ какъ они усерднѣе всего посѣщаются посторонними лицами, въ чистоплотности которыхъ мы не всегда можемъ быть увѣрены. Къ тому же они служатъ сообщеніемъ между различными комнатами и вслѣдствіе этого всего легче передаютъ заразу.

О *столовой* намъ немного приходится сказать; вѣдь, она имѣетъ временное назначеніе. Желательно, чтобы она не находилась въ непосредственномъ сосѣдствѣ съ кухней. Немного скажемъ мы и о *гостиной*. Во-первыхъ, и эта комната имѣетъ только временное назначеніе; во-вторыхъ, потому, что въ силу тщеславія, мы именно эти комнаты, въ которыхъ принимаемъ чужихъ и постороннихъ людей, содержимъ въ наилучшемъ порядкѣ и имъ удѣляемъ наибольшее вниманіе, чаще всего въ ущербъ нашей спальнѣ и дѣтской, къ которымъ мы должны бы, однако, относиться съ особеннымъ вниманіемъ.

Спальня должна хорошо провѣтриваться и, по возможности, согрѣваться солнечными лучами. Принадлежности ея должны, какъ мы объ этомъ уже упоминали, непременно вентилироваться, время отъ времени, самымъ тщательнымъ образомъ. Ни подъ какимъ видомъ не слѣдуетъ въ спальнѣ держать грязное бѣлье. Лучше также не держать тамъ вообще никакихъ шкаповъ, и тѣмъ болѣе полокъ, которыя еще труднѣе вентилировать. Не только пріятно, но и очень полезно имѣть рядомъ со спальней *ванну*, въ которой желательно и устройство душа.

Дѣтская должна быть очень просторной и какъ можно больше согрѣваться солнечными лучами. Если солнце дѣйствуетъ чрезвычайно благотворно на организмъ взрослога, то для развитія дѣтскаго организма оно совершенно *необходимо*. Какое множество дѣтскихъ болѣзней совершенно исчезло бы, если бы солнце всѣхъ дѣтей согрѣвало своими живительными лучами. Чѣмъ менѣе въ дѣтской мебели, тѣмъ лучше. Мебель должна быть самой простой и твердой. Самое энергичное провѣтриваніе дѣтской является непремѣннымъ условіемъ разумнаго ея содержанія.

Что касается до *кухни*, то относительно нея слѣдуетъ

соблюдать слѣдующія условія. Кухня непременно должна хорошо провѣтриваться, иначе въ ней неизбежно появятся всевозможные миазмы, которые отравятъ воздухъ во всей квартирѣ. Всего лучше, если прислуга не помѣщается на кухнѣ, но имѣетъ отдѣльную комнату. Въ тѣхъ случаяхъ, когда требованіе это невыполнимо, кровать ея должна быть совершенно отдѣлена отъ того мѣста, гдѣ производится изготовление кушаній. Ведро для помоевъ и различныхъ отбросовъ должно постоянно быть герметически закрытымъ, причѣмъ какъ помой, такъ и отбросы никоимъ образомъ не должны быть оставляемы на ночь на кухнѣ. Каждая хозяйка, заботящаяся о соблюденіи въ своемъ домѣ чистоты, должна самымъ строгимъ и неослабнымъ образомъ слѣдить за тѣмъ, чтобы въ кухнѣ не заводилось никакихъ сорныхъ уголковъ, въ которыхъ скопляются различные отбросы и грязь. Такъ какъ кухарки далеко не всегда находятся на такомъ уровнѣ развитія, чтобы понимать, какъ это вредно, то за этимъ должна неуклонно слѣдить сама хозяйка, воспитывая въ томъ же направленіи и прислугу. Въ высшей степени желательно, чтобы кухня была расположена въ сторонѣ отъ жилыхъ комнатъ, дабы въ нихъ не проникалъ кухонный чадъ. Съ той же цѣлью плитѣ должна быть обеспечена хорошая тяга. Ни подъ какимъ видомъ кухня не должна располагаться рядомъ съ клозетомъ. Что же касается до помѣщенія клозета на самой кухнѣ, что, къ сожалѣнію, и по настоящее время такъ часто наблюдается, и при томъ въ столицахъ гораздо чаще, чѣмъ въ провинціи, то о полной антигигиеничности подобнаго расположенія и говорить не приходится: оно и безъ того очевидно для всякаго.

Какъ далеки во многихъ квартирахъ *клозеты* отъ самыхъ элементарныхъ требованій гигиены! Клозетъ всегда долженъ быть изолированъ отъ жилыхъ комнатъ вообще, и отъ кухни, на которой происходитъ приготовленіе пищи, поддерживающей и обновляющей нашъ организмъ, въ особенности. Клозетъ долженъ обладать хорошей вытяжной трубой; въ крайнемъ случаѣ—окномъ, которое постоянно должно быть открыто. Появленіе хотя бы малѣйшаго запаха указываетъ, что клозетъ функционируетъ не совсѣмъ нормально. Всего, конечно, лучше, если клозетъ обладаетъ механическимъ приспособленіемъ для промывки. Наблюденіе за чистымъ содержаніемъ клозета должно занимать одно изъ видныхъ мѣстъ въ ряду нашихъ прочихъ хозяйственныхъ заботъ.

Мы покончили съ разсмотрѣніемъ тѣхъ условій, которымъ должны отвѣчать, съ точки зрѣнія сохраненія нашего здоровья, какъ весь домъ, такъ и отдѣльныя комнаты. Мы не можемъ,

однако, закончить эту главу, не рассмотрѣвъ предварительно еще одного условія, отъ котораго теряеть въ нашихъ глазахъ свой достоинства и лучшее жилище, и которое столь разрушительнымъ образомъ дѣйствуетъ на здоровье многихъ изъ насъ. Мы говоримъ объ истинной язвѣ многихъ квартиръ: о *сырости*.

Сырость дѣйствуетъ въ высшей степени губительно на наше здоровье по слѣдующимъ причинамъ, которыя теперь должны быть вполне понятны для всѣхъ нашихъ читателей. Выше мы уже видѣли, что стѣны должны плохо проводить тепло и вмѣстѣ съ тѣмъ быть проходимыми для воздуха, и такимъ образомъ давать внутреннему воздуху нашихъ жилищъ возможность надлежащимъ образомъ обмѣниваться. Когда стѣны отсырѣли, оба эти одинаково существенныя условія нарушаются. Поры въ стѣнахъ заполнены тогда не воздухомъ, какъ при нормальныхъ условіяхъ, но *водой*. Вслѣдствіе этого онѣ начинаютъ хорошо проводить тепло, и въ такой квартирѣ даже тогда, когда термометръ показываетъ вполне достаточную температуру 14—16° P., чувствуется прохлада и свѣжесть, которыя очень вредно отражаются на самочувствіи и даже здоровьѣ чувствительныхъ натуръ. Обитатели сырыхъ квартиръ часто подвергаются простудѣ, особенно во время сна, когда тѣло наше находится въ испаринѣ. Появляются различные катарры, невралгіи, ангины, ревматизмы и пр. Не менѣе вредно отражается на обитателяхъ и плохая вентиляція сырыхъ стѣнъ. Въ такихъ стѣнахъ находятъ себѣ очень благоприятныя условія для размноженія различные грибки, которые сообщаютъ специфически затхлый запахъ воздуху такихъ помѣщеній. Помимо грибковъ въ нихъ очень легко размножаются и микробы, могущіе вызвать тѣ или иныя заразные заболѣванія.

Въ силу всѣхъ этихъ условій можно отъ души пожалѣть о томъ, что съ недостаточной строгостью примѣняется § 355 нашего Строительнаго Устава, имѣющій цѣлью предупредить во вновь выстроенныхъ домахъ появленіе сырости.

Считаемъ необходимымъ дать здѣсь нѣкоторыя указанія и относительно того, какъ узнать, что помѣщеніе сырое, и затѣмъ—относительно того, какъ бороться съ сыростью. *Сырость* можно *узнать* по пятнамъ на стѣнахъ. Не слѣдуетъ при этомъ упускать изъ виду, что обои задерживаютъ или же скрадываютъ проявленіе сырости на стѣнахъ, а потому, въ случаѣ сомнѣнія, слѣдуетъ въ соответствующемъ мѣстѣ отодрать обои. Только тогда можно будетъ судить объ этомъ съ нѣкоторой увѣренностью. При ошупываніи сырой стѣны рукой она оказывается холоднѣе, чѣмъ другая сухая стѣна

въ томъ же помѣщеніи. Тамъ, гдѣ есть сырость, звукъ при ударѣ о стѣну рукой или молоткомъ получается гораздо болѣе глухой, чѣмъ когда ударяютъ съ такой же силой по сухой стѣнѣ. Это вполне понятно, такъ какъ поры въ сырой стѣнѣ заполнены, вѣдь, не воздухомъ, но водой. Существуютъ и болѣе вѣрные способы, позволяющіе судить о томъ, насколько данное помѣщеніе сыро. Отломите кусокъ внутренней штукатурки со стѣны и тщательно взвѣсьте его. Затѣмъ, высушивши кусокъ этотъ на огнѣ, взвѣсьте его вновь: разница въ вѣсѣ укажетъ намъ процентъ сырости даннаго помѣщенія. Другой способъ не менѣе вѣренъ и еще легче выполнимъ. Возьмите извѣстное количество негашенной извести и поставьте его въ помѣщеніе, которое вы хотите изслѣдовать. Негашенная известь притягиваетъ влагу, вслѣдствіе чего увеличивается въ вѣсѣ. Въ каждомъ изъ двухъ указанныхъ способовъ разница въ вѣсѣ *не должна превышать 2%*; только въ такомъ случаѣ квартира можетъ считаться безусловно сухой.

Слѣдуетъ указать на то, что законъ нашъ считаетъ сырость условіемъ настолько вреднымъ, что разрѣшаетъ изъ-за нея нарушить контрактъ. Тѣмъ не менѣе, не всегда и не у всѣхъ имѣется возможность тотчасъ же переменить сырую квартиру на сухую, а потому намъ, волей-неволей, приходится изыскивать средство къ *устраненію сырости*.

Много средствъ предлагалось съ этой цѣлью. Изъ наиболѣе простыхъ упомянемъ объ обшивкѣ стѣнъ тесомъ, осушкѣ стѣнъ при помощи негашенной извести или чистой сѣрной кислоты, которыя жадно притягиваютъ влагу. Можно ставить въ сырыхъ углахъ лампы съ сильными горѣлками и т. д. Всѣ эти средства должны, однако, быть разсматриваемы только, какъ временные *палліативы*, которые могутъ нѣсколько облегчить зло, но никакъ не искоренить его. Радикальнымъ средствомъ мы можемъ признать только *безпрестанное про-тапливаніе печей при усиленной вентиляціи*. Примѣненіе этого способа сопряжено съ большими расходами и представляетъ также и нѣкоторыя другія неудобства, но онъ, повторяемъ, единственный, который даетъ намъ возможность съ увѣренностью избавиться отъ сырости.

Въ виду того вреда и даже опасности, которыми грозитъ нашему здоровью сырость, никакіе расходы не должны, однако, казаться намъ чрезмѣрными, особенно въ тѣхъ случаяхъ, когда сырость угрожаетъ здоровью дѣтей.



ГЛАВА ПЯТАЯ. Покой и движеніе.

Сонъ.

„Наша жизнь—въ движеніи“.
Паскаль.
„О, сонъ, о милый сонъ,
„Ты—ангелъ нашъ хранитель“.
Шекспиръ.

Каждый нормальный организмъ испытываетъ естественную потребность въ движеніи, которое является однимъ изъ наиболѣе существенныхъ условій нашего существованія. При движеніи потребляются организмомъ соотвѣтствующія вещества, которыя должны быть замѣнены новыми. Для этой цѣли служатъ пища и воздухъ. Тѣмъ не менѣе, движеніе не можетъ происходить непрерывно и, какъ мы уже указывали выше, дѣятельность каждаго организма непремѣнно должна чередоваться съ покоемъ, и изъ этого общаго правила нѣтъ исключенія даже для сердца, которое отдыхаетъ послѣ каждаго движенія во время такъ-наз. паузы. Что касается до нашего организма, взятаго въ совокупности, то онъ никогда не отдыхаетъ такъ хорошо и не восстанавливаетъ своихъ силъ съ такой полнотой, какъ во время сна.

Во время сна человѣкъъ пребываетъ въ совершенно особенномъ состояніи, которое имѣетъ очень мало общаго съ его обычнымъ состояніемъ бодрствованія. Члены ослабѣваютъ и лежатъ неподвижно; правильное мышленіе человѣка нарушено; сознаніе отсутствуетъ; въ головѣ носятся только неясные отрывки мыслей; воспримчивость внѣшнихъ чувствъ въ высшей степени ослаблена. Только сердце продолжаетъ попрежнему работать, разгоняя живительную жидкость—кровь по всему организму, да легкія не оставляютъ своей работы: доставленія намъ живительнаго газа—кислорода.

Несмотря на то, что мы въ теченіе нѣкотораго времени можемъ усиліями воли сопротивляться сну, онъ все же наступаетъ, вопреки всѣмъ нашимъ усиліямъ, когда организмъ почувствуетъ чрезмѣрную усталость. Никакія соображенія не

помогаютъ въ такихъ случаяхъ дѣлу, и мы впадаемъ въ продолжительный, глубокий и почти непробудный сонъ. Насильственное лишеніе сна представляется для насъ очень тяжкимъ испытаніемъ.

Не только наша сознательная дѣятельность прекращается во время сна, но и органическія функціи тѣла замедляются: такъ, напр., значительно замедляется пищевареніе. Что же касается до нервной системы, то для нея сонъ представляется наилучшимъ средствомъ для возстановленія утраченныхъ силъ. Новѣйшія научныя изслѣдованія позволяютъ предполагать, что во время сна нервныя клѣтки освобождаются отъ тѣхъ продуктовъ, которые являются результатомъ ихъ жизнедѣятельности и чрезмѣрное накопленіе которыхъ и вызываетъ въ нихъ, повидимому, состояніе утомленія; помимо того, во время сна нервныя клѣтки, повидимому, всего больше запасаются необходимыми имъ питательными продуктами.

Особенное значеніе имѣетъ сонъ для тѣхъ организмовъ, которые еще только *развиваются*, какъ и для тѣхъ, которые по той или иной причинѣ потратили слишкомъ большое количество силъ. Сообразно этому, на сонъ дѣтей, больныхъ и выздоравливающихъ должно постоянно быть обращено особенно серьезное вниманіе. Иногда удачнымъ сочетаніемъ нѣкоторыхъ условій для глубокаго и спокойнаго сна мы гораздо больше дѣлаемъ для выздоровленія больного, чѣмъ наилучшими лекарстами. Особенное значеніе для хорошаго сна имѣютъ *покой и чистый воздухъ*. Спокойный, тревожный сонъ далеко не имѣетъ того значенія, какое имѣетъ сонъ спокойный, ровный, безъ тревожныхъ сновидѣній. Съ другой стороны, огромное значеніе имѣетъ и чистый воздухъ. Чѣмъ чище воздухъ и чѣмъ богаче онъ кислородомъ, тѣмъ благотворнѣе сонъ.

Новѣйшія изслѣдованія указываютъ на то, что *крово-твореніе*, т. е. образованіе новыхъ шариковъ въ крови на мѣсто тѣхъ, которые уже выполнили свое назначеніе и отслужили свою службу, совершается преимущественно во время сна. Съ этой точки зрѣнія, мы также должны придавать сну очень важное значеніе, особенно когда дѣло касается лицъ малокровныхъ. Такія лица должны не только пользоваться благоприятными условіями во время сна, но и пользоваться достаточно *продолжительнымъ* сномъ. Въ противномъ случаѣ процессъ возобновленія крови неизбѣжно будетъ страдать.

Недосыпаніе, особенно хроническое, очень вредно отражается на насъ, а между тѣмъ, имъ постоянно страдаютъ нѣкоторыя женщины или изъ-за условій жизни или изъ-за того, что грудныя дѣти не даютъ имъ спать.

Въ публикѣ существуютъ очень различныя взгляды относительно того, *сколько* требуется времени для сна человѣку. Общихъ правилъ относительно этого установить невозможно. Тѣмъ не менѣе, мы можемъ считать за норму 8-ми часовой сонъ для человѣка средняго возраста, живущаго при совершенно нормальныхъ условіяхъ. Человѣку пожилому, а тѣмъ болѣе старику, требуется обыкновенно меньше, и обратно, чѣмъ человѣкъ моложе, тѣмъ ему сна требуется больше. Въ большинствѣ случаевъ мы можемъ руководиться слѣдующими нормами. Ребенокъ первое время послѣ рожденія спитъ около 23-хъ часовъ. Вообще маленькимъ дѣтямъ предоставляютъ спать столько времени, сколько они хотятъ. Годовалый ребенокъ спитъ еще часовъ 17—18. Ребенокъ лѣтъ пяти—часовъ 14; девяти—12; двѣнадцати—10 или даже 11 часовъ въ сутки. Юноши и молодые дѣвушки должны спать не менѣе 8—9 часовъ въ сутки, причемъ въ тѣхъ случаяхъ, когда они предаются усиленному труду, должны спать и дольше. Ничего нѣтъ вреднѣе обычая, къ сожалѣнію, довольно распространеннаго въ нѣкоторыхъ кругахъ—брать съ собой дѣтей въ гости, на концерты и въ театры.

Что касается до *качества* сна, то можно сказать съ увѣренностью, какъ говоритъ и народъ, что „лучшій сонъ—до полуночи“. Очень укрѣпляетъ также и предразсвѣтный сонъ. Поздній утренній сонъ послѣ безсонной ночи, посвященной развлеченіямъ, далеко не имѣетъ такого благотворнаго вліянія на нашъ организмъ, какъ ночной сонъ.

Относительно *постельнаго* сна трудно формулировать общее правило: нѣкоторыхъ онъ приводитъ только въ недозвольное и раздражительное состояніе, и тогда отъ него лучше отказаться; другихъ онъ, однако, освѣжаетъ и ободряетъ.

Нормальный организмъ не можетъ проводить въ постели больше времени, чѣмъ сколько требуется для возстановленія его силъ сномъ. Отсюда не слѣдуетъ, однако, что мы способны работать и трудиться все остальное время. И помимо сна организмъ нашъ также требуетъ *покоя* или, правильнѣе говоря, *правильнаго чередованія въ занятіяхъ*, которое съ успѣхомъ замѣняетъ намъ полный покой. Чтобы по достоинству оцѣнить сказанное, слѣдуетъ имѣть въ виду нѣкоторые законы, которымъ подчиняется жизнедѣятельность нашихъ органовъ. Какъ мы уже упоминали неоднократно, основой правильной дѣятельности нашего организма представляется цѣлесообразное чередованіе труда и покоя. Къ сожалѣнію, мы можемъ сказать съ увѣренностью, что современное человѣчество еще слишкомъ мало знакомо съ этимъ закономъ и далеко не умѣетъ извлекать изъ него всей воз-

можной пользы. Нѣтъ сомнѣнія въ томъ, что со временемъ человѣчество научится, руководствуясь принципомъ чередованія занятій, безконечно болѣе производительно пользоваться и проводить время, чѣмъ это дѣлаемъ мы. Наука эта также займетъ очень видное мѣсто и въ воспитаніи юношества.

Смыслъ этого закона понять не трудно: въ то время, какъ одинъ органъ работаетъ, другой отдыхаетъ. Такъ, напр., рабочій, производящій какой-либо физическій трудъ, въ то же время сохраняетъ свои умственные способности совершенно свѣжими, если только онъ не доведенъ своимъ трудомъ до полнаго переутомленія, что неизбѣжно отражается на всѣхъ нашихъ физиологическихъ системахъ безъ исключенія. Точно такъ же и человѣкъ, проведшій нѣсколько часовъ въ напряженномъ умственномъ трудѣ, не только способенъ, но испытываетъ положительную потребность въ живомъ движеніи и физическомъ трудѣ. Къ сожалѣнію, потребность эта при современныхъ условіяхъ воспитанія и жизни постоянно подавляется, что, въ свою очередь, пагубно отражается на организмѣ.

Тѣ лица, которыя сумѣли извлечь надлежащую пользу изъ закона чередованія занятій, успѣваютъ безконечно больше, чѣмъ другія, поставленные въ совершенно однородныя условія. Такія лица нерѣдко поражаютъ насъ своей разносторонностью и чрезвычайной производительностью. Однимъ изъ наиболѣе блестящихъ примѣровъ въ этомъ смыслѣ является Рудольфъ Вирховъ, котораго только недавно потеряло человѣчество. Помимо лекцій, которыя онъ, какъ профессоръ, читалъ студентамъ въ университетѣ, онъ читалъ и публичныя лекціи. Онъ произвелъ полный переворотъ своими безчисленными трудами въ одной важной отрасли медицины (патологической анатоміи), основалъ и редактировалъ научный журналъ, который является и въ наше время идеаломъ для всѣхъ однородныхъ журналовъ; занялъ своими трудами выдающееся положеніе въ антропологии (наукѣ о происхожденіи человѣка) и археологии (наукѣ о древностяхъ); производилъ съ извѣстнымъ Шлиманомъ раскопки на мѣстѣ древней Трои и въ Греціи; состоялъ редакторомъ общедоступнаго научнаго журнала; былъ одно время бургомистромъ города Берлина, а также и ректоромъ университета, и всю свою жизнь усиленно занимался политической дѣятельностью, причемъ въ теченіе многихъ лѣтъ стоялъ во главѣ свободомыслящей партіи!..

И эта-то политическая дѣятельность, которая ужъ сама по себѣ способна была совершенно заполнить жизнь выдаю-

стагося челоуѣка, служила ему, по его словамъ, *отдыхомъ* отъ его научныхъ занятій!..

Можно ли послѣ этого сомнѣваться въ томъ, что помимо выдающихся способностей, Вирхову сослужило огромную службу и умѣнье *чередовать* свои занятія такимъ образомъ, чтобы, никогда не доводя себя до переутомленія, вмѣстѣ съ тѣмъ извлекать изъ своихъ разнородныхъ трудовъ и наибольшую пользу.

Итакъ, повторяемъ, жизнь требуетъ разнообразія въ занятіяхъ, и тѣ лица, которыя ограничиваются только однимъ занятіемъ, достойны во всѣхъ отношеніяхъ сожалѣнія, и не только потому, что они другимъ приносятъ мало пользы, но и потому, что они и сами себя низводятъ на низшую ступень и къ тому же наносятъ существенный ущербъ своему здоровью.

На ряду съ дѣятельностью необходимъ, однако, и покой, во время котораго наше тѣло и духъ набираются новыхъ силъ. Съ этой точки зрѣнія и лѣнность имѣетъ свое извиненіе, особенно, когда она проявляется въ дѣтяхъ, отъ которыхъ мы не въ правѣ требовать такой настойчивости, силы воли и сознанія своего долга, какія мы можемъ требовать отъ людей взрослыхъ. Не слѣдуетъ забывать, что нормальный организмъ самъ требуетъ дѣятельности, лишеніе которой является для него однимъ изъ наиболѣе тяжкихъ наказаній. Если, поэтому, въ насъ или нашихъ дѣтяхъ проявляется усиленное стремленіе къ покою, то было бы большой ошибкой относиться къ этому только съ порицаніемъ. Часто въ этомъ стремленіи инстинктивнымъ образомъ могуче проявляется только естественное требованіе организма.

Съ той же точки зрѣнія, мы не можемъ считать вполне нормальными и тѣ нагуры, которыя проявляютъ непрерывное стремленіе къ тому, чтобы „что-нибудь“ дѣлать. Такая суетливость указываетъ на нѣкоторую нервную неустойчивость и должна быть искореняема съ самаго ранняго возраста, если она проявляется въ дѣтяхъ. Особенно часто подобная суетливость, идущая рука объ руку и съ нѣкоторой духовной неуравновѣшенностью, наблюдается среди женщинъ.

Соотвѣтственное нравственное воспитаніе, большее вниманіе при выполненіи какого-либо труда, большее самообладаніе и сдержанность предохранять также и лицъ со слабой нервной системой отъ подобнаго состоянія. Сообразно этому матерямъ, а также воспитателямъ, слѣдуетъ строго различать между нервнымъ безпокойствомъ и сознательной многосторонностью;—между безпорядочнымъ перескакиваніемъ отъ одной работы къ другой—и сознательно чередующейся и

систематически направленной разнообразной дѣятельности между первыми и вторыми существуетъ огромная разница, и въ то время, какъ первыя должны быть сдерживаемы, послѣднія заслуживаютъ полнаго поощренія.

Сонъ на открытомъ воздухѣ.

Мы уже многократно указывали на то, какое важное значеніе имѣеть для насъ чистый воздухъ вообще, и во время сна, когда преимущественно возобновляется наша кровь, въ особенности. Но что же можетъ обезпечить намъ чистый воздухъ въ большей степени, чѣмъ спанье на открытомъ воздухѣ! Къ этому-то мы и должны всѣ стремиться по мѣрѣ силъ и возможности. Условіе это въ большинствѣ случаевъ совершенно невыполнимо въ большихъ городахъ, но зато ничего нѣтъ легче, какъ привести его въ исполненіе въ деревнѣ. Никакихъ особенныхъ приспособленій для этого не требуется. Слѣдуетъ только соблюдать слѣдующія условія: не ложиться прямо на землю; это опасно во многихъ отношеніяхъ. Какое-нибудь насѣкомое можетъ какъ-нибудь заползти въ ухо, укусить и пр. Помимо того, можно и простудиться. Всего лучше спать на деревянной кровати, которую въ случаѣ надобности можно и самому сколотить. На югѣ, гдѣ спанье на вольномъ воздухѣ по вполнѣ понятнымъ причинамъ распространено гораздо болѣе, чѣмъ на сѣверѣ, въ большомъ употребленіи такъ-наз. „американки“, которыя представляютъ собой простѣйшій типъ походной кровати, обтянутой парусиной. Такая кровать очень проста, недорога и не боится ни солнца, ни дождя. Въ случаѣ надобности можно устроить небольшой навѣсъ для защиты отъ утренняго солнца или нескромнаго любопытства.

Въ городахъ можно въ тѣхъ домахъ, гдѣ имѣются сады, устраивать съ той же цѣлью особенныя хижинны, наиболѣе цѣлесообразную модель которой мы здѣсь изобразили на рис. 119.

Главный принципъ такой хижинны состоитъ въ томъ, чтобы она была по возможности широко открыта доступу воздуха, и вмѣстѣ съ тѣмъ оберегала бы спящихъ въ ней какъ отъ непогоды, такъ и отъ нескромнаго любопытства. Вся она стоитъ на нѣкоторомъ возвышеніи, что предохраняетъ ее отъ сырости. Все ея устройство отличается простой и общедоступностью.

По наблюденіямъ, а также и личному опыту, редакторъ настоящаго труда можетъ засвидѣтельствовать, что къ спанью

на совершенно открытомъ воздухѣ очень легко, при нѣкоторой настойчивости, себя приучить. Не слѣдуетъ только падать духомъ, если послѣ первой ночи, проведенной на воздухѣ, появляется хрипота или легкая простуда. Здоровый организмъ очень быстро осваивается съ новыми условіями сна и вознагражденіемъ намъ служить сонъ глубокой и крѣпкій, который по достоинству способенъ оцѣнить только



Рис. 119. Хижина для сна на открытомъ воздухѣ.
По Рикли. Дополнено д-ромъ Фишеръ-Дюкельманъ (авторомъ).

тотъ, кто лично его испыталъ. Небольшая свѣжесть воздуха не должна служить препятствіемъ къ тому, чтобы спать подъ открытымъ небомъ. Стоитъ только запастись лишнимъ одѣяломъ. Въ свѣжую погоду, наоборотъ, гораздо лучше спится.

Для того, кто привыкъ спать на вольномъ воздухѣ, необходимость перейти къ снанию въ закрытомъ помѣщеніи является довольно чувствительной жертвой.

Пусть же матери не препятствуют дѣтямъ спать на открытомъ воздухѣ; пусть не рисуютъ себѣ никакихъ ужасовъ. Въ большинствѣ случаевъ онѣ черезъ самое короткое время лично убѣдятся въ томъ, какъ много ихъ дѣти отъ того выиграли.

Физическій трудъ. Гимнастика.

Мы уже указывали на то, что каждый нормальный организмъ нуждается въ движеніи, безъ котораго онъ не можетъ существовать. Въ прежнія времена, когда человѣкъ жилъ ближе къ природѣ и при болѣе естественныхъ условіяхъ, онъ безпрестанно находился въ движеніи, что и отражалось самымъ благопріятнымъ образомъ на всѣхъ его органическихъ функціяхъ. Не то наблюдается въ наше время, когда культура все рѣзче и рѣзче стремится раздѣлить рабочее человечество на два совершенно обособленныхъ класса: на классъ людей, занимающихся почти исключительно физическимъ трудомъ, и, съ другой стороны, на классъ умственныхъ тружениковъ, которые почти совершенно не вѣдаютъ труда мышечнаго.

Между тѣмъ мышечный трудъ имѣетъ чрезвычайно благопріятное вліяніе на всѣ наши функціи. Онъ усиливаетъ обмѣнъ веществъ, такъ какъ при мышечномъ трудѣ тратится большое количество матеріаловъ, которые должны быть возобновляемы. Вслѣдствіе этого оживляется какъ дыханіе, такъ и кровообращеніе. Улучшается аппетитъ. Самъ по себѣ мышечный трудъ также благотворно вліяетъ на кровообращеніе. Кромѣ того, онъ отражается также очень благопріятно и на нервной системѣ, особенно въ тѣхъ случаяхъ, когда преобладающимъ нашимъ занятіемъ является умственный трудъ.

Не всѣ виды физическаго труда одинаково благотворно дѣйствуютъ на организмъ. „Наиболѣе идеальнымъ видомъ физическаго труда слѣдуетъ считать тотъ, который одновременно и равномѣрно упражняетъ *всѣ* мышечныя группы нашего организма. Къ подобному труду гораздо болѣе приближается, наприм., трудъ крестьянина, чѣмъ фабричнаго рабочаго“. *)

Къ сожалѣнію, современное культурное человечество, какъ сказано, почти совершенно не вѣдаетъ подобнаго труда и вообще все больше и больше отвыкаетъ отъ какого бы то ни было мышечнаго упражненія, что крайне вредно

*) См. мою *«Гигіену дѣтства, юности, возмужалости и старости»* въ *«Руководствѣ къ предупрежденію болѣзней»*.
Ред.

отражается на большинствѣ нашихъ органическихъ функцій. Мы не сомнѣваемся въ томъ, что со временемъ чело-вѣчество устранить подобный порядокъ вещей и уничтожить дѣленіе на мышечныхъ и умственныхъ тружениковъ, отчего не только выиграетъ здоровье отдѣльныхъ личностей, но и производительность ихъ труда неизмѣримо повысится. Какъ бы то ни было, но пока мы находимся еще на довольно отдаленномъ разстояніи отъ осуществленія этой мечты, и потому людямъ умственного труда волей-неволей приходится изыскивать и измышлять различные виды физическаго движенія, которые были бы до извѣстной степени способны замѣнить имъ естественный физическій трудъ. Къ такимъ искусственнымъ видамъ физическаго движенія мы должны причислить гимнастику и спортъ.

Гимнастика сводится къ цѣлому ряду искусственныхъ движеній, изъ которыхъ каждое имѣетъ назначеніемъ упражнять ту или иную мышечную группу туловища или конечностей. Движенія эти имѣютъ назначеніемъ укрѣплять мышцы оживлять кровообращеніе и повышать обмѣнъ веществъ. Разумно поставленная гимнастика ведетъ также къ укрѣпленію всего организма и сообщаетъ нашему тѣлу ту выправку, подвижность и ловкость, которыя служили отличительными свойствами греческихъ юношей, въ воспитаніи которыхъ она занимала первостепенное мѣсто.

Гимнастическія упражненія имѣютъ то преимущество, что они могутъ быть производимы при всевозможныхъ условіяхъ и не требуютъ почти никакихъ расходовъ и приспособленій. Соотвѣтствующія движенія безъ особеннаго труда могутъ быть усвоены въ теченіе нѣсколькихъ уроковъ или даже по руководствамъ. Помимо *свободныхъ* гимнастическихъ упражненій, существуютъ и упражненія на *аппаратахъ*, которыя отличаются большой сложностью, но зато представляютъ гораздо больше интереса и гораздо скорѣе ведутъ къ цѣли. Главнѣйшими изъ этихъ аппаратовъ мы можемъ считать шесть, лѣстницу, кольца, параллельные брусья и такъ наз. воздушную трапецію. Другіе аппараты болѣе сложны.

Итакъ, гимнастикѣ нельзя отказать въ большомъ влияніи на наше физическое развитіе, и въ этомъ ея заслуга. Необходимо, однако, указать и на ея недостатки. Гимнастика въ очень слабой степени достигаетъ цѣли, когда ее дѣлаютъ въ закрытомъ помѣщеніи, особенно въ томъ случаѣ, когда обмѣнъ воздуха недостаточенъ. Гимнастика многимъ пріѣдается вслѣдствіе своего однообразія и монотонности. Болѣе привлекательными представляются гимнастическія упражненія съ аппаратами, особенно когда они производятся на вольномъ воздухѣ.

Здѣсь же скажемъ нѣсколько словъ и о „шведской гимнастикѣ“, о которой мы подробнѣе будемъ говорить во II-й части (см. „Лечебная гимнастика“). Главной ея особенностью слѣдуетъ считать то, что она непременно производится *двумя* лицами, изъ которыхъ одно производитъ активныя движенія (т. е. зависящія отъ его воли), а то лицо, которое собственно и дѣлаетъ гимнастику, довольствуется тѣмъ, что оказываетъ производству этого движенія соотвѣтствующее *сопротивленіе*. Напр., помощникъ старается разогнуть руку больного, больной же этому *сопротивляется*. Преимущество этой гимнастики заключается въ томъ, что лицо, руководящее ею и производящее различныя движенія, въ состояніи строго регулировать, соотвѣтственно потребностямъ больного, то усиліе, которое онъ долженъ производить. Въ послѣднее время появились институты, въ которыхъ шведская гимнастика производится посредствомъ механическихъ аппаратовъ, замѣняющихъ живую силу. Въ виду того, что при шведской гимнастикѣ имѣется возможность строго принаравливать къ каждому отдѣльному случаю форму, продолжительность, а также напряженіе отдѣльныхъ движеній, она во многихъ случаяхъ гораздо вѣрнѣе ведетъ къ цѣли, чѣмъ обыкновенная гимнастика, которая, впрочемъ, также даетъ очень хорошіе результаты при нѣкоторыхъ страданіяхъ скелета.

Массажъ.

Отъ гимнастики мы естественнымъ образомъ переходимъ къ массажу. *Массажъ*, подобно шведской гимнастикѣ, сводится къ пассивнымъ движеніямъ, т. е. къ тѣмъ, которыя мы не лично производимъ, но которымъ только *подчиняемся*. Какъ извѣстно, массажъ примѣняется также, и даже главнымъ образомъ, не только къ здоровымъ лицамъ, но представляетъ собой одинъ изъ наиболѣе распространенныхъ и могущественныхъ методовъ естественнаго леченія, о чемъ мы подробно будемъ говорить еще во II части (см. это слово). Массажъ представляетъ собой одно изъ наиболѣе старинныхъ, и вмѣстѣ одно изъ наиболѣе распространенныхъ и излюбленныхъ народныхъ средствъ. Массажъ также представляетъ собой *пассивныя* движенія, такъ какъ массируемое лицо само по себѣ ничего не дѣлаетъ: оно только претерпѣваетъ тѣ движенія, которыя на немъ производитъ *другое* лицо.

Несмотря на то, что значеніе, а также нѣкоторыя правила массажа указаны уже въ древнихъ книгахъ Индіи и

Китаю и что „отецъ медицины“ — Гиппократъ, жившій за 400 лѣтъ до Р. Х., написалъ о массажѣ специальный трактатъ, этотъ методъ леченія только за нѣсколько послѣднихъ десятилѣтій былъ поставленъ на ту высоту, на которой онъ находится въ настоящее время.

Нѣсколько словъ о требованіяхъ, которыя должны быть предъявляемы къ массажисту. Помимо нѣкоторыхъ познаній въ анатоміи, физиологіи и патологіи (наука о болѣзняхъ), массажистъ долженъ обладать необходимой ловкостью и мягкостью, а также методичностью и терпѣніемъ. Рука должна быть сухой (не потливой) и мягкой.

Какъ видятъ наши читательницы, въ числѣ требованій, которыя мы предъявляемъ къ хорошему массажисту, имѣется очень немного такихъ, которыя при настойчивости и твердомъ желаніи не могли бы быть приобретаемы; между тѣмъ массажъ представляетъ собой методъ леченія настолько распространенный и настолько могущественный, который къ тому же такъ часто можетъ находить себѣ примѣненіе въ домашнемъ быту, что было бы желательно, чтобы *каждая* мать семьи усвоила основныя положенія массажа. Въ виду того, что массажъ далеко не всегда можетъ почитаться невиннымъ средствомъ, въ высшей степени желательно, чтобы онъ производился, по возможности, по указаніямъ и подъ контролемъ врача.

Дѣйствіе массажа сводится въ краткихъ чертахъ къ слѣдующему. Раздраженіе, производимое давленіемъ кожи, отражается также на нервахъ и сосудахъ. Раздраженіе, испытываемое нервами, передается и центральной нервной системѣ. Что же касается до сосудовъ, то они переполняются кровью, отчего кожа и краснѣетъ. При болѣе сильномъ массажѣ дѣйствіе его сказывается не только на кожѣ, но и на мышцахъ, а также и на глубже лежащихъ органахъ.

Подъ вліяніемъ давленія, производимаго пальцами, сосуды освобождаются отъ содержимой въ нихъ крови, вслѣдствіе чего къ нимъ притекаетъ новая кровь. Вмѣстѣ съ тѣмъ кровь съ большей силой устремляется къ сердцу (что въ нѣкоторыхъ случаяхъ можетъ вызвать также довольно сильныя осложненія!). Вслѣдствіе нажатія и приподниманія кожно-жирового слоя и мышцъ теченіе органическихъ соковъ ускоряется, и такимъ образомъ происходитъ всасываніе различныхъ выпотовъ и жира ¹⁾). Вслѣдствіе этого массажъ очень благотворно вліяетъ на лицъ съ застоями крови, а также на лицъ, проявляющихъ склонность къ ожирѣнію. Одинъ изъ общепринятыхъ все-

¹⁾ Лицамъ, желающимъ болѣе обстоятельно ознакомиться какъ съ различными манипулліями, такъ и съ дѣйствіемъ массажа, можемъ рекомендовать кн. М. А. Мухоминскаго: «Краткое руководство къ изученію массажа». — СПб. 1902.

мірнихъ авторитетовъ по вопросу о массажѣ, проф. Заблудовскій въ Берлинѣ, пришелъ, между прочимъ, къ выводамъ, что массажъ „незамѣнимъ для лицъ, ведущихъ роскошный и малоподвижный образъ жизни, что подъ вліяніемъ массажа организмъ возстановляется болѣе правильнымъ образомъ, что массажъ увеличиваетъ мышечную силу, что онъ уравниваетъ наружную и внутреннюю температуру тѣла и благотворно дѣйствуетъ при вялости кишекъ и запорахъ“. Вообще лица, со слабымъ обмѣномъ веществъ, съ склонностью къ ожирѣнію или съ пониженнымъ теплообразованіемъ, должны были бы нѣсколько разъ въ году массировать себя по нѣскольку недѣль. Очень хорошо дѣйствуетъ также массажъ при блѣдной, сухой, вялой или слишкомъ воспримчивой кожѣ. Массажъ въ значительной степени содѣйствуетъ тому, чтобы сдѣлать кожу мягкой, полнокровной и здоровой. Онъ представляетъ собой, вслѣдствіе этого, одно изъ наиболѣе дѣйствительныхъ средствъ для поддержанія красоты. (См. главу „Уходъ за красотой“).

Различаютъ массажъ *общій*—всего организма—и *мѣстный*: массажъ только одного больного мѣста или органа. Различаютъ также массажъ *непосредственный* и *предварительный*, т. е. подготовительный массажъ въ окрестности больного мѣста или органа.

Массируютъ почти исключительно по обнаженному тѣлу. Въ нѣкоторыхъ случаяхъ массажъ дѣлается *сухой*, чаще же—*влажный*, при посредствѣ какой-либо жидкости или, преимущественно, вазелина. Частота сеансовъ, а также характеръ производимыхъ движеній и сила, съ которой они производятся, не поддаются общему опредѣленію: они находятся въ зависимости отъ особенностей даннаго частнаго случая.

Манипуляціи, производимыя при массажѣ, сводятся къ слѣдующимъ четыремъ основнымъ приѣмамъ, которые можно самымъ разнообразнымъ образомъ комбинировать между собой: поглаживанію, растиранію, разминанію и поколачиванію.

Что касается до того, *чѣмъ* лучше массировать: рукой или какимъ-либо инструментомъ, то мы должны сказать, что наилучшимъ и наиболѣе совершеннымъ инструментомъ является человѣческая *рука*, которую ни одинъ изъ безчисленныхъ изобрѣтенныхъ съ этой цѣлью инструментовъ не въ состояніи всецѣло замѣнить.

Въ подавляющемъ большинствѣ случаевъ массажъ дѣлается по направленію отъ периферіи къ центру, т. е. по теченію венозныхъ сосудовъ. Такимъ образомъ на конечностяхъ онъ производится отъ ихъ окончанія къ мѣсту ихъ прикрѣпленія.

Массажъ бываетъ не только наружный, но и *внутренній*. Такъ, массажъ употребляется, напр., въ гинекологіи. Массажъ употребляется нерѣдко съ успѣхомъ при самыхъ разнородныхъ болѣзняхъ: внутреннихъ, нервныхъ и пр.; всего, однако, чаще при хирургическихъ заболѣваніяхъ.

Практическое примѣненіе массажа въ домашнемъ быту.

Массажъ представляетъ собой одинъ изъ самыхъ простыхъ, но вмѣстѣ съ тѣмъ и одинъ изъ наиболѣе дѣйствительныхъ способовъ воздѣйствія на многочисленныя страданія. Было бы поэтому чрезвычайно желательно, чтобы каждая женщина, которой ужъ самой судьбой указано быть печальницей при

страданіяхъ ея ближнихъ, ознакомилась хотя бы съ главнѣйшими основами массажа.

Такъ, еще древнимъ было хорошо извѣстно, что возложеніе рукъ дѣйствуетъ, при соблюденіи нѣкоторыхъ условий, успокаивающимъ, болеутоляющимъ и даже псѣляющимъ образомъ. Во все времена существовали также лица, которыя славились своей чудодѣйственной силой и способностями въ этомъ направле-



Рис. 120. Старшая сестра успокаиваетъ зубную боль у брата.

ніи и въ которыхъ усматривали нѣчто божественное. Между тѣмъ каждая мать семьи должна бы умѣть воздѣйствовать такимъ образомъ на своихъ домашнихъ.

Считаемъ излишнимъ давать какія-либо детальныя указанія относительно того, какъ воздѣйствовать на больную или больного въ томъ или иномъ случаѣ. Искреннее желаніе придти на помощь и тактъ всегда подскажутъ матери, сестрѣ или дочери, какъ успокоить сына, брата или отца.

На рис. 120 мы изобразили, какъ чрезвычайно возбужденный сильной зубной болью мальчикъ успокаивается возложеніемъ рукъ своей старшей сестры, которая дѣйствуетъ на брата и чувствомъ и волей до тѣхъ поръ, пока она не

успокаиваетъ возбужденную нервную систему. Возбужденіе, выразившееся въ чертахъ лица мальчика, улеглось, усталые члены безсильно свѣшиваются; сладкая дремота смежаетъ его очи, и приступъ боли совершенно миновалъ.



Рис. 121. Массажъ спины.

(Большими пальцами съ силой проводить вдоль позвоночника).

Мы укажемъ только на слѣдующія манипуляціи массажа, которая съ полнымъ успѣхомъ можетъ примѣнить каждый, кто къ тому имѣетъ охоту и способности: поглаживаніе спины, массажъ желудка, приемъ для массированія печени и селезенки и массажъ кишечника. Манипуляціи эти не особенно трудно усвоить. Не слѣдуетъ, однако, упускать изъ виду, что примѣненіе ихъ въ большинствѣ случаевъ все же требуетъ большой осторожности и не можетъ быть выполняемо безъ обстоятельныхъ указаній врача. Особенно необходимы послѣднія при массированіи внутреннихъ органовъ!

Поглаживаніе спины производится при сильной общей разбитости и усталости, при боляхъ въ крестцѣ или спинныхъ мышцахъ, или же при ощущеніи слабости въ области позво-

ночника. Поглаживаніе спины производится какъ сверху внизъ, такъ и снизу вверхъ. Большіе пальцы помѣщаются по обѣимъ сторонамъ позвоночника, между тѣмъ какъ остальные пальцы помѣщаются подъ лопатками. При такомъ положеніи рукъ производятся короткія движенія вдоль позвоночника. Кромѣ того, производятъ еще и боковыя движенія, начиная отъ затылка, по направленію къ боковымъ частямъ спины. То же дѣлается и въ области крестца при болѣзненности этой области, причемъ движенія въ такихъ случаяхъ могутъ быть производимы съ довольно значительной силой. Помимо по-



Рис. 122. Простой массажъ кишечника.
(Кругообразныя поглаживанія вокругъ пушка).

глаживанія можно производить и похлопываніе спины короткими и отрывистыми движеніями пальцевъ. Болѣе трудными представляются движенія рубленія, которыя производятся краями обѣихъ рукъ, попеременно то одной, то другой.

Несмотря на то, что массажъ спины представляется относительно довольно простымъ и доступнымъ, все же

желательно, чтобы по крайней мѣрѣ одинъ разъ онъ былъ продемонстрированъ врачомъ или опытнымъ массажистомъ. Массажъ спины мы изобразили на рис. 121.

Массажъ *желудка* долженъ производиться только съ разрѣшенія и по указаніямъ врача. Въ большинствѣ случаевъ ограничиваются поглаживаніемъ по естественному направленію движеній желудка и передвиженія перевариваемой въ немъ пищи. Желудокъ направляется слѣва сверху направо и книзу. По этому направленію и слѣдуетъ его массировать. Массажъ производится обыкновенно на пустой, а еще лучше тощей желудокъ. Нѣкоторые врачи совѣтуютъ, однако, массировать и наполненный пищей желудокъ, отъ чего въ соответствующихъ случаяхъ также извлекается большая польза. При

вялости желудочныхъ стѣнокъ, а также при скопленіи газовъ въ желудкѣ, всего чаще бываетъ показанъ массажъ. Массажъ содѣйствуетъ также и механическому передвиженію содержимаго желудка, вслѣдствіе чего усиливается и ускоряется пищевареніе. Что больше всего слѣдуетъ имѣть въ виду при массажѣ желудка, такъ это вышеуказанное направленіе: *с.тѣва направо*. Производя массажъ въ обратномъ направленіи, мы создаемъ, наоборотъ, *препятствіе* къ правильному выполненію желудкомъ своего назначенія.

Массажъ *кишечника* сводится къ тѣмъ или инымъ манипуляціямъ, въ зависимости отъ той цѣли, которую мы въ каждомъ данномъ случаѣ преслѣдуемъ. Если мы при скопленіи матерій или газовъ въ толстыхъ кишкахъ желаемъ облегчить испражненіе, то производимъ надавливаніе и разминаніе въ лѣвой подвздошной области. Если же мы желаемъ подѣйствовать на вялыя тонкія кишки, то производимъ *круповыя* движенія въ окружности пупка, приближаясь вверху къ ребернымъ дугамъ, внизу — къ гребешкамъ подвздошныхъ костей, не касаясь однако же нигдѣ костныхъ выступовъ.

Нигдѣ, однако, массажъ не имѣетъ такого широкаго примѣненія, какъ при *хирургическихъ* заболѣваніяхъ, при которыхъ примѣненіе его даетъ нерѣдко наиболѣе осязательные результаты. Можно сказать, что почти во всѣхъ заболѣваніяхъ, являющихся послѣдствіемъ внѣшняго насилія, массажъ находитъ себѣ

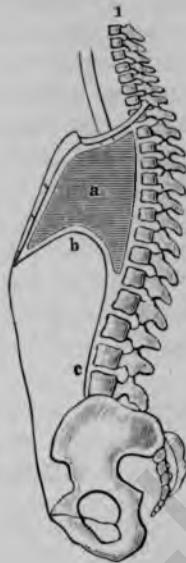


Рис. 123. Объемъ грудной и брюшной полостей при выдыханіи
а—грудная полость; б—грудобрюшная преграда; с—нижнее прикрѣпленіе диафрагмы.
По Ранке.

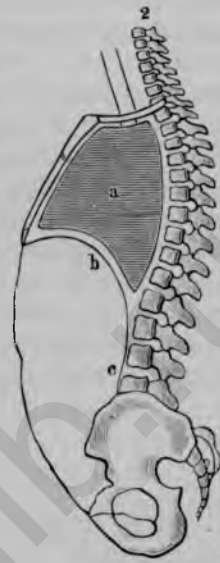


Рис. 124.

Объемъ грудной и брюшной полостей при вдыханіи.

а—грудная полость; б—грудобрюшная преграда; с—нижнее прикрѣпленіе диафрагмы.
По Ранке.



Рис. 125.
Аппаратъ, служащій для укрѣпленія груди.—По Ларгардьеру.

разумное примѣненіе. Укажемъ только на ушибы, растяженія сухожилій, вывихи и переломы. Что касается до *вывиховъ*, то цѣлесообразное и своевременное примѣненіе массажа даетъ больнымъ возможность гораздо раньше встать съ постели и принятыя за свои обычныя занятія, чѣмъ въ тѣхъ случаяхъ, когда массажъ не примѣняется. При *переломахъ* массажъ содѣйствуетъ скорѣйшему заживленію и правильному сращенію костей. Въ силу всѣхъ этихъ условій было бы желательнѣе, чтобы массажемъ дѣйствительно могли пользоваться всѣ хирургическіе больные, что въ настоящее время, къ сожалѣнію, невыполнимо, за отсутствіемъ въ публикѣ достаточныхъ свѣдѣній относительно правильнаго примѣненія массажа

Спортъ.

Въ качествѣ физическаго упражненія спорту должно быть отдано, несомнѣнно, значительное предпочтеніе передъ гимнастикой, такъ какъ въ спортѣ чаще всего участвуетъ элементъ *соревнованія*, что сообщаетъ ему значительный интересъ не только въ глазахъ дѣтей и юношей, но даже и въ глазахъ пожилыхъ людей. Вторымъ преимуществомъ спорта слѣдуетъ считать то, что большинство спортивныхъ упражненій происходитъ на *открытомъ воздухѣ*, что чрезвычайно благоприятно отражается прежде всего на дыханіи и кровообращеніи, а затѣмъ также на пищевареніи и обмѣнѣ веществъ. На ряду со спортомъ слѣдуетъ въ этомъ отношеніи поставить и *игры на открытомъ воздухѣ* *), которыя мы, въ свою очередь, также должны поощрять всѣми силами. Можно сказать съ увѣренностью, что, если бы семья и школа придавали бы болѣе серьезное значеніе этой сторонѣ жизни дѣтей, то они отъ этого очень много выиграли бы не только въ физическомъ, но и въ духовномъ отношеніи. Съ удовлетвореніемъ можемъ мы констатировать, что на основаніи недавнихъ распоряженій и циркуляровъ Министерства Народнаго Просвѣщенія отнынѣ физическому воспитанію будетъ удѣляться во всѣхъ учебныхъ заведеніяхъ безконечно больше времени и вниманія, чѣмъ это было до сихъ поръ, когда соображенія о сохраненіи здоровья и физическомъ развитіи учащихся отступали постоянно на послѣдній планъ.

Изъ числа *спортивныхъ упражненій* мы остановимъ вниманіе нашихъ читателей на плаваніи, греблѣ, бѣганѣ

*) См. мою ст.: «Игры на открытомъ воздухѣ» — «Спутникъ Здоровья» 1901 г. Ред.

на конькахъ, верховой ѣздѣ, ѣздѣ на велосипедѣ, фехтованіи и танцахъ, которыя мы послѣдовательно и рассмотримъ въ изложенномъ порядкѣ.

Плаванье представляетъ собой одинъ изъ наиболѣе симпатичныхъ видовъ спорта, и мы должны бы подражать примѣру тѣхъ городовъ, въ которыхъ купальни представляютъ общественное достояніе, причемъ для этой же цѣли существуютъ и оплачиваемые городомъ учителя. Спортъ этотъ требуетъ участія очень многихъ мышечныхъ группъ, но всего благотворнѣе отражается онъ на дыханіи, которое становится болѣе глубокимъ и равномернымъ. Отымая у нашего тѣла излишекъ теплоты, купанье вмѣстѣ съ тѣмъ вліяетъ и на нашу нервную систему. Одновременно оно развиваетъ въ насъ также мужество и довѣріе къ собственнымъ силамъ. Поэтому было бы желательно, чтобы какъ взрослые, такъ и дѣти, какъ мужчины, такъ и женщины умѣли плавать и почаще купались бы въ моряхъ, рѣкахъ, озерахъ и вообще въ различныхъ живыхъ водахъ, которыми такъ богата наша родина.

Гребля привлекаетъ у насъ, преимущественно, мужчинъ, что до извѣстной степени и понятно. При томъ костюмѣ, который носить въ настоящее время женщина, и при той слабости, которая отличаетъ прекрасный полъ, само собой разумѣется, что женщина только въ видѣ рѣдкаго исключенія и только на короткое время способна взять весла въ руки. Между тѣмъ всѣмъ, кто жилъ на большой рѣкѣ, часто доводилось видѣть, какъ жены и дочери рыбаковъ управляютъ съ весломъ не хуже любого парня. Этотъ примѣръ заслуживаетъ самага широкаго подражанія. Гребля расширяетъ до высшихъ предѣловъ нашу грудную клѣтку, развиваетъ всю верхнюю часть нашего туловища, даетъ намъ возможность широко дышать наиболѣе чистымъ воздухомъ, вырабатываетъ въ насъ увѣренность въ своихъ силахъ и присутствіе духа. Само собой разумѣется, что первымъ условіемъ для этого является цѣлесообразная одежда, нѣсколько образцовъ каковой нами и было приведено выше.

Бѣганье на конькахъ также заслуживаетъ съ нашей стороны особеннаго вниманія. Это—такой спортъ, который въ нѣкоторыхъ мѣстахъ нашего отечества доступенъ въ теченіе цѣлаго полугода. Онъ—общедоступенъ и при нѣкоторой настойчивости легко изучается. Онъ также способствуетъ развитію грудной клѣтки. Вмѣстѣ съ тѣмъ можно сказать, что при бѣганьѣ на конькахъ *весь* корпусъ приводится въ движеніе, хотя и не всѣ, конечно, мышечныя группы принимаютъ въ движеніи одинаково дѣятельное участіе. Тѣмъ

не менѣе, необходимость во всякую минуту не только соблюдать равновѣсіе, но и безпрестанно лавировать для избѣжанія встрѣчающихся по пути препятствій, поддерживаетъ въ нѣсколько возбужденномъ состояніи не только всю мышечную, но также и нервную систему, что особенно благоприятно отражается на юношескомъ организмѣ. Было бы желательнo, чтобы всѣ дѣти безъ исключенія могли широко пользоваться этимъ—однимъ изъ наиболѣе здоровыхъ видовъ спорта.

Верховая ѣзда представляется довольно здоровымъ, но вмѣстѣ съ тѣмъ и мало для кого доступнымъ удовольствіемъ. Физическій трудъ при этомъ, особенно въ тѣхъ случаяхъ, когда мы имѣемъ дѣло съ хорошо выѣзженной лошадыо, не особенно значителенъ. Благоприятно же дѣйствуютъ, главнымъ образомъ, свѣжій воздухъ, да сотрясенія, которыя нѣкоторымъ лицамъ приносятъ большую пользу.

Отъ ѣзды на живомъ конѣ переходимъ къ „стальному“—*велосипеду*. Этотъ конь стоить не особенно дорого, онъ не требуетъ особеннаго ухода, его не требуется кормить, онъ всегда очень послушенъ, а потому и не удивительно, что онъ за относительно короткое время своего существованія успѣлъ заручиться очень прочными симпатіями во всѣхъ слояхъ общества и успѣлъ проникнуть даже въ самыя отдаленныя деревни. Что касается до его значенія, какъ физическаго спорта, то мы можемъ повторить сказанное нами по этому поводу въ другомъ мѣстѣ *). „Необходимость сохранять равновѣсіе побуждаетъ къ сокращенію многочисленныя мышечныя группы и такимъ образомъ способствуетъ гармоническому развитію тѣла“.

Если мы желаемъ, однако, извлечь изъ этого спорта всю ту пользу, которую онъ дѣйствительно способенъ намъ принести, то мы не должны упускать изъ виду нѣкоторыхъ условий, при несоблюденіи которыхъ ѣзда на велосипедѣ принесетъ намъ вмѣсто пользы одинъ вредъ. Прежде всего не слѣдуетъ забывать, что не всякому и не всякой здоровье позволяетъ ѣздить на велосипедѣ, а потому желательнo прежде, чѣмъ начать учиться этому спорту, узнать на этотъ счетъ мнѣніе врача. Существуютъ болѣзни дыхательныхъ путей, сердца, сосудовъ, половыхъ органовъ, и пр., при которыхъ ѣзда на велосипедѣ не можетъ производиться безъ ущерба для нашего здоровья. Помимо этихъ общихъ условий, существуютъ и нѣкоторыя особенности, свойственныя женщинамъ, которыя служатъ временнымъ или

*) По всѣмъ этимъ вопросамъ см. мое соч. «Гигіена дѣтства, юности, возмужалости и зрѣлости» въ «Общедоступномъ руководствѣ къ предупрежденію болѣзней и сохраненію здоровья».—Спб. 1902 г.

постояннымъ противопоказаніемъ къ велосипедной ѣздѣ. Такъ, напр., понятно, что не слѣдуетъ ѣздить во время регуль, беременности и т. д. Застой крови и воспалительное состояніе тазовыхъ органовъ также являются въ большинствѣ случаевъ формальнымъ противопоказаніемъ къ ѣздѣ на велосипедѣ.

Во время ѣзды также слѣдуетъ строго соблюдать нѣкоторыя условія. Никогда не слѣдуетъ себя доводить до переутомленія. Не слѣдуетъ участвовать въ скачкахъ, такъ какъ въ такихъ случаяхъ неизбѣжно появляющійся азартъ легко заставляетъ насъ забыть объ интересахъ нашего здоровья, на которомъ это рано или поздно отражается довольно пагубно. Не одна болѣзнь сердца была уже нажита такимъ образомъ. Сѣдло должно быть широкимъ, такъ чтобы сѣдалище могло покоиться на немъ всей своей массой, и чтобы при этомъ не производилось никакого тренія или раздраженія сосѣднихъ органовъ, которые какъ разъ отличаются особенной чувствительностью.

Наиболѣе удобнымъ женскимъ костюмомъ для велосипедной ѣзды слѣдуетъ признать широкія панталоны (шаровары), черныя чулки и хорошо сидящія сандалии. Ни корсета, ни тѣсныхъ поясовъ, ни длинныхъ юбокъ! На головѣ также лучше имѣть маленькую шапочку съ козырькомъ для защиты отъ лучей солнца.

Не слѣдуетъ пить въ пути спиртныхъ напитковъ, которые только возбуждаютъ и ослабляютъ. Мы уже упоминали выше о томъ, что наилучшимъ напиткомъ слѣдуетъ въ такихъ случаяхъ признать холодный сладкій чай, къ которому можно въ случаѣ большой жары подбавить немного мятной эссенціи. Хорошо также имѣть съ собой бутылку другую какого-нибудь простаго шипучаго напитка.

Никогда не слѣдуетъ ѣздить дольше часу или полутора подъ рядъ; ѣздить слѣдуетъ ровнымъ медленнымъ темпомъ. Въ данномъ случаѣ всего умѣстнѣе будетъ помнить пословицу: „Тише ѣдешь, дальше будешь“, такъ какъ при соблюденіи этихъ условій дѣйствительно можно ѣздить десятки лѣтъ, не извлекая изъ этого спорта ничего, кромѣ удовольствія и пользы.

Фехтованіе у насъ въ Россіи очень мало распространено даже среди мужчинъ, вѣроятно потому, что страна наша не знала рыцарства. Между тѣмъ за границей спортъ этотъ очень распространенъ, причемъ въ нѣкоторыхъ городахъ существуютъ и дамскіе фехтовальныя кружки. Фехтованіе должно быть признано чрезвычайно гигиеническимъ спортомъ, такъ какъ оно не только очень благотворно отражается

почти на всей нашей мышечной системѣ, но развиваетъ также мѣткость, находчивость и рѣшительность. Для того, чтобы мы могли извлечь изъ фехтованія все, что оно способно дать, его слѣдуетъ производить какъ правой, такъ и лѣвой рукой. Въ противномъ случаѣ оно еще болѣе усиливаетъ несимметричность въ развитіи обѣихъ половинъ нашего тѣла.

Заключаемъ нашъ обзоръ—спортомъ, который съ самыхъ древнихъ временъ пользовался постоянной неизмѣнной любовью среди дѣвушекъ и женщинъ, и которому онѣ въ своихъ горячихъ симпатіяхъ остались вѣрными и по настоящее время. Читательницы уже догадались, конечно, что мы будемъ говорить о *танцахъ*.

Танцы просяно считать, какъ и пѣніе съ музыкой, естественнымъ проявленіемъ жизнерадостности молодыхъ, здоровыхъ и счастливыхъ людей. Они отвѣчаютъ заложенной въ насъ природой потребности въ музыкѣ, гармоніи и ритмическихъ движеніяхъ. Въ принципѣ противъ танцевъ не только нельзя ничего имѣть, но ихъ слѣдовало бы даже поощрять, если бы они въ наше время происходили при *естественныхъ условіяхъ*. Между тѣмъ именно этого-то и не наблюдается. Въ томъ видѣ, въ какомъ танцы происходятъ въ настоящее время, они приносятъ несомнѣнно гораздо больше вреда, нежели пользы. Въ самомъ дѣлѣ, танцы происходятъ постоянно въ пыльныхъ, душныхъ залахъ, переполненныхъ вредными испареніями. Имъ многія предаются со страстью, доводя себя нерѣдко до полного изнеможенія. Имъ посвящаются, наконецъ, часы, предназначенные для ночного отдыха. Диво ли, что при такихъ условіяхъ танцы не могутъ быть признаны здоровымъ развлеченіемъ!

„Будучи поставленными въ разумныя условія, танцы должны были бы происходить исключительно на открытомъ воздухѣ и по вечерамъ, но не до глубокой ночи. Именно таковы такъ-называемые народные балы въ Германіи и Швейцаріи и „полевые“ балы (*bals champêtres*) во Франціи“ *).

Остановившись въ предыдущихъ строкахъ довольно подробно на разсмотрѣніи, съ гигиенической точки зрѣнія, главнѣйшихъ видовъ спорта, мы имѣемъ возможность быть болѣе краткими въ вопросѣ относительно *игръ на открытомъ воздухѣ*. Игры на открытомъ воздухѣ также заслуживаютъ нашего живѣйшаго сочувствія, съ точки зрѣнія охраненія нашего здоровья. Въ нихъ сочетаются, въ боль-

*) См. вышеуказанную статью.

шинствѣ случаевъ, всѣ элементы, которыя дѣлаютъ для насъ какое-нибудь развлеченіе не только пріятнымъ, но и полезнымъ: живыя движенія, чередованія движенія съ отдыхомъ, солнце, свѣтъ и воздухъ, большое общество, интересъ, и соревнованіе.

Изъ игръ на открытомъ воздухѣ всего больше сочувствія заслуживаетъ мячъ, ручной и ножной (женщины въ извѣстныхъ положеніяхъ должны отъ послѣдняго воздерживаться), крокетъ и лаунъ-теннисъ. Очень безобидной и вмѣстѣ пріятной, преимущественно для женщинъ, игрой является воланъ.

Всѣ эти игры можно разнообразить между собой точно такъ же, какъ можно пользоваться и другими, позаимствованными отъ простаго народа.

Въ заключеніе настоящей главы считаемъ долгомъ еще разъ указать нашимъ читательницамъ, что движеніе и физическій трудъ въ томъ или иномъ видѣ представляются одной изъ наиболѣе насущныхъ потребностей даже для взрослоу организма. Тѣмъ болѣе необходимы они растушему и развивающемуся организму нашихъ дѣтей. Постараемся же какъ можно меньше грѣпить противъ этого столь естественнаго требованія нашей природы.



ГЛАВА ШЕСТАЯ.

Уходъ за красотой.

Истинная гармонія получается лишь тогда, когда съ красотой духовной сочетается красота тѣлесная.

„Быть можно дѣльнымъ человѣкомъ —
и думать о красѣ ногтей“.
Пушкинъ.



Красота представляет собой могущественную силу и одинъ изъ наилучшихъ даровъ, которыми мать-природа наградила насъ еще въ колыбели. Она покоряетъ сердца, привлекаетъ къ себѣ всѣ взоры и втайнѣ частенько руководитъ всѣми дѣйствіями людей. Красота, въ полномъ значеніи этого слова, немыслима, однако, безъ здоровья. Но одна внѣшняя красота не имѣетъ для насъ особенной цѣны: наилучшія свои побѣды красота одерживаетъ только въ томъ случаѣ, когда къ здоровому тѣлу присоединяются привлекательный характеръ и мощный духъ.

Просто красивыя формы и здоровая внѣшность не привлекаютъ насъ, если черты лица не освѣщены симпатіей и сердечной теплотой и если на нихъ не лежитъ отпечатокъ мысли и духа. И наоборотъ, существуетъ множество людей, которые вовсе не обладаютъ безукоризненной внѣшностью, но которые все же глубоко привлекаютъ насъ симпатичностью своего характера или же естественной мощью своей молодости и здоровья.

Во всѣ времена и на всѣхъ ступеняхъ своего развитія человѣчество стремилось къ красотѣ, но самыя понятія о красотѣ измѣнялись непрерывно. Идеалы красоты и понятія о совершенствѣ человѣческаго тѣла всегда находились въ ближайшей зависимости отъ степени культуры, на которой находилось въ данный моментъ человѣчество. Тѣмъ не менѣе, уже съ давнихъ поръ было замѣчено, что понятіе о

„красотѣ“ вовсе не обуславливается исключительно внѣшними данными, но что оно зависитъ отъ сочетанія множества иногда совершенно неуловимыхъ условий. Известно, что красивый человѣкъ далеко не является таковымъ въ глазахъ всѣхъ безъ исключенія.

И это—понятно, такъ какъ сужденіе, произносимое нами, находится въ зависимости отъ *нашего* личнаго эстетическаго вкуса и отъ степени развитія *нашихъ* личныхъ понятій о красотѣ.

Выработать въ себѣ, между тѣмъ, безпристрастное—объективное понятіе о красотѣ не такъ легко, и для этого требуется продолжительное соответствующее воспитаніе. При отсутствіи же объективныхъ данныхъ мы поневолѣ руководимся личными ощущеніями, вкусами и взглядами. Поэтому человѣкъ, воспріимчивый только къ чувственнымъ раздраженіямъ, находитъ „красивыми“ только здоровыхъ женщинъ съ сильно развитыми формами, и остается совершенно равнодушнымъ къ красотѣ болѣе изящной и болѣе тонкой, но лишенной грубой внѣшней эффектности. Такую красоту онъ находитъ „неинтересной“.

Между тѣмъ человѣкъ, эстетически развитой и обладающій болѣе тонкими чувствами, предпочитаетъ симпатію и печаль духовной жизни на лицѣ—крѣпкимъ формамъ, которыя шокируютъ его своей грубостью.

Несмотря на то, что у каждаго изъ насъ неизбежно существуетъ свой личный взглядъ и понятіе о красотѣ, которые сложились въ насъ подъ влияніемъ личныхъ условий нашей жизни, мы всѣ одинаково сходимся въ нашемъ мнѣніи относительно образцовъ, завѣщанныхъ намъ народомъ, у котораго понятіе о красотѣ достигло своего наивысшаго развитія. Мы говоримъ о древнихъ *красотахъ*. Вмѣстѣ съ тѣмъ каждый изъ насъ долженъ стремиться къ тому, чтобы научиться отличать истинное отъ ложнаго и болѣзненное отъ здороваго, что въ наше время вычурности и искусственности представляется далеко не всегда простой задачей.

Мы будемъ имѣть въ настоящемъ сочиненіи въ виду исключительно *женскую* красоту, но вмѣстѣ съ тѣмъ будемъ разсматривать и уходъ за красотой вообще, такъ какъ въ основѣ всего настоящаго сочиненія лежитъ вѣдь изученіе того, какимъ образомъ всего лучше сохранить истинную *основу* красоты: *здоровье*. Красота выражается внѣшнимъ образомъ въ формахъ и осанкѣ нашего тѣла, въ цвѣтѣ и особенностяхъ нашей кожи; въ блескѣ глазъ, въ безукоризнен-

номъ цвѣтѣ и цѣлости нашихъ зубовъ и вообще въ выраженіи всѣхъ нашихъ чертъ. При тѣхъ многочисленныхъ опасностяхъ, которыя на каждомъ шагѣ угрожаютъ нашему здоровью и вмѣстѣ съ тѣмъ наносятъ столь значительный

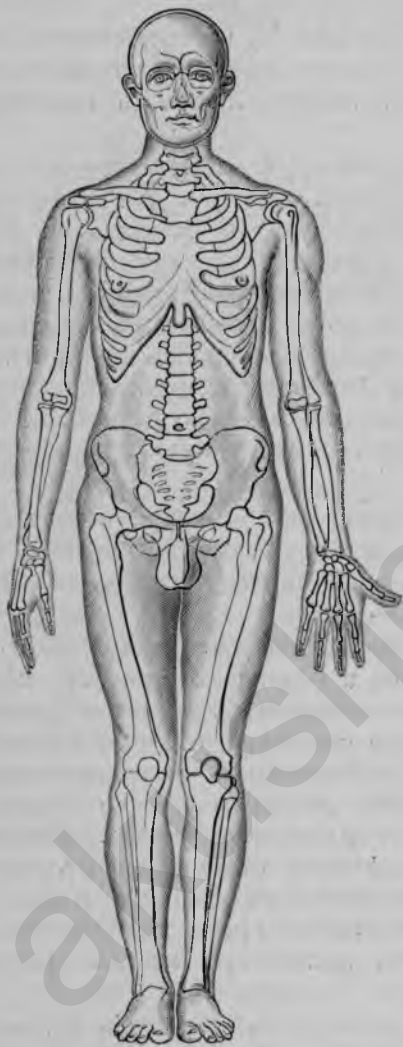


Рис. 126.

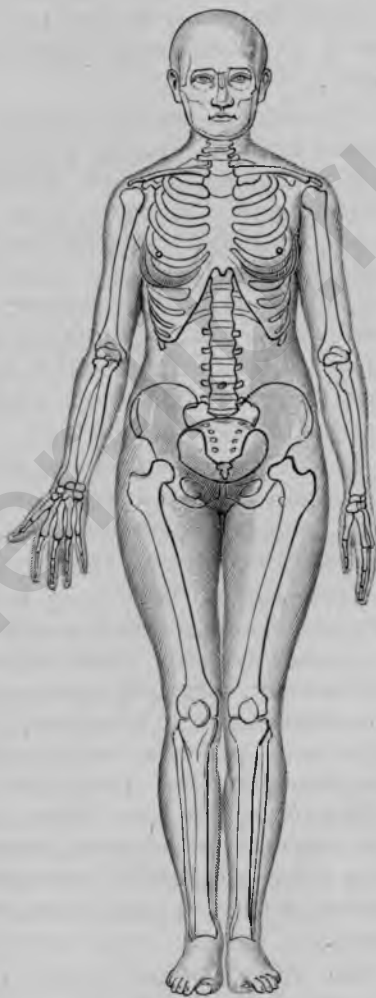


Рис. 127.

Нормальная фигуры мужчины и женщины. (По Меркелю).

ущербъ нашей красотѣ, мы съ особеннымъ вниманіемъ должны остановиться на изученіи того, въ чемъ состоитъ истинная сущность красоты и какимъ образомъ мы всего вѣрнѣе можемъ ее сохранить и поддержать. А опасности на-

пему здоровью и красотѣ угрожаютъ въ наше время положительно со всѣхъ сторонъ: и со стороны отравленнаго воздуха, которымъ мы дышимъ, и одежды, которая уродуетъ наше тѣло, и работы, разстраивающей наше зрѣніе и нервную систему, и питанія, которое вызываетъ болѣзненность и хилость нашего организма, и т. д., и т. д.

Представленіе объ идеальной наружности находится прежде всего въ зависимости отъ принадлежности нашей къ той или иной расѣ, а также—степени нашего развитія и образованія. Такъ, извѣстно, что негры напр., считаютъ бѣлыхъ женщинъ олицетвореніемъ уродства. Греческіе художники, и преимущественно скульпторы, заповѣдали намъ, однако, образцы, которые мы всѣ единогласно признаемъ за идеальными. „Художественный идеаль стремится представить намъ челоувѣка свободнымъ отъ всѣхъ его *личныхъ* особенностей“. Подобными идеалами красоты признаются единогласно греческіе образцы.

На таблицѣ № 3 мы изобразили медицейскую Венеру съ ея божественными формами и удивительно граціозными членами. И въ наше время на нее должны были бы походить всѣ здоровыя и истинно красивыя женщины! Гдѣ, между тѣмъ, сыщите вы таковыхъ? Уже по наслѣдству отъ нашихъ отдаленныхъ предковъ получили мы маленькій ростъ или несоразмѣрно длинные члены, изуродо-

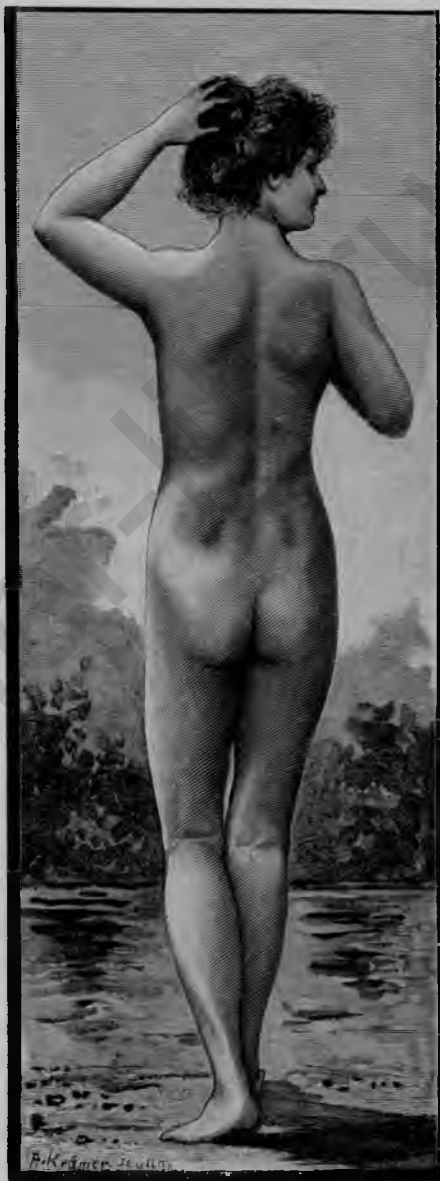


Рис. 128. Фигура дѣвушки съ красиво очерченными формами и правильнымъ станомъ.

ванныя ноги, близорукіе глаза, сутулую спину, плоскую грудь и т. д. Къ этимъ унаслѣдованнымъ недостаткамъ мы присоединяемъ еще множество другихъ, благопріобрѣтенныхъ, вызываемыхъ нашимъ неправильнымъ образомъ жизни. Можемъ ли мы при такихъ условіяхъ претендовать на красоту?!

Взгляните на обѣ уродливыя фигуры, которыя мы для болѣе рельефнаго контраста помѣстили по обѣ стороны Венеры: на одной сторонѣ мы видимъ болѣзненную худобу, на другой ненормальную полноту. Жидкіе и короткіе волосы, отвислая грудь, короче говоря—безформенность и уродливость въ довольно отталкивающемъ видѣ. Въ обыденной жизни платье заслоняетъ отъ нашихъ взоровъ подобныя фигуры, и только потому, что мы не привыкли сами ходить, а также и другихъ видѣть нагими, подобныя фигуры поражаютъ насъ своей уродливостью и дѣлаютъ насъ склонными думать, будто нѣкоторыя черты въ нихъ преувеличены. Между тѣмъ врачи, которымъ чаще всѣхъ приходится видѣть грѣшное человѣчество въ его естественномъ и неприкрашенномъ видѣ, знаютъ, какъ часто подобныя фигуры встрѣчаются въ дѣйствительности. Если бы потребность въ воздушныхъ ваннахъ ощущалась нами живѣе и мы чаще видѣли бы нашихъ дѣтей нагими, то многіе недостатки могли бы быть замѣчены нами во-время и тогда мы могли бы во-время начать съ ними борьбу. Но платья скрываютъ отъ нашихъ глазъ истину, и вмѣсто того, чтобы видѣть въ наготѣ нѣчто совершенно естественное, мы считаемъ ее „безнравственной“. И объ этомъ нельзя не пожалѣть отъ души.

Чтобы вселить въ женщинахъ истинныя понятія о красотѣ, мы привели здѣсь изображенія нѣсколькихъ красивыхъ женскихъ фигуръ.

Онѣ показываютъ намъ, какими должны быть здоровыя и красивыя женскія формы, и служатъ намъ одновременно также утѣшительнымъ доказательствомъ того, что, по счастью, красивыя женскія тѣла еще не вывелись.

Они существуютъ и по настоящее время, такъ какъ большинство изображаемыхъ нами фигуръ представляютъ собой не копии съ какихъ-либо холодныхъ мраморныхъ статуй давно минувшихъ временъ, но фотографіи съ живыхъ существъ нашего времени.

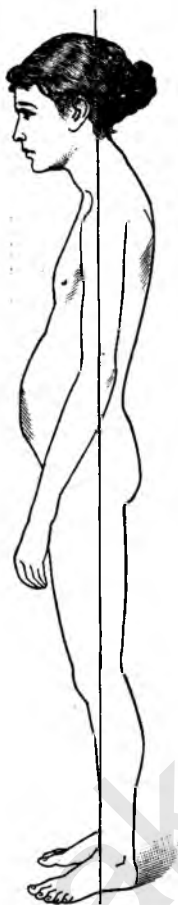


Рис. 129. Неправильный станъ.— Слабые худыя члены. (По Гоффа).

Тѣлесными особенностями, которыя отличаютъ *половой типъ женщины*, слѣдуетъ считать: пѣжное строеніе костяка (скелета), округленность формъ, полныя упругія груди, широкія бедра, пышные длинные волосы на головѣ и отсутствіе ихъ, за исключеніемъ наружныхъ половыхъ частей и мышечныхъ впадинъ, на остальной кожѣ. Въ противоположность женщинѣ, мы находимъ у *мужчины* угловатая форма, грубыя кости, узкія бедра, короткіе волосы на головѣ и, наоборотъ, болѣе или менѣе пышную растительность на бородѣ, груди и животѣ и т. д. Если перечисленные нами только-что признаки встрѣчаются хотя бы и въ слабой степени у женщинъ, то мы ихъ считаемъ уродливыми. Такимъ образомъ мужчина и женщина стоятъ совершенно *равно-*



Рис. 130. Хорошо сформированная грудь.

правно другъ противъ друга, будучи оба отдалены одинаковымъ разстояніемъ отъ дѣтскаго типа. Поэтому ни о какой подчиненности одного пола другому и рѣчи не можетъ быть.

Чтобы дать возможность нашимъ читательницамъ болѣе нагляднымъ образомъ усвоить разницу между мужскимъ и женскимъ типомъ, мы привели на рис. 126 и 127 двѣ „*нормальныя фигуры*“ по Меркелю. На нихъ довольно рельефно выступаютъ указанныя различія между обоими полами: болѣе

широкія плечи у мужчины, болѣе широкія бедра у женщины; болѣе нѣжное строеніе скелета у женщины и болѣе крупныя руки и голова у мужчины и т. д. Женщина ростомъ значительно меньше изображенной нами, или же, наоборотъ, мужчина значительно большаго роста, нарушаютъ гармоническія отношенія между обоими полами, и съ перваго же взгляда шокируютъ чувство эстетически развитога челоуѣка.



Рис. 131. Дѣвушка съ рѣзкими слѣдами шнуровки въ талии.

женная на рис. 129: станъ подался впередъ, спина сутулая, грудь вдавлена, животъ выпятился. И таковъ станъ большинства нашихъ женщинъ и дѣвушекъ, уродливость которыхъ скрывается до извѣстной степени отъ нашихъ взоровъ только благодаря одеждѣ. Спинныя мышцы, которыя на рис. 129 представляются столь хорошо развитыми, въ такихъ случаяхъ ослабѣваютъ; ямки на крестцѣ исчезаютъ и во всемъ станѣ и осанкѣ мы замѣчаемъ только усталость, вялость и слабость.

Теперь перейдемъ къ изученію отдѣльныхъ особенностей женскаго тѣла. На рис. 128 мы изобразили молодую дѣвичью фигуру, на которой мы не видимъ еще никакихъ слѣдовъ изуродованія: ни втиснутыхъ реберъ, ни рубцовъ въ талии, обусловленныхъ тугимъ шнурованіемъ. Спина хорошо сформирована, осанка прямая, члены — стройныя.

Печальной противоположностью этой фигурѣ является фигура, изобра-

Что касается до приподнятыхъ плечъ и искривленій позвоночника, то о нихъ спеціально будетъ рѣчь во II „Энциклопедической“ части, въ главѣ „Искривленіе позвоночника“.

На рис. 131 нами изображена верхняя часть граціознаго женскаго туловища, на которой, однако, довольно рельефно выступаютъ уже слѣды шнуровки. На ней сказалось уже вліяніе корсета и тесемокъ. Такимъ образомъ получилось уже изуродованіе, которое совершенно уничтожить невозможно.

На рис. 130 мы видимъ крѣпкія хорошо сформированныя груди, между тѣмъ какъ на рис. 132 видимъ, наоборотъ, плохо сформированныя, слегка отвислыя и худыя груди. Приложенные здѣсь рис. представляютъ намъ также образцы красивыхъ верхнихъ конечностей.

Четыре избранныя женскія фигуры изображены нами на таблицѣ № 10. Фигуры эти столь же могучи, сколь

и хорошо сформированы, хотя на нѣкоторыхъ уже довольно рѣзко выступаетъ, къ сожалѣнію, суженіе въ области талии. Дѣвическая округленность формъ, одинаково отдаленная какъ отъ худобы, такъ и отъ полноты, всего нагляднѣе выступаетъ на №№ 1 и 2. Здѣсь нами представлены стройныя граціозныя фигуры съ очень хорошо развитыми нижними

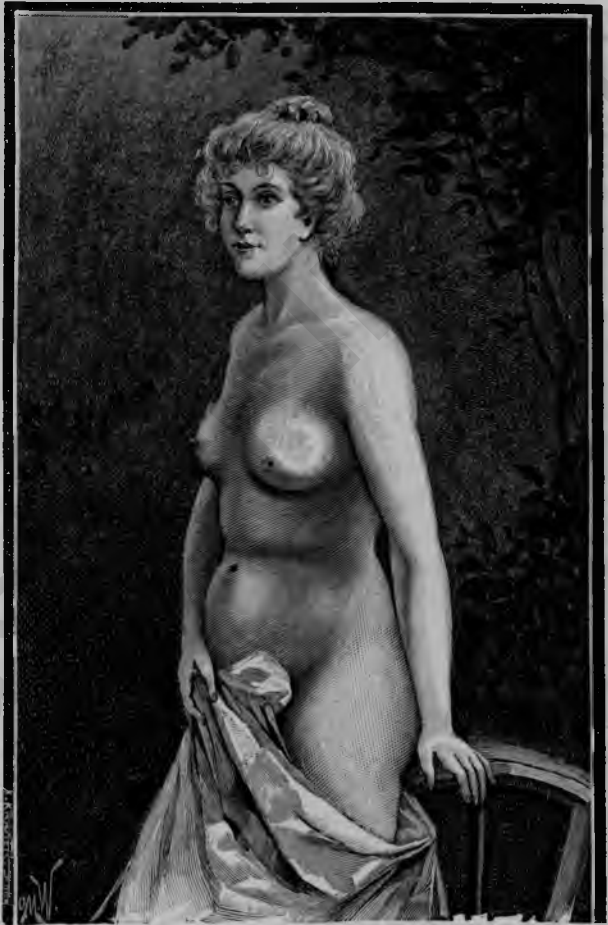


Рис. 132. Плохо сформированная грудь, со слѣдами шнуровки.

конечностями. На рис. 3 мы видим высокую женщину съ довольно могучими членами и длиннымъ крестцомъ. Рис. 4 представляетъ намъ дѣвушку-подростка съ ямочками на подбородкѣ и очень миловидными чертами лица, съ длинными мягкими волосами и хорошо развитой, хотя нѣсколько черезчуръ широкой верхней половиной туловища.

Заговоривъ о женской красотѣ и вдавшись въ разборъ достоинствъ и недостатковъ женской *фигуры*, можемъ ли обойти молчаніемъ наиболѣе художественную и наиболѣе замѣчательную особенность человѣческаго тѣла—*голову*? Цѣной многолѣтнихъ упорныхъ исканій намъ удалось собрать изображенія не только красивыхъ женскихъ фигуръ, но и красивыхъ головокъ, чтобы такимъ образомъ дать нашимъ читательницамъ и читателямъ возможность наглядно сравнить истинно красивыя женскія тѣла и головки съ тѣми болѣзненными женскими лицами, которыя такъ часто встрѣчаются намъ въ жизни въ настоящее время. На таблицѣ № 7 нами изображены четыре характерныя женскія головки, отличительная особенность которыхъ всего лучше передается подписью на этой же таблицѣ.

Таблицы №№ 2 и 4 представляютъ намъ восемь женскихъ головокъ, художественно сгруппированныхъ и изображающихъ женскую красоту совершенно различныхъ жанровъ. Роскошные волосы, круглыя мягкія щеки, красиво очерченные выразительные глаза, спокойное выраженіе лица—таковы признаки полнаго здоровья, представляющіе одновременно и основу истинной красоты. Особенной мягкостью и женственностью вѣетъ отъ лицъ, изображенныхъ 3-имъ и 4-мъ на таблицѣ 2-й, и 4-мъ на 4-й таблицѣ. Мощнымъ, какъ въ тѣлесномъ, такъ и въ духовномъ отношеніи, представляется лицо, изображенное первымъ на таблицѣ 4-й. Особенной красотой формъ и общихъ очертаній отличается лицо 4-е, на второй таблицѣ. Слишкомъ мягкимъ и нѣжнымъ, граничащимъ съ болѣзненнымъ, представляется лицо 1-е на второй таблицѣ. Меньше пріятности въ общемъ выраженіи лица находимъ мы на второй головѣ восьмой таблицы. Совсѣмъ незначительное лицо изображено 3-мъ на четвертой таблицѣ.

Если изображенія, которыя мы собрали съ такимъ большимъ трудомъ, побудятъ нашихъ читательницъ и читателей къ дальнѣйшему изученію основъ тѣлесной и духовной красоты и если они прежде всего будутъ способствовать тому, чтобы выработать въ насъ правильное понятіе о томъ, какимъ должно вообще представляться здоровое лицо, то мы можемъ считать себя вознагражденными за нашъ трудъ: цѣль наша будетъ достигнута.



НЕРВНОЕ.

МАЛОКРОВНОЕ.

ХИЛОЕ.

ЗОЛОТУШНОЕ.

БОЛѢЗНЕННЫЯ ЖЕНСКІЯ ЛИЦА.

Уходъ за кожей.

Изъ первой главы настоящаго сочиненія, въ которой мы изучили какъ строеніе, такъ и отправленія кожи, намъ уже извѣстно, въ чемъ состоятъ главнѣйшія особенности здоровой кожи. Извѣстно намъ также, какія важныя обязанности выпадаютъ въ нашемъ организмѣ на ея долю. Обязанности эти мы въ нѣсколькихъ словахъ могли бы очертить слѣдующимъ образомъ: она играетъ важную роль въ отношеніи обмѣна, преимущественно, газообразныхъ веществъ; она имѣетъ важное значеніе, выдѣляя изъ нашего организма множество вредныхъ веществъ, она регулируетъ теплоту нашего тѣла и она, наконецъ, содержитъ въ себѣ окончанія всѣхъ нашихъ органовъ внѣшнихъ чувствъ, при посредствѣ которыхъ мы сносимся съ внѣшнимъ міромъ.

Для того, чтобы кожа могла отправлять свои многосложныя обязанности, сохраняя въ то же время свою красоту, необходимо носить цѣлесообразное платье и не преграждать воздуху доступа къ нашей кожѣ. Помимо того необходимо принимать нѣкоторыя мѣры для очищенія нашей кожи отъ накопляющейся на ней грязи, сохраненія ея мягкости и эластичности, окраски и пр. и предупреждать множество мелкихъ поверхностныхъ заболѣваній кожи, которыми многіе изъ насъ столь сильно подвержены. Главнѣйшими и наиболѣе употребительными средствами для очистки нашей кожи являются вода и мыло.

Начнемъ съ воды. Укажемъ прежде всего въ нѣсколькихъ словахъ, какъ дѣйствуетъ на насъ та или иная *температура* воды. Вліяніе *холодной* воды сводится къ слѣдующему. Она понижаетъ наружную температуру нашего тѣла, причѣмъ температура внутреннихъ органовъ повышается, пульсъ замедляется, дыхательныя движенія учащаются и становятся вмѣстѣ съ тѣмъ болѣе глубокими. Обмѣнъ веществъ, преимущественно процессы разложенія усиливаются. На нервную систему, наконецъ, холодная вода дѣйствуетъ возбуждающимъ и укрѣпляющимъ образомъ: она регулируетъ выдѣленіе теплоты изъ организма и могуче способствуетъ *закаливанію* нашего тѣла *). Почти совершенно противоположными свойствами отличается дѣйствіе на нашъ организмъ *теплой воды*, изъ которыхъ мы укажемъ спеціально только на ослабляющее и вмѣстѣ съ тѣмъ успокаивающее дѣйствіе, которое она на насъ производитъ.

Отчасти по причинѣ нецѣлесообразности нашей одежды, отчасти вслѣдствіе условій нашей жизни, кожа наша загряз-

*) См. Эрисманъ: «Краткій учебникъ по гигиенѣ» — 2-е изд. 1903.

няется потомъ, жиромъ и пылью и становится „грязной“. Для очищенія ея отъ „грязи“ мы прибѣгаемъ къ очистительнымъ ваннамъ, причемъ должны пользоваться водой въ 35°—37° Ц. (28°—29° Р. *) и только мягкимъ мыломъ, не содержащимъ соды. Сода дѣйствуетъ, какъ извѣстно, очень хорошо на грязь, которую она растворяетъ и затѣмъ удаляетъ, но вмѣстѣ съ тѣмъ она размягчаетъ и раздѣдаетъ нашу кожу, вслѣдствіе чего она при продолжительномъ употребленіи подобнаго мыла становится морщинистой и дряблой. Послѣ теплой ванны хорошо облить себя водой градусовъ въ 26°—28° Ц. (20°—21° Р.) и затѣмъ растирать себѣ крѣпко кожу, пока она не станетъ красной и теплой. Послѣ ванны, принятой при подобныхъ условіяхъ, чувствуешь себя чрезвычайно хорошо, свѣжо и бодро. Прибавимъ, что продолжительность такой ванны никогда не должна превышать десяти минутъ.

Напрасно многія женщины предполагаютъ, будто волосъ не слѣдуетъ мыть. Волосы также должно время отъ времени мыть мыломъ. Намыливъ и обмывъ голову, причемъ волосъ вовсе не слѣдуетъ распускать, такъ какъ можно всю косу опустить въ воду, волосамъ, какъ и всему тѣлу, даютъ нѣсколько остыть и стечь съ нихъ водѣ, и затѣмъ осушаютъ ихъ мягкими полотенцами.

Всего лучше принимать такую ванну на ночь, съ цѣлью дать волосамъ, которые съ трудомъ сохнутъ, особенно зимой, возможность совершенно высохнуть за ночь. На другой день волосы оказываются сухими, мягкими и красивыми, а часто также естественно завиваются локонами.

Тѣмъ, кто лишенъ возможности принимать какъ воздушныя ванны, такъ и общія водяныя, должно, по крайней мѣрѣ, обмывать ежедневно утромъ и вечеромъ всю верхнюю половину туловища. Обмывъ ее холодной водой, ее слѣдуетъ крѣпко на-крѣпко растереть жесткимъ полотенцемъ, специальной перчаткой или такъ-называемой люфой—дѣлается. Вотъ простой и общедоступный способъ для закаливанія наиболѣе чувствительныхъ частей нашего организма. Такъ какъ послѣ подобнаго обмыванія организмъ въ значительной степени охлаждается, а нерѣдко получается и такъ-называемая „гусиная кожа“, то всего лучше согрѣть себя быстрымъ и энергичнымъ движеніемъ. При такихъ условіяхъ мы можемъ быть гарантированы, что нашъ трудовой день начнется не съ вялости, отсутствія всякаго аппетита и тяжести въ головѣ, но что мы будемъ себя чувствовать, наоборотъ, бодрыми, живыми, энергичными и хорошо расположенными.

*) 1° Ц. = 4/5° Р.

Отличнымъ средствомъ для поддержанія чистоты кожи, а также для освѣженія тѣла является *купанье*. Особенно много удовольствія доставляетъ намъ купанье въ рѣкѣ.

Во сколько разъ больше наслажденія доставляетъ намъ, однако, купанье гдѣ-нибудь въ ручьѣ въ лѣсу или полѣ. Хотя мы и лишены при этомъ возможности плавать, но вода сама по себѣ настолько свѣжа, всѣ окружающія условія настолько заманчивы, что можно смѣло сказать, что пятиминутное пребываніе въ ручьевои водѣ приноситъ намъ гораздо больше удовольствія и пользы, чѣмъ четверть часа, проведенные въ тепловатой рѣчной водѣ. Поэтому мы никогда не должны упускать случая выкупаться въ ручьѣ гдѣ-нибудь въ лѣсу. (См. изображеніе купанья на обложкѣ этой части).

Для купанья слѣдуетъ предпочитать „мягкую“ рѣчную или дождевую воду колодезной. Жесткая вода дѣйствуетъ посредствомъ содержащихся въ ней извести и солей на кожу, дѣлая ее сухой и жесткой, а также отнимаетъ у нея свойственную ей пріятную мягкость, составляющую неотъемлемую принадлежность красивой кожи.

Здѣсь уместно будетъ сказать нѣсколько словъ и о нашемъ народномъ способѣ для поддержанія въ чистотѣ кожи: о русскихъ *баняхъ*. Русская баня отличается отъ другихъ, главнымъ образомъ, тѣмъ, что воздухъ въ ней насыщенъ водяными парами. Дѣйствіе ея на нашъ организмъ сводится въ главнѣйшихъ чертахъ къ слѣдующему: температура тѣла при болѣе продолжительномъ въ ней пребываніи значительно повышается (до 39°, иногда и больше). Пульсъ учащается до 100—120 ударовъ въ минуту. Учащаются также и дыхательныя движенія. Мышечная сила падаетъ, такъ какъ баня ослабляетъ. Падаетъ также и вѣсъ тѣла на фунтъ или даже полтора. Вслѣдствіе подобнаго дѣйствія русской бани, она на нѣкоторыхъ организамахъ отражается довольно вредно. „Людей слабыхъ, только-что оправившихся отъ тяжелыхъ болѣзней, людей съ некомпенсированными *) пороками сердца, съ сильнымъ артеріосклерозомъ **) и т. п., слѣдуетъ удерживать отъ посѣщенія паровой бани“. (Эрисманъ).

Нельзя также не присоединиться къ выражаемому выдающимся русскимъ гигиенистомъ пожеланію, чтобы баня повсюду была сдѣлана доступной для народа.

Возвращаясь къ уходу за кожей, мы должны сказать, что въ поддержаніи кожи въ здоровомъ и красивомъ состояніи также играетъ большую роль и *массажъ*, которому жен-

*) Неуравновѣшенными.

**) Затвердѣніе артерій и прощитываніе стѣнокъ солями.

пины со средствами должны были бы систематически нѣсколько разъ въ году хоть на недѣлку другую подвергать себя. Массажъ долженъ быть мягкій и производиться по преимуществу ароматными жирами. При этомъ чешуйчатая, грубая или морщинистая мѣста на кожѣ исчезаютъ, кожа становится мягкой, полнокровной и гладкой и въ теченіе долгаго времени сохраняетъ женственную свѣжесть.

Въ древности такого рода заботы о тѣлѣ были общеприняты. Римскія и греческія дамы заставляли своихъ рабынь ежедневно массировать себя, умащать себя дорогими ароматными маслами, тщательно себѣ сдѣлать туалетъ головы и затѣмъ только покрывали онѣ свое тѣло дорогими тканями. Если бы современныя женщины сохранили хотя бы слабую долю той заботливости и той любви къ уходу за своимъ тѣломъ, которыя выказывали древнія женщины, то не можетъ быть сомнѣнія въ томъ, что число некрасивыхъ женщинъ значительно уменьшилось бы.

Что касается до иного рода вліяній, которыя такимъ разрушительнымъ образомъ дѣйствуютъ на женскую красоту, то они будутъ нами изучены въ седьмой главѣ, въ которой мы рассмотримъ вопросы, касающіеся супружескихъ сношеній.

Уходъ за лицомъ.

Лицо можно назвать зеркаломъ, въ которомъ для опытнаго глаза ясно отражаются умственные способности и душевныя качества, всего же больше состояніе здоровья даннаго человѣка. Такъ, напр., по цвѣту лица мы часто можемъ судить съ увѣренностью о состояніи внутреннихъ органовъ, и прежде всего о состояніи кровообращенія. Блѣдный цвѣтъ лица указываетъ на малокровіе; красный — на приливы крови къ лицу и головѣ; темно-желтый — обличаетъ болѣзнь печени; синеватый — указываетъ на возможное существованіе порока сердца и т. д. Извѣстныя складки на лицѣ служатъ довольно вѣрнымъ указаніемъ на преобладаніе у даннаго лица того или иного расположенія духа; измѣненіе обычнаго выраженія въ глазахъ нерѣдко указываетъ на давленіе, производимое какой-нибудь мозговой опухолью; выраженіе угрюмости и нелюдимости устанавливается нерѣдко при упорныхъ заболѣваніяхъ пищеварительнаго аппарата и т. д. Безконечно многое можетъ прочесть на человѣческомъ лицѣ тотъ, кто учился по немъ читать и не упускалъ случая развивать свои способности въ этомъ направленіи!..

У совершенно здороваго человѣка лицо бываетъ чистымъ и умѣренно окрашеннымъ; на немъ не видно никакихъ пятенъ

или безобразящихъ его складокъ; въ глазахъ виденъ пріятный блескъ и на губахъ свѣжесть. Усталое выраженіе лица, прыщи и угри—указываютъ, наоборотъ, на нервное предрасположеніе, на расстройство пищеваренія, на недостаточность въ обмѣнѣ веществъ и потому тотъ, кто дорожитъ своимъ здоровьемъ и стремится къ тому, чтобы обладать красивымъ лицомъ, прежде всего долженъ охранить себя отъ этихъ злѣйшихъ враговъ нашей внѣшней красоты.

Съ цѣлью очистить лицо и придать кожѣ хорошій цвѣтъ слѣдуетъ пользоваться только мягкой или дождевой водой. Очень хорошо дѣйствуетъ также и молоко или сыворожка, которыя довольно охотно употребляются съ косметической цѣлью и въ нашихъ деревняхъ. Извѣстно также, что жены римскихъ цезарей, а также и знатныя матроны держали цѣлыя стада муловъ, изъ молока которыхъ онѣ устраивали себѣ ванны. Воду для мытья лица приносятъ изъ рѣки или же берутъ ее изъ сосудовъ, специально заготовленныхъ для собиранія дождевой воды, которой затѣмъ даютъ въ теченіе трехъ-четыреохъ часовъ совершенно отстояться, чтобы всякая нечистота имѣла время совершенно осѣсть. Затѣмъ воду эту осторожно зачерпываютъ, чтобы не взболтать ее. Затѣмъ наливаютъ этой воды наполовину въ тазъ или умывальную чашку, погружаютъ въ нее все лицо и сильно выдыхаютъ ноздрями воздухъ. Вслѣдствіе этого образуются волны, которыя очень пріятно дѣйствуютъ на закрытые глаза, а также и лобъ. Когда требуется вновь вдохнуть въ себя воздухъ, то поднимаютъ голову изъ воды. Поворотами головы въ разныя стороны, удается при нѣкоторой ловкости обмыть также и уши, безъ того, чтобы вода сильно смочила волосы. Свѣжая вода вызываетъ легкую краску на лицо, которое вмѣстѣ съ тѣмъ кажется какъ будто пополнѣвшимъ; кожа же сохраняетъ свою мягкость и нѣжность.

Особенно хорошо дѣйствуютъ такія личныя ванны при блѣдномъ цвѣтѣ и худомъ лицѣ, въ каковомъ случаѣ ихъ можно дѣлать раза три на день, градуса въ 24° Ц. Онѣ значительно способствуютъ улучшенію цвѣта лица и могутъ быть рекомендованы, какъ самое простое и вмѣстѣ съ тѣмъ наиболѣе дѣйствительное косметическое средство.

Мыть лицо мыломъ каждый день должны только тѣ, кто въ силу своей профессіи приходитъ въ слишкомъ близкое соприкосновеніе съ пылью или грязью; всѣ же остальные лица могутъ довольствоваться указанными личными ваннами. Не слѣдуетъ упускать изъ виду, что *всякое* мыло, даже и наиболѣе нѣжное, съ теченіемъ времени раздражаетъ кожу и отнимаетъ у нея свойственный ей жиръ.

Не слѣдуетъ упускать изъ виду, что слишкомъ частое употребленіе мыла особенно вредно отражается именно на кожѣ лица. Лицо слѣдуетъ обмывать только жирнымъ мыломъ, въ составъ котораго совершенно не входитъ сода, такъ какъ сода раздражаетъ кожу. Для этой цѣли можно пользоваться медовыми и такъ-называемыми пережиренными мылами и пр. Чистое мыло должно, помимо извѣстнаго количества ароматныхъ веществъ, не содержать ничего, кромѣ жира и щелочей, причемъ послѣднія также должны содержаться въ немъ въ умѣренномъ количествѣ; въ противномъ случаѣ мыло пріобрѣтаетъ нѣкоторую ѣдкость. Подъ щелочами понимаютъ въ данномъ случаѣ только *калій* и *натрій*, которые образуютъ съ жирами мыла. Чѣмъ въ мылѣ меньше щелочи и относительно больше жировъ, тѣмъ оно нѣжнѣе. Слѣдуетъ, однако, имѣть въ виду, что такое мыло *меньше пѣнится* и вмѣстѣ съ тѣмъ хуже очищаетъ, чѣмъ богатое щелокомъ болѣе ѣдкое мыло. Во всякомъ случаѣ разъ-другой въ недѣлю не мѣшаетъ обмыть какъ лицо, такъ и шею мягкимъ жирнымъ мыломъ: это сильно будетъ способствовать содержанію ихъ въ чистотѣ.

Хорошимъ средствомъ противъ морщинъ, малокровія, а также красныхъ пятенъ на лицѣ должно считать ежедневное натираніе лица жиромъ на ночь. Такое натираніе способствуетъ размягченію чешуекъ, увлажняетъ слишкомъ сухую кожу и обуславливаетъ вслѣдствіе тренія, неизбежно связаннаго съ натираніемъ, и лучшее орошеніе лица кровью. Большинство растительныхъ и животныхъ жировъ имѣютъ, однако, тотъ недостатокъ, что они легко горкнутъ и въ такомъ состояніи сильно раздражаютъ кожу. Поэтому введеніе въ обращеніе минеральныхъ жировъ совершенно справедливо рассматривается, какъ значительный прогрессъ въ этомъ направленіи. Къ такимъ жирамъ слѣдуетъ отнести *вазелинъ* (продуктъ, получаемый при очисткѣ петроля) и *парафинъ* (также добывается изъ петроля). Менѣе другихъ животныхъ жировъ подвержены прогорклости *ланолинъ* и *спермацетъ* (китовое сало), которые поэтому и употребляются, преимущественно, для изготовленія разныхъ косметическихъ средствъ. Мякоть среднихъ пальцевъ опускаютъ въ банку съ *вазелиномъ* или *ланолиномъ* и затѣмъ натираютъ ими всю кожу лица. На другое утро обмываютъ лицо такъ, какъ это нами только-что было изложено. При существованіи на лицѣ пятенъ или какихъ-либо воспалительныхъ образований температура ванны не должна превышать 35° Ц. При примѣненіи означенныхъ средствъ у многихъ появляется на лицѣ полнота, чистота и свѣжесть, какихъ-у нихъ до того никогда не наблюдалось.

Кто любитъ ароматные жиры, тому можно порекомендовать *кольдкремъ*. Нашъ аптечный *кольдкремъ* изготовляется изъ воска, спермацета, миндальнаго масла и глицерина. Благоприятно дѣйствуетъ также и калодерма.

Въ послѣдніе годы снискалъ себѣ большую симпатію *массажъ лица*, причемъ имъ занимаются у насъ, преимущественно, „шведскія“ массажистки. Когда массажъ производится добросовѣстно и съ знаніемъ дѣла, то онъ приноситъ видимую пользу, особенно въ томъ случаѣ, когда онъ примѣняется къ худымъ лицамъ съ одряблѣвшей кожей. Обыкновенно массажу предшествуетъ паровая ванна, за которой слѣдуетъ втираніе жирныхъ и слегка возбуждающихъ веществъ. Когда жизнь организма протекаетъ при нормальныхъ условіяхъ, результаты получаютъ относительно довольно стойкіе. Паровыми ваннами не слѣдуетъ злоупотреблять, такъ какъ, если ихъ принимать слишкомъ часто, то послѣдствіемъ является нѣкоторое ослабленіе кожи. Изъ сказаннаго ясно, что тотъ, кто заботится о красотѣ своего лица, не долженъ никоимъ образомъ упускать изъ виду и постоянныхъ заботъ о поддержаніи *общаго* состоянія своего здоровья.

Не всѣ женщины легко мирятся съ тѣмъ грустнымъ обстоятельствомъ, что въ извѣстномъ возрастѣ организмъ неизбѣжно начинаетъ клониться къ упадку и многія изъ нихъ „разсудку вопреки, наперекоръ стихіямъ“ стараются искусственными средствами поддержать угасающую красоту. Эту слабость человѣческаго сердца очень ловко эксплуатируютъ всевозможные плуты, которые извлекаютъ изъ нея большую выгоду, рекламируя вмѣстѣ съ тѣмъ продукты, которые чаще всего не только не достигаютъ цѣли, но далеко не всегда отличаются и безвредностью. Анонсы и рекламы ихъ бросаются въ глаза во многихъ газетахъ. Какъ бы то ни было, но цѣли своей они до извѣстной степени всегда достигаютъ, такъ какъ на любомъ собраніи, выставкѣ, балу или концертѣ мы можемъ видѣть дамъ, съ очень яркими слѣдами косметики на лицѣ. При взглядѣ на нихъ прямо бросается иной разъ въ глаза искусный и художественный подборъ красокъ: мягкая бѣлизна кожи лица рельефно отдѣляется отъ свѣжей краски на щекахъ; ярко блестятъ глаза, красиво отгѣняемые темными рѣсницами и бровями.

Иллюзія продолжается однако же недолго; въ ближайшій же моментъ замѣчаешь, что имѣешь дѣло съ искусственной красотой, и, убѣдившись въ этомъ, начинаешь чаще всего испытывать нѣкоторое невольное отвращеніе. И такое ощущеніе испытывается преимущественно мужчинами, у которыхъ эти женщины именно и стремятся, между тѣмъ, добиться

успѣха. И этого-то успѣха имъ никогда не добиться, такъ какъ давнымъ-давно извѣстно, что слишкомъ явно выраженное желаніе нравиться дѣйствуетъ какъ разъ обратнымъ, т. е. отталкивающимъ образомъ. Поэтому-то женщины, уважающія себя и сохранившія чувство личнаго достоинства, никогда не опускаются до того, чтобы прибѣгать къ такимъ искусственнымъ мѣрамъ для поддержанія своей красоты, но заботятся только о естественномъ ея сохраненіи.

Чтобы дать нашимъ читательницамъ возможность установить собственный взглядъ на различныя **косметическія** средства, мы сдѣлаемъ здѣсь краткій обзоръ главнѣйшимъ изъ ихъ числа.

Начнемъ съ излюбленной *пудры*. Она состоитъ изъ тонко размельченной рисовой муки, картофельнаго крахмала или миндальной муки. Только въ рѣдкихъ случаяхъ, однако, къ ней не примѣшиваютъ еще другихъ, далеко не всегда безобидныхъ веществъ. Существуетъ бѣлая и розовая пудра. Пудра защищаетъ до извѣстной степени кожу, которую она тончайшимъ слоемъ покрываетъ, но вмѣстѣ съ тѣмъ она закупориваетъ кожныя поры, и при продолжительномъ употребленіи раздражаетъ и воспаляетъ сальныя железы кожи. Железы эти опухаютъ и покрываютъ отдѣльныя части лица въ видѣ маленькихъ прыпушекъ, которые выглядятъ бѣлыми, пока не воспалятся. Менѣе вредной оказывается часто розовая пудра, которая выполняетъ свое назначеніе болѣе удачно, такъ какъ она дѣлаетъ кожу лица болѣе нѣжной, чистой и прозрачной.

Отъ употребленіе всевозможныхъ *румянъ* и *блѣмъ* слѣдуетъ тщательно воздерживаться, такъ какъ они сплошь и рядомъ содержатъ въ себѣ металлическія соли, которыя дѣйствуютъ на кожу раздражающимъ образомъ и ведутъ къ очень неприятымъ послѣдствіямъ. Помимо всего, заклеиваніе кожи лишаетъ ее присущей ей эластичности и дѣлаетъ ее со временемъ грубой и похожей на сапожную кожу, несмотря на то, что нѣкогда она была дѣвственно свѣжей и нѣжной.

Туалетныя укусы считаются, наоборотъ, средствами, придающими кожѣ нѣжную *блѣдность*, что объясняется тѣмъ, что всѣ вещества, содержащія въ себѣ кислоты, дѣйствуютъ стягивающимъ образомъ. Разбавленная укусная, лимонная или борная кислоты довольно невинны по своему дѣйствию и могутъ время отъ времени быть употребляемы при появленіи мѣстами красныхъ пятенъ на лицѣ, напр., и т. п., но при болѣе продолжительномъ употребленіи онѣ также вызываютъ сморщиваніе кожи, такъ какъ за продолжительнымъ

раздраженіемъ кожи всегда неизбѣжно слѣдуетъ ослабленіе ея.

Со всевозможными *эликсирами* слѣдуетъ быть чрезвычайно осторожнымъ, какъ бы они ни назывались; „Eau de beauté“, „Eau de princesse“, эликсиръ юности, или какъ-нибудь иначе, такъ какъ они часто содержатъ соединенія *свинца* и *ртути*. Въ большомъ употребленіи находятся также бура и бензойная (росноладонная) настойка, дѣйствіе которыхъ на кожу отрицать невозможно.

Бура представляетъ собой борно-кислый натрій. Она обладаетъ свойствомъ растворять мочевину и не лишена нѣкотораго дѣйствія на веснушки. Она обладаетъ также свойствомъ просвѣтлять цвѣтъ лица. Если ограничить ея употребленіе непродолжительнымъ временемъ, то она особеннаго вреда не принесетъ.

Бензойная (росноладонная) настойка представляетъ собой настойку, извлекаемую изъ смолистой массы. Вначалѣ она оказываетъ очень хорошее дѣйствіе на цвѣтъ лица, но затѣмъ она вызываетъ сморщиваніе кожи, т. е. именно то, чего женщины обыкновенно всѣми силами стараются избѣжать.

Алкоголь также обусловливаетъ временную блѣдность кожи, такъ какъ онъ дѣйствуетъ стягивающимъ образомъ. вмѣстѣ съ тѣмъ онъ растворяетъ жиры, отчего отъ продолжительнаго его употребленія кожа дѣлается сухой и хрупкой. Затѣмъ, вслѣдъ за первоначальнымъ освѣжающимъ дѣйствіемъ идетъ *разслабленіе* кожи, а потому отъ частаго употребленія алкоголя съ косметическими цѣлями также слѣдуетъ отказаться.

Возвращаясь, въ заключеніе, еще разъ къ вопросу о наиболѣе дѣйствительныхъ средствахъ, способныхъ наилучшимъ образомъ обезпечить здоровье и красоту лица, мы повторяемъ: *обмыванія лица* свѣжей и мягкой водой; ежедневныя втиранія въ кожу *жирныхъ веществъ*; время отъ времени *массажи лица*. Примѣненіе этихъ средствъ дѣлаетъ кожу свѣжей, мягкой и полной, не вызывая въ ней никакого раздраженія. Само собой разумѣется, что примѣненіе указанныхъ средствъ должно продолжаться не одну недѣлю; только въ такомъ случаѣ могутъ получиться сколько-нибудь ощутительные результаты.

Уходъ за руками.

Никто не рѣшится оспаривать, что хорошо сформированная тонкая рука невольно внушаетъ намъ пріятное впечатление.

чатлѣніе и о смаой личности ея обладателя. Какъ красивая, такъ и некрасивая форма руки представляетъ собой нѣчто врожденное. Тѣмъ не менѣе, внимательнымъ уходомъ за руками мы всегда можемъ не только въ значительной степени ослабить ихъ недостатки, но даже заставить совершенно забыть о нихъ. Прежде, нежели мы приступимъ къ ознакомленію съ тѣмъ, что слѣдуетъ *дѣлать* для того, чтобы имѣть красивыя руки, укажемъ прежде всего на то, чего слѣдуетъ избѣгать. Вреднѣе всего дѣйствуетъ на руки чистка жирной или законченной дымомъ посуды; затѣмъ частое погруженіе рукъ въ мыльную воду или воду, въ которой растворена сода, каковую воду употребляютъ при стиркѣ бѣлья и мытьѣ половъ; затѣмъ, вообще всѣ работы, при которыхъ приходится приходиться въ соприкосновеніи съ углемъ золой, печами, плитами и пр. Отъ такихъ грязныхъ и грубыхъ работъ пальцы огрубѣваютъ и становятся тугими, неловкими и малоподвижными; кожа становится жесткой и нечувствительной и покрывается трещинами.

Руки, за которыми *ужасиваютъ* и которыя не выполняютъ никакихъ грязныхъ работъ, можно мыть холодной водой и мягкимъ мыломъ, такъ какъ кожа на нихъ тонка, бѣла и не повреждена. Что же касается до часто загрязняющихся рукъ, которымъ приходится выполнять тяжелыя работы, то такія руки должно купать мягкимъ мыломъ въ теплой водѣ; кромѣ того ихъ ежедневно слѣдуетъ натирать жиромъ, чтобы сохранить и возвратитъ имъ свойственную имъ мягкость. На такія руки также хорошо дѣйствуетъ, если надѣвать на нихъ на ночь перчатки, которыя также предохраняютъ руки отъ покраснѣнія и загрубѣнія. Въ такихъ случаяхъ полезно также употребленіе *колдкрема* или калодермы.

Часто для леченія трещинъ на рукахъ примѣняютъ *лицеринъ*, который, благодаря своему сродству къ водѣ, дѣйствуетъ стягивающимъ образомъ. По той же причинѣ глицеринъ причиняетъ, однако, нерѣдко и страданія, и въ такихъ случаяхъ его предпочтительнѣе замѣнять какимъ-либо жиромъ. Во всякомъ случаѣ прежде, чѣмъ смазывать руки глицериномъ, ихъ слѣдуетъ слегка увлажнить водой. Слѣдуетъ избѣгать, по возможности, какого бы то ни было соприкосновенія съ *водой*, въ которой растворена *сода*. Бѣдное дѣйствіе соды даетъ себя чувствовать даже въ томъ случаѣ, когда ее употребляютъ при стиркѣ носильнаго бѣлья, такъ какъ иногда такое бѣлье раздражаетъ кожу.

Никогда не слѣдуетъ выходить съ влажными руками на воздухъ, особенно въ холодную погоду. Перчатки, хотя бы

и очень легкія, слѣдуетъ носить и въ вѣтрную погоду. Можно сказать съ увѣренностью, что тѣ, которыя дадутъ себѣ трудъ соблюдать указанные нами условія, никогда не должны будутъ краснѣть въ обществѣ за свои грубыя или красныя руки и вмѣстѣ съ тѣмъ избавятъ и своихъ ближнихъ отъ этого неприятнаго зрѣлища.

Не тщеславіе должно насъ побуждать обращать вниманіе также и на нашу внѣшность, но вполне естественное и понятное требованіе, чтобы человѣкъ весь, всей своей внѣшностью производилъ на окружающихъ пріятное и гармоническое впечатлѣніе.

По поводу *ухода за ногтями* можно сказать, что на первомъ планѣ слѣдуетъ поставить защиту ихъ отъ всякаго рода поврежденій. Ногти слѣдуетъ обстригать такъ, чтобы верхній край ихъ лишь слегка выступалъ изъ-за мякоти пальцевъ, которые

они при такихъ условіяхъ всего надежнѣе защищаютъ. Подногтевое пространство слѣдуетъ ежедневно чистить по нѣскольку разъ, такъ какъ тамъ очень легко

скопляется грязь и находятъ себѣ пристанище многочисленныя бактеріи. Ногти слѣдуетъ подстригать съ боковъ такимъ образомъ, чтобы они получили слегка продолговатую форму. Продолговатая форма придаетъ, ногтямъ очень красивый видъ. Въ уходѣ за рукой правильная стрижка ногтей играетъ довольно видную роль, и этой стороной нашей внѣшности никогда не слѣдуетъ пренебрегать.

Здоровые ногти не должны быть хрупкими; они должны быть твердыми, блестящими, гладкими и розовыми. На рис. 133 нами изображены кончики пальцевъ съ очень короткими и очень длинными ногтями; въ рис. с. мы видимъ ноготь средней длины, т. е. именно такимъ, какимъ онъ долженъ быть, чтобы надежно охранять палецъ и вмѣстѣ съ тѣмъ сохранить красивую форму.



Рис. 133. Пальцевые ногти.

a—слишкомъ длинный ноготь; *b*—слишкомъ короткий; *c*—ноготь средней величины, т. е. такой, какимъ ноготь долженъ быть.

Уходъ за ногами.

Красивую ногу мы изобразили на рис. 98 (стр. 225) Что же касается до изуродованія ноги, а также и обуви, то мы о нихъ

подробно говорили уже выше. Теперь же мы дадимъ еще нѣкоторыя дальнѣйшія указанія относительно того, какъ сохранить ногу въ здоровомъ и красивомъ состояніи.

Главнѣйшимъ условіемъ является *проницаемая* для воздуха *обувь* (избѣгать, по возможности, кожаной, а также тѣсной и закрытой обуви), частое хожденіе босикомъ, купанье въ рѣкѣ и пр. Для обычнаго хожденія всего лучше подходятъ античныя *сандалии*, которыя предохраняютъ подошвы отъ нечистаго соприкосновенія и вмѣстѣ съ тѣмъ доставляютъ нашимъ ногамъ достаточно воздуха и солнца. Для восхожденія на каменистыя горы или странствованія по каменистымъ дорогамъ всего лучше подходятъ *современныя сандалии*, которыя мы изобразили на рис. 101 (стр. 226), такъ какъ онѣ защищаютъ ноги отъ раненій острыми камешками и предохраняютъ ихъ отъ прониканія пыли.

При ношеніи тѣсной или вообще нецѣлесообразной обуви очень легко образуются *мозолистыя затвердѣнія*. Избавиться отъ нихъ можно всего скорѣе слѣдующимъ путемъ: размячивъ ихъ предварительно въ горячей ваннѣ (градусовъ въ 40° Ц. и продолжительность минутъ въ десять), срѣзываютъ размяченныя мѣста острыми ножницами, и затѣмъ массируютъ ихъ вазелиномъ. Если нѣсколько разъ подъ рядъ повторить ту же операцію, то мозолистыя мѣста быстро исчезаютъ.

Ногти на ножныхъ пальцахъ также должны быть тщательно и равномерно обрѣзываемы. Только въ такомъ случаѣ могутъ они принять такую приблизительно форму, какую они имѣютъ и на рукахъ. Особенно тщательно слѣдуетъ слѣдить также за тѣмъ, чтобы ногти не загибались, что особенно часто наблюдается на большомъ пальцѣ и что причиняетъ намъ подчасъ такую ужасную боль. Ногти на ножныхъ пальцахъ слѣдуетъ подстригать такъ же, какъ и на пальцахъ руки, немного больше по бокамъ, закругляя ихъ къ срединѣ. Такимъ образомъ не только украшается форма пальцевъ, но получаются также здоровые и красивые ногти.

Перегибаніе пальцевъ одного на другомъ, которое такъ часто наблюдается при ношеніи тѣсной обуви, когда пальцамъ нѣтъ мѣста естественнымъ образомъ расправиться, а также изуродованія пальцевъ всего лучше поддаются леченію разумнымъ массажемъ. Бородавки также слѣдуетъ тщательно лечить, удаляя ихъ, сообразно ихъ особенностямъ, тѣмъ или инымъ путемъ. (См. во II части: „Бородавки“).

Послѣ теплой ванны искривленные пальцы слѣдуетъ выпрямить и расправить, придавая имъ нормальное положеніе. Въ случаѣ надобности, слѣдуетъ даже забинтовать

пальцы въ соответствующемъ положеніи, чтобы дать имъ возможность расправиться и принять естественный видъ. Такимъ путемъ и въ худшемъ случаѣ удастся значительно улучшить форму ноги, которая въ настоящее время играетъ роль „пасынка“ среди прочихъ членовъ нашего тѣла.

На рис. 95 мы изобразили хорошо сформированную здоровую ногу. На рис. 96 и 97 („Наша обувь“, стр. 223) мы изобразили, наоборотъ, ноги, исковерканныя и искалѣченные плохой обувью. Нога, изображенная на рис. 97, является, главнымъ образомъ, результатомъ ношенія современной остроконечной обуви. Такія ноги можемъ мы, къ сожалѣнію, найти у многихъ современныхъ дамъ.

Уходъ за волосами.

На очень немногихъ органахъ нашего тѣла вредныя и искусственныя условія отражаются такимъ замѣтнымъ и такимъ рѣзкимъ образомъ, какъ на нашихъ волосахъ. Отсутствие волосъ у мужчинъ считается у насъ чуть ли не чѣмъ-то совершенно нормальнымъ, и мы не особенно удивляемся, когда видимъ почтенныя лысины у людей сравнительно молодыхъ. Не лучше обстоитъ дѣло и съ женщинами, у которыхъ волосы, однако, являются, несомнѣнно, одной изъ наиболѣе рѣзкихъ и наиболѣе привлекательныхъ *половыхъ особенностей*. Длинные пышные волосы, которые нѣкогда составляли принадлежность всѣхъ женщинъ, встрѣчаются въ наше время, пожалуй, только въ деревняхъ, гдѣ, благодаря болѣе здоровымъ и болѣе естественнымъ условіямъ жизни, длинная русая коса встрѣчается еще довольно часто. Въ городахъ же она представляется явленіемъ настолько рѣдкимъ, что на нее положительно заглядываются.

Слѣдуетъ, однако, отдать женщинамъ справедливость: очень часто онѣ къ общимъ и болѣе или менѣе естественнымъ условіямъ, неблагоприятно влияющимъ на ростъ волосъ, присовокупляютъ еще и различныя искусственныя мѣропріятія, которыя дѣйствуютъ на нихъ еще болѣе губительно. Такъ, нѣкоторыя прически, напр., прямо способствуютъ выпаденію волосъ, такъ какъ онѣ ихъ сдавливаютъ въ корнѣ. Тугимъ закручиваніемъ волосъ мы также способствуемъ расшатыванію корней. Кромѣ того, тугая прическа затрудняетъ выдѣленіе испареній съ волосистой части головы и тѣмъ вызываетъ выпаденію волосъ. Не менѣе губительно дѣйствуетъ на волосы и прижиганіе ихъ калеными щипцами, такъ какъ волосъ при этомъ истончается и ло-

мается. Если, несмотря на старанія женщинъ испортить и погубить одно изъ своихъ лучшихъ украшеній—волосы, между ними все же рѣдко встрѣчается совершенно безволосыя особы, то онѣ этимъ отчасти обязаны воздушности и легкости своихъ шляпокъ. Между тѣмъ у мужчинъ, наоборотъ, тяжелыя и непроницаемыя шляпы могутъ способствовать раннему появленію лысины.

Многіе полагаютъ, что частая стрижка волосъ способствуетъ ихъ росту. Болѣе вѣроятно обратное заключеніе, а именно: что частая стрижка, ослабляетъ, наоборотъ, волосы. Поэтому можно только радоваться тому, что женщины не стригутъ волосъ.

Уже съ малыхъ лѣтъ слѣдуетъ приучать дѣвочекъ къ тому, чтобы онѣ избѣгали тугого заплетанія, закручиванія и прижиганія волосъ. Волосы слѣдуетъ чесать широкими гребнями и затѣмъ приглаживать ихъ щетками. Носить ихъ слѣдуетъ распущенными или же свободно заплетенными въ косу. Частое мытье головы очень благопріятно отражается на волосахъ, такъ какъ способствуетъ укрѣпленію той почвы, на которой они произрастаютъ. Каждую недѣлю можно обливать волосы водой въ 35°—37° Ц., когда принимаютъ общую ванну, или же ихъ можно мыть отдѣльно. Такой мѣрой мы займемся не только о содержаніи нашей головы въ чистотѣ, но также и о ея питаніи, такъ какъ этимъ мы обусловливаемъ приливъ крови къ головѣ, что и доставляетъ лучшее питаніе волосьянымъ луковицамъ. Волосъ растетъ не на концѣ, но изъ корня. Питается же волосъ посредствомъ сосудистыхъ петель, окружающихъ луковицу. Если приливъ крови къ сосудистымъ петлямъ оказывается недостаточнымъ, то это отражается сначала на луковицахъ, изъ которыхъ волосы растутъ, а затѣмъ и на самихъ волосахъ, которые мало-по-малу погибаютъ. Поэтому всѣ средства, оказывающія благопріятное вліяніе на питаніе почвы, на которой произрастаютъ волосы, будь то головныя ванны, втиранія различныхъ возбуждающихъ веществъ или массажъ головы, отражаются также очень благотворно и на ростѣ волосъ.

На состояніе волосъ имѣетъ также большое вліяніе и состояніе относящихся къ волосу сальныхъ железъ. Въ томъ случаѣ, когда железы эти заболѣваютъ или вообще плохо функционируютъ, кожу головы слѣдуетъ разъ-другой въ недѣлю смазывать какимъ-либо искусственнымъ жиромъ. Большею частью для этого прибѣгаютъ къ орѣховому маслу (которое дѣлаетъ волосы болѣе темными), къ ароматному миндальному маслу, къ коровьему салу съ прибавленіемъ розоваго масла и т. д.

Слѣдуетъ, однако, добавить, что здоровые волосы, поль-

зующіея правильнымъ и разумнымъ уходомъ, никогда не нуждаются въ искусственномъ прибавленіи жира, такъ какъ у нихъ достаточно и собственнаго. Что же касается до *естественнаго блеска* волосъ, то онъ приобрѣтается, главнымъ образомъ, при посредствѣ головныхъ *щетокъ*.

Слегка вьющіея волнистыя волосы, несомнѣнно, составляютъ лучшее украшеніе головы. Добиться этого и вообще того, чтобы волосы были пышными, мягкими, блестящими и волнистыми даже въ пожиломъ возрастѣ, мы безъ особеннаго труда можемъ частымъ обмываніемъ волосъ, слабымъ (не тугимъ) прикрѣпленіемъ ихъ, такъ чтобы они естественными волнами ниспадали на лобъ; частымъ приглаживаніемъ ихъ щеткой а всего больше тѣмъ, что составляетъ главнѣйшее и первостепенное условіе всякой красоты—сохраненіемъ всего нашего организма въ полномъ здоровьѣ.

Что же касается до болѣзненнаго образованія въ головѣ *перхоти*, а также нѣкоторыхъ болѣзней головной кожи, то см. II „Энциклопедическую“ часть.

Посвятимъ еще нѣсколько словъ *сѣднью* волосъ.

Волосы сѣдѣютъ, какъ извѣстно, въ преклонномъ возрастѣ. Если же сѣдина появляется слишкомъ преждевременно, то на нее слѣдуетъ, несомнѣнно, смотрѣть, какъ на явленіе ненормальное и часто болѣзненное. Что касается до самаго процесса сѣдѣнія, то до самаго послѣдняго времени на этотъ счетъ господствовалъ въ наукѣ тотъ взглядъ, что появляется она вслѣдствіе исчезновенія въ волосахъ красящаго вещества (такъ-называемаго пигмента) и прониканія во внутрь волоса воздуха. Въ самое недавнее время нашимъ выдающимся ученымъ *И. И. Мечниковымъ* была доказана ошибочность этихъ возрѣній и вмѣстѣ съ тѣмъ было установлено, что сѣдѣніе является послѣдствіемъ ослабленія въ нашемъ организмѣ благородныхъ элементовъ и преобладанія макрофаговъ (крупныхъ обжоръ); см. по этому вопросу соответствующую статью въ „Нивѣ“ начала 1902 года, а также ст. редактора настоящаго труда въ томъ же журналѣ за 1899 г. „Старость и молодость“. По теоріи Мечникова сѣдѣніе волосъ во всякомъ случаѣ указываетъ на нѣкоторое ослабленіе организма. Вмѣстѣ съ тѣмъ мы имѣемъ основаніе надѣяться, что современемъ мы получимъ возможность успѣшно бороться съ этимъ зломъ.

Раннее сѣдѣніе волосъ наступаетъ, какъ извѣстно, иногда очень быстро послѣ тяжелыхъ душевныхъ потрясеній. Такъ, извѣстенъ историческій фактъ, что, когда Маріи Антуанетъ былъ объявленъ смертный приговоръ, то она посѣдѣла въ теченіе одной ночи. Сѣдѣютъ также быстро волосы

послѣ тяжелыхъ острыхъ болѣзней. Въ нѣкоторыхъ семьяхъ раннее сѣдѣніе волосъ передается по наслѣдству. Естественнымъ періодомъ для появленія въ волосахъ сѣдины можно считать пятый или даже шестой десятокъ. Между тѣмъ въ наше время она часто появляется не только къ сорока, но нерѣдко даже и къ тридцати годамъ, что указываетъ на чрезвычайную ненормальность нѣкоторыхъ современныхъ жизненныхъ условій.

Уходъ за полостью рта.

Разумный уходъ за полостью рта занимаетъ очень видное мѣсто въ ряду прочихъ заботъ о поддержаніи нашего здоровья и въ уходѣ за нашей красотой. Грязная болѣзненная челюсть или черные извѣденные зубы дѣлаютъ намъ глубоко антипатичнымъ даже наиболѣе миловидное лицо. Само собою разумѣется, что общее состояніе здоровья, а также составъ пищи имѣютъ огромное вліяніе на состояніе нашихъ зубовъ. Поэтому-то дикари или наши крестьяне и обладаютъ чудными зубами, хотя не имѣютъ и представленія о зубныхъ порошкахъ и щеткахъ.

Что можетъ, далѣе, быть отвратительнѣе и противнѣе для насъ сквернаго *запаха изо рта*? Между тѣмъ, множество людей страдаетъ этимъ тяжелымъ недостаткомъ только потому, что они слишкомъ мало посвящаютъ вниманія уходу за полостью рта. Причина запаха изо рта чаще всего лежитъ въ испорченныхъ зубахъ: съ одной стороны, сами зубы начинаютъ гнить; съ другой—въ образовавшихся въ нихъ отверстіяхъ и полостяхъ легко застреваютъ остатки пищи, которые, въ свою очередь, гниютъ и разлагаются, чему теплота и влажность полости рта особенно способствуютъ. Поэтому должно слѣдить не только за тѣмъ, чтобы у насъ въ зубахъ не образовалось никакихъ дырочекъ, но и за тѣмъ, чтобы какъ можно тщательнѣе удалять остатки пищи изо рта. Для этого послѣ каждой трапезы слѣдуетъ удалить остатки пищи мягкой зубочисткой (всего лучше—деревянной или изъ гусиного пера) и затѣмъ тщательно прополоскать ротъ какой-нибудь не очень холодной и слегка антисептической жидкостью.

Цѣлесообразно составленное *полосканіе для рта* имѣетъ въ указанномъ отношеніи очень большое значеніе; кромѣ того оно производитъ освѣжающее, а также укрѣпляющее вліяніе и на слизистую оболочку полости рта. Для полосканій употребляется множество, какъ растительныхъ, такъ и

минеральныхъ веществъ, изъ которыхъ мы укажемъ только на мирру, мяту, ратанью, росной ладанъ, борную кислоту, салолъ, тимолъ, эйкалиптъ и пр. Минеральныя кислоты разѣдаютъ слегка эмаль, и потому ихъ вовсе слѣдуетъ избѣгать или же употреблять лишь въ самомъ слабomъ растворѣ. Что касается столь нашумѣвшаго „одоля“, то онъ не представляетъ никакихъ особенныхъ преимуществъ надъ многими другими полосканіями для рта (въ составъ его входитъ, главнымъ образомъ, производное салола), и ровно ничѣмъ не оправдываетъ своей слишкомъ высокой цѣны. Приводимъ здѣсь 2 рецепта полосканій для полости рта.

I.

Карболовой кислоты	5 частей.	
борной „	125	»
тимолу	2,5	»
анисовой настойки	50	»
масла перечной мяты	5	»
1/2—1 чайную ложку на стаканъ воды.		

II.

Тимолу	1 часть.	
бензойной кислоты	12	»
эйкалиптовой вытяжки	60	»
спирта	400	»
масла перечной мяты	3	»
Прибавлять постепенно къ водѣ до появленія мутн.		

Необходимую принадлежность каждаго культурнаго человѣка составляетъ также *зубная щетка*, которая, вопреки распространенному мнѣнію, вовсе не должна отличаться особенной мягкостью. Многие считаютъ, однако, долгомъ тереть зубы съ такой силой, что изъ десенъ нерѣдко выступаетъ кровь. Это мы должны назвать „усердіемъ не по разуму“ и не столько потому, что ранится слизистая оболочка, сколько потому, что при такомъ энергичномъ треніи твердой зубной щеткой не трудно произвести трещины и даже стереть эмаль на зубахъ. Всего лучше щетка изъ свиной щетины. Когда щетина слабо насажена на щетку, то она при треніи легко отдѣляется и при полосканіи рта попадаетъ нерѣдко въ пищеводъ, а оттуда въ желудокъ.

Къ зубной щеткѣ слѣдуетъ имѣть и *зубной порошокъ*. Наиболее употребительныя порошки состоятъ изъ толченаго мѣла, магнезій, угля и пр. Уголь не слѣдуетъ употреблять: онъ края десенъ покрываетъ какъ бы траурной каймой, и оттуда его очень трудно бываетъ удалить. Красные порошки имѣютъ тотъ же составъ, что и бѣлые; подкрашиваются же они обыкновенно карминомъ. Для аромата, а отчасти и для дезинфекціи, къ порошкамъ прибавляютъ обыкновенно небольшое количество настойки или масла изъ перечной мяты.

Зубы слѣдуетъ полоскать послѣ каждого приѣма пищи, какъ мы уже говорили выше. Мыть же ротъ основательно зубнымъ порошкомъ и щеткой всего лучше на ночь; такимъ образомъ полость рта оставляется совершенно чистой въ теченіе очень продолжительнаго времени: всей ночи.

Чѣмъ больше мы ѣдимъ мяса, чѣмъ тоньше оно приготовлено и чѣмъ оно мельче, тѣмъ легче забивается оно какъ въ промежутки между зубами, такъ и въ отверстія полыхъ зубовъ, гдѣ оно очень быстро разлагается, такъ какъ бѣлки разлагаются быстрѣе прочихъ веществъ. Овощи, плоды и твердыя зерна способствуютъ, наоборотъ, содержанію нашихъ зубовъ въ порядкѣ. Не остаются безъ вліянія на насъ и разныя кислоты, пряности, смѣсь холоднаго съ горячимъ и прочія неформальности „тонкаго стола“, которыя, съ одной стороны, повреждаютъ слизистую оболочку нашего рта, съ другой же—пагубно отражаются на нашихъ зубахъ. То, что мы ѣдимъ, и какъ мы ѣдимъ, имѣетъ огромное вліяніе на состояніе нашихъ зубовъ.

Пуще всего мы должны остерегаться того, чтобы принимать пищу слишкомъ *горячей*, такъ какъ это крайне вредно отражается на зубной эмали. Сначала въ зубѣ появляется легкая трещина, которая сама по себѣ не имѣла бы еще, пожалуй, особеннаго значенія. Бѣда, однако, въ томъ, что трещина эта представляетъ собой гнѣздо, въ которое вѣдряются микробы, которые, затѣмъ, не такъ-то легко изгоняются. Отсюда и беретъ чаще всего свое начало *костюда*.

Не менѣе вредна для нашихъ зубовъ и слишкомъ *холодная* пища. Такъ, напр., многіе обязаны порчей своихъ зубовъ тому, что поглощаютъ очень много мороженнаго. Между тѣмъ существуетъ простой способъ извлечь изъ мороженнаго такое же удовольствіе, не подвергая, однако же, своихъ зубовъ большой опасности: для этого стоитъ только держать его короткое время между языкомъ и нѣбомъ, пока оно слегка не растаетъ.

Но хуже и горячаго и холоднаго дѣйствуютъ на зубы безпрестанные *переходы* отъ горячаго къ холодному, и обратно. Такъ, у многіхъ существуетъ манера послѣ горячаго супа или даже чаю, тотчасъ же пить холодную воду. Такимъ образомъ, легче всего вызвать на зубахъ трещины, исходную точку *костюды*. Слѣдуетъ себѣ вообще поставить за правило—ничего не ѣсть слишкомъ холоднымъ или слишкомъ горячимъ. Горячая пища еще опаснѣе холодной, такъ какъ она производитъ также раненія слизистой оболочки, раздражаетъ нервы и въ концѣ-концовъ вызываетъ очень нерѣдко тяжелыя заболѣванія желудка, всего чаще *язвы*.

Вообще мы должны бы себѣ поставить за правило: не вводить въ ротъ ничего, что обжигаетъ губы.

Выше мы говорили уже о *дурномъ запахѣ изо рта*, но рассматривали, какъ причину его, только гніеніе и разложеніе зубовъ. Слѣдуетъ, однако, сказать, что причиной дурного запаха бываетъ также, и притомъ нерѣдко, и ненормальность желудочныхъ процессовъ. Если явленіе имѣетъ случайный—временный характеръ, то можно урегулировать дѣятельность желудка легкимъ слабительнымъ, всего лучше минеральнымъ (Гуніяди-Янось, Зейдлицкая вода, Францъ-Іосифъ). На этомъ, однако, успокаиваться не слѣдуетъ и, если подобное состояніе начинаетъ повторяться болѣе или менѣе часто, то должно поискать основную причину страданія (вялость желудка, общую раздражительность, бессонницу) и соотвѣтствующими мѣрами бороться съ ними.

О *убалѣ* намъ приходится сказать немного, такъ какъ особеннаго ухода онѣ при нормальныхъ условіяхъ не требуютъ. Если на губахъ образуются *трещины* то прежде всего слѣдуетъ содержать ихъ въ особенной чистотѣ и тщательно охранять ихъ отъ соприкосновенія съ какими-либо раздражающими веществами (уксусомъ, солью, пивомъ, водкой и пр.); послѣ каждаго приема пищи ихъ слѣдуетъ обмывать теплою водой и затѣмъ смазывать какимъ-либо мягкимъ жиромъ. У нѣкоторыхъ нечистоплотныхъ особъ, и особенно у дѣтей, за которыми нѣтъ достаточнаго надзора, нерѣдко появляются, преимущественно въ сезонъ плодовъ, *тилые края* въ углахъ губъ. Такіе углы настолько же болѣзненны, сколь и непріятны на видъ. Къ нимъ въ общемъ примѣнимо то же леченіе, что и къ трещинамъ. вмѣстѣ съ тѣмъ, послѣ каждаго приема пищи слѣдуетъ самымъ тщательнымъ образомъ обмывать углы губъ теплою водой. На ночь ихъ слѣдуетъ покрывать небольшими ватными шариками, погруженными предварительно въ легкій (2%) растворъ борной кислоты. На время слѣдуетъ также оставить обмываніе лица холодною водой, замѣнивъ ее теплою, которая производитъ на ранки успокаивающее дѣйствіе.

Кровоточація десны наблюдаются при самыхъ разнообразныхъ болѣзненныхъ состояніяхъ: малокровіи, общей слабости организма, воспаленіяхъ полости рта, неразумномъ обращеніи съ зубами и пр. Истеченіе крови изъ десенъ представляетъ собой также одинъ изъ первыхъ признаковъ скорбута (цынги), который въ послѣднее время, съ учащеніемъ голодовокъ, все чаще и чаще сталъ наблюдаться въ нашемъ деревенскомъ населеніи. Въ тѣхъ случаяхъ, когда причина кровоточности не мѣстная, а общая, слѣдуетъ поза-

ботиться объ укрѣпленіи организма, и во всякомъ случаѣ—о мѣстномъ укрѣпленіи десенъ. Съ этой цѣлью можно прибѣгнуть къ различнымъ стягивающимъ растворамъ, лучше всего къ раствору квасцовъ (чайную ложечку на стаканъ воды) или таннина (дубильной кислоты: 1% растворъ— $\frac{1}{2}$ чайной ложечки на стаканъ воды). Хорошо дѣйствуетъ также массажъ слизистой оболочки десенъ при посредствѣ пальцевой мякоти, каковой массажъ, конечно, каждый самъ на себѣ долженъ производить.

Повидимому, и продолжительное употребленіе въ поло-сканіяхъ для рта мяты также производитъ на десны ослабляющее дѣйствіе, а потому вообще не слѣдуетъ прибѣгать въ такихъ случаяхъ къ сильно сконцентрированнымъ растворамъ этого вещества.

Мы пришли къ концу этого отдѣла, трактующаго объ уходѣ за красотой. Въ заключеніе считаемъ еще разъ долгомъ указать нашимъ читательницамъ и читателямъ на то, что внимательная заботливость о своей внѣшности и тщательный уходъ за красотой вовсе не должны быть разсматриваемы только, какъ признакъ тщеславія. Желаніе производить на своихъ близкихъ *приятное* впечатлѣніе, пользуясь присущими намъ преимуществами и стараясь въ то же время ослабить свои недостатки, не имѣетъ въ себѣ ровно ничего достойнаго порицанія: свойство это присуще всякому нормальному человѣку, независимо отъ его пола. Мы полагаемъ, что заботливость о своей внѣшности составляетъ прямую обязанность каждаго культурнаго и эстетически развитого человѣка, и при томъ не только по отношенію къ себѣ лично, но и по отношенію къ окружающему его обществу. Стремленіе къ тому, чтобы производить *приятное* впечатлѣніе и нравиться, должно быть порицаемо только въ томъ случаѣ, когда съ этою цѣлью прибѣгаютъ ко лжи и обману и оставляютъ естественный путь разумнаго здравоохраненія.



ГЛАВА СЕДЬМАЯ.

Половая жизнь.

„Вся тайна *продолѣя* нашей жизни состоитъ лишь въ томъ, чтобы не *сокращать* ея“.

Мы не только не считаемъ себя въ правѣ обойти въ нашемъ сочиненіи молчаніемъ вопросъ о половой жизни, но считаемъ себя обязанными отнестись къ этому вопросу съ особенной серьезностью. И это—по двумъ причинамъ: съ одной стороны, половая функція болѣе, быть можетъ, чѣмъ какая-либо иная, уклонилась въ современной жизни отъ нормальнаго пути; съ другой стороны, вопросъ этотъ имѣетъ особенное значеніе для женщинъ, въ жизни которыхъ играетъ первостепенную роль. Въ подавляющемъ большинствѣ случаевъ *онъ* рѣшаетъ вопросъ о здоровьѣ и болѣзни женщины. Между тѣмъ въ рукахъ женщины—направленіе всего внутренняго быта семьи, размноженіе человѣчества и воспитаніе дѣтей?! Съ другой стороны не будетъ, очевидно, преувеличено и утвержденіе, что отъ состоянія здоровья современныхъ матерей зависитъ въ значительной степени и состояніе здоровья будущихъ поколѣній!

Какъ бы мы были поэтому довольны, если бы эти строки способствовали пробужденію въ женщинахъ сознанія чувства отвѣтственности за то или иное выполненіе своихъ специально женскихъ задачъ! Мы глубоко убѣждены, что и читательницы наши отнесутся къ этой главѣ съ надлежащей серьезностью и вниманіемъ. Чтобы имѣть возможность слѣдить за нашими дальнѣйшими выводами съ полнымъ знаніемъ дѣла, необходимо возобновить въ памяти свѣдѣнія объ устройствѣ *таза* (стр. 8) и *женскихъ половыхъ органовъ* (стр. 57). Необходимо также запечатлѣть въ памяти соответствующіе рисунки. Слѣдуетъ также имѣть въ виду, что мы не можемъ составить себѣ правильнаго понятія о половой жизни, если не усвоили твердо *общихъ основъ* здравоохраненія, съ которыми мы знакомимся въ предыдущихъ главахъ, ибо и въ данной главѣ, какъ и во всѣхъ прочихъ, будемъ, по возможности, избѣгать повтореній.

Назначеніе половыхъ органовъ.

У существъ, находящихся на болѣе высокой ступени развитія, задача размноженія распредѣляется между *двумя* недѣлимыми, которыхъ природа снабдила *различными*, но другъ друга дополняющими органами. Только при взаимодействіи двухъ такихъ недѣлимыхъ достигается указанная цѣль.

Несмотря на то, что, съ научной точки зрѣнія, въ высшей степени интересно прослѣдить, какъ *безполое* размноженіе, (сосредоточенное въ одномъ организмѣ) постепенно переходитъ въ *половое*, мы вынуждены отказаться отъ разсмотрѣнія этого вопроса, въ виду того, что онъ совершенно лишенъ практическаго значенія, которое настоящимъ сочиненіемъ преимущественно преслѣдуется. Ограничимся поэтому тѣмъ, что укажемъ, что низшія существа размножаются посредствомъ почкованія и дѣленія. Размноженіе у нихъ происходитъ, слѣдовательно, *безъ* помощи раздѣльныхъ органовъ. Половое же размноженіе, непремѣнно требующее участія *двухъ* раздѣльныхъ организмовъ, совпадаетъ съ высшимъ развитіемъ животныхъ, въѣнцомъ которыхъ является человѣкъ. Половое размноженіе создало „половой типъ“, т. е. существа, обладающія различными свойствами, вслѣдствіе строгаго разграниченія половыхъ задачъ, причемъ свойства эти строго приспособлены къ выполненію этихъ задачъ. Такимъ образомъ и образовались, съ одной стороны, недѣлимыя, которыя имѣютъ назначеніемъ питать и поддерживать потомство и которыя должны быть снабжены терпѣніемъ, заботливостью и любовью, между тѣмъ, какъ, съ другой стороны, образовались существа, которыя имѣютъ главнѣйшимъ назначеніемъ защиту потомства и которыя обладаютъ, главнымъ образомъ, силой и мужествомъ.

Раздѣленіе обязанностей между отдѣльными недѣлимыми устроилось такимъ образомъ, что одни организмы — мужскіе порождаютъ элементы, дающіе толчокъ къ зарожденію новой жизни, между тѣмъ, какъ другіе организмы — женскіе, даютъ возможность зародившемуся организму развиваться въ ихъ собственномъ тѣлѣ, питая этотъ организмъ своими же соками.

Изъ сказаннаго слѣдуетъ, что мужской организмъ заключаетъ въ себѣ *оплодотворяющіе* и жизнь дающіе элементы, между тѣмъ какъ женскій организмъ содержитъ *питающіе, охраняющіе и созидающіе* элементы.

Подобно тому, какъ животное поглощено исключительно заботой объ утоленіи голода и удовлетвореніемъ своихъ половыхъ потребностей, такъ и женщина у народовъ, стоящихъ на низшей ступени развитія, отдается всецѣло выполненію

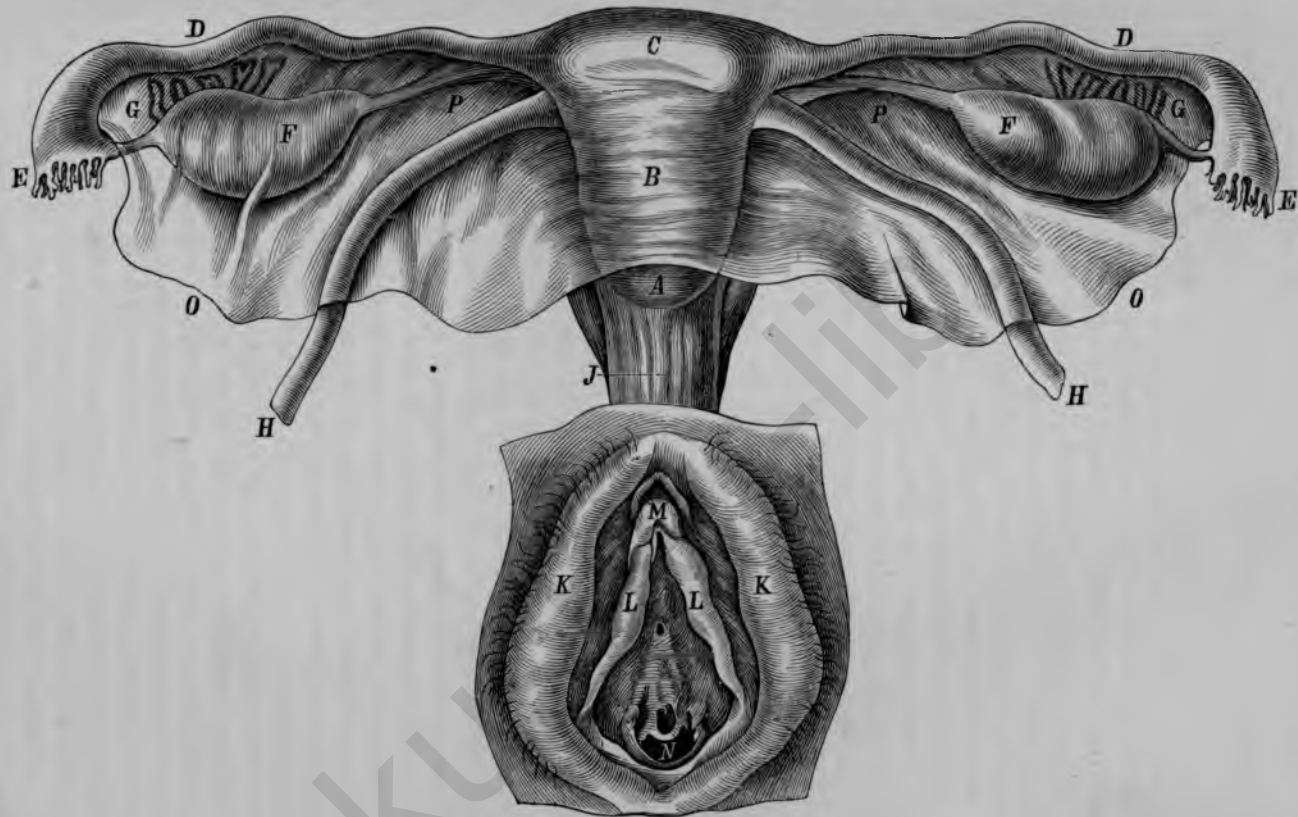


Рис. 134. Половые органы дѣвушки въ натуральную величину. АВС.—Матка. А—Влагалищная часть. В—Тѣло. С—Дно матки. D—Яйцепроводы. E—Бахрома яйцепроводовъ. F—Яичникъ. G—Пароварій. H—Круглыя маточныя связки. J—Влагалище. K—Большія (наружныя) срамныя губы. L—Малыя (внутреннія) срамныя губы. M—Похотникъ (клиторъ). N—Дѣвственная плева. O—Широкая маточная связка. P—Яичниковыя связки. (По Байгелю).

своихъ половыхъ обязанностей и цѣнится исключительно, какъ половое существо.

Не успѣетъ у этихъ народовъ дѣвочка сформироваться въ дѣвушку, какъ ее выдаютъ замужъ, и до тѣхъ поръ, пока она оказывается способной къ производству потомства, она всю жизнь проводитъ въ томъ, что бываетъ матерью, кормилицей и нянькой. Съ наступленіемъ старости она утрачиваетъ всякое значеніе: главнѣйшее ея жизненное назначеніе выполнено. Она становится совершенно излишней, такъ какъ переходитъ въ разрядъ бесполохъ существъ. Личное значеніе и общественное положеніе женщины рѣзко измѣняются, однако, съ того момента, какъ она начинаетъ принимать участіе въ выполненіи культурныхъ задачъ своего народа и своего времени. Несмотря на то, что физическія ея задачи остались прежними, она все же обладаетъ и собственной *духовной жизнью*, которая постепенно все болѣе и болѣе расширяется. Чѣмъ духовная жизнь въ женщинѣ выражена рѣзче, тѣмъ менѣе можетъ она быть рассматриваема исключительно какъ половое существо; чѣмъ больше духовная сторона жизни отступаетъ у нея на задній планъ, тѣмъ сильнѣе напоминаетъ она животное. Тѣмъ не менѣе проявленіе такого рода животныхъ особенностей, до известной степени, необходимо человѣку и притомъ не только для поддержанія его тѣлеснаго, но также и духовнаго здоровья. И обратно, можно съ увѣренностью сказать, что пренебреженіе этой стороной жизни, приводитъ къ уродливымъ явленіямъ въ человѣческой жизни, какъ въ томъ безъ особеннаго труда можетъ убѣдиться каждый, кто дастъ себѣ трудъ со вниманіемъ оглянуться вокругъ. Поэтому намъ необходимо поддерживать въ *естественномъ и здоровомъ состояніи* тѣ органы, которые создали половой типъ. Мы не должны уродовать, пренебрегать или насиловать наши половыя потребности. Болѣе высокое духовное развитіе женщины подымаетъ также и ея половыя задачи на болѣе высокую ступень; она ихъ облагораживаетъ и одухотворяетъ, не отнимая у нихъ въ то же время ихъ естественнаго характера. Человѣкъ не долженъ быть животнымъ, но, вмѣстѣ съ тѣмъ, не можетъ онъ быть и ангеломъ, сказалъ еще философъ Паскаль.

Производительные органы женщины намъ известны уже изъ первой главы. Это—полый мышечный органъ—*матка*, *половыя железы* или яичники, и приводящіе и отводящіе органы: *яйцепроводы* или Фаллопиевы трубы, *вагина* и *наружныя половыя органы*, служащіе для совокупленія. На рис. 134 нами изображены *двѣственные* половыя органы, на которыхъ мы видимъ какъ наружныя, такъ и внутреннія части полового

аппарата. Продуктами яичниковъ являются тѣ маленькія зародышевыя клѣтки, которыя носятъ названіе „яицъ“. Эти-то яйца, будучи оплодотворены мужскимъ сѣменемъ, начинаютъ развиваться въ материнскомъ организмѣ и образуютъ новое существо. Яйца эти представляютъ главнѣйшую особенность *женскаго* полового типа; нормальное ихъ присутствіе и развитіе являются необходимыми условіями сохраненія тѣлеснаго и духовнаго здоровья женщины.

Матка имѣетъ назначеніемъ служить вмѣстилищемъ плоду. Она принимаетъ въ себя какъ мужское сѣмя, такъ и женское яйцо; въ случаѣ оплодотворенія послѣдняго, она сохраняетъ его въ себѣ, пока оно окончательно не созрѣетъ и не обратится въ организмъ, вполне готовый къ тому, чтобы появиться на свѣтъ Божій и начать самостоятельную жизнь. Яйцепроводы являются „приводящими“ органами, такъ какъ они имѣютъ назначеніемъ проводить и направлять яйцевую клѣтку изъ яичника въ полость матки. Во *влагалище* открывается матка. Влагалище имѣетъ назначеніемъ выдѣлять продукты отдѣленія матки (во время мѣсячныхъ очищеній), выводить во время родовъ плодъ наружу и кромѣ того—принимать въ себя во время акта совокупленія мужской дѣтородный органъ, а также препровождать въ полость матки выдѣленное имъ сѣмя.

Срамныя (наружныя) *органы* содержатъ отверстія мочеиспускательнаго канала и влагалища, а также спеціальныя „органы сладострастія“, расположенныя въ окружности указанныхъ отверстій. Органы эти представляютъ собой губчатая (пещеристая) тѣла, которыя во время полового возбужденія наполняются кровью, опухаютъ; вслѣдствіе этого они увеличиваются въ объемѣ и становятся упругими. У женщинъ, страдающихъ отсутствіемъ половой возбудимости и у которыхъ указанные органы поѣтому никогда не опухаютъ и не становятся упругими, органы совокупленія также никогда не находятся въ состояніи благопріятномъ для оплодотворенія. Природа не создаетъ безразличныхъ и безцѣльныхъ органовъ. Если означенныя органы не выполняютъ своего назначенія, то причиной тому должны быть болѣзненные измѣненія въ организмѣ, напр., ослабленная чувствительность приводящихъ нервовъ или же недостаточное развитіе или неудовлетворительное состояніе означенныхъ органовъ.

Маленькое тѣльце, расположенное надъ отверстіемъ мочеиспускательнаго канала и которое въ нѣкоторыхъ случаяхъ бываетъ до того сильно развитымъ, что принимаетъ размѣры небольшого мужскаго дѣтороднаго члена, также принадлежитъ къ органамъ сладострастія, т. е. къ тѣмъ органамъ, которые

имѣютъ назначеніемъ возбуждать женщину во время совокупленія. Органъ этотъ находится въ связи съ очень важнымъ нервомъ. Раздраженіе клитора посредствомъ прикосновенія или тренія способно вызвать сокращенія матки. На рис.



Рис. 135. Наружные дѣтородные органы женщины.

1. Лобокъ. 2. Большая (наружная) срамная губа. 3. Малая (внутренняя) срамная губа. 4. Преддверіе влагалища. 5. Клиторъ (нохотникъ). 6. Крайняя плоть клитора. 7. Уздечка. 8. Складка клитора. 9. Входъ во влагалище. 10. Складки (бахрома—мировидныя тѣльца) разорванной дѣвственной плевы. 11. Уздечка (спайка) большихъ губъ. 12. Отверстіе мочеиспускательнаго канала. 13. Промежность, позади которой видно задне-проходное отверстіе.

135 нами изображены половые органы женщины (жившей уже половой жизнью). Какъ намъ извѣстно уже изъ главы объ анатоміи половых органовъ (см. стр. 57), половые органы происходятъ въ обоихъ полахъ изъ однихъ и тѣхъ же основныхъ зачатковъ; поэтому мы въ обоихъ полахъ находимъ также одни и тѣ же основные органы. Для того, чтобы женщина могла получить правильное представленіе объ особенностяхъ своего собственного пола, а также для того, чтобы вполне созрѣть для материнства, она должна быть научно ознакомлена также и съ физиологическими особенностями противоположнаго пола. Поэтому мы и даемъ здѣсь въ нѣсколькихъ словахъ краткій очеркъ мужскихъ половыхъ органовъ, безъ чего невозможно составить себѣ правильное представленіе о процессѣ размноженія. На рис. 136 мы изобразили эти органы въ разрѣзѣ. Подобно тому, какъ женскій половой типъ обуславливается яичниками, мужской половой типъ обуславливается ядрами или сѣменными желе-

зами. Еще въ зародышевомъ состояніи оставляютъ они тазовую полость (см. стр. 66 рис. 28) и содержатся у вполне выношеннаго ребенка въ кожномъ мѣшкѣ, называемомъ мошонкой, свѣшиваясь между бедренными костями подъ дѣтороднымъ членомъ. Сѣменной протокъ направляется обратно въ

тазь въ сѣмянные пузырьки. Пузырьки эти открываются въ мочеиспускательный каналъ, откуда сѣмя и выбрасывается во время совокупленія. Такимъ образомъ дѣтородный членъ имѣеть у мужчины двойное назначеніе: черезъ него выходитъ наружу моча изъ мочевого пузыря и изъ него же выходитъ сѣмя. Последнимъ его назначеніемъ обуславливается его длина и твердость въ напряженномъ состояніи, такъ какъ во время акта совокупленія онъ долженъ проникнуть во влагалище и выбросить сѣмя вблизи наружнаго отверстія матки, черезъ каковое отверстіе оно и проникаетъ въ этотъ органъ. Подобно тому, какъ мы это видѣли у женщинъ, мы и у мужчинъ находимъ зародышевыя железы, приводящія и отводящія трубки, органы сладострастія (на дѣтородномъ членѣ) и нервные стволы. Только матка — вмѣстилище плода — бываетъ у женщинъ чрезвычайно развитой, между тѣмъ какъ у мужчинъ она находится въ зародышевомъ состояніи, въ видѣ незначительнаго придатка. Мочеиспускательный каналъ, наоборотъ, у женщины бываетъ очень короткимъ, такъ какъ онъ имѣеть назначеніемъ только выведение наружу мочи, между тѣмъ какъ у мужчины онъ пріобрѣтаетъ чрезмѣрную длину, что вызывается необходимостью удлиненія его во время акта совокупленія. Достигается это удлиненіе такимъ же точно процессомъ набуханія, какой мы видѣли на женскихъ органахъ сладострастія, а именно: наполненіемъ кровью губчатыхъ или пе-

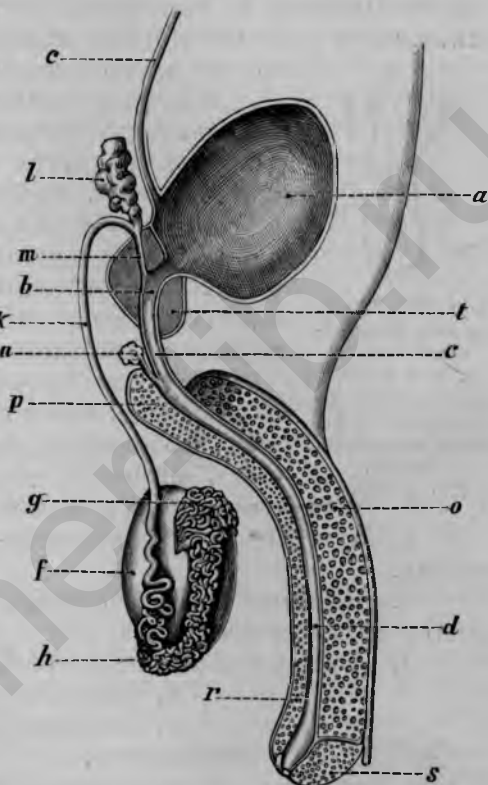


Рис. 136. Полусхематическое изображеніе мужскихъ мочевыхъ и половыхъ органовъ. e—Мочеточникъ. a—Мочевой пузырь. t—Предстательная железа. b—Шейка пузыря. c—Перепончатая часть мочеиспускательнаго канала. d—Пещеристая часть дѣтороднаго члена. p—Куперовы железы. o—Пещеристыя тѣла. р—Дуковица мочеиспускательнаго канала. г—Кавернозное (пещеристое тѣло) мочеиспускательнаго канала. s—Головка члена. f—Яички. g—Головка придатка яичка. h—Хвостъ придатка. k—Сѣмянной протокъ. l—Сѣмянные пузырьки. m—Выбрасывательный каналъ. (По Кёпигу).

щеристыхъ тѣлъ, облегающихъ съ обѣихъ сторонъ мочеиспускательный каналъ. Наполненіе этихъ органовъ кровью во время полового возбужденія чрезвычайно удлинняетъ дѣтородный членъ и сообщаетъ ему совершенно особаго рода напряженность и упругость. Въ такомъ состояніи только становится онъ способнымъ выполнить свое прямое назначеніе во время акта совокупленія.



Рис. 137. Живчики изъ человеческого сѣмени. Въ а и б нами представлено змѣвидное извиваніе хвоста живчиковъ.
(По Кёнигу).

Разсматривая параллельно женскіе и мужскіе половые органы, мы находимъ, что какъ тѣ, такъ и другіе приспособлены къ своимъ специальнымъ задачамъ, несмотря на то, что и тѣ и другіе имѣютъ, въ основѣ совершенно одни и тѣ же элементы. На рис. 137 и 138 нами изображены сѣмянная и яйцевая клѣтки. По внѣшнему виду они представляютъ собой совершенно различныя образованія.

Если мы пожелаемъ теперь еще болѣе рельефнымъ образомъ опредѣлить отличительныя особенности мужскихъ и женскихъ половыхъ органовъ, то сможемъ выразить ихъ въ слѣдующихъ положеніяхъ:

1. Мужчина создаетъ *сѣмя*, т. е. элементъ, дающій жизнь.
2. Женщина создаетъ *яйца*, образующія истинный элементъ размноженія.
3. Мужчина *выдѣляетъ* сѣмя.

4. Женщина его *воспринимаетъ*.

5. Половая роль мужчины этимъ и ограничивается.

6. Половая дѣятельность женщины продолжается, такъ какъ она должна *выносить плодъ*, удалить его изъ своей утробы, т. е. *родитъ* его на свѣтъ Божій, а затѣмъ также и *выкормитъ*.

7. Половое наслажденіе служитъ только къ обеспеченію продолженія вида и въ первоисточникѣ своемъ имѣетъ, повидимому, дѣятельность зародышевыхъ железъ.

Изъ сказаннаго слѣдуетъ, что половыя задачи женщины имѣютъ гораздо болѣе важное значеніе, нежели таковыя же задачи мужчины, и что заболѣванія полового аппарата женщины имѣютъ гораздо большее вліяніе на потомство, чѣмъ заболѣванія соответствующаго аппарата у мужчинъ.

Такимъ образомъ половые органы имѣютъ назначеніемъ:

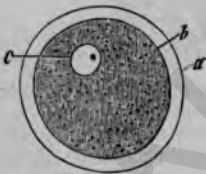


Рис. 138.

а — Оболочка яйца.
б — Бѣлокъ. с — Ядро съ ядрышкомъ.
(По Кёлликеру).

Во 1-хъ, производить клѣтки, полное сліянiе которыхъ лежитъ въ основаніи появленія новаго существа, и во 2-хъ обусловить возможность тѣснаго взаимнаго соприкосновенія этихъ клѣтокъ. У людей, а также и у млекопитающихъ животныхъ, стоящихъ на высокой ступени развитія, процессъ этотъ далеко, конечно, не отличается той относительной простотой, съ которой мы встрѣчаемся, напр., у рыбъ, зародышевыя клѣтки которыхъ (икра) оплодотворяются въ водѣ и затѣмъ созрѣваютъ на солнцѣ. Соотвѣтственно этому у высшихъ животныхъ для производства зародышевыхъ клѣтокъ, а также для того, чтобы обусловить взаимную ихъ встрѣчу, необходимы специальные органы. Кромѣ того взаимной встрѣчѣ ихъ непремѣнно долженъ предшествовать особенный процессъ, который вызываетъ сильнѣйшее нервное возбужденіе. Процессъ этотъ представляетъ собой актъ *совокупленія*, который, въ періодъ половой зрѣлости и при избыткѣ юношескихъ силъ, олицетворяетъ собой какъ для юношей, такъ и для дѣвушекъ, высшее выраженіе естественной жизнерадостности и взаимной любви.

О половомъ сближеніи.

Для мужчины половое сближеніе обозначаетъ *выдѣленіе* созрѣвшаго сѣмени, въ чемъ онъ испытываетъ могущественную естественную потребность. Для женщины же оно обозначаетъ не только *воспріятіе* мужского сѣмени, но очень часто также и отдѣленіе яйца. Намъ уже извѣстно, что при нормальныхъ условіяхъ у женщины, каждая четыре недѣли (или, что то же самое, каждый лунный мѣсяцъ) отъ яичника отдѣляется одно яичко, которое начинаетъ странствовать по направленію къ маткѣ, причѣмъ весь этотъ процессъ совершается безсознательно для женщины. Намъ извѣстное только, что послѣ регулъ, у женщинъ наблюдается значительное повышение половой возбудимости. Весьма вѣроятно, что природа, преимущественно, къ этому періоду приурочила актъ естественнаго проявленія любви, такъ какъ въ это время женское яичко странствуетъ въ поискахъ за мужскимъ сѣменемъ. Народы, которые стремятся имѣть большое потомство и очень имъ дорожатъ, приурочиваютъ свои половыя сношенія преимущественно къ этому періоду, вѣроятно также, потому, что въ это время они всего вѣрнѣе ведутъ къ цѣли. Итакъ, мы видимъ, что у женщинъ половыя сношенія подчиняются извѣстной періодичности. Совсѣмъ не то видимъ мы у мужчинъ. Возможно, что въ отдаленномъ

историческомъ прошломъ извѣстная періодичность въ этомъ отношеніи наблюдалась и у мужчинъ. Въ настоящее время она, однако, такъ сильно замаскирована всевозможными искусственными условіями культурной жизни, что ея совершенно невозможно бываетъ констатировать. Можно поэтому сказать, что потребность въ половыхъ сношеніяхъ находится у мужчины въ зависимости, главнымъ образомъ, отъ состоянія здоровья и образа жизни и почти всецѣло подчиняется его сознанию и волѣ. Въ этомъ отношеніи существуетъ значительное различіе между мужчиной и женщиной. Если мужчина живетъ сдержанно и цѣломудренно, то скопляющееся въ яичкахъ сѣмя отходитъ время отъ времени произвольно во снѣ (см. во II „Энциклопедической“ части, „Поллюціи“). Въ общемъ можно, однако, сказать, что мужчина, ведущій трезвый, умѣренный и дѣятельный образъ жизни, не чуждый и физическаго труда и притомъ на вольномъ воздухѣ, далеко не испытываетъ потребности въ частыхъ половыхъ сношеніяхъ. Здѣсь же будетъ умѣстно сказать нѣсколько словъ и о тѣхъ мужчинахъ, которые обладаютъ слишкомъ живой потребностью въ частыхъ сношеніяхъ и которые нерѣдко также хвастаются своими мужскими способностями: въ большинствѣ случаевъ такіе мужчины отличаются чрезчуръ повышенной половой возбудимостью и слишкомъ раздражительной нервной системой. Многие изъ нихъ оканчиваютъ рано или поздно болѣе или менѣе тяжелыми болѣзнями головного и спинного мозга.

Подобно тому, какъ здоровый мужчина въ состояніи во всякое время производить актъ совокупленія, когда имъ руководитъ при этомъ потребность или только желаніе, такъ и здоровая женщина способна во всякое время воспринимать его сѣмя. Само собой разумѣется, однако, что истощеніе или болѣзнь ведетъ въ обоихъ полахъ къ исключеніямъ изъ этого правила. Разница между мужчиной и женщиной въ отношеніи акта совокупленія состоитъ въ томъ, что мужчина при совокупленіи испускаетъ сѣмя, между тѣмъ какъ у женщины далеко не всегда имѣется наготовѣ яйцевая клѣтка. Чтобы уравновѣснить это неравенство, природа снабдила сѣмянную клѣтку живчика довольно продолжительной жизнеспособностью, а именно дней въ 14. Въ теченіе этого времени сѣмянная клѣтка сохраняется въ складкахъ слизистой оболочки женскаго полового канала, по которой она передвигается, сохраняя всѣ присущія ей свойства. Такимъ образомъ добирается она до полости матки, въ которой въ теченіе нѣкотораго времени сохраняется, а затѣмъ уже растворяется. Здѣсь же укажемъ на ту существенную разницу въ актѣ оплодо-

творенія между обоими полами, что въ то время, какъ у женщины, при нормальныхъ условіяхъ, освобождается только одно яйцо, число живчиковъ (мужскихъ сѣмянныхъ клѣтокъ) обыкновенно бываетъ гораздо болѣе значительнымъ: если оплодотворенія не произошло, то они всѣ погибаютъ; но даже и въ томъ случаѣ, когда оплодотвореніе совершается, оно производится *однимъ* только живчикомъ; остальные же погибаютъ. Только въ очень рѣдкихъ случаяхъ въ яйцо проникаетъ болѣе одного живчика, и тогда мы имѣемъ дѣло съ *многоплодной* беременностью: двойнями, тройнями и т. д. (См. соответствующую главу въ III части).

Такимъ образомъ женщина во время акта совокупленія ничего не отдаетъ; она только *воспринимаетъ*. У нея возбужденіе, сладострастіе и состояніе матки направлены только къ воспріятію сѣмени. Въ этомъ смыслѣ актъ совокупленія представляется довольно различнымъ у мужчины и женщины. Изъ сказаннаго можно сдѣлать тотъ практическій выводъ, что актъ этотъ вліяетъ на женщину гораздо менѣе истощающимъ образомъ, чѣмъ на мужчину, такъ какъ она при этомъ тратитъ гораздо менѣе нервной и даже мышечной энергіи, нежели мужчина. Съ другой стороны, отсюда слѣдуетъ, что при благопріятномъ положеніи матки и вполне здоровомъ и жизнеспособномъ сѣмени, оплодотвореніе можетъ произойти и *безъ активнаго участія* женщины, даже въ томъ случаѣ, слѣдовательно, когда она пребываетъ совершенно равнодушной и даже противъ своего желанія подчиняется ласкамъ мужчины. Больше того, изъ судебной медицины намъ извѣстны случаи совокупленія, совершавшагося во время сна женщины, и которое сопровождалось, тѣмъ не менѣе, оплодотвореніемъ. Этого не слѣдуетъ упускать изъ виду тѣмъ женщинамъ, которыя, находясь въ болѣзненномъ состояніи, желали бы избѣжать дальнѣйшей беременности и материнства.

Только очень немногія лица среди современнаго культурнаго общества обладаютъ правильными представленіями о томъ, какія отношенія должны установиться между мужемъ и женой въ бракѣ? При какихъ условіяхъ половыя сношенія безвредны и въ какихъ случаяхъ ихъ слѣдуетъ, наоборотъ, избѣгать; какъ часто должны подобныя сношенія имѣть, приблизительно, мѣсто и т. д.

Въ дѣйствительности, безчисленныя страданія у мужчинъ и еще больше у женщинъ должны быть приписываемы почти исключительно злоупотребленію половыми сношеніями въ первый годъ послѣ брака. Нервные разстройства, долготѣνια слабость, воспаленія тазовыхъ органовъ и т. д., и т. д. происходятъ вслѣдствіе злоупотребленія половыми наслажде-

нiями въ первое время послѣ брака. Нѣтъ никакого сомнѣнiя въ томъ, что, если бы мужчины, съ одной стороны, были бы не такъ разнузданы, и, если бы, съ другой стороны, дѣвушки обладали нѣсколько большими познанiями и болѣе опредѣленными понятiями объ этомъ естественномъ процессѣ, если бы онѣ имѣли болѣе правильное представленiе о тѣхъ безчисленныхъ болѣзняхъ, которыя являются результатомъ злоупотребленiя половыми сношенiями, то супруги сохранили бы очень много силъ и избавили бы себя отъ многого множества страданiй. Между тѣмъ, въ наше просвѣщенное время *все* безъ исключенiя должны были бы обладать подобными свѣдѣнiями въ виду ихъ огромнаго интереса для сохраненiя нашего здоровья.

Въ этой главѣ мы имѣемъ всего больше въ виду интереса *молодыхъ* женщинъ, недавно вышедшихъ замужъ, а также *дѣвушекъ*, которыя только готовятся къ выходу замужъ. Отъ нихъ, главнымъ образомъ, зависитъ придать половымъ сношенiямъ правильный характеръ и такимъ путемъ предохранить какъ себя, такъ и своихъ мужей отъ множества тяжелыхъ страданiй и сберечь такимъ образомъ здоровье, которое такъ необходимо имъ и ихъ дѣтямъ. Для молодого мужа совершенно дѣтская податливость новобрачной и полное ея невѣжество въ области половыхъ отношенiй представляются большой опасностью. Чѣмъ самъ онъ моложе и неопытнѣе, тѣмъ больше склоняется онъ къ разнузданности, имѣя дѣло съ совершенно несвѣдущей женщиной. Вотъ почему именно *женщина* обязана постоянно держать въ рукахъ бразды супружескихъ сношенiй, ибо нерѣдко наслажденiе и блаженство, испытываемыя при первомъ свободномъ обладанiи любимымъ существомъ, склоняютъ и наиболѣе твердыхъ мужчинъ къ неумѣренности, которая отражается крайне вредно на обоихъ супругахъ.

Нѣкоторые читатели, быть можетъ, возразятъ намъ, что ознакомленiе дѣвушекъ съ подобными предметами идетъ въ разрѣзъ съ присущимъ имъ цѣломудриемъ, и что истинно цѣломудренныя дѣвушки не станутъ читать вещей, которыя оскорбляютъ ихъ чувства. Въ нѣкоторыхъ случаяхъ оно, пожалуй, такъ и бываетъ, что дѣвушки не имѣютъ никакого понятiя о подобныхъ вещахъ. Въ большинствѣ случаевъ наблюдается, однако, совсѣмъ иное: многiя дѣвушки уже слышали даже о всякаго рода грязныхъ вещахъ; ихъ втайнѣ возбужденная фантазiя рисуетъ имъ относительно брака самыя невѣроятныя вещи; многiя изъ ихъ среды уже читали различные болѣе или менѣе скабрзные романы и вели очень пикантные разговоры съ какой-нибудь „знающей“ подру-

гой. Ни та, ни другая, однако, не имѣютъ никакого правильного представленія объ одной изъ наиболѣе важныхъ функцій челоѳического организма. И въ этомъ отношеніи женщины очень далеко отстаютъ отъ мужчинъ, которые въ школѣ ли, изъ книгъ или самой жизни, почерпаютъ относительно этихъ функцій гораздо болѣе точныя свѣдѣнія. Вотъ почему мы обязаны признать, что подавляющее большинство дѣвушекъ, вступающихъ въ бракъ, должны считаться совершенно неподготовленными къ выпадающимъ на ихъ долю обязанностямъ жены и матери. Нерѣдко онѣ очень дорогою цѣной оплачиваютъ свое невѣжество, а также заставляютъ платиться за него своего мужа и дѣтей, всего же больше— своего перваго ребенка, на которомъ нерѣдко продѣлываются ими по невѣжеству самые позвольительные опыты.

Всего больше врачамъ извѣстно, какъ тяжело страдаютъ отъ такого положенія вещей молодая женщина и какъ часто онѣ съ горечью восклицаютъ: „Почему же насъ раньше не просвѣтили относительно всего этого!..“.

Таковы соображенія, побудившія насъ написать эти главы, въ надеждѣ, что соображенія эти будутъ оцѣнены нашими читательницами по достоинству, и что онѣ отнесутся къ сообщаемымъ здѣсь свѣдѣніямъ съ соответствующимъ вниманіемъ и надлежащей серьезностью.

Мы и не думаемъ отрицать, что цѣломудріе составляетъ наилучшее украшеніе женщины, но не слѣдуетъ думать, будто цѣломудріе непременно должно граничить съ дѣтской наивностью и съ недостаткомъ смысла и серьезнаго отношенія къ важнымъ вопросамъ жизни. Мы полагаемъ, что оно, наоборотъ, отлично уживается съ разумной волей, съ сознательнымъ мышленіемъ и ясными представленіями о людяхъ и жизни. Пускай дѣвушки никогда не берутъ въ руки никакихъ сомнительныхъ сочиненій, пусть никогда не ведутъ между собой черезчуръ вольныхъ и грязныхъ бесѣдъ, но пусть онѣ составляютъ себѣ, хотя бы на основаніи ботаническихъ и зоологическихъ познаній, ясное представленіе относительно процесса, посредствомъ котораго женщина становится матерью. И пусть онѣ ознакомятся съ этимъ процессомъ *до того, какъ станутъ матерями*. Это повліяетъ на нихъ развивающимъ образомъ и заставитъ ихъ серьезнѣе и глубже относиться къ своимъ будущимъ жизненнымъ задачамъ, и послужитъ, несомнѣнно, на благо какъ имъ, такъ и ихъ потомству, не лишая ихъ въ то же время и ореола цѣломудрія.

Но и наилучшія сочиненія не могутъ дать молодой женщинѣ того, что онѣ должны носить въ самихъ себѣ, а именно:

чувство *женскаго достоинства* и извѣстную внутреннюю недостаточность, которая служить нравственной защитой даже и совершенно невинной дѣвушкѣ. Сама не зная почему, и повинуваясь просто какому-то внутреннему инстинкту, она не только умѣетъ отклонять излишекъ требованій со стороны своего супруга, но дѣлаетъ и его очень часто такимъ деликатнымъ и цѣломудреннымъ, какимъ онъ, быть можетъ, до того никогда не былъ. И это служить во спасеніе какъ самимъ супругамъ, такъ и ихъ потомству.

Мы надѣемся, что тѣ дѣвушки, которыя неспособны будутъ чувствомъ понять, о чемъ здѣсь идетъ рѣчь, воспримутъ это въ ожиданіи дальнѣйшаго умомъ и разсудкомъ и научатся спокойно, разсудительно и по существу думать о вещахъ, которыя только не совѣмъ нравственные и возбужденныя натуры могутъ находить слишкомъ „щекотливыми“.

Но, когда онѣ затѣмъ выйдутъ замужъ, то въ нихъ съ живостью пробудится то, о чемъ онѣ раньше читали, и все, что имъ до того казалось безжизненнымъ, туманнымъ и неопредѣленнымъ, приметъ для нихъ реальный и жизненный образъ.

Вотъ что мы можемъ сказать по поводу ознакомленія съ этими вопросами дѣвушекъ.

Нѣкоторыя практическія указанія относительно супружескихъ сношеній.

Изъ всѣхъ ненормальныхъ условій современной половой жизни, въ подробное разсмотрѣніе которыхъ мы здѣсь лишены возможности вдаваться, мы укажемъ только въ краткихъ чертахъ на жизнь, которую подавляющее большинство юношей ведетъ *до брака* и которая нерѣдко готовитъ имъ неисчислимыя бѣды въ будущемъ. Мы имѣемъ въ виду *продажную любовь*, отъ пользованія которой рѣдкій изъ молодыхъ людей считаетъ въ наше время нужнымъ воздерживаться. „Въ культурныхъ странахъ непотребство (какъ называетъ продажную любовь женщина-врачъ М. И. Покровская) сохранилось, благодаря убѣжденію, что природа наградила мужчинъ полигамическими способностями и что они обладаютъ непреодолимыми половыми влеченіями“ *). На самомъ дѣлѣ, убѣжденіе это далеко не можетъ считаться твердо обоснован-

*) «Проституція» женщины-врача М. И. Покровской—во II т. «Руководства къ предупрежденію болѣзней и сохраненію здоровья» съ предисловіемъ проф. Ф. Ф. Эрнсмана и подъ редакціей проф. Г. В. Хлопина.

нымъ, такъ какъ извѣстны многочисленные случаи очень продолжительнаго воздержанія, которое у нѣкоторыхъ выдающихся людей длилось иногда даже всю жизнь. Какъ примѣръ послѣдняго, мы можемъ привести знаменитаго Ньютона.

Но беззаботность о послѣдствіяхъ и полная доступность продажной любви побуждаетъ прибѣгать къ ней почти всѣхъ молодыхъ людей, за очень рѣдкими исключениями. Между тѣмъ „о пользѣ проституціи говорить, конечно, не приходится, можно говорить только объ удовольствіи. Но, если положить на одни вѣсы то удовольствіе, которое она доставляетъ человѣчеству, а на другіе — тѣ страданія, которыя она ему причиняетъ, то послѣдняя чапа оказалась бы неизмѣримо тяжелѣе первой“ *).

При естественныхъ условіяхъ половое влеченіе проявляется только въ томъ случаѣ, когда возникаетъ любовь. Такъ оно, по крайней мѣрѣ, должно было бы быть. Въ дѣйствительности, мы, къ сожалѣнію, наблюдаемъ совершенно иное. Извращенное воспитаніе, въ силу котораго нравственные требованія, предъявляемыя къ молодымъ людямъ, оказываются гораздо болѣе свободными, чѣмъ требованія, предъявляемыя къ дѣвушкамъ, чаще всего побуждаетъ первыхъ къ распущенной жизни. Злоупотребленіе спиртными напитками, умственное переутомленіе, дурные примѣры и пр.— всѣ эти условія ведутъ къ тому, что часто юноша прибѣгаетъ къ половымъ сношеніямъ еще задолго до того возраста, когда любовь начинаетъ предъявлять свои естественныя права. Къ тому же, къ сношеніямъ этого рода многіе прибѣгаютъ, какъ уже выше было указано, руководясь ложнымъ мнѣніемъ, будто такія сношенія необходимы для здоровья. Что же получается въ результатѣ?—Преждевременное ослабленіе организма и безчисленныя зараженія половыми болѣзнями, которыя не только разрушаютъ здоровье мужчины и передаются нерѣдко женщинамъ, но отражаются и на потомствѣ. Потомство появляется на свѣтъ Божій хилымъ и болѣзненнымъ. Жизнеустойчивость его крайне понижена. Съ другой стороны, послѣдствіемъ того же уродливаго порядка вещей является и гибель множества дѣвушекъ, которыхъ соблазнъ и нужда толкнули на путь разврата. Дѣвушки эти гибнутъ физически и нравственно, предавшись позорному служенію разврату, т. е. удовлетворенію нерѣдко искусственно возбуждаемыхъ половыхъ потребностей людей, которыхъ ни воспитаніе, ни условія жизни, ни установившіеся взгляды

*) Тамъ же, т. IV—«Гигіена дѣтства, юности, возмужалости и старости», д-ра мед. I. А. Лятинскаго.

не приучили къ воздержанности. Съ другой стороны, послѣдствіемъ того же порядка вещей является переполненіе воспитательныхъ домовъ съ ихъ колоссальной смертностью. Очень грустная и печальная картина, отъ которой серьезныя женщины, однако, не въ правѣ отворачиваться, такъ какъ въ ней отражается зачастую не только прошлое ихъ мужей, но, что еще важнѣе, пожалуй, также и будущее ихъ сыновей!...

Всѣмъ нашимъ читательницамъ и читателямъ должно быть понятно, что давать опредѣленныя указанія относительно всѣхъ сторонъ и особенностей супружескихъ сношеній составляетъ задачу чрезвычайно деликатную. Мы поневолѣ должны будемъ поэтому нѣкоторыхъ сторонъ касаться только намеками, другія же обходить полнымъ молчаніемъ.

Несмотря на то, что названіе мужского пола „сильнымъ“ во многихъ отношеніяхъ справедливо, этого нельзя сказать про половую жизнь. Съ одной стороны, природа вложила въ мужчину болѣе сильный и непреодолимый половой инстинктъ, который часто лишаетъ его самообладанія; съ другой стороны, мужчина также лишенъ того сдерживающаго вліянія, которое оказываютъ на женщинъ дѣти. Тяжесть послѣдствій совершаемаго падаетъ не на него, но почти всецѣло на женщину, которая вслѣдствіе этого оказывается при половыхъ сношеніяхъ болѣе разсудительной и сдержанной. Не можетъ быть никакого сомнѣнія въ томъ, что, если бы мужчины всегда считались въ этомъ отношеніи съ желаніями женщинъ, то количество появляющихся на свѣтъ дѣтей значительно уменьшилось бы. Какъ правило, мужчина всегда является побуждающимъ, женщина же—сдерживающимъ элементомъ, и такимъ образомъ оба пола другъ друга дополняютъ.

Этимъ мы вовсе не желаемъ сказать, будто женщина, въ свою очередь, не испытываетъ полового влеченія. Оно, наоборотъ, выражается очень опредѣленнымъ образомъ у здоровыхъ, крѣпкихъ и энергичныхъ женщинъ, для которыхъ безбрачіе или необходимость отказаться, по той или иной причинѣ, отъ половыхъ сношеній въ теченіе болѣе или менѣе продолжительнаго времени представляется довольно тяжелымъ лишеніемъ. По укоренившимся въ настоящее время, но совершенно ложнымъ взглядамъ, женщина не должна выказывать своихъ чувствъ и должна только *подчиняться* требованіямъ мужа. Иное отношеніе съ ея стороны считается среди нѣкоторыхъ чуть ли не безнравственнымъ. Вслѣдствіе господства подобныхъ взглядовъ въ супружескихъ отношеніяхъ людей существуетъ много ложнаго, неестественнаго и уродливаго. Выше мы видѣли уже, что природа въ основу

полового аппарата какъ мужчинъ, такъ и женщинъ, положила одни и тѣ же органы. Съ другой стороны, намъ извѣстно, что для акта любви и воспроизведенія необходимо участіе *обоихъ* половъ. Какъ же мы послѣ этого можемъ сомнѣваться въ томъ, что природа въ представителей *обоихъ* половъ должна была вложить и одинаковыя чувства. Въ противномъ случаѣ на одной сторонѣ оказалось бы удовольствіе и наслажденіе; на другой же—исключительно подчиненіе насилію, отчаяніе и страданіе. Такой вопіющей несправедливости въ распредѣленіи своихъ даровъ мы въ природѣ никогда не встрѣчаемъ. Любящая жена такъ же страстно желаетъ мужа, избранника своего сердца,—какъ и мужъ желаетъ избранной имъ жены. Чѣмъ женщина духовно болѣе развита и чѣмъ она въ матеріальномъ отношеніи отъ него болѣе независима, тѣмъ эти естественныя отношенія рѣзче проявляются. Подобнымъ отношеніемъ *благородная* женщина только показываетъ, что ей чуждо дѣтское, зависимое и боязливое существованіе, но оно нисколько не умаляетъ ея истинно женственной привлекательности и очаровательности.

Если никакая женщина не должна поэтому стыдиться проявленія своихъ естественныхъ чувствъ и влеченій, то каждая женщина должна, однако, зорко слѣдить за тѣмъ, чтобы никогда не утрачивать самообладанія и не жертвовать своимъ достоинствомъ. Даже и наиболѣе горячая любовь не въ состояніи долго устоять противъ утраты этихъ качествъ и неизбѣжно ослабляется или даже окончательно угасаетъ, между тѣмъ какъ нѣжно и даже горячо любящая жена, которая никогда не теряетъ самообладанія, всегда сохраняетъ извѣстнаго рода власть надъ мужемъ.

Больше, чѣмъ кому-либо, извѣстно врачамъ, какъ много бываетъ ненормальныхъ, болѣзненныхъ или даже уродливыхъ явленій во многихъ супружествахъ, причѣмъ въ проявленіи подобныхъ отношеній, быть можетъ, одинаково повинны оба супруга. Нерѣдко бросается врачу въ глаза при изложеніи обстоятельствъ дѣла грубость и даже безстыдство нѣкоторыхъ женщинъ. Между тѣмъ, одно ужъ это условіе способно придать половымъ сношеніямъ истинно животный характеръ. Стыдливость представляетъ собой качество, которое проявляется только у людей, стоящихъ на высшей ступени развитія. Поэтому вполне понятно, что женщины, которыя это чувство утратили, стоятъ не выше, но несомнѣнно ниже, чѣмъ прочія, такъ какъ онѣ утратили свойство, которое существеннымъ образомъ отличало ихъ отъ животныхъ. Многие изъ нынѣшнихъ мужчинъ проявляютъ стремленіе, вслѣдствіе ли неправильнаго воспитанія или же, вѣрнѣе, бу-

дучи къ тому приучены продажной или внѣбрачной любовью, низвести актъ совокупленія на чисто животную ступень, такъ какъ они имѣютъ въ виду только *свое* удовлетвореніе и *свое* удовольствіе, очень мало заботясь о томъ, какъ къ этому относится женщина. Но горе женщинѣ, которая подчиняется подобнымъ требованіямъ, и тѣмъ болѣе той, которая своимъ личнымъ поведеніемъ еще поддерживаетъ подобное отношеніе. Вслѣдствіе низведенія акта любви на низшую ступень, неизбѣжно исчезаетъ уваженіе къ *нимъ* мужа, и это рано или поздно непремѣнно отражается пагубно на отношеніи къ нимъ мужа. Во многихъ супружествахъ несдержанность и необузданность мужа должны въ значительной степени быть приписаны слабости или же отсутствію стыдливости и достоинства въ женщинахъ. Если бракъ вообще долженъ служить выраженіемъ взаимной любви, ибо бракъ безъ любви есть непотребство, то каждое половое сближеніе супруговъ должно, въ свою очередь, быть маленькимъ праздникомъ любви, которому предшествуетъ взаимное горячее влеченіе и за которымъ слѣдуетъ взаимное глубокое удовлетвореніе. Никогда сближеніе не должно приобрѣтать характера чего-то обычного чего-то въ родѣ хорошаго обѣда, что ли, къ которому уже давно привыкли, ибо такого рода привычка несомнѣнно является „могилой любви“. Какъ, однако, рѣдко встрѣчаются на дѣлѣ столь благородныя отношенія въ супружествѣ! Къ сожалѣнію, мы въ подавляющемъ большинствѣ случаевъ наблюдаемъ нѣчто совершенно обратное, такъ какъ общими правиломъ являются скорѣе банальныя, пошлыя, нецѣломудренныя и очень бѣдныя счастьемъ отношенія, которыя съ такой удивительной художественностью и силой были обрисованы „великимъ писателемъ земли русской“ въ „Крейцеровой сонатѣ“. Подъ подобными отношеніями очень и очень нерѣдко погребается навсегда семейное счастье.

Изъ сказаннаго для насъ ясно, что прежде и вѣрнѣе всего ведетъ къ продолжительному счастью въ бракѣ. На первомъ планѣ стоитъ *умѣренность* обоихъ супруговъ; затѣмъ, идетъ *цѣломудріе* и *твердость жены*. И очень несдержанный и даже разнузданный мужъ обращается при помощи этихъ средствъ черезъ нѣкоторое время въ хорошаго мужа и отца.

Наступленіе *половой* зрѣлости характеризуется у юношей тѣмъ, что начинаютъ функционировать половыя железы; такимъ же образомъ выражается она и у дѣвушекъ, что внѣшнимъ образомъ сказывается появленіемъ мѣсячныхъ очищеній. Съ появленіемъ регулъ начинается правильное отдѣленіе зрѣлыхъ яицъ въ довольно строго опредѣленные періоды времени (каждыя 4 недѣли). Такимъ образомъ на-

чинается постепенное превращеніе дѣвочки въ дѣвушку и послѣдней въ женщину. Съ этого же времени начинаютъ у дѣвушки появляться незнакомыя ей дотолѣ чувства и робко проявляться особенный интересъ къ другому полу, причеиъ интересъ этотъ постепенно проявляется со все большей и большей силой и настойчивостью. Въ періодъ появления первыхъ мѣсячныхъ очищеній женщина еще далеко не закончила своего физическаго развитія, такъ какъ развитіе ея заканчивается приблизительно только къ 25 годамъ.

Что касается до юношей, то у нихъ половое влеченіе проявляется съ особенной силой, обыкновенно, въ періодъ 20—22 лѣтъ. Полное развитіе организма и у нихъ, однако, завершается не раньше, чѣмъ у дѣвушекъ. Въ общемъ, дѣвушки на нѣсколько лѣтъ раньше созрѣваютъ для половой жизни, нежели юноши. Общеизвѣстенъ фактъ, что дѣвушки, наприм., 18 или 20 лѣтъ считаются гораздо болѣе взрослыми и зрѣлыми, нежели молодые люди того же возраста. Поэтому и въ бракъ дѣвушки должны обыкновенно вступать на нѣсколько лѣтъ раньше мужчинъ.

„Ошибочно было бы думать,—писали мы въ другомъ мѣстѣ,—будто начало дѣятельности половыхъ железъ непременно требуетъ и половыхъ сношеній. Этого не только нѣтъ, но примѣненіе къ жизни подобныхъ взглядовъ принесло бы, помимо нравственнаго, и значительный физическій вредъ. Половые сношенія въ томъ періодѣ жизни, когда организмъ еще далеко не завершилъ своего развитія, завершающагося только къ 25 годамъ, пагубно отражается на функціяхъ и органахъ, особенно же на центральной нервной системѣ. Замѣчено, что въ томъ случаѣ, когда половая дѣятельность начинается слишкомъ рано, организмъ останавливается въ своемъ развитіи“ *).

„Что начало функционированія половыхъ железъ не должно непременно совпадать, съ физиологической точки зрѣнія, съ половыми сношеніями, подтверждается также тѣмъ фактомъ, что дѣти, рожденные отъ слишкомъ молодыхъ отца или матери, обыкновенно бываютъ хилыми, болѣзненными и недоразвитыми“.

Трудно, конечно, установить съ полной опредѣленностью, когда молодой человекъ долженъ жениться и молодая дѣвушка выйти замужъ. Общее правило въ этомъ отношеніи создать невозможно, такъ какъ очень большое вліяніе имѣютъ и чисто индивидуальныя условія, изъ которыхъ мы на первомъ планѣ должны поставить состояніе здоровья и

*) I. A. Литинскій—«Гигіена юности».

физическое развитіе (мы имѣемъ пока въ виду только чисто физиологическую сторону и не касаемся ни нравственныхъ, ни матеріальныхъ соображеній). Можно, однако, сказать, что возрастъ этотъ при современныхъ условіяхъ долженъ находиться для мужчины между 25 и 35; для женщины же— между 20 и 25 годами. На дѣлѣ, возрастъ этотъ оказывается значительно болѣе позднимъ, преимущественно для мужчины, который, прежде, чѣмъ жениться, старается достичь достаточнаго матеріальнаго обезпеченія для содержанія семьи. Мы не имѣемъ возможности вдаваться здѣсь въ разсмотрѣніе тѣхъ многочисленныхъ причинъ духовнаго и матеріальнаго свойства, въ силу которыхъ брачный возрастъ для большинства представителей современнаго культурнаго человѣчества значительно отодвигается, особенно для мужчинъ, и нерѣдко вынуждаетъ ихъ жениться только годамъ къ сорока. Не имѣемъ мы также возможности разбирать здѣсь подробно, къ какимъ послѣдствіямъ какъ для личности, такъ и для потомства ведетъ это обстоятельство. Интересующихся этими насущными вопросами современнаго человѣчества мы отсылаемъ къ другому нашему сочиненію *).

Одинъ вопросъ мы считаемъ себя, однако, не въ правѣ обойти здѣсь молчаніемъ, а именно: жизнь молодыхъ людей до брака. Очень многимъ изъ насъ извѣстно, какой распушенностью она нерѣдко отличается. Оставляя въ сторонѣ растлѣніе и развратъ, которые являются послѣдствіями подобной распушенности, мы укажемъ только на тѣ опасности, которыми она непосредственно грозитъ нашему здоровью. Мы говоримъ о *заразныхъ половыхъ болѣзняхъ*, причѣмъ затрудняемся, которой изъ нихъ слѣдуетъ отдать пальму первенства, въ смыслѣ неисправимаго вреда, который онѣ съ давнихъ поръ и по настоящее время приносятъ человѣчеству. Что за страшная болѣзнь *сифилисъ*, извѣстно, по крайней мѣрѣ, по наслышкѣ, всѣмъ нашимъ читательницамъ и читателямъ. Внѣдрившись въ человѣка, она не оставляетъ его часто въ покоѣ *всю* жизнь и нерѣдко просыпается и даетъ о себѣ знать съ особенной силой тогда, когда съ момента зараженія прошли уже не только многіе годы, но и *десятилѣтія*. Даже послѣ продолжительнаго и упорнаго леченія мы никогда не можемъ сказать съ увѣренностью, что совершенно избавились отъ нея. Зараженные сифилисомъ очень часто безсознательно передаютъ свою болѣзнь женѣ. Нѣкоторые же, какъ въ этомъ ни грустно сознаться, женятся на вполне здоровыхъ дѣвушкахъ,

*) I. А. Лятинскій. — «Мальтузіанство въ современномъ обществѣ» — «Н. Ж. И. Д.» 1902, кн. VIII.

отлично зная, что болѣзнь находится еще въ періодѣ заразительности и что она почти неизбѣжно передается женѣ, и заражаютъ ее, слѣдовательно, вполне *сознательно*. Этимъ, однако, не заканчивается еще трагическій циклъ зараженія сифилисомъ. Въ большинствѣ случаевъ сифилисъ передается въ самой различной формѣ и *потомству*. Въ однихъ случаяхъ дѣти вовсе не являются на свѣтъ живыми, умирая и разлагаясь въ утробѣ матери. Въ другихъ случаяхъ они рождаются живыми только затѣмъ, чтобы умереть черезъ нѣсколько дней отъ истощенія. Но, если дѣти даже выросли, то это еще далеко не значитъ, что тлетворная зараза оставила ихъ, наконецъ, въ покоѣ, такъ какъ очень часто она проявляется, и притомъ также въ очень рѣзкой формѣ, какъ это твердо установилъ знаменитый французскій сифилидологъ Фурнье, у юноши и дѣвушки лѣтъ въ 16—17. Въ этомъ внезапномъ и ничѣмъ необъяснимомъ заболѣваніи не только самъ больной, но и его отецъ всего менѣе склоненъ бываетъ винить давно забытый грѣхъ своей юности... (См. также ст. „Сифилисъ“ во II „Энциклопедической“ части).

Никто въ настоящее время не сомнѣвается больше въ томъ, что сифилисъ ведетъ къ *вырожденію*. Только ему обязаны своимъ исчезновеніемъ нѣкоторые царственныя династіи, напр., Бурбоны.

Но, если сифилисъ *страшенъ* по своимъ послѣдствіямъ, какъ въ этомъ могутъ убѣдиться читательницы изъ нашего краткаго наброска, то не слѣдуетъ думать, будто другая половая болѣзнь, *перелой*, очень ужъ сильно уступаетъ ему въ злокачественности. Правда, перелой (трипперъ) не грозитъ заразившемуся такими ужасными послѣдствіями, какъ заразившемуся сифилисомъ. Поэтому въ кругу молодыхъ людей на него смотрятъ слишкомъ легко, и нѣкоторые считаютъ его чуть ли не неизбѣжной и обязательной болѣзнью, чѣмъ-то въ родѣ кори у дѣтей. Такъ какъ перелой для своего излеченія требуетъ нѣкоторой настойчивости и такъ какъ онъ ничѣмъ особеннымъ не тревожитъ заразившагося, то къ нему и относятся въ большинствѣ случаевъ очень легко. Послѣдствія такого отношенія несетъ, однако, на себѣ, главнымъ образомъ, женщина, которой отъ мужа передается перелойная зараза и для которой съ замужествомъ начинается нерѣдко нескончаемый рядъ страданій, приковывающихъ ее къ постели. Страданія эти очень многочисленны и разнообразны. Въ легкихъ случаяхъ дѣло ограничивается вагинитомъ (т. е. воспаленіемъ влагалища), тогда какъ въ тяжелыхъ случаяхъ заражается матка (см. „эндометриты“ и „периметриты“ во II „Энциклопедической“ части). Въ очень мно-

гихъ случаяхъ зараженіе перелоемъ ведетъ женщину къ *безплодію*. (См. также въ названной части ст. „*Перелой*“).

Набрасывая эти строки, мы имѣли въ виду, молодыхъ дѣвушекъ. Производя выборъ человѣка, съ которымъ онѣ должны будутъ рука объ руку идти всю жизнь, который будетъ также отцомъ ихъ дѣтей и въ которомъ, слѣдовательно, въ значительной степени сосредоточивается вся ихъ будущая *судьба*, онѣ должны сдѣлать свой выборъ съ соотвѣтствующимъ вниманіемъ, разсудительностью и серьезностью, причемъ только-что указаннымъ нами сторонамъ его жизни до брака должно, конечно, быть придаваемо особенное значеніе. Еще въ большей степени имѣли мы, однако, въ виду *матерей*, отъ которыхъ въ значительной степени зависитъ дать воспитанію дѣтей въ указанномъ отношеніи соотвѣтствующее направленіе. Руководясь наиболѣе священными жизненными интересами своихъ дѣтей, онѣ непремѣнно должны имъ внушить убѣжденіе, что „*сохраненіе цѣломудрія до брака должно быть правиломъ не только для дѣвушекъ, но и для молодыхъ людей*“. Лучшимъ средствомъ для проведенія этого правила въ жизнь должно считать правильный и разумный воспитательный режимъ. И въ этомъ отношеніи лучшимъ примѣромъ для подражанія должны намъ служить англичане. Въ этомъ режимѣ почетное мѣсто должно быть отведено: *физическимъ упражненіямъ и вліянію семьи*.

Мы лишены возможности войти въ разсмотрѣніе *всѣхъ* условий, которыя являются залогомъ счастливаго супружества, а потому удовольствуемся тѣмъ, что, руководясь преимущественно физиологическими соображеніями, укажемъ хотя бы основныя начала, которыми въ данномъ случаѣ надлежитъ руководиться. Въ виду того, что поздняя женитьба представляетъ собой огромное зло, такъ какъ она не только способствуетъ обыкновенно развращенію души, но наноситъ обыкновенно и тяжелый ущербъ организму, слѣдуетъ всѣми силами поощрять возможно ранній бракъ, если только будущая чета имѣетъ, конечно, матеріальную возможность удовлетворять хотя бы наиболѣе насущнымъ потребностямъ семьи. Въ этомъ отношеніи желательна, однако, измѣненіе въ обычныхъ и укоренившихся взглядахъ общества, такъ какъ понятіе о „необходимомъ“ стало въ наше время слишкомъ уже широкимъ и растяжимымъ, и „необходимымъ“ принято считать многое такое, безъ чего въ дѣйствительности можно безъ особеннаго труда обойтись. Именно въ этомъ отношеніи *упрощеніе* нашей жизни болѣе желательно, чѣмъ во многихъ другихъ отношеніяхъ. Умѣть ограничивать свои требованія, жертвовать меньшимъ—въ данномъ случаѣ нѣкоторымъ ком-

фортомъ и нѣкоторыми второстепенными жизненными удобствами—въ пользу болѣе высокихъ и чистыхъ наслаждений, представляемыхъ жизнью съ любимымъ существомъ, которое съ тобою дѣлитъ всѣ радости и горести; принести на алтарь семейнаго очага нерасстраченнымъ тотъ запасъ жизненныхъ силъ и любви, которыя намъ послала въ удѣлъ природа, вотъ въ чемъ слѣдуетъ усматривать спасеніе будущихъ поколѣній. Было бы въ высшей степени желательно, чтобы взгляды общества какъ можно скорѣе измѣнились бы именно въ указанномъ смыслѣ.

Слѣдуетъ ли намъ касаться вопроса о томъ, долженъ ли бракъ быть заключаемъ по естественной *склонности* или по *расчету*? Мы не имѣемъ намѣренія вдаваться здѣсь въ нравственную оцѣнку этого вопроса и рассмотримъ его исключительно съ медицинской, точнѣе физиологической, точки зрѣнія. „Наукой установлено, что, хотя бракъ по естественному влеченію также далеко не обезпечиваетъ семейнаго благополучія и здороваго во всѣхъ отношеніяхъ потомства, тѣмъ не менѣе, онъ, какъ выраженіе естественнаго инстинкта, безконечно чаще ведетъ къ удовлетворенію указанныхъ условій, нежели бракъ по какимъ-либо инымъ соображеніямъ. Такого рода *подборъ* (по естественному влеченію), несомнѣнно, долженъ быть признанъ наиболѣе *естественнымъ*, такъ какъ онъ всего вѣрнѣе обезпечиваетъ интересы вида (потомства)“ *).

При заключеніи брака слѣдуетъ обращать особенное вниманіе на состояніе *здоровья* вступающихъ въ бракъ, причемъ нѣкоторыя болѣзни могутъ почти не быть принимаемы во вниманіе, до того незначительно ихъ вліяніе на будущую судьбу супруговъ. Зато другимъ болѣзнямъ должно въ этомъ отношеніи быть придаваемо *рѣшающее* значеніе, такъ какъ онѣ почти неизбѣжно ведутъ къ очень вреднымъ, а иногда и губительнымъ послѣдствіямъ.

Въ болѣе культурныхъ странахъ этому вопросу—здоровью вступающихъ въ бракъ—придается именно то значеніе, котораго онъ, по справедливости заслуживаетъ. Такъ, напр., во Франціи, какъ намъ извѣстно, считается въ болѣе просвѣщенныхъ кругахъ очень принятымъ обращаться къ врачамъ тѣхъ домовъ, къ которымъ принадлежатъ женихъ и невеста, съ запросомъ относительно ихъ здоровья, причемъ дѣлается это съ вѣдома заинтересованныхъ сторонъ. Нельзя не пожелать отъ всей души, чтобы этотъ столь же разумный, сколь и гуманный обычай при-

*) «Гигіена юности».

вился и у насъ; какое множество крайне тяжелыхъ семейныхъ драмъ было бы устранено такимъ простымъ путемъ...

Изъ болѣзней, которыя являются прямымъ противопознаніемъ ко вступленію въ бракъ, мы должны на первомъ планѣ поставить *сифилисъ* въ заразительномъ періодѣ. Очень опасной слѣдуетъ считать и *чахотку*, которая въ извѣстной стадіи должна, какъ правило, считаться неизлечимой, и одержимый ею, слѣдовательно, непригоднымъ къ браку. Помимо того, не слѣдуетъ также упускать изъ виду и заразительности чахотки, а также и того, что въ подавляющемъ большинствѣ случаевъ она передается *наслѣдственно*. Нѣкоторые пороки сердца непремѣнно должны удержать ихъ обладательницъ отъ вступленія въ бракъ, такъ какъ брачная жизнь грозитъ опасностями не только ихъ здоровью, но и самой жизни. Во всякомъ случаѣ женщины, страдающія такими болѣзнями, должны принимать всѣ мѣрѣ къ тому, чтобы не забеременѣвать, такъ какъ нерѣдко появленіе перваго же младенца оплачивается ими цѣной жизни.

Легко передаются по наслѣдству также нѣкоторыя *нервныя* и особенно *душевные страданія*, а потому союзовъ съ лицами, одержимыми подобными страданіями, также слѣдуетъ избѣгать.

Что касается до *кровоног родства*, то на этотъ счетъ въ наукѣ не существуетъ еще вполне опредѣленныхъ взглядовъ. Руководясь чисто біологическими соображеніями, а также и нѣкоторыми положительными наблюденіями, мы можемъ, однако, придти къ заключенію, что оно не грозитъ никакими опасностями потомству въ томъ случаѣ, когда оба лица, вступающіе въ бракъ, *здоровы*. Въ томъ случаѣ, однако, когда они одержимы какимъ-либо опредѣленно выраженнымъ страданіемъ, страданіе это передается по наслѣдству, особенно, когда страданію этому подвержены *оба* лица, сочетающіеся бракомъ. Такихъ браковъ рекомендуется, по возможности, избѣгать.

Въ общемъ было бы чрезвычайно желательно, чтобы *во всѣхъ случаяхъ* было выслушано компетентное мнѣніе врача по вопросу о вступленіи въ бракъ данныхъ лицъ. Такимъ образомъ много несчастій могло бы быть предупреждено.

Послѣ указанія главнѣйшихъ условій, которымъ долженъ отвѣчать разумный, цѣлесообразный и здоровый бракъ, перейдемъ къ разсмотрѣнію нѣкоторыхъ условій нормальной *брачной жизни*. Очень часто довѣренному врачу приходится выслушивать отъ молодыхъ супруговъ вопросъ: *какъ часто* должно происходить между супругами половое сближеніе? И на этотъ вопросъ по вполне понятнымъ причинамъ нельзя

дать совершенно опредѣленнаго и ко всѣмъ случаямъ одинаково примѣнимаго отвѣта: и въ данномъ случаѣ слишкомъ многое зависитъ отъ *частныхъ условий*. Слѣдуетъ, однако, имѣть въ виду, что, чѣмъ супруги слабѣе здоровьемъ, чѣмъ нервная система, преимущественно мужа, больше расшатана прежними ненормальностями половой жизни, умственнымъ переутомленіемъ, отвѣтственными занятіями и пр., тѣмъ рѣже должно имѣть мѣсто половое сближеніе. Въ общемъ же можно сказать, что оно должно совершаться приблизительно не чаще, чѣмъ разъ въ одну—двѣ недѣли, и даже рѣже. Такимъ образомъ сохраняется сила и глубина ощущенія, а также сохраняется много нервной энергіи. Нельзя также упускать изъ виду и того, что слишкомъ частыя половыя сношенія вредно отражаются на потомствѣ, что очень просто объясняется хотя бы тѣмъ обстоятельствомъ, что элементу мужского сѣмени—живчику необходимо известное время, чтобы созрѣть. Если же половыя сношенія происходятъ слишкомъ часто, то оплодотвореніе можетъ быть произведено и не совсѣмъ зрѣлымъ живчикомъ, что неизбѣжно отразится неблагоприятнымъ образомъ на зародышѣ. Кромѣ того, каждое сближеніе требуетъ, вѣдь, и значительной затраты нервной энергіи.

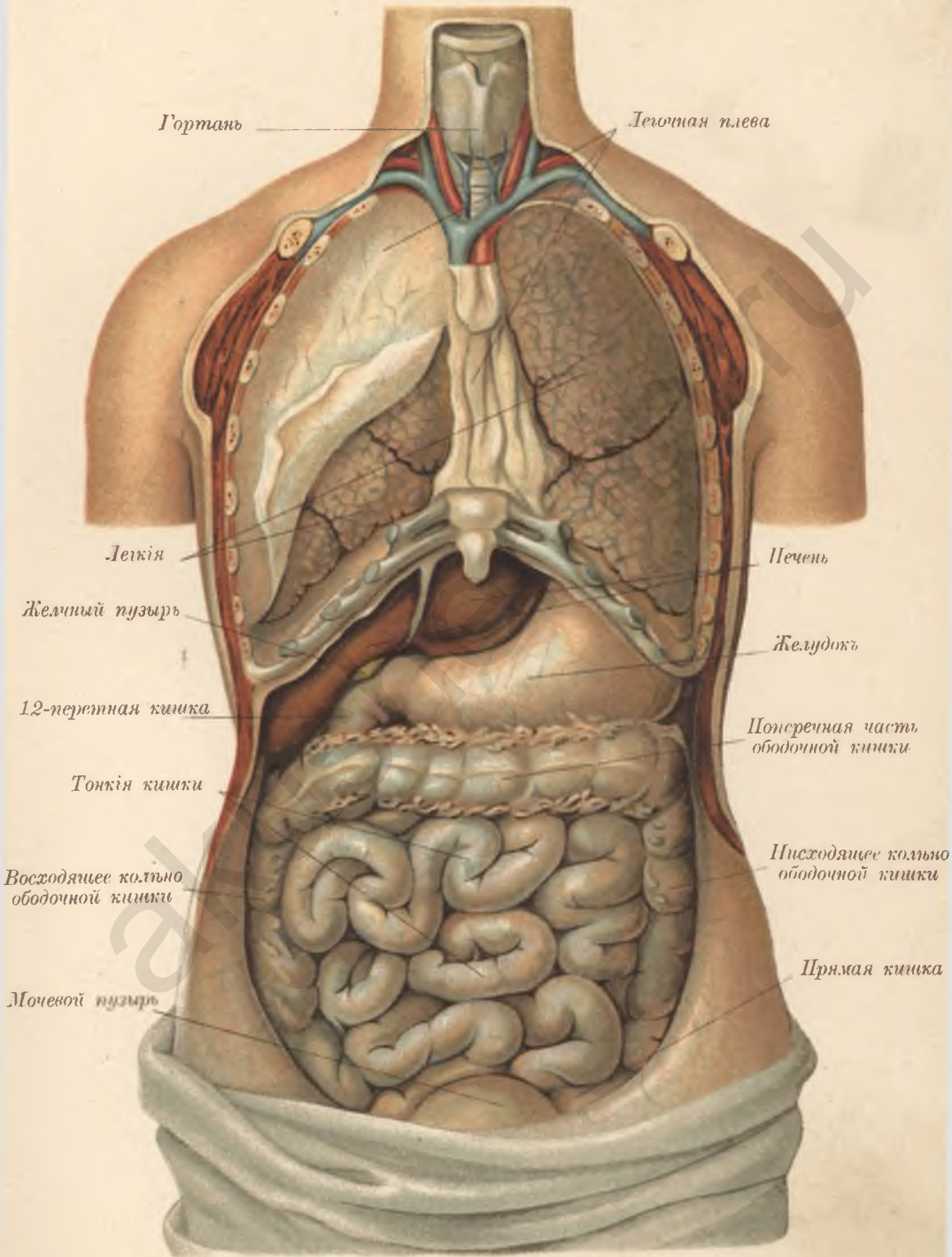
Вообще было бы желательно, чтобы во время любовнаго сближенія супруги немного побольше думали о его возможныхъ послѣдствіяхъ и о своей отвѣтственности по отношенію къ существу, которое можетъ явиться его естественнымъ послѣдствіемъ. Къ сожалѣнію, это въ дѣйствительности наблюдается не часто; и отъ того-то такъ много бываетъ „случайныхъ“ и неожиданныхъ дѣтей, появленіе которыхъ встрѣчается родителями часто недружелюбно, а иногда и враждебно.

Множество *женскихъ болѣзней* являются послѣдствіемъ ненормальной половой жизни, но объ этомъ рѣчь будетъ специально во II части настоящаго сочиненія.

Въ виду того, что половое сближеніе требуетъ довольно значительной затраты нервной энергіи, отъ него слѣдуетъ воздерживаться въ случаѣ значительнаго физическаго или душевнаго утомленія, такъ какъ въ такомъ случаѣ оно ведетъ къ истощенію. То же можно сказать и про разнаго рода болѣзни. Можно сказать вообще, что во всѣхъ тѣхъ случаяхъ, будь они физическаго или же нравственнаго свойства, когда организмъ уже потратилъ много силъ, или же когда ему необходимо экономить или возстановлять уже потраченныя силы, отъ полового сближенія слѣдуетъ, по возможности, воздерживаться.

Слѣдуетъ воздерживаться отъ полового акта и во время *менструаций*. Матка и всѣ прочіе половые органы имѣютъ въ этотъ періодъ совсѣмъ иное назначеніе; они не предрасположены къ воспріятію сѣмени. Помимо того, возбужденное состояніе, въ которомъ женская половая система и безъ того находится, можетъ при совокупленіи обусловить значительный приливъ крови къ маткѣ и вызвать воспалительное ея состояніе. Въ результатѣ возможно и заболѣваніе, которое выразится въ боляхъ, дурномъ самочувствіи, воспаленіи половыхъ органовъ и чрезвычайномъ усиленіи раздражительности женщины. Поэтому, какъ правило, женщинѣ въ это время долженъ быть предоставленъ полный половой покой.

Въ заключеніе настоящей главы мы должны коснуться вопроса, хотя и очень деликатнаго, но имѣющаго большое значеніе для урегулированія брачныхъ сношеній. Мы имѣемъ въ виду совмѣстное спанье супруговъ. При общей современной нервности и легкой возбудимости, совмѣстное спанье не можетъ быть рекомендовано, съ гигиенической точки зрѣнія, такъ какъ оно почти неизбѣжно дѣлаетъ половыя сношенія болѣе частыми, чѣмъ того требуютъ интересы здоровья. Мы въ этомъ отношеніи вовсе не можемъ подражать нашимъ предкамъ, которые жили при болѣе нормальныхъ условіяхъ, не обладали столь нервнымъ и легко возбудимымъ темпераментомъ, которые были гораздо здоровѣе насъ—и это-то, пожалуй, самое главное,—гораздо спокойнѣе относились къ увеличенію семьи, въ чемъ они чаще всего усматривали только благословенье Божіе. Условія жизни измѣнились, и то, что было въ порядкѣ вещей нѣкогда, должно быть признаваемо ненормальнымъ теперь. Всего лучше, поэтому если супруги спятъ въ совершенно отдѣльныхъ комнатахъ. Такъ какъ требованіе это далеко не во всѣхъ семьяхъ выполнимо по экономическимъ соображеніямъ, то во всякомъ случаѣ слѣдуетъ спать на отдѣльныхъ кроватяхъ. Воспоминаніе же о двуспальныхъ кроватяхъ должно мало-по-малу окончательно отойти въ вѣчность. Желательно также, чтобы кровать жены была отдѣлена хотя бы легкимъ пологомъ или ширмой отъ постели мужа. Такія простыя мѣропріятія иногда значительно способствуютъ установленію болѣе правильныхъ половыхъ и даже духовныхъ отношеній между супругами, такъ какъ они даютъ имъ возможность вести до извѣстной степени индивидуальное существованіе, несмотря на то, что они въ буквальномъ смыслѣ слова дѣлятъ между собой всѣ радости и горести жизни.



Менструальный періодъ.

Менструаціи (мѣсячное очищеніе, регулы) представляютъ совершенно нормальное физиологическое явленіе, которое наблюдается не только у женщинъ всѣхъ расъ и всѣхъ народовъ, но также хотя и съ нѣкоторыми особенностями—и у высшихъ млекопитающихъ. Въ высшей степени важно твердо усвоить, что менструаціи представляютъ собой *не* какое-либо болѣзненное, но *совершенно нормальное* состояніе, которое съ извѣстной правильностью наблюдается у *каждой женщины*. Наилучшимъ доказательствомъ нашихъ словъ служить наша женская прислуга, а еще болѣе деревенскія дѣвушки, у которыхъ вы никогда не замѣтите, имѣются ли у нихъ менструаціи, или нѣтъ, такъ какъ онѣ ни въ чемъ ровно не измѣняютъ своего обычнаго образа жизни и, во время регулъ, какъ и всегда, исполняютъ самыя тяжелыя работы. Этому примѣру и должны подражать городскія дѣвушки. Конечно, въ наше время общей изнѣженности, нервной восприимчивости и тѣлесной слабости, очень многія женщины чувствуютъ себя во время регулъ почти совершенно больными, но мы должны стремиться къ тому, чтобы хотя нашихъ дочерей воспитать въ иномъ направленіи. Дѣвушкамъ слѣдуетъ объяснить значеніе этого физиологическаго процесса, ихъ слѣдуетъ обучить правильному уходу за собой въ это время, имъ слѣдуетъ преподавать необходимыя гигиеническія правила, и этимъ—слѣдуетъ ограничиться. Ни въ какомъ случаѣ не слѣдуетъ приучать дѣвушекъ считать себя въ это время больными. Между тѣмъ въ настоящее время не только близкіе люди, но и слуги во многихъ домахъ очень хорошо замѣчаютъ по суматохѣ, которая подымается въ домѣ, что у барыни, а то и у барышни регулы. Можно ли подобный порядокъ вещей считать нормальнымъ?...

Мѣсячныя очищенія не у всѣхъ дѣвушекъ появляются въ одномъ и томъ же возрастѣ. Такъ, они наступаютъ у городскихъ дѣвушекъ года на два и даже на три раньше, чѣмъ у деревенскихъ, что зависитъ отъ того, что первыя подъ вліяніемъ окружающихъ условій жизни развиваются раньше, чѣмъ вторыя. Въ этомъ направленіи имѣютъ большое вліяніе не только физическія, но и духовныя причины: примѣръ старшихъ, несоотвѣтствующее чтеніе, общество молодыхъ людей и пр.—У большинства городскихъ дѣвушекъ менструаціи появляются обыкновенно лѣтъ въ 14—16. На сѣверѣ онѣ появляются позже, чѣмъ на югѣ, такъ какъ южанки быстрѣе развиваются.

Укажемъ въ нѣсколькихъ словахъ, какимъ требованіямъ

должны отвѣчать *нормальныя* менструаціи. Онѣ должны имѣть мѣсто приблизительно каждыя четыре недѣли (или каждый *лунный* мѣсяць); слѣдовательно, въ теченіе года не меньше 11 и не больше 13 разъ. Онѣ должны протекать безъ болей и никогда не должны длиться дольше 3—4 дней. Количество теряемой крови не должно превышать 200—300 граммъ (отъ 1 до 1½ стакановъ); кровь должна быть окрашена въ красный цвѣтъ и не быть ни черноватой (маленькіе свертки), ни желтоватой (бѣли). Кровь должна только *просачиваться*, но не должна стекать ручейкомъ вдоль бедеръ. Последнее наблюдается только при усиленномъ выдѣленіи изъ полости матки и разрывѣ маленькихъ сосудовъ, что никоимъ образомъ не должно считаться нормальнымъ. Кровь не должна имѣть сколько-нибудь рѣзкаго запаха.

Въ менструаціонной крови также не должна содержаться въ сколько-нибудь значительномъ количествѣ и слизи. Особенно ненормальнымъ должно считаться выдѣленіе болѣе значительныхъ количествъ слизи, если послѣдняя отличается раздражающими и ѣдкими свойствами.

Несмотря на то, что менструаціи должны почитаться естественнымъ состояніемъ, онѣ и у наиболѣе здоровыхъ и нормальныхъ женщинъ характеризуются нѣкоторымъ недомоганіемъ: чувствуется потягиваніе въ конечностяхъ, нѣкоторая боль въ крестцѣ, физическая и умственная вялость и легкая раздражительность. Поэтому рекомендуется въ это время какъ можно тщательнѣе беречь дѣвушекъ и женщинъ отъ поводовъ къ раздраженію. Во всякомъ случаѣ, въ это время женщина никогда не должна брать на себя какихъ-либо экстраординарныхъ заботъ, но довольствоваться исключительно исполненіемъ своихъ обычныхъ обязанностей.

Какъ и относительно большинства другихъ фізіологическихъ функций, и относительно регулъ въ публикѣ распространены нѣсколько превратныя представленія. Такъ, женщины всего больше опасаются во время менструацій *простуды*. Нельзя, правда, сказать, чтобы страхъ этотъ былъ совершенно лишенъ всякаго основанія. Тѣмъ не менѣе, простудѣ нельзя также придавать такое большого значенія, какое ей придаетъ большинство. Нѣтъ сомнѣнія, что при изнѣженности большинства современныхъ женщинъ, онѣ испытываютъ особенное предрасположеніе къ простудѣ именно въ этотъ періодъ, такъ какъ обмѣнъ веществъ у нихъ въ это время ослабленъ и онѣ отличаются особенной воспріимчивостью ко всевозможнымъ вреднымъ вліяніямъ. Въ томъ же направленіи дѣйствуетъ и чрезмѣрное обиліе юбокъ въ женской одеждѣ, которыя сильно согрѣваютъ тазъ и вызываютъ

обильный притокъ къ нему крови. Наиболѣе вѣрнымъ средствомъ бороться съ простудой во время менструальнаго періода, какъ и во всякое другое время, впрочемъ, является *закаливаніе* кожи. Конечно, женщины, которыя никогда не ступали на полъ босою ногой и у которыхъ кожа не приучена соотвѣтствующимъ образомъ реагировать (отвѣчать) на раздраженія, дѣйствительно легко могутъ схватить простуду на прогулкѣ, если ихъ помочить дождемъ или если онѣ промочать ноги и пр. При такихъ условіяхъ онѣ могутъ оказаться очень воспріимчивыми и къ какому-нибудь острому заболѣванію. Но, если дѣвушка или женщина разумнымъ закаливаніемъ сообщила своему тѣлу достаточную сопротивляемость, то она и во время регулъ въ значительной степени застрахована отъ различныхъ заболѣваній.

Соблюденію чистоты должно быть придаваемо особенное значеніе во время менструальнаго періода. Къ сожалѣнію, во многихъ кругахъ еще сильно распространена „водобоязнь“ во время этого періода. Между тѣмъ, правильныя обмыванія необходимы въ это время болѣе, чѣмъ въ какое-либо иное. Конечно, при несоблюденіи нѣкоторыхъ условій обмыванія могутъ вызвать обостреніе процесса и другія нежелательныя явленія, которыя и побуждаютъ многихъ по возможности избѣгать прикосновенія воды къ тѣлу, тѣмъ болѣе, что во время мѣсячныхъ очищеній женщины отличаются особенной раздражительностью и воспріимчивостью. Если хватить, однако, мужества примѣнить обмыванія хотя бы только нѣсколько разъ, то этого опасаться нечего, такъ какъ устанавливается очень легко привычность. Подмываться слѣдуетъ нѣсколько разъ въ день теплой водой градусовъ въ 27—28 Р. Хотя нѣкоторыя женщины, очень привычныя къ холодной водѣ, и продолжаютъ принимать безъ особеннаго вреда для себя таковыя же ванны и во время менструацій, тѣмъ не менѣе, мы этого не можемъ рекомендовать, такъ какъ въ виду чрезмѣрной воспріимчивости въ это время организма, это можетъ вести къ неприятымъ послѣдствіямъ: въ однихъ случаяхъ онѣ усиливаютъ истеченіе крови, въ другихъ же случаяхъ останавливаютъ, наоборотъ, ея отдѣленіе.

Вообще во время менструальнаго періода съ особенной отчетливостью и рѣзкостью проявляются *личныя* особенности женщинъ, а потому очень трудно давать какія бы то ни было правила, одинаково обязательныя для *всѣхъ*. Каждая дѣвушка и женщина должна внимательно слѣдить за собой и тщательно изучить, какъ на нее вліяетъ то или иное условіе, и сообразно съ этимъ и поступать.

Однако же *всѣ* женщины, какъ крѣпкія, такъ и слабыя,

какъ здоровыя, такъ и больныя, не только могутъ, но и *должны* прибѣгать къ систематическому подмыванію половыхъ и прилегающихъ къ нимъ частей, чтобы такимъ путемъ удалить присохшіе куски крови, которые черезъ нѣкоторое время неизбежно начинаютъ разлагаться и распространять непріятный запахъ. Ясно, что сколько-нибудь чистоплотныя женщины не могутъ обходиться безъ подмываній. Кроме того, подмыванія дѣйствуютъ успокаивающимъ и регулирующимъ образомъ и на половой аппаратъ менструирующей женщины. Очень благотворно вліяютъ тепловатая подмыванія и въ смыслѣ общаго успокоенія нервной системы.

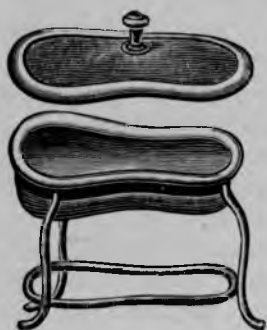


Рис. 139. Простое биде.

мы; на рисункѣ же 140 таковое же биде, но съ клизмой.

Не слѣдуетъ, однако, думать, будто биде представляетъ собой необходимую принадлежность для подмыванія. За нимънѣмъ его можно съ неменьшимъ успѣхомъ прибѣгнуть къ чашкѣ, и даже небольшой лоханкѣ и пр.

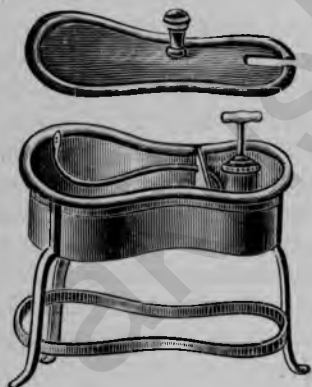


Рис. 140. Биде съ клизмой.

Подмыванія, какъ сказано, не только устраняютъ дурной запахъ, но дѣйствуютъ также успокаивающимъ образомъ на нервныхъ женщинъ. Особенно надлежитъ подмываться дѣвушкамъ и женщинамъ, у которыхъ ослабленъ обмѣнъ веществъ и органическіе процессы протекаютъ вяло. Въ такихъ случаяхъ иногда и совершенно посторонній человекъ узнаетъ, что у женщины регулы, что, само собой разумѣется, едва ли для кого-нибудь можетъ быть желательно. Помимо туалетныхъ мѣръ, такимъ женщинамъ слѣдуетъ позаботиться и объ общемъ

состояніи своего здоровья. Растиранія тѣла, свѣжая вода, физическій трудъ и вольный воздухъ могутъ при нѣкоторой настойчивости въ проведеніи указанныхъ мѣропріятій уже черезъ относительно короткое время принести благотворныя плоды. слѣдуетъ при этомъ позаботиться и о болѣе цѣлесообразной одеждѣ, которая не тяготила бы и не горячила бы тѣла.

Тутъ же прибавимъ къ стати, что относительно исполнѣ здоровыхъ и чистоплотныхъ женщинъ постороннимъ никогда не можетъ быть извѣстно, находятся ли онѣ въ менструальномъ періодѣ или нѣтъ.

Помимо тепловатыхъ обмываній, которыя должно дѣлать раза 3—4 въ день, необходимо носить также и бинтъ. И въ этомъ отношеніи въ женскомъ мірѣ укоренился также въ высшей степени нецѣлесообразный обычай, а именно: многія женщины подвываютъ тряпки, полотенца и пр. Если имѣть въ виду только ту цѣль, чтобы не пачкать и не грязнить бѣлья, то эта цѣль отчасти, пожалуй, и достигается, но вмѣстѣ съ тѣмъ такого рода предметы наносятъ сильный вредъ здоровью женщины. Они затрудняютъ движенія и слишкомъ разгорячаютъ наружные половые органы, которые и безъ того въ этомъ періодѣ отличаются особенной чувствительностью. Помимо всего на нихъ засыхаетъ и разлагается кровь, что почти неизбѣжно ведетъ къ появленію дурного запаха.

Что можетъ, между тѣмъ, быть проще, какъ купить или же, въ случаѣ надобности, самой себѣ изготовить легкій бинтъ, который не менѣе надежно предохраняетъ бѣлье, но вмѣстѣ съ тѣмъ совершенно лишенъ тѣхъ вредныхъ сторонъ, на которыя мы только что указали. Такого рода легкіе, свободные и легко стирающіеся бинты изображены нами на рисункахъ 141 и 142. Такіе бинты можно мѣнять нѣсколько разъ. Шьются они изъ сложеннаго вдвое плотнаго полотна. Они очень хорошо

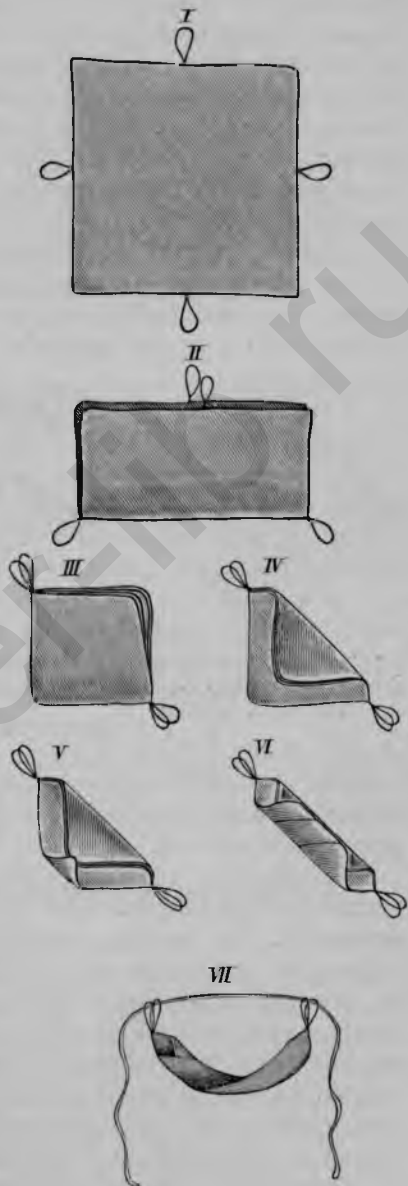


Рис. 141. Менструальный бинтъ. I. Въ разстнутомъ видѣ и приготоеленнымъ для стирки. II—VI. Постепенное складываніе бинта для ношенія. VII. Тотъ же бинтъ съ тесемкой для талии.

всасываютъ продукты выдѣленія, не оказываютъ никакого давления и вмѣстѣ съ тѣмъ крѣпко сидятъ. Оба противоположные конца вдвигаются внутрь, и такимъ образомъ получается бинтъ желательной ширины. Что же касается до „пояса“, то онъ состоитъ только изъ резиновой тесьмы, которая свободно лежитъ надъ бедрами. Такого рода приспособленіе должно быть признано очень простымъ и вмѣстѣ съ тѣмъ очень удобнымъ.

Такіе бинты также очень легко моются. Для этого ихъ слѣдуетъ предварительно погрузить въ холодную воду, вслѣдствіе чего осѣвшая на нихъ кровь отстаетъ, а затѣмъ ихъ можно уже стирать вмѣстѣ съ прочимъ нижнимъ бѣльемъ.



I. Распростертый (двойной) бинтъ съ отверстиями для тесьмы на обоихъ концахъ.

II. Вдвиганіе внутрь обоихъ другихъ концовъ.

III. Готовый бинтъ.

Рис. 142. Менструальный бинтъ.

Бинты эти всего лучше предохраняютъ отъ загрязненія носильное бѣлье, къ чему, само собою разумѣется, всегда слѣдуетъ стремиться.

Вопросъ о перемѣнѣ бѣлья во время мѣсячныхъ очищеній также заслуживаетъ того, чтобы мы ему удѣлили нѣкоторое вниманіе. Съ точки зрѣнія чистоплотности, это непременно слѣдуетъ рекомендовать. Но и въ данномъ случаѣ, какъ и въ вопросѣ о примѣненіи свѣжихъ обмываній, сильно слѣдуетъ считаться съ личными особенностями и восприимчивостью отдѣльныхъ дѣвушекъ и женщинъ. Такъ, нѣкоторыя женщины въ это время бываютъ очень чувствительными. Многія изъ нихъ твердо убѣждены, что стоитъ имъ перемѣнить бѣлье, чтобы простудиться. Съ такимъ убѣжденіемъ необходимо считаться, такъ какъ въ жизни нерѣдко наблюдаются ему подтвержденія. Очень многія дѣвушки и женщины поэтому во все время менструальнаго періода не мѣняютъ бѣлья, опасаясь слишкомъ рѣзкаго вліянія на ихъ кожу свѣжаго бѣлья.

Тѣмъ не менѣе, дѣвушекъ съ самаго ранняго возраста слѣдуетъ приучать къ тому, чтобы онѣ во время регулъ не

боялись ни обмываться водой, ни мѣнять бѣлье, особенно въ лѣтнюю жару. Такимъ образомъ онѣ дѣлають кожу невосприимчивой къ различнымъ рѣзкимъ ощущеніямъ и закаливають какъ кожу, такъ и нервную систему. Что же касается до нервныхъ и малокровныхъ женщинъ, то приучать ихъ къ этому слѣдуетъ съ большой осторожностью.

Танцевъ и тѣня предпочтительнѣе во время менструальнаго періода совершенно избѣгать, такъ какъ они неизбѣжно ведутъ къ нѣкоторому возбужденію и разгорячаютъ организмъ. Особенной діеты во время менструацій соблюдать не слѣдуетъ: тщательнѣе только, чѣмъ въ обычное время, слѣдуетъ избѣгать острыхъ и возбуждающихъ блюдъ.

Половой покой долженъ во время регуль являться правиломъ, что не составляетъ, впрочемъ, никакого лишенія для нормальныхъ женщинъ, такъ какъ энергія организма устремляется въ это время по совершенно иному направленію. Проявляется въ этотъ періодъ половое влеченіе почти исключительно у женщинъ слишкомъ легко возбуждающихся. Влеченію этому, однако, слѣдуетъ противостоятъ. Въ этотъ именно періодъ, когда женщина не должна служить для удовлетворенія полового влеченія, спать въ различныхъ комнатахъ рекомендуется больше, чѣмъ въ какое-либо иное время. Точно такъ же слѣдуетъ тщательно избѣгать употребленія хотя бы и самыхъ слабыхъ спиртныхъ напитковъ.

Относительно **беременности и родовъ** см. III часть: „**Мать и дитя**“.

Періодъ развитія и критическій возрастъ.

У здоровыхъ дѣвушекъ устанавливается мало-по-малу, незамѣтно и исподволь, безъ какихъ-либо болей и вообще сколько-нибудь рѣзкихъ измѣненій въ организмъ, отхожденіе мѣсячныхъ очищеній и точно такъ же незамѣтно прекращаются они у пожилой женщины. Къ сожалѣнію, современныя дѣвушки очень часто бываютъ одержимы малокровіемъ и блѣдной немочью, неправильностями развитія, золотухой и наслѣдственной нервной слабостью, и потому у многихъ изъ нихъ наступленіе мѣсячныхъ очищеній характеризуется различнаго рода болѣзненными явленіями. Всего лучше дѣйствуетъ въ такихъ случаяхъ пребываніе на вольномъ деревенскомъ воздухѣ и цѣлесообразно установленная дѣятельность по домашнему хозяйству, что, несомнѣнно, слѣдуетъ предпочесть пребыванію въ городѣ и школьной жизни съ ея нерѣдко столь противо-гигіеническими условіями. Если, напр.,

довольно, повидимому, развитая для своихъ 15 лѣтъ дѣвушка имѣетъ регулы не каждыя четыре недѣли, но только разъ въ шесть или даже восемь недѣль, при чемъ дѣвушка часто жалуется на головную боль и общую разбитость; если она къ тому же выглядитъ блѣдной и усталой и страдаетъ плохимъ аппетитомъ, то не слѣдуетъ ждать, пока у нея проявится форменный хлорозъ, чтобы заняться ею серьезно, но ее какъ можно скорѣе слѣдуетъ удалить отъ обычныхъ условій жизни и усадить ее куда-нибудь въ деревню. Пусть она тамъ въ теченіе нѣсколькихъ мѣсяцевъ бѣгаетъ босикомъ, работаетъ въ саду или огородѣ, кормитъ птицу, ворошитъ сѣно, ищетъ въ лѣсу ягодъ, кушается и пр. И тогда у нея черезъ короткое время щеки зацвѣтутъ, появится жизнерадостность и охота къ труду, появится также и завидный аппетитъ. Если за всѣмъ тѣмъ регулы все же не появляются вновь, то это вовсе не должно служить предметомъ безпокойства: это показываетъ только, что онѣ благодаря, быть можетъ, какой-нибудь случайной причинѣ, явились у нея вообще черезчуръ рано. Поэтому не слѣдуетъ также принимать какихъ-либо искусственныхъ мѣръ для того, чтобы ихъ вновь вызвать, какъ это многія мамы считаютъ долгомъ дѣлать. Можно оставаться совершенно спокойной и ждать, когда онѣ сами собой появятся вновь.

Среди женщинъ сильна вѣра, что правильное наступленіе менструацій имѣетъ благотворное вліяніе на организмъ. Убѣжденіе это не лишено основанія. Въ данномъ случаѣ, однако, причина принимается за слѣдствіе. Здоровый и крѣпкій организмъ функционируетъ правильно и въ результатѣ получается пунктуальное появленіе мѣсячнаго очищенія. Между тѣмъ распатанный, слабый или болѣзненный организмъ приостанавливается въ своей дѣятельности и менструація запаздываетъ. Можетъ ли, однако, *искусственное* появленіе процесса, который при нормальныхъ условіяхъ долженъ являться только *естественнымъ* выраженіемъ правильнаго теченія всѣхъ органическихъ функцій вмѣстѣ взятыхъ, служить показателемъ благополучія организма? — Очевидно, нѣтъ. Вотъ почему мы въ такихъ случаяхъ должны заботиться исключительно объ общемъ укрѣпленіи организма, но вовсе не о томъ, чтобы насильственными мѣрами вызвать появленіе мѣсячнаго.

Нерѣдко у здоровыхъ и крѣпкихъ дѣвушекъ бываютъ рѣдкія менструаціи съ незначительнымъ отхожденіемъ крови, причемъ онѣ, однако, чувствуютъ себя недурно.

Если же при задержкѣ или неправильностяхъ менструаціи и наружный видъ дѣвушки также неудовлетворителенъ или она жалуется на какія-либо разстройства, то ее немед-

ленно слѣдуетъ подвергнуть внимательному врачебному изслѣдованію, такъ какъ за подобнымъ состояніемъ скрывается нерѣдко начало чахотки. При наступленіи какой-либо тяжелой болѣзни также нерѣдко наблюдается внезапная пріостановка мѣсячныхъ очищеній. Этой причины не слѣдуетъ упускать изъ виду. Не слѣдуетъ себя успокаивать въ такихъ случаяхъ какимъ-либо болѣе поверхностнымъ объясненіемъ, дабы не прозѣвать такимъ образомъ начала серьезной болѣзни. На свои собственныя объясненія и догадки въ такихъ случаяхъ полагаться рискованно и непременно слѣдуетъ привлечь къ изслѣдованію врача.

Что слѣдуетъ дѣлать при слишкомъ обильныхъ и истощающихъ менструаціяхъ, которыя, къ несчастью, такъ часто наблюдаются у современныхъ ослабленныхъ и изнервничавшихся дѣвушекъ? Этимъ вопросомъ мы специально займемся во II части настоящаго сочиненія (см. „**Менструаціи—болѣзненныя**“). Тамъ же мы будемъ говорить и объ отсутствіи регулъ при нѣкоторыхъ разстройствахъ кровообращенія.

Разсмотрѣвъ въ предыдущихъ строкахъ *наступленіе* менструацій, которое знаменуетъ собой *начало* половой дѣятельности женщины, мы въ ближайшихъ—разсмотримъ тѣ измѣненія, которыя происходятъ въ женскомъ организмѣ при наступленіи *критическаго* возраста, который характеризуетъ собой *прекращеніе* половой дѣятельности женщины. Критическій возрастъ на научномъ языкѣ носитъ также названіе *климактерическаго періода* и *менопаузы*; на народномъ же языкѣ называется возрастомъ *заматорьлости*. Этотъ періодъ также не наступаетъ у всѣхъ женщинъ въ одно и то же время. Большею частью прекращеніе мѣсячныхъ очищеній наблюдается въ нашемъ климатѣ и при современныхъ условіяхъ жизни между 45 и 50 годами.

Здѣсь будетъ уместно коснуться въ нѣсколькихъ словахъ отношенія менструацій къ половой дѣятельности женщины. Строго говоря, между ними нельзя установить полнаго совпаденія. Такъ, извѣстны случаи, когда дѣвочки забеременѣвали и рождали живыхъ младенцевъ задолго до появленія менструацій. Особенно часто наблюдаются подобные случаи на востокѣ, гдѣ нерѣдко выдаютъ замужъ дѣвочекъ 10 и даже 8 лѣтъ. Недавно мы всѣ могли читать въ газетахъ, что „у одной крестьянской дѣвочки 11 лѣтъ, находившейся въ услуженіи, родилась дочь“ *). То же самое можно приблизительно сказать и относительно противоположнаго: критическаго возраста. Прекращеніе мѣсячныхъ мен-

*) «Харьков. губ. вѣд.» отъ 5 окт. 1902 г.

струацій также вовсе не всегда обозначаетъ, что прекращается и дѣятельность яичниковъ. Наблюдаются случаи беременности и послѣ прекращенія мѣсячныхъ. Тѣмъ не менѣе, такіе случаи, какъ и случаи наступленія беременности до появленія мѣсячныхъ, должны считаться рѣдкимъ исключеніемъ. Правиломъ же слѣдуетъ считать, что родовая дѣятельность женщины совпадаетъ съ менструальной функцией: вмѣстѣ съ нею она начинается, вмѣстѣ съ нею и прекращается. При этомъ далеко не лишенъ интереса и тогъ фактъ, что въ тѣхъ случаяхъ, когда, какъ это наблюдается, напр., во время кормленія, природѣ нежелательно появленіе новой беременности, въ значительномъ большинствѣ случаевъ прекращаются и мѣсячныя.

Тѣмъ не менѣе, фактъ этотъ не можетъ считаться общимъ правиломъ. Далеко не такъ рѣдко бываютъ случаи, когда женщина оказывается въ „интересномъ положеніи“ въ то время, когда она кормитъ еще прежняго ребенка и регулы еще не вернулись. Этого не слѣдуетъ упускать изъ виду супругамъ, для которыхъ появленіе новаго ребенка до того, какъ они успѣли сколько-нибудь поставить на ноги предыдущаго, оказалось бы слишкомъ тяжелымъ бременемъ. Если бы мы всегда руководились исключительно указаніями природы, то должны были бы избѣгать половыхъ сношеній во время кормленія.

При наступленіи климактерическаго возраста пропадаетъ чаще всего и половое влеченіе. Но и изъ этого правила наблюдаются нерѣдко исключенія. Нерѣдко къ наступленію возраста заматорѣлости наблюдается почти полное увяданіе женщины. Явленія этого ни въ коемъ случаѣ нельзя признавать нормальнымъ: зависитъ оно, главнымъ образомъ, отъ ранняго замужества и частыхъ родовъ. Особенно рѣзко выступаетъ этотъ фактъ наружу въ тѣхъ мѣстностяхъ, гдѣ замужъ выдаютъ дѣвушекъ очень рано. Вообще, можно сказать, что слишкомъ раннее замужество должно считать могилой юности и красоты женщины. Тѣ дѣвушки, которыя желали бы какъ можно лучше впослѣдствіи сохраниться, не должны бы выходить замужъ ранѣе того, какъ онѣ окончательно созрѣли, т. е. года въ 23 или даже 25 лѣтъ. При этомъ слѣдуетъ заботиться о томъ, чтобы не имѣть черезчуръ много дѣтей и чтобы они не слишкомъ близко слѣдовали одно за другимъ. Таково—основное и наиболѣе важное правило для сохраненія здоровья и красоты женщины.

Между тѣмъ, въ дѣйствительности встрѣчаются, напр., такого рода случаи, которые приходилось, несомнѣнно, наблюдать всѣмъ врачамъ. На пріемъ является небольшого роста слабенькая женщина съ очень усталымъ видомъ и жалуется

на общее недомоганіе. Изъ разспросовъ оказывается, что ей только 22 года, но что у нея уже 4 дѣтей... „Когда же вы вышли замужъ?“—задаетъ вопросъ врачъ. „17-ти лѣтъ,“—слѣдуетъ грустный отвѣтъ. Остальное ясно и безъ дальнѣйшихъ объясненій: каждый годъ по ребенку... Что же тутъ удивительнаго, что появились всевозможнаго рода разстройствъ и что нѣкоторые органы совершенно истощены, несмотря на то, что она вышла, по ея словамъ, замужъ довольно здоровой и крѣпкой. Изъ дальнѣйшихъ изслѣдованій выясняется, что она страдаетъ малокровіемъ, раздраженіемъ нервной системы, расслабленіемъ брюшныхъ покрововъ и внутреннихъ половыхъ органовъ, опущеніемъ матки, и, въ заключеніе (pour la bonne bouche, какъ говорятъ французы), новой трехмѣсячной беременностью!..

Итакъ, — въ перспективѣ пятый ребенокъ!.. Можно ли не пожалѣть отъ души, какъ бѣдныхъ дѣтей, такъ и несчастную женщину и можно ли не задать себѣ вопроса „да на что же она будетъ похожа лѣтъ въ 50?“...если, конечно, она дотянетъ до этого возраста. Такая женщина, несомнѣнно, окончателно завянетъ къ 40 годамъ, и критическій возрастъ, навѣрное, будетъ сопряженъ для нея съ безчисленнымъ множествомъ страданій.

При болѣе нормальныхъ условіяхъ менструаціи прекращаются мало-по-малу, не причиняя женщинѣ особенныхъ страданій. Чѣмъ женщина здоровѣе, крѣпче и лучше сохранилась, тѣмъ меньше должна она опасаться наступленія перелома въ своей половой жизни. Въ однихъ случаяхъ менструаціи отдаляются все болѣе и болѣе, причемъ отъ разу до разу уменьшается количество выдѣляемой крови. Въ другихъ случаяхъ регулы прекращаются сразу, но могутъ появиться вновь, вслѣдствіе какого-либо сильнаго раздраженія, а также душевнаго потрясенія.

Къ сожалѣнію, и въ этомъ отношеніи наблюдаются въ наше время, какъ послѣдствіе всего предыдущаго образа жизни, большія ненормальности и отклоненія. У рѣдкой женщины періодъ этотъ проходитъ совершенно гладко. Большинство же испытываетъ при этомъ болѣе или менѣе тяжкія страданія. Чаше всего женщины страдаютъ въ это время кровотеченіями, которыя ихъ не безъ основанія пугаютъ. Кровотеченія эти ведутъ, во-первыхъ, къ общему ослабленію организма. Помимо того, они нерѣдко указываютъ на то, что въ организмѣ развилась постепенно и укоренилась какакая-нибудь, быть можетъ, и опасная болѣзнь. Нерѣдко женщины не придають такимъ кровотеченіямъ особеннаго значенія только на томъ основаніи, что онѣ считаютъ себя совершенно

здоровыми и утѣшаютъ себя мыслью, что „навѣрное, оно такъ и должно быть“. Это—плохое утѣшеніе, за которое можно иногда довольно дорого поплатиться. Гораздо вѣрнѣе предоставить разобраться въ этихъ вопросахъ врачу. Только при тщательномъ изслѣдованіи внутреннихъ органовъ возможно бываетъ большей частью рѣшить вопросъ, имѣется ли въ данномъ случаѣ какая-нибудь невинная міома (опухоль мышечной ткани), фиброма (соединительнотканная опухоль) или же крайне злокачественное раковое новообразование и т. д.

Періодъ прекращенія регуль не безъ основанія носить названіе „критическаго“. Довольно часто приходится намъ слышать о томъ, что та или иная женщина умерла въ концѣ пятого или съ наступленіемъ шестого десятка, что и создало критическому возрасту столь печальную репутацію. Можно ли, однако, винить въ этомъ совершенно естественный фізіологическій процессъ? Несомнѣнно, нѣтъ. Винить въ этомъ слѣдуетъ тѣ ненормальныя условія, которыя лишили организмъ устойчивости, отняли у него жизненныя силы или насквозь пропитали его ядовитыми продуктами выдѣленія, накопившимися въ немъ годами. Какъ много жизней могло бы быть сохранено, если бы всѣ относились серьезнѣе къ состоянію своего здоровья! Къ сожалѣнію, большинство женщинъ слишкомъ мало думаетъ объ этомъ и легкомысленно нагромождаетъ одно ненормальное условіе на другое, пока въ конецъ истощенный организмъ не отказывается служить. „Что поѣешь, то и пожнешь!..“

Пусть же тѣ женщины, которымъ далеко еще до наступленія *критическаго* возраста, твердо запомнятъ себѣ все сказанное въ этой главѣ: въ ихъ рукахъ—избѣжать въ будущемъ тяжелыхъ страданій, а быть можетъ, и несчастій.

Слѣдующія правила должны бы стать заповѣдями для женщинъ, приближающихся къ критическому возрасту:

1. Съ началомъ пятого десятка особенно тщательно избѣгать появленія *запоровъ*, а также *охлажденія нижнихъ конечностей*.

2. Всѣми силами бороться съ *отложеніемъ жира* во всемъ организмѣ, и съ отложеніемъ жира на *животѣ* въ особенности. (См. во II части „Тучность“).

3. Предоставлять себѣ достаточно *движенія*.

Хорошее пищевареніе; при отсутствіи тучности—достаточная упитанность; привычка къ движенію; эти условія обезпечиваютъ правильный обмѣнъ веществъ и служатъ вмѣстѣ съ тѣмъ и наилучшей гарантіей въ томъ, что наступленіе критическаго возраста не повлечетъ за собой никакихъ тяжелыхъ осложненій.

Хорошее дѣйствіе производятъ въ это время полуванны, температура которыхъ постепенно охлаждается отъ 35° Ц. (28° Р) до 26° Ц. (20° Р.). Еще лучше дѣйствуютъ рѣчные купанія, если кто къ нимъ привыкъ. Что же касается до прочихъ мѣропріятій, то — во избѣжаніе ошибокъ, которыя могутъ иногда оказаться и пагубными, — указаніе ихъ должно быть предоставлено исключительно врачу.

Какъ бы то ни было, мы должны быть увѣрены въ одномъ, а именно: что увяданіе женщинъ къ началу шестого десятка никоимъ образомъ не составляетъ общаго правила и что тѣмъ женщинамъ, которыя будутъ строго соблюдать хотя бы главнѣйшія изъ числа данныхъ нами указаній, удастся сохранить свою свѣжесть и силы, даже значительно позже этого возраста. Это относится не только къ женщинамъ сильнымъ и здоровымъ, но и къ хилымъ и болѣзненнымъ, которыя при твердомъ желаніи и настойчивости, также могутъ достигъ въ указанномъ направленіи очень благопріятныхъ результатовъ.

Предупрежденіе беременности.

Въ былыя времена, когда культурность общества не достигала такой высокой степени развитія, какъ въ наше время, когда жизнь не была такъ сложна и общія требованія были проще, молодые люди женились и дѣвушки выходили замужъ тотчасъ же почти по достиженіи полной половой зрѣлости, какъ это и теперь наблюдается у первобытныхъ народовъ, а также и среди нашихъ крестьянъ. Такимъ образомъ проявляющееся въ молодомъ здоровомъ организмѣ половое влеченіе находило себѣ естественное удовлетвореніе.

Не то наблюдается въ культурныхъ слояхъ нашего общества. Экономическія соображенія вынуждаютъ почти всѣхъ тѣхъ, кому заработокъ не даетъ возможности содержать семью, т. е. большинство молодыхъ людей отказываться отъ вступленія въ бракъ, какую бы потребность организмъ въ томъ какъ съ физической, такъ и съ духовной точки зрѣнія ни испытывалъ. Поэтому приходится и вступленіе въ бракъ отсрочить до того момента, когда болѣе самостоятельное положеніе и лучшее матеріальное вознагражденіе устраняютъ это препятствіе.

Но улучшеніе матеріальныхъ условій, давшее возможность вступить въ бракъ, далеко не всегда, однако, бываетъ настолько значительнымъ, чтобы дать возможность содержать и большую семью. Съ каждымъ лишнимъ ребенкомъ расходы значительно возрастаютъ, и многія семьи, изъ опасенія впасть въ крайнюю нужду, вынуждены бываютъ задумываться надъ

тѣмъ, чтобы ограничить дальнѣйшее увеличеніе семьи. „Если для человѣка небогатаго ужъ и самое вступленіе въ бракъ является зачастую недоступной роскошью, то тѣмъ болѣе роскошью является для него *семья*“ *) Сколько-нибудь приличное и сносное содержаніе семьи представляется для него нерѣдко задачей непосильной. Въ другихъ случаяхъ матеріальныя средства даютъ возможность содержать одного-двухъ дѣтей, но, если бы количество ихъ возросло до четырехъ или пяти, то это лишило бы родителей возможности надлежащимъ образомъ воспитать всѣхъ. Между тѣмъ нельзя не считать совершенно естественнымъ стремленіе родителей къ тому, чтобы дѣти ихъ стояли въ матеріальномъ и духовномъ отношеніи, по меньшей мѣрѣ, на томъ же уровнѣ, на которомъ стоятъ они сами. Съ непомѣрнымъ увеличеніемъ семьи, стремленіе это оказывается, однако, все болѣе и болѣе трудно достижимымъ.

„При подобныхъ условіяхъ обиліе дѣтей неизбежно отразится очень тяжело не только на родителяхъ, трудъ которыхъ возрастаетъ параллельно количеству потомства, но и на каждомъ изъ дѣтей въ отдѣльности, такъ какъ потребности каждаго изъ нихъ неизбежно придется все болѣе и болѣе ограничивать. И потому, съ этой точки зрѣнія, совершенно понятно желаніе родителей ограничиться меньшимъ количествомъ дѣтей, съ тѣмъ, чтобы имѣть возможность каждому изъ нихъ дать болѣе тщательное воспитаніе и образованіе и создать имъ въ послѣдствіи болѣе обеспеченное и болѣе почетное общественное положеніе“ **).

Къ сожалѣнію, справедливость вынуждаетъ насъ сознаться, что такого рода благородныя побужденія къ ограниченію количества дѣтей, изъ желанія обезпечить уже живущимъ дѣтямъ лучшую участь, служатъ далеко не единственными побужденіями въ современномъ обществѣ къ ограниченію потомства. Во многихъ случаяхъ, за подобнымъ стремленіемъ нельзя признать никакихъ нравственныхъ смягчающихъ обстоятельствъ. Мы говоримъ въ настоящее время о тѣхъ женщинахъ (и вообще семьяхъ), которыя избѣгаютъ дѣтей по той единственной причинѣ, что онѣ *не желаютъ* имѣть ихъ. „Этотъ классъ женщинъ у американцевъ и носитъ характерное названіе: „The women, who would n't“—(женщинъ, которыя *не хотятъ*). Не желаютъ эти женщины имѣть дѣтей изъ побужденій исключительно эгоистическихъ и притомъ довольно низменнаго свойства. Однѣ не желаютъ имѣть дѣтей изъ

*) I. A. Литвинскій: «Мальгузіанство въ современномъ обществѣ». Н. Ж. И. Л. 1902. Авг.

***) Тамъ же.

боязни утратить свою красоту и женственность. Другія—потому, что не желаютъ подвергать себя страданіямъ и риску, неизбѣжно сопряженнымъ съ дѣторожденіемъ. Третьи—потому, что не желаютъ лишать себя удовольствій свѣтской жизни во время беременности и въ первое время послѣ родовъ. Четвертыя—потому, что вообще желаютъ избавить себя отъ заботъ, связанныхъ съ материнствомъ и т. д.“. Бываютъ однако же, случаи, когда беременность грозитъ опасностью здоровью и даже жизни женщины, которая разстроила себѣ здоровье предыдущими родами или же страдаетъ какой-либо болѣзнью, при которой новая беременность равносильна для нея чуть ли не смертному приговору. Въ такихъ случаяхъ неизбѣжно приходится во чтобы то ни стало избѣгать того, чтобы женщина забеременѣла.

Но, каковы бы ни были соображенія, побуждающія родителей стремиться къ ограниченію потомства, будутъ ли они низменно-эгоистическаго или же, наоборотъ, возвышеннаго свойства, мѣры, къ которымъ прибѣгаютъ съ этой цѣлью, одинаково вредно отражаются на здоровьѣ. Обыкновенно прибѣгаютъ къ сношеніямъ, которыя отличаются своей ненормальностью, хотя и доставляютъ кратковременное удовлетвореніе. Ближайшими послѣдствіями подобныхъ сношеній являются: нервное расстройство, раздражительность и истощеніе. Въ дальнѣйшемъ же—наблюдаются нервныя расстройства пищеварительнаго тракта у мужчинъ, болѣе или менѣе тяжкія заболѣванія полового аппарата у женщинъ. Даже и наиболѣе удачныя браки становятся при такихъ условіяхъ несчастными. Бывшія дотолѣ веселыми и привлекательными, женщины обращаются въ сварливыхъ и положительно не-носныхъ подругъ жизни. Наиболѣе пріятливый и мягкій въ обращеніи мужъ обращается въ крайне раздражительнаго субъекта. Жизнь при такихъ условіяхъ отличается очень слабой привлекательностью...

Въ правѣ ли мы при подобныхъ условіяхъ хранить молчаніе, не предупреждать мужчинъ и не открывать глаза на дѣйствительность женщинамъ?!

Мы не можемъ претендовать на сколько-нибудь удачное разрѣшеніе столь безконечно сложнаго въ фізіологическомъ и соціологическомъ отношеніи вопроса, какъ мальтузіанство. Каковы бы ни были къ тому же наши теоретическія взгляды на этотъ вопросъ, жизнь въ каждомъ отдѣльномъ случаѣ разрѣшаетъ его по-своему. Мы можемъ сказать только одно: исключая того случая, когда *здоровье* женщины настоятельно противопоказуетъ беременность, быть можетъ, предпочтительнѣе искать разрѣшенія этого „проклятаго“ вопроса въ упроще-

ниі всего строя жизни, нежели въ искусственныхъ мѣропріятіяхъ, которыя почти неизбѣжно губятъ здоровье и даже жизнь...

Что же касается до мальтузіанскихъ мѣропріятій, то слѣдуетъ сказать, что къ нимъ далеко не во всѣхъ странахъ относятся съ осужденіемъ. Въ большинствѣ европейскіхъ странъ существуютъ даже официально „лиги“, ставящія себѣ цѣлью какъ можно больше популяризировать въ массахъ принципы „новомальтузіанства“. Исходятъ эти лиги въ своей пропагандѣ изъ того соображенія, что предпочтительнѣе во всѣхъ отношеніяхъ принимать мѣры противъ зачатія, нежели „плодить нищихъ“, которые съ самаго же рожденія роковымъ образомъ обрекаются на нужду и страданія, а нерѣдко и на преступленія...

Наиболѣе вѣрнымъ средствомъ для избѣжанія всѣхъ вредныхъ послѣдствій ненормальныхъ половыхъ сношеній является воздержаніе отъ половыхъ сношеній вообще. При соблюденіи вышеуказанныхъ условій: спать въ отдѣльныхъ комнатахъ, отсутствіи возбуждающихъ веществъ въ пищѣ и полной воздержанности отъ спиртныхъ напитковъ достичь этого при извѣстной настойчивости супруговъ можно. Они должны почерпать мужество въ сознаниі, что они выполняютъ свой нравственный долгъ по отношенію къ дѣтямъ. Что же касается до тѣхъ супруговъ, которымъ подобный подвигъ не по силамъ, то они должны мириться съ мыслью объ упрощеніи своего образа жизни въ такой мѣрѣ, чтобы появленіе лишняго члена въ семьѣ не оказалось для нихъ непосильнымъ бременемъ.

Мѣры къ предупрежденію зачатія у древнихъ народовъ.

Исторія культуры доказываетъ, что почти у всѣхъ народовъ имѣлись въ распоряженіи средства для предупрежденія зачатія. Происхожденіе мальтузіанства теряется слѣдовательно въ глубинѣ вѣковъ.

У древнихъ *евреевъ*, по завѣту Библии, принимать какія-либо мѣры для предупрежденія зачатія считалось преступленіемъ, но *Талмудъ* не только смотритъ на дѣло болѣе снисходительно, но и даетъ даже нѣкоторыя практическія указанія для достиженія этой цѣли. Такъ, въ тѣхъ случаяхъ, когда совокупляется дѣвочка моложе 12 лѣтъ (что на востокѣ, какъ указано, далеко не составляетъ исключенія), когда женщина кормитъ грудью ребенка или когда она дала

уже жизнь нѣсколькимъ дѣтямъ и дальнѣйшіе роды угрожаютъ опасностью ея жизни, рекомендуется, съ цѣлью предупредить зачатіе, вводить во влагалище тампонъ. У грековъ и римлянъ употреблялись какъ презервативы, такъ и растительныя вещества, которыя имѣли цѣлью предупредить зачатіе и даже дѣлать женщину совершенно безплодной. Кроме того, извѣстный римскій врачъ *Соранъ* даетъ совѣтъ женщинамъ, желающимъ предупредить зачатіе, избѣгать полового сближенія до и послѣ регуль („третья недѣля“). Передъ половымъ сближеніемъ онъ рекомендуетъ смазывать маточное рыльце масломъ, медомъ, опобальзамомъ и вяжущими веществами. Послѣ совокупленія онъ совѣтуетъ просидѣть нѣкоторое время съ раздвинутыми бедрами (очевидно, съ цѣлью дать сѣмени возможность удалиться наружу).

Что касается народныхъ средствъ противъ зачатія, то у насъ, въ Россіи, пьютъ въ нѣкоторыхъ мѣстахъ съ этою цѣлью настой плаунаго сѣмени. Въ *Эстляндіи* женщины съ той же цѣлью пьютъ ртуть. Въ *Германіи* распространено убѣжденіе, что ивовые листья вызываютъ безплодіе. *Татарки* употребляютъ съ той же цѣлью чай, настоенный на листьяхъ папоротника.

Въ *Австраліи* для избѣжанія зачатія считаютъ вѣрнымъ средствомъ, чтобы женщина во время совокупленія оставалась какъ можно болѣе равнодушной; кромѣ того, тотчасъ же по окончаніи полового акта ей рекомендуется производить змѣеобразныя движенія, чтобы дать сѣмени возможность удалиться наружу. Наиболѣе радикальное средство для избѣжанія беременности практикуется, однако, на дальнемъ востокѣ, гдѣ съ этою цѣлью прибѣгаютъ къ *кастраціи* (холощенію), которая состоитъ въ вырѣзываніи яичниковъ, вслѣдствіе чего женщина утрачиваетъ, само собой разумѣется, способность имѣть дѣтей когда-либо.

Кастрація у мужчинъ представляетъ собой операцію гораздо болѣе простую, чѣмъ у женщинъ, что вполне понятно: у нихъ вѣдь ядра лежатъ наружу и вполне доступны операціонному ножу. Операція эта и по сію пору практикуется нерѣдко на востокѣ для образованія евнуховъ, которымъ поручается затѣмъ съ полной безопасностью надзоръ за гаремами. Практикуется она также и у нашихъ скопцовъ, именно, у приѣмлющихъ „большую печать“. У женщинъ, однако, холощеніе представляетъ собой операцію довольно сложную, такъ какъ для этого требуется не только вскрыть брюшную полость, но и отыскать въ глубинѣ ея оба яичника и удалить ихъ. Само собой разумѣется, что операція должна быть произведена съ соблюденіемъ всѣхъ правилъ асептики и

антисептики; въ противномъ случаѣ женщинѣ можетъ грозить смерть отъ зараженія.

Удаленіе яичниковъ—кастрація оказываетъ очень рѣзкое вліяніе какъ на тѣлесную, такъ и на духовную жизнь женщины, что очень понятно, такъ какъ вслѣдствіе этой операціи женщина обращается въ бесполое существо. Какія рѣзкія измѣненія кастрація производитъ какъ въ физическомъ, такъ и въ психическомъ мірѣ женщины, читательницы могли узнать изъ романа Э. Зола—„Плодовитость“, гдѣ послѣдствія эти описаны довольно художественно и вѣрно. Измѣненія эти тѣмъ рѣзче, чѣмъ женщина моложе. Въ европейскихъ странахъ къ ней прибѣгаютъ только въ крайности, когда необходимо спасти здоровье или даже жизнь женщины. Въ Австраліи же и Индіи та же операція производится надъ *молодыми двуиками* исключительно для того, чтобы мужчины имѣли возможность удовлетворять своему сладострастію, не опасаясь въ то же время никакихъ послѣдствій въ смыслѣ увеличенія потомства. Какое количество женщинъ падаетъ жертвой подобныхъ операцій, намъ даже приблизительно неизвѣстно. Къ сожалѣнію, есть основаніе думать, что и въ Европѣ существуютъ женщины, которые подвергаютъ себя этой операціи исключительно изъ желанія предаться культу любви, нисколько не рискуя въ то же время забеременѣть. Намъ нѣтъ надобности говорить, что, помимо полной безнравственности, подобная операція и не безопасна. Помимо всего, ею меньше всего достигается цѣль, такъ какъ въ большинствѣ случаевъ кастрированная женщина черезъ короткое время утрачиваетъ свою красоту и женственность, а также и половое влеченіе, обращаясь въ какое-то бесполое существо. Нѣтъ сомнѣнія, что ни одна изъ нашихъ читательницъ не согласится безъ *крайней* надобности подвергать себя этой операціи.

~~~~~



## ГЛАВА ВОСЬМАЯ.

### Долговѣчность. — Смерть.

„Умереть — уснуть“.  
Шекспиръ.

**Д**олговѣчность представляет собой въ наше время довольно рѣдкое явленіе. Въ настоящее время смерть слишкомъ рано похищаетъ свои жертвы, задолго до того нерѣдко, какъ онѣ успѣли выполнить свое жизненное назначеніе и приблизиться къ своему *естественному* концу. Зависитъ это, главнымъ образомъ, отъ того, что жизнь наша слишкомъ осложнилась и предъявляетъ къ большинству нашихъ органовъ чрезмѣрныя требованія, вслѣдствіе чего они истощаются преждевременно и лишаются надлежащей жизненной устойчивости и сопротивляемости.

Рѣдко встрѣчаются въ нашъ вѣкъ лица, достигшія 80, 90, а тѣмъ болѣе 100-лѣтняго возраста. Посмотрите, между тѣмъ, на старушку, изображенную нами на рис. 143. На лицѣ ея свѣтится разсудительность и сердечная доброта. Правильныя черты лица не изобличаютъ ни малѣйшей дряхлости, какъ это почти неизбѣжно бываетъ видно на лицахъ современниковъ, достигшихъ того же возраста. Между тѣмъ многочисленныя складки и морщины указываютъ на то, что ей стукнуло уже добрыхъ 70, а, пожалуй, и всѣ 80 лѣтъ. *Эта* старушка много сдѣлала полезнаго и добраго въ своей жизни; она не мало потрудила на своемъ вѣку. И, тѣмъ не менѣе, она сохранила всю свою тѣлесную и духовную энергію; она и въ этомъ возрастѣ исполнена заботливости о другихъ. Когда же пробилъ ея часъ, то она мирно обрѣла вѣчный покой.

Мы впрочемъ не въ правѣ отчаяваться, ибо и въ наше время встрѣчаются время отъ времени лица, которыя не только сдѣлали достигъ очень преклоннаго возраста, но, что безконечно важнѣе, сдѣлали сохранить въ то же время всю свою духовную мощь. Мы ограничимся немногими примѣрами и укажемъ только на Дарвина, Пирогова, Вирхова, папу Льва XIII и „великаго учителя жизни“ Л. Н. Толстого.

Какъ много умираетъ, между тѣмъ, въ нашъ вѣкъ 35-лѣтнихъ матерей, оставляя сиротами нѣсколькихъ дѣтей, которымъ еще такъ необходимъ материнскій уходъ и ласка, заботливость и любовь. Какъ много умираетъ художниковъ въ 40 лѣтъ, не успѣвъ воплотить на полотнѣ многихъ и многихъ своихъ замысловъ. Какъ много умираетъ молодыхъ писателей, не успѣвъ передать современникамъ и слабой доли тѣхъ мыслей, съ которыми они съ ними должны были подѣлиться и въ чемъ они усматривали свое призваніе. Вѣдь, необходимо содѣйствіе многочисленныхъ ненормальныхъ условій, чтобы вызывать столь глубоко неестественныя явленія. Преждевременная смерть представляетъ собой чрезвычайно серьезное напоминаніе оставшимся въ живыхъ. Это своего рода „memento mori“\*), и легкомысленно было бы не отнестись къ нему съ надлежащимъ вниманіемъ. Это должно побудить насъ къ тому, чтобы мы призадумались надъ нашей жизнью, надъ нашими порядками и приступили бы къ необходимымъ преобразованіямъ, по крайней мѣрѣ, въ отношеніи нашихъ дѣтей, если намъ уже трудно сдѣлать это по отношенію къ намъ лично. Естественное состояніе представляетъ собой *долговѣчность*. Долговѣчность же, въ свою очередь, вытекаетъ изъ *здоровья*.

Мы не станемъ возвращаться къ разсмотрѣнію вопроса: что, собственно говоря, представляетъ собой *здоровье*?—Читательницамъ нашимъ уже извѣстно, что оно, съ физиологической точки зрѣнія, выражается въ правильномъ отправленіи всѣхъ нашихъ физическихъ и духовныхъ функций. Одно только здоровье даетъ намъ возможность безмятежно наслаждаться удовольствіями и радостями жизни и выполнять свое высшее жизненное назначеніе. Чѣмъ выше человѣкъ стоитъ въ культурномъ отношеніи, чѣмъ выше и сложнѣе его организація, и тѣмъ сложнѣе, съ одной стороны, его требованія, и тѣмъ легче нарушается, съ другой стороны, нормальное теченіе его жизни. Такъ, напр., современному человѣку помимо чистаго воздуха необходимо и соотвѣтствующее питаніе, и соотвѣтствующая одежда и жилище и, въ заключеніе всего, благотворныя психическія вліянія. На каждомъ шагу культурному человѣку грозятъ, помимо того, многочисленные опасности, которыхъ совершенно не вѣдаетъ живущее на свободѣ животное, причѣмъ опасности начинаютъ угрожать человѣку, можно сказать безъ преувеличенія, съ первыхъ же шаговъ его существованія, когда новорожденнаго туго забинтовываютъ въ пеленки, погружаютъ въ подушки и

\*) Помни о смерти.



помѣщаютъ въ душную дѣтскую. Ничего нѣтъ удивительнаго, поэтому, если и послѣдствія получаются не особенно благоприятныя.

Для того, чтобы предохранить себя отъ вредныхъ условий, необходимо прежде всего *прозрѣть* и обстоятельно ознакомиться съ тѣмъ, чего слѣдуетъ *избѣгать*. Вотъ этими-то соображеніями и обуславливается наше ученіе о сохраненіи здоровья такъ же, какъ и наше стремленіе къ преобразованіямъ. *Безъ здоровья нѣтъ не только долговѣчности*, но не можетъ также быть и легкой смерти.

Но что такое *смерть*?— Прекращеніе всѣхъ жизненныхъ функций и распаденіе нашего тѣла на его первоначальные составные элементы. Смерть наступаетъ гораздо легче въ старости, когда организмъ уже истощенъ и когда смерть является, такъ сказать, совершенно естественнымъ явленіемъ,



Рис. 143. Портретъ старухи XVIII вѣка.

чѣмъ когда она поражаетъ организмъ молодой, который сохранилъ въ себѣ еще немало силъ. Борьба въ такихъ случаяхъ бываетъ очень упорной и тяжелой и зрѣлище смерти часто—особенно потрясающимъ.

Въ новѣйшее время воззрѣнія на смерть, благодаря,

главнымъ образомъ, ученымъ трудамъ нашего выдающагося соотечественника *И. И. Мечникова*, значительно измѣнились, и на раннюю смерть, которая наступаетъ задолго до того, какъ организмъ окончательно изжилъ и использовалъ отпущенный ему въ удѣлъ запасъ силъ, начинаютъ смотрѣть, какъ на *болѣзнь*, съ которой не только можно, но и *должно* бороться. По изслѣдованіямъ упомянутаго ученаго, преждевременное старѣніе, какъ и являющаяся его естественнымъ послѣдствіемъ ранняя смерть, представляется результатомъ борьбы клѣтокъ благородныхъ тканей нашего организма съ органическими клѣтками, которымъ при нормальныхъ условіяхъ присвоены низшія функціи въ организмѣ, но которыя при ослабленіи организма, набрасываются на указанныя клѣтки и пожираютъ ихъ. По мнѣнію упомянутаго ученаго, нѣтъ сомнѣнія въ томъ, что, если бы намъ удалось открыть какое-либо средство, которое, съ одной стороны, ослабляло бы энергію низшихъ клѣтокъ (макрофаговъ) и, съ другой стороны, увеличивало бы энергію клѣтокъ, изъ которыхъ формируются благородныя ткани, то мы были бы на вѣрномъ пути къ успешной *борьбѣ со старостью* \*).

Такого рода средство можетъ быть найдено въ соответствующихъ сывороткахъ, изъ числа коихъ нѣкоторыя дали, повидимому, довольно ободряющіе результаты. Вотъ почему Мечниковъ и былъ въ правѣ заявить, что наши внуки, а можетъ быть, и дѣти „будутъ обладать болѣе или менѣе надежнымъ средствомъ для борьбы со старостью, какъ болѣзнью“.

Нельзя, однако, сказать, чтобы мы и въ настоящее время были совершенно безоружны въ борьбѣ съ преждевременной старостью и смертью. Конечно, мы не должны преувеличивать свои силы и должны твердо сознавать, что далѣе извѣстнаго предѣла власть наша не идетъ и что существуютъ извѣстныя обстоятельства, надъ которыми мы не властны. Такъ, мы, напримѣръ, не въ силахъ совершенно парализовать дѣйствія тяготящей надъ нами наследственности, которая для многихъ изъ насъ оказывается очень тяжелымъ бременемъ. Мы вынуждены платить нѣкоторыя долги нашихъ предковъ, какъ бы раззорительны они для насъ ни были. Съ другой стороны, мы не всегда властны и надъ обстоятельствами нашей жизни, которая для многихъ изъ насъ также складывается очень тяжело и приноситъ намъ множество заботъ, волненій, а также несчастій. Несомнѣнно, существуютъ, повторяемъ мы, условія, направить или измѣнить которыя совершенно не въ нашей власти. За вѣсмъ тѣмъ, въ нашемъ распоряженіи остается

\*) См. нашу ст. «Молодость и старость»—Лит. прилож. «Нивы» за 1899 г.

еще довольно широкая область, въ которой мы, при посредствѣ личной настойчивости и разумнаго отношенія, можемъ сдѣлать очень многое для того, чтобы сдѣлать жизнь нашу *лучшею* и болѣе продолжительной и неизбѣжную смерть болѣе *легкой*.

Въ слѣдующихъ пунктахъ мы сгруппировали главнѣйшія положенія, которыя необходимо выполнять для достиженія намѣченной цѣли:

1. *Питатся* просто, обращая особенное вниманіе на овощи и плоды, которые до извѣстной степени очищаютъ нашъ организмъ. Извѣстно, что нѣкоторые отшельники въ продолженіе многихъ десятилѣтій питались исключительно лѣсными кореньями и ягодами, и, несмотря на это (а быть можетъ, и благодаря тому), достигали крайне преклоннаго возраста.

2. *Избѣгать спиртныхъ напитковъ*. Статистика доказываетъ, что трезвенники живутъ дольше. И это понятно, такъ какъ алкоголь представляетъ собой ядъ для нашего организма. Медленно, но вѣрно подтачиваетъ онъ наши главнѣйшіе органы и пагубно влияетъ также на наши умственные способности. (См. „*Вліяніе алкоголя на организмъ*“, стр. 169). Кто пьетъ только *воду*, предохраняетъ себя отъ множества разстройствъ, подготовляющихъ наилучшую почву для развитія болѣзней.

3. Необходимо заниматься *физическимъ трудомъ* и пользоваться *свѣжимъ воздухомъ*. Бездѣятельный комнатный и сидячій образъ жизни въ душныхъ помѣщеніяхъ дѣлаетъ насъ большими. Пусть каждый въ своей области постарается сдѣлать, что можетъ, чтобы какъ можно больше работать мышцами, а также наслаждаться какъ можно больше вольнымъ воздухомъ. Пусть пользуется малѣйшей возможностью покинуть душный пыльный городъ и направляется въ степь, лѣса и горы, чтобы на лонѣ матери-природы черпать свѣжія силы.

4. Ежедневно слѣдуетъ принимать *водяныя и воздушныя ванны*. Ничто не влияетъ такъ благоприятно на обмѣнъ нашихъ веществъ въ организмѣ и на нашу нервную систему. Особенно же преимуществами этихъ средствъ слѣдуетъ считать ихъ общедоступность, которая и является, несомнѣнно, главной причиной того, что мы ихъ такъ мало цѣнимъ. Этими средствами мы можемъ пользоваться всегда и всюду, не вводя себя въ большіе расходы.

5. *Слѣдуетъ* вращаться преимущественно среди *молодежи*, лучи жизнерадостности которой какъ будто бы падаютъ и на насъ, между тѣмъ какъ, вращаясь въ кругу стариковъ, мы заражаемся, наоборотъ, ихъ вѣчнымъ брюзжаніемъ и недовольствомъ собой и окружающими.

6. По возможности, слѣдуетъ разнообразить свой *трудъ*. Чѣмъ наша работа разнообразнѣе, тѣмъ больше мы успѣваемъ и тѣмъ меньше мы, при прочихъ равныхъ условіяхъ, устаемъ.

7. Ни въ какомъ случаѣ и ни при какихъ обстоятельствахъ *не слѣдуетъ предаваться отчаянію*. Отчаяніе лишаетъ насъ бодрости духа, наиболѣе драгоцѣннаго нашего духовнаго капитала—и подкашиваетъ наши силы.

8. Въ заключеніе мы должны указать на *духовные интересы* и на *безкорыстное служеніе другимъ*. Заботясь о другихъ, мы какъ будто забываемъ про наши личныя неприятели и не обращаемъ вниманія на нѣкоторые недочеты въ нашей личной жизни. Между тѣмъ такого рода отвлеченіе дѣйствуетъ на насъ чаще всего крайне благотворно: оно развиваетъ лучшія стороны нашего характера и удаляетъ насъ отъ эгоизма и вѣчной мелочной заботливости о своихъ собственныхъ интересахъ. И именно при такихъ-то условіяхъ и доживаютъ чаще всего лѣтъ до 70 или 80, сохраняя живой интересъ ко всему, а также симпатичность и привлекательность характера. [Вспомнимъ вновь про Л. Н. Толстого].

Тотъ, кто соблюдаетъ перечисленные правила, можетъ быть увѣренъ въ томъ, что онъ сохранитъ *здоровье*. Если же онъ въ силу какихъ-либо неблагопріятныхъ обстоятельствъ (наслѣдственности, тяжелыхъ условій личной жизни, случайной болѣзни) и не сможетъ достичь особенной долговѣчности, то можетъ, по крайней мѣрѣ, быть увѣреннымъ въ томъ, что *смерть* ему будетъ *лежа*.

---

# Вторая часть— Энциклопедическая.



W. H. Chamberlain X. 17.

Мудръ только тотъ, кто учится у всѣхъ.  
Лечение есть искусство дать дѣйствовать жизненнымъ  
силамъ.

Петерсонъ.



## Энциклопедическая часть. \*)

Состраданье — мать леченя.

**А.**

Изъ хорошаго — лучшее.

**Абортъ**, см. „Выкидышъ“.

**Агонія**. Агоніей мы называемъ „смертную“ борьбу: борьбу живого существа со смертію, при которой напрягаются послѣднія силы организма, чтобы отстоять свое существованіе. Почти каждому человѣку приходится раньше или позже быть свидѣтелемъ этого тягостнаго зрѣлища; женщинамъ же, въ качествѣ матерей и сидѣлокъ, быть можетъ, чаще, чѣмъ мужчинамъ. Въ настоящее время полагаютъ, что агонія является послѣдствіемъ отравленія мозга угольной кислотой. Дыханіе умирающаго становится хриплымъ и прерывистымъ, черты лица искажаются, сердце начинаетъ биться неправильно и съ большими промежутками; тѣло покрывается липкимъ потомъ; глаза совершенно утрачиваютъ свойственное имъ выраженіе. — Агонія представляетъ собой одно изъ наиболѣе тягостныхъ явленій, какое только въ состояніи нарисовать наше воображеніе, особенно, когда приходится быть свидѣтелемъ ея у близкаго существа. Лицъ болѣзненныхъ и

\*) Въ этой части сочиненія сгруппированы нами наиболѣе важныя свѣдѣнія по главнѣйшимъ медицинскимъ вопросамъ, причемъ *практическая* сторона у насъ всегда при этомъ стояла, какъ и въ обѣихъ остальныхъ частяхъ, впрочемъ, на *первомъ* планѣ.

Въ виду ограниченности мѣста мы не только вынуждены были избѣгать повтореній, но и многихъ важныхъ вопросовъ могли коснуться лишь въ нѣсколькихъ словахъ. Желая, по возможности, пополнить предлагаемыя нами свѣдѣнія мы должны были очень часто прибѣгать къ ссылкамъ какъ на другія статьи настоящей же части, такъ и на различныя главы изъ другихъ частей сочиненія. Въ виду этого читательницы и читатели, которыхъ особенно интересуетъ какой-либо спеціальный вопросъ, хорошо сдѣлаютъ, если помимо статьи, въ которой данный вопросъ непосредственно изучается, ознакомятся также и со всѣми статьями, на которыя дѣлаются *ссылки*, а также и съ прочими статьями и главами настоящаго сочиненія, имѣющими прямое или даже только косвенное отношеніе къ данному вопросу.

При такихъ условіяхъ интересующій ихъ вопросъ освѣтится для нихъ болѣе разносторонне и съ значительно болѣею полнотой.

Что касается до статей, на которыя дѣлаются *ссылки*, то онѣ сопровождаются указаніемъ (см.) и заглавіе ихъ напечатано *жирнымъ шрифтомъ*. Ред.

нервныхъ всего лучше *не дѣлать свидѣтелями* этого зрѣлища. Продолжительность агоніи далеко не всегда одинакова: въ однихъ случаяхъ она длится только нѣскольکو минутъ; въ другихъ тянется не только часами, но и *днями*.

На нашей обязанности—помочь умирающему въ его страшной борьбѣ со смертью. Врачи стараются обыкновенно поддержать дѣятельность сердца впрыскиваніями камфарнаго масла, эфѳира, кофеина и пр. Окружающіе должны позаботиться о томъ, чтобы грудь больного не была стѣснена, чтобы тѣлу было придано какъ можно болѣе удобное положеніе и чтобы умирающему въ изобиліи доставлялся свѣжій живительный воздухъ, для чего всего лучше раскрыть настежь окна.

Всего вѣроятнѣе, что умирающій находится во время агоніи въ совершенно безсознательномъ состояніи, но съ увѣренностью мы этого все же утверждать не можемъ, а потому лучше избѣгать всего того, что могло бы неприятно подѣйствовать на агонизирующаго, если бы онъ еще находился при сознаніи. Особенно слѣдуетъ *остерегаться высказываться откровенно относительно безнадежности его состоянія*. Быть можетъ, умирающій еще слышитъ насъ, хотя онъ и лишенъ возможности проявить это какъ-нибудь внѣшнимъ образомъ...

Не столько въ интересахъ умирающаго, сколько въ интересахъ близкихъ къ нему лицъ, слѣдуетъ позаботиться о томъ, чтобы придать умирающему возможно болѣе пріятный внѣшній видъ; освѣжать ему почаще лицо, причесать волосы и бороду и пр. Когда умирающій испуститъ послѣдній вздохъ и отойдетъ въ лучшій міръ, зрѣлище получится, хотя и не менѣе тяжелое, но все же не столь ужасное и потрясающее. Эти *послѣдніе* знаки вниманія всю жизнь будутъ вспоминаться съ искренней признательностью близкими умирающему лицами...

**Акушерки**, см. „Повивальныя бабки“.

**Алейронавтовый хлѣбъ** готовятъ, прибавляя къ печенію растительнаго бѣлка (въ видѣ клебера). Наилучшій А. хлѣбъ д-ра Гундгаузена содержитъ около 85% бѣлка и только 6—7% крахмала. Хлѣбъ этотъ довольно питателенъ и бываетъ показанъ при **сахарной болѣзни** (см.). Къ сожалѣнію, нельзя сказать, чтобы вкусъ его всегда былъ пріятенъ.

**Алкоголь**. О дурныхъ сторонахъ потребленія спиртныхъ напитковъ мы подробно распространились въ I части. Въ этой же части посвященной, преимущественно, леченію, укажемъ на то, что въ нѣкоторыхъ случаяхъ возбуждающее вліяніе алкоголя высоко цѣнится врачами. Въ медицинѣ при-

ходится къ нему прибѣгать тогда, когда организмъ истощенъ продолжительной или тяжкой болѣзною и вмѣстѣ съ тѣмъ не въ состояніи принимать или переваривать болѣе существенную пищу. Въ такомъ положеніи находятся, напр., нерѣдко тифозные больные, больные воспаленіемъ легкихъ, холерой, выздоравливающіе отъ остро-заразныхъ болѣзней и т. д.

Всего больше слѣдуетъ въ такомъ случаѣ заботиться о *чистотѣ* вина, такъ какъ никогда фальсификація не можетъ нанести большаго вреда организму, чѣмъ при указанныхъ условіяхъ. Больному никогда не слѣдуетъ давать большое количество алкоголя за разъ, этимъ мы скорѣе можемъ повредить ему, нежели помочь. Слѣдуетъ давать вино небольшими количествами, *но почаще*, напр., чайными ложечками, черезъ часъ или два, смотря по состоянію больного.

**Аллея**, см. „Просвириакъ“.

**Альбиносъ**. Альбиносы представляютъ собой занимательную игру природы. Особенность альбиносовъ состоитъ въ томъ что они почти совершенно лишены пигмента на волосахъ, кожѣ, а также и въ глазу. Поэтому они отличаются особенно странной бѣлизной. Въ виду того, что дно глаза у нихъ также лишено пигмента, зрачекъ имѣетъ у нихъ не черный цвѣтъ, какъ у нормальныхъ людей, но, какъ у кроликовъ—*красный* цвѣтъ, такъ какъ въ немъ непосредственно просвѣчиваетъ красная сосудистая оболочка. Альбиносы не представляютъ собой особенности какой-либо опредѣленной народности, такъ какъ они встрѣчаются среди самыхъ различныхъ расъ.

**Альбуминурія**, см. „Бѣлокъ въ мочѣ“.

**Ампутація**. Ампутаціей называютъ хирургическое *удаленіе* какой-нибудь части тѣла, преимущественно части конечности. Къ ампутаціи прибѣгаютъ, конечно, только въ крайнемъ случаѣ, когда изувѣченная или же рѣзко измѣнившаяся, подъ вліяніемъ болѣзненного процесса, часть оказывается совершенно негодной къ выполненію своего назначенія, или когда есть основаніе опасаться, что болѣзненный процессъ можетъ, подвигаясь дальше, заразить весь организмъ. Въ послѣднемъ случаѣ жертвуютъ частью для спасенія цѣлаго.

Къ ампутаціи прибѣгаютъ въ случаѣ раздробленія какой-нибудь части конечности, значительномъ ея ожогѣ, омертвѣніи. Ученіе объ ампутаціяхъ въ высшей степени подробно разработано въ современной хирургіи, и должно считать тяжелой хирургической ошибкой со стороны оператора, если онъ безъ крайней надобности удалилъ бѣольшую часть конеч-



ности, нежели того требовало состояніе больного. Операция должна также, по возможности, быть произведена такимъ образомъ, чтобы культя, какъ называютъ заживающій обрубокъ конечности, могла легко зарости кожей, которой ее покрываютъ, и чтобы ампутированный могъ извлекать пользу изъ уцѣлѣвшей части конечности. Такъ, при ампутаціи одного или двухъ пальцевъ ампутированный научается замѣнять удаленные пальцы оставшимися. При удаленіи стопы стараются оставлять хоть часть ноги, на которую ампутированный могъ бы опираться при ходьбѣ, и т. д.

Мы лишены возможности распространиться здѣсь какъ о техникахъ ампутацій, такъ и объ искусственныхъ приспособленіяхъ, имѣющихъ назначеніемъ, по возможности, замѣнить ампутированную часть конечности.

Наибольшее количество ампутацій приходится производить въ военное время, послѣ сраженій. Въ мирное время наибольшій контингентъ ампутированныхъ доставляютъ фабрики и заводы, а также желѣзнодорожныя крушенія.

**Ананасъ** представляетъ собой одинъ изъ наиболѣе тонкихъ южныхъ плодовъ, отличающихся своимъ нѣжнымъ ароматомъ и вкусомъ. Онъ дѣйствуетъ очень освѣжающимъ образомъ и вмѣстѣ съ тѣмъ довольно питателенъ. Въ нѣкоторыхъ случаяхъ онъ служитъ отличнымъ средствомъ при *рвотѣ*.

**Анатоміей** называютъ науку о *строеніи* организма. Съ основами ея мы ознакомили читательницъ въ I части настоящаго сочиненія. Наука эта представляетъ собой *основу* изученія медицины. Съ нея-то и начинаютъ студенты свое медицинское образованіе. Въ настоящее время анатомія изучается не только теоретическимъ, но и *практическимъ* путемъ, для чего служатъ занятія (препаровка) на трупахъ. Такимъ образомъ изучается положеніе, строеніе и всѣ прочія особенности всѣхъ нашихъ органовъ, что даетъ возможность врачу легко ориентироваться на больномъ относительно того, какой именно органъ заболѣлъ. Изучивъ строеніе и отправленія различныхъ органовъ въ здоровомъ состояніи и при различныхъ болѣзняхъ, онъ получаетъ возможность судить объ измѣненіяхъ, которыя происходятъ въ организмѣ въ каждомъ отдѣльномъ случаѣ болѣзни, и о наиболѣе вѣрныхъ мѣрахъ къ ихъ устраниенію.

Помимо анатоміи вообще или „макроскопической“ анатоміи, которую изучаютъ невооруженнымъ глазомъ, существуетъ еще и анатомія „микроскопическая“, которую можно изучать, какъ и само ея названіе указываетъ, только при посредствѣ *микроскопа*. Такимъ путемъ изучается мельчайшее строеніе *тканей*. См. „Гистологія“.

**Ангина (жаба).** Такъ называютъ собственно воспаленіе миндалинъ, которое обыкновенно сопровождается также воспаленіемъ прилегающихъ органовъ. Ни въ какомъ возрастѣ страданіе это не встрѣчается такъ часто, какъ въ *дѣтскомъ*. Почти всѣ заразныя болѣзни начинаются у дѣтей съ жабы (ангины). Поэтому опытные дѣтскіе врачи ставятъ себѣ за правило непременно осматривать у дѣтей *глотку*, каковы бы ни были признаки болѣзни и на что бы ребенокъ ни жаловался. Воспаленіе миндалинъ, какъ это, навѣрное, извѣстно всѣмъ матерямъ, легко прощупывается и снаружи въ виду ихъ припухлости, а, главнымъ образомъ, въ виду того, что при ангинѣ, какъ правило, опухаютъ и сосѣднія лимфатическія железы. Обыкновенно затрудняется также *глотаніе* ребенка. Когда воспаленіе достигло значительной степени, то ребенокъ безсознательно подноситъ ручку ко рту, что также не ускользнетъ отъ вниманія наблюдательной матери.

На раскрашенной таблицѣ № 9 нами изображена глотка, какъ въ нормальномъ, такъ и въ различныхъ болѣзненныхъ состояніяхъ. Каждая мать должна бы уметь сама осматривать горло ребенка. Для этого нужно—при хорошемъ освѣщеніи—слегка придавить ложечкой языкъ ребенка книзу и въ это время обозрѣть состояніе глотки вообще и миндалинъ въ особенности. Въ однихъ случаяхъ мы увидимъ только красноту; въ другихъ значительную припухлость и *налеты*, которые могутъ имѣть очень большое значеніе, такъ какъ они встрѣчаются, напр., при дифтеритѣ. Ангинъ существуетъ множество разновидностей, начиная съ почти невинной катаральной и кончая опасной гнойной или дифтеритной.

Слѣдуетъ сказать, что у дѣтей миндалины представляютъ собой одинъ изъ наиболѣе чувствительныхъ органовъ и достаточно небольшой простуды, чтобы у ребенка появилась ангина. Въ смыслѣ *предохраненія* наибольшее значеніе имѣетъ *закаливаніе*. Приучать дѣтей къ тому, чтобы они какъ можно плотнѣе кутали шею, значитъ готовить ихъ къ тому, чтобы они безпрестанно простуживали горло и получали ангины.

**Леченіе** ангины сводится прежде всего къ выясненію ея свойствъ. Какъ первую помощь, можно для большинства случаевъ рекомендовать очищеніе желудка, если онъ засоренъ, при помощи кастороваго масла или клизмы въ 30° Ц. Можно принять горячую ванну такой же температуры, или еще немного теплѣе, продолжительностью въ 10 минутъ. Затѣмъ слѣдуетъ выпить горячаго чаю или молока и лечь въ постель, чтобы хорошенько пропотѣть. На шею слѣдуетъ положить *согрѣвающий компрессъ*. Ребенку постарше слѣдуетъ полоскать горло ежечасно или рѣже, очень теплымъ растворомъ

борной кислоты (ложечку на стаканъ воды). Дѣтямъ помоложе, которыя не умѣютъ еще полоскать горло, слѣдуетъ вытирать время отъ времени миндалины чистой тряпочкой, погружаемой въ тотъ же растворъ. Диету слѣдуетъ соблюдать самую легкую. Въ случаѣ появленія малѣйшихъ налетовъ или какихъ-либо другихъ тревожныхъ признаковъ, неотложно слѣдуетъ обратиться за помощью къ *врачу*.

**Англійская соль**, см. „Горькая соль“.

**Аллопатія.** Этимъ, на нашъ взглядъ, чрезвычайно неудачнымъ названіемъ обозначаютъ обыкновенно **научную медицину**. Слово это довольно недавняго происхожденія и начало употребляться только со времени появленія гомеопатіи, въ противоположность которой, научную медицину и стали называть *аллопатіей*. Между тѣмъ для человѣка, сколько-нибудь посвященнаго въ дѣло, не можетъ быть ни малѣйшаго сомнѣнія въ томъ, что ни о какихъ серьезныхъ параллеляхъ между научной медициной и какими бы то ни было иными способами и приемами леченія, начиная съ заговоровъ и заклинаній и кончая гомеопатіей и тибетской медициной, о которой какъ разъ въ настоящее время такъ много толкуютъ, не можетъ быть и рѣчи.

Мы всегда придерживались того убѣжденія, что, чѣмъ болѣе публика будетъ ознакомлена съ основами научной медицины, тѣмъ очевиднѣе будетъ для нея, на какомъ зыбкомъ фундаментѣ строятъ свои „системы“ основатели и послѣдователи всѣхъ остальныхъ способовъ леченія, какъ бы послѣдніе ни назывались. Обыкновенно въ основаніи такихъ „системъ“ лежитъ какая-нибудь метафизическая посылка, чаще всего совершенно лишенная научнаго основанія.

Вдаваться въ разборъ всѣхъ подобныхъ способовъ леченія мы не имѣемъ ни охоты, ни возможности, хотя бы уже по одному тому, что человѣчество ихъ знавало тысячи, такъ какъ они обыкновенно бываютъ крайне недолговѣчны и быстро уступаютъ мѣсто другимъ методамъ, которые черезъ нѣкоторое время постигаетъ та же печальная участь. Вмѣсто этого благодарнаго труда мы предпочитаемъ дать нашимъ читателямъ понятіе объ истинныхъ **основахъ научной медицины**. Исходной точкой этой медицины является изученіе *животнаго организма* вообще и *человѣческаго* въ частности, во всѣхъ его проявленіяхъ. Выше мы уже видѣли, что фундаментомъ занятій на медицинскомъ факультетѣ является изученіе *анатоміи*, т. е. строенія человѣческаго организма. За ней слѣдуетъ **физиологія**, изучающая отправленія организма. Изучивъ, насколько то позволяетъ современное состояніе науки, строеніе и отправленіе *нормальнаго* человѣческаго организма, приступа-

югъ подобнымъ же образомъ къ изученію строенія отдѣльныхъ органовъ и отправленій ихъ въ *больномъ организмѣ*. Болѣзнь изучается, какъ *біологическое* явленіе, которое непременно должно протекать извѣстнымъ закономѣрнымъ образомъ. Мы только тогда можемъ сказать, что изучили какую-либо болѣзнь, когда знаемъ всѣ особенности проявленія *данной* болѣзни, въ отличіе ея отъ всѣхъ прочихъ. Поэтому-то медицина только тогда считаетъ себя въ правѣ заявить, что изучила какую-либо болѣзнь, когда изучила ея причины (см. „*Этіологія*“), сущность произведенныхъ ею въ организмѣ измѣненій (см. „*Патологическая анатомія*“), отличающіе ее признаки (см. „*Симптомы*“); когда мы умѣемъ, на основаніи вполнѣ опредѣленныхъ данныхъ, отличить данную болѣзнь отъ другихъ, съ которыми она обнаруживаетъ сходство (см. „*Діагнозъ*“); когда умѣемъ заранее *предсказать*, какое именно теченіе приметъ болѣзнь въ будущемъ (см. „*Прогнозъ*“); знаемъ заранее, какія именно *осложненія* возможны именно при данной болѣзни. Вънцѣмъ нашихъ усилій и стремленій является *леченіе* данной болѣзни на основаніи всѣхъ, только-что перечисленныхъ, данныхъ и обстоятельнаго знакомства со всѣми особенностями данной болѣзни.

Какъ видятъ читательницы, изученіе медицины представляется дѣломъ столь же труднымъ и сложнымъ, какъ сложень человѣческой организмъ, являющійся предметомъ ея изученія. Много вѣковъ и даже тысячелѣтій работаетъ медицина въ опредѣленномъ направленіи, стремясь вырвать у природы какъ можно больше тайнъ относительно устройства и отправленій организма. Въ этой неустанной борьбѣ медицина постоянно опирается на всѣ науки, имѣющія назначеніемъ изученіе природы вообще. Въ медицину входятъ и физика, и химія, и бактеріологія, и зоологія, и ботаника, и біологія въ самомъ широкомъ смыслѣ этого слова. Каждое открытіе въ области этихъ наукъ обыкновенно находитъ себѣ откликъ и въ медицинѣ, которая стремится извлечь изъ него какъ можно больше пользы.

Что касается до *строенія* человеческого организма, то оно изучено во всѣхъ подробностяхъ, насколько то дозволяютъ наши наиболѣе утонченныя внѣшнія чувства и наиболѣе усовершенствованные научные приборы. Каждый отдѣльно фактъ, касающійся нормальной или болѣзненной жизни организма, изученъ очень подробно. Несмотря на это, существуетъ, понятно, многое множество вопросовъ, ожидающихъ еще своего разрѣшенія, что объясняется, повторяемъ, сложностью самого предмета изученія. Но, что характерно для медицины, какъ *науки*, въ истинномъ смыслѣ этого слова,

такъ это—то, что въ ней существуютъ *незыблемые* факты, которыхъ ничто не можетъ опровергнуть. Подобно тому, какъ въ физикѣ твердо извѣстно, что теплый воздухъ всегда легче холоднаго; что намагниченная стрѣлка поворачивается къ полюсу; что вода замерзаетъ при 0° и кипитъ при 100° Ц., и что однородные виды электричества другъ друга притягиваютъ, между тѣмъ какъ разнородные отталкиваютъ; какъ въ химіи извѣстно, что вода состоитъ изъ двухъ атомовъ водорода и одного—кислорода; что при соединеніи кислоты со щелочью образуется соль и освобождается вода—подобно тому и въ медицинѣ твердо извѣстно, что при брюшномъ тифѣ непрѣменно существуютъ язвы въ кишкахъ; что чихотка вызывается только коховскою запятой, а болотная лихорадка—плазмодіями Лаврана; что при малокровіи число красныхъ шариковъ уменьшается; что крупозное воспаленіе легкихъ длится 7 дней, послѣ чего наступаетъ кризисъ; что нормальное созрѣваніе плода никогда не длится дольше 300 дней; что извѣстный шумъ у верхушки сердца указываетъ на опредѣленный порокъ; что бѣлокъ въ мочѣ указываетъ на извѣстныя измѣненія въ почкахъ; что передніе столбы спинного мозга проводятъ только двигательныя, между тѣмъ какъ задніе столбы—только чувствительныя ощущенія; что правое полушаріе мозга управляетъ лѣвой стороною тѣла; что уколомъ булавки въ опредѣленное мѣсто въ мозгу мы вызываемъ моментальную смерть животнаго, и т. д. и т. д.

Какъ и во всякой наукѣ, и въ медицинѣ существуетъ извѣстная *послѣдовательность*, и развитіе ея совершается постепенно и равномерно, такъ какъ каждый ея послѣдующій шагъ твердо опирается на предыдущій. Разъ добытые результаты *навсегда* остаются въ ея распоряженіи, и ничто не можетъ отнять ихъ у медицины. Можно сказать безъ преувеличенія, что каждую минуту на земномъ шарѣ многіе *тысячи* врачей, какъ изъ числа тѣхъ, которые посвятили себя чисто научной дѣятельности, такъ и чисто практическіе врачи занимаются ея дальнѣйшимъ изученіемъ, и каждый сколько-нибудь замѣчательный фактъ, а тѣмъ болѣе открытіе, въ самое короткое время становятся достояніемъ медицинскаго міра во *всѣхъ* странахъ земного шара, гдѣ только имѣются въ настоящее время представители медицинской науки. Тысячи научныхъ журналовъ и газетъ, не говоря уже о специальныхъ медицинскихъ сочиненіяхъ, имѣютъ назначеніемъ доводить до свѣдѣнія врачей обо всѣхъ новыхъ изслѣдованіяхъ и открытіяхъ. На этой почвѣ устанавливается самое широкое общеніе и истинное братство между врачами *всего міра*.

*Милліоны* больныхъ проходятъ ежедневно передъ глазами врачей, и всѣ эти наблюденія систематизируются, провѣряются и приводятся въ связь съ существующими указаціями науки. Малѣйшее отклоненіе отъ установленныхъ данныхъ отмѣчается и становится предметомъ спеціальнаго изученія.

Таковы основы, на которыхъ зиждется *научная медицина*. Если она несовершенна, то это всего больше сознается ея служителями. Во всякомъ случаѣ она стремится къ тому, чтобы предоставить въ распоряженіе страждущаго человѣчества всѣ ресурсы современной науки. Если не лишено основанія утвержденіе, что она во многихъ случаяхъ оказывается безсильной, то непозволительно обходить молчаніемъ тотъ фактъ, что, благодаря ей, спасаются ежедневно многія тысячи жизней. Каждое новое открытіе обозначаетъ новый этапъ въ дѣлѣ успѣшной борьбы съ болѣзнями и смертью, и никакая статистика не въ силахъ подсчитать, какое количество человѣческихъ жизней было спасено благодаря только открытіямъ Пастера, Листера, Беринга и Ру.

Что касается до научныхъ основъ *леченія* различныхъ болѣзней, то этого вопроса мы коснемся въ своемъ мѣстѣ (см. „Леченіе“).

**Англійская болѣзнь (рахитъ).** „Не только врачу, но и многимъ лицамъ изъ публики, навѣрное, бросаются въ глаза часто встрѣчающіеся, преимущественно на сѣверѣ, дѣти съ искривленными уродливыми туловищами и конечностями. Жалость беретъ, глядя на этихъ малютокъ, такъ страшно изуродованныхъ и искалѣченныхъ, съ большой головой, съ неувѣренной, переваливающейся утиной походкой, съ кривыми ногами и не по-дѣтски грустнымъ выраженіемъ на лицѣ. Малютки эти поражены *англійской болѣзью*“ \*).

Въ виду чрезвычайнаго распространенія этой болѣзни во многихъ мѣстахъ и тѣхъ золь, которыя она такъ часто причиняетъ и послѣдствія которыхъ нерѣдко даютъ себя чувствовать всю жизнь, мы считаемъ необходимымъ остановиться на ней нѣсколько подробнѣе.

Что касается до *причинъ* болѣзни, то онѣ до сихъ поръ еще не вполне изучены. Одной изъ ближайшихъ причинъ является обѣднѣніе организма известью, вслѣдствіе чего кости, въ составъ которыхъ преимущественно, какъ мы видѣли выше (см. ч. I, гл. 1: „**Человѣческій скелетъ**“ стр. 7), входитъ известь, размягчаются. Вслѣдствіе этого онѣ не въ состояніи бываютъ оказывать давленію тѣла надлежащее сопроти-

\*) См. мою ст. *«Рахитъ»* (англійская болѣзнь) въ журн. «На помощь матерямъ», 1901 г., № 7 и 8, а также «Общераспространенныя болѣзни». *Ред.*

вление и *искривляются*. Насколько измѣняется количество известковыхъ солей въ пораженныхъ англійской болѣзнью костяхъ, показываютъ слѣдующія цифры: въ нормальныхъ костяхъ отношеніе извести къ органическимъ веществамъ равняется 65:35, между тѣмъ, въ рахитическихъ (т. е. пораженныхъ англійской болѣзнью) костяхъ, отношеніе это измѣняется иногда въ *обратномъ* направленіи, такъ что пропорція становится равной 35:65.

Укажемъ въ нѣсколькихъ словахъ, какія *условія* всего больше способствуютъ появленію рахитическихъ измѣненій. На первомъ планѣ слѣдуетъ поставить *неудовлетворительное питаніе*. Такъ, наблюденно, что дѣти, вскармливаемая *искусственно*, даютъ значительно больший % рахитиковъ, чѣмъ дѣти, вскармливаемая при одинаковыхъ условіяхъ на груди матери. Очень вредно вліяетъ въ этомъ отношеніи на дѣтей *недостаточный обмѣнъ воздуха* такъ же, какъ и *сырость*. Пагубно вліяетъ на дѣтей и *отсутствіе солнечнаго свѣта*. Всѣми силами слѣдуетъ также избѣгать и *ранняго прикармливанія* грудныхъ дѣтей.

Большой ошибкой было бы думать, будто только дѣти *бѣдныхъ* родителей поражаются рахитомъ. Изслѣдованія врачей, а также личныя наблюденія нѣкоторыхъ нашихъ ученыхъ показываютъ, что тяжелую дань рахиту платятъ и дѣти состоятельныхъ и даже богатыхъ родителей. Слѣдовательно, въ данномъ случаѣ—на ряду съ незнакомствомъ съ причинами рахита — играютъ, несомнѣнно, роль и климатическія условія.

Насколько распространенъ рахитъ въ различныхъ странахъ, показываютъ слѣдующія цифры: въ Парижѣ рахитомъ поражено около 10% дѣтскаго населенія; въ Дрезденѣ—до 20% (среди дѣтей сапожниковъ и портныхъ—до 35%); въ Лондонѣ, Манчестерѣ и Бирмингамѣ число рахитическихъ дѣтей достигаетъ 50%; въ Вѣнѣ же—до 75%. Отъ иностранныхъ данныхъ перейдемъ къ отечественнымъ. Въ Бессарабіи, несмотря на столь, казалось бы, благопріятныя климатическія условія, рахитъ оказывается довольно сильно распространеннымъ. По изслѣдованіямъ д-ра А. О. Карножинскаго, въ Киевѣ поражено англійской болѣзнью не менѣе 15% общаго количества дѣтей. Проф. Н. И. Быстровъ нашелъ, что въ Новгородской губернии проц. рахитическихъ дѣтей среди крестьянъ—не меньше 60.

Наиболѣе, однако, неутѣшительныя данныя даетъ наша сѣверная столица, въ которой число рахитическихъ дѣтей поражаетъ своей необычайной многочисленностью. По изслѣдованіямъ д-ра В. П. Жуковскаго, процентъ рахитическихъ

дѣтей среди бѣднаго населенія Петербургской стороны равняется 95%!

При рахитѣ важнѣе, чѣмъ при многихъ иныхъ болѣзняхъ, въ-время обратить вниманіе на болѣзнь съ тѣмъ, чтобы принять противъ нея соотвѣтствующія мѣры. Если надлежащій моментъ пропущенъ и болѣзнь успѣла уже произвести въ организмѣ стойкія измѣненія, тогда бороться съ нею чрезвычайно трудно. Однимъ изъ первыхъ признаковъ является *большая голова*, а также *незаростаніе родничковъ*.

Въ болѣе позднемъ періодѣ у ребенка замѣчается нарушеніе въ правильномъ *порядкѣ прорѣзыванія зубовъ*. Промежутки между прорѣзываніемъ отдѣльныхъ группъ зубовъ удлинняются. Когда болѣзнь уже ясно выражена, то она представляетъ множество довольно опредѣленныхъ признаковъ, по которымъ ее можетъ узнать не только врачъ, но и любое лицо изъ публики. Можно сказать, что нѣтъ во всемъ организмѣ почти *ни одного* органа, на которомъ такъ или иначе не сказалось бы вліяніе англійской болѣзни.

Начнемъ съ *внѣшняго вида*. Рахитическія дѣти бываютъ горбатыми, или же у нихъ искривлены ноги. Въ однихъ случаяхъ искривленія напоминаютъ букву О; въ другихъ— букву Х. Ходятъ такія дѣти, переваливаясь съ ноги на ногу, такъ-наз. утиной походкой. Голова у нихъ несоразмѣрно велика; лобъ высокій; выраженіе лица серьезное, иногда даже угрюмое.

*Роднички*, какъ сказано, не заростають и при надавливаніи вдавливаются *внутрь*, издавая при этомъ особенный такъ-наз. „пергаментный“ хрустъ. Въ нѣкоторыхъ случаяхъ наблюдается *размяченіе затылка*. Грудь сжата съ боковъ и рѣзко выдается впередъ. Такая грудь носитъ названіе *куриной*. Въ мѣстахъ соединенія реберъ съ грудиной замѣчаются утолщенія, которыя носятъ названіе *рахитическихъ четокъ*.

Конечности бываютъ не только искривлены, но на нихъ замѣтны особаго рода *утолщенія* и припухлости, преимущественно въ области суставовъ. Пищевареніе бываетъ разстроено.



Рис. 144. Трехлѣтній рахитическій ребенокъ.

Признаки рахита: утолщеніе сочлененій въ области верхнихъ и нижнихъ конечностей, большая голова, выпуклая грудь, большой животъ.



При наружномъ же осмотрѣ обращаетъ на себя вниманіе большой, такъ-наз. *лягушачій животъ*. Лимфатическія железы бывають увеличены. Особенной опасностью угрожаютъ дѣвочкамъ *рахитическія искривленія таза*. „Англійская болѣзнь производитъ очень сильное и стойкое обезображиваніе таза и позднѣе, когда дѣвочка обращается въ дѣвушку, выходитъ замужъ и забеременѣваетъ, страданіе отдаленнаго дѣтства вновь даетъ о себѣ знать и притомъ нерѣдко очень серьезнымъ образомъ, угрожая даже жизни больной. Голова мла-



Рис. 145.  
 Нормальный женскій тазъ.  
 ab—Прямой размѣръ (11 см.);  
 cd—Поперечный размѣръ (13,5 см.).

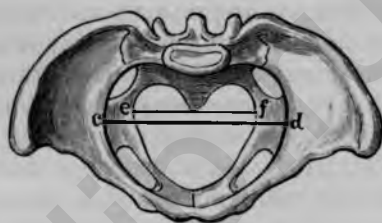


Рис. 146.  
 Неправильно суженный тазъ.  
 Верхній размѣръ с очень великт;  
 нижній е слишкомъ малъ.



Рис. 147.  
 Неправильно суженный тазъ.  
 Прямой разрѣзъ ab слишкомъ малъ.



Рис. 148.  
 Косо суженный тазъ.

денца, обладающаго къ тому же, по причинѣ наслѣдственности рахита, еще бѣльшей головой, нежели нормальный, не имѣетъ возможности пройти черезъ суженный тазъ матери и служить иногда источникомъ гибели, какъ для матери, такъ и для младенца“ \*).

Препятствія во время акта родовъ всего чаще создаются рахитическими искривленіями костей таза и позвоночника. Въ однихъ случаяхъ роды затрудняются; въ другихъ становятся невозможными. Иллюстраціей къ такому положенію вещей служатъ наши рисунки. На рис. 147 мы изобразили „плоскій тазъ“, получающійся влѣдствіе удлиненія попе-

\*) «Рахитъ», тамъ же стр. 348.

речнаго діаметра таза. Получается такого рода тазъ вслѣдствіе того, что позвоночникъ подается впередъ и такимъ образомъ укорачиваетъ разстояніе между лонной костью и позвоночникомъ. Это еще сравнительно легкое уродство, которое трудно бываетъ узнать по наружному виду. Рис. 149 показываетъ намъ полное искривленіе тазовыхъ костей, причемъ одновременно оказались также очень сильно искривленными позвоночникъ и подвздошныя кости. Подобное уродство совершенно исключаетъ возможность нормальныхъ и самостоятельныхъ родовъ. По счастью, столь рѣзкія уродства встрѣчаются сравнительно рѣдко.

Гораздо чаще встрѣчаются *искривленія позвоночника*, которыя создаютъ такое множество *горбатыхъ*. На рис. 150 нами изображенъ скелетъ рахитика, у котораго образовался *горбъ* вслѣдствіе искривленія позвоночника назадъ. Въ такихъ случаяхъ получается не только очень замѣтное и рѣзкое уродство, но и грудные органы, т. е. легкія и сердце очень тяжело страдаютъ.

Не всякій горбъ, однако, имѣетъ рахитическое происхожденіе. Горбъ служитъ иногда у дѣтей выраженіемъ гораздо болѣе серьезной болѣзни, нежели рахитъ, а именно, *поттовой болѣзни*, т. е. бугорчатки позвоночника“. „Разница въ горбахъ въ томъ и другомъ случаѣ та, что при рахитѣ горбъ имѣетъ округленную дугообразную форму, тогда какъ при поттовой болѣзни горбъ, образованный надломомъ изъѣденнаго бугорчаткой позвонка, имѣетъ форму угла. Само собою разумѣется, что единственно компетентнымъ лицомъ для сужденія о томъ, рахитическаго или туберкулезнаго происхожденія горбъ у ребенка, можетъ быть исключительно врачъ“ \*). Въ статьѣ „Горбъ“ этой же части сочиненія, читательницы найдутъ и рисунки, изображающіе горбъ, образовавшійся вслѣдствіе бугорчатки позвоночника.

Переходимъ къ *леченію* англійской болѣзни. Леченіе распадается на фармацевтическое и гигиеническое. Основой перваго служатъ *фосфоръ* и *фосфаты*. Что же касается до гигиеническаго леченія, то оно должно охватить собой *всю* стороны жизни ребенка. Всѣмъ матерямъ, которыя имѣютъ къ тому



Рис. 149. Тазъ совершенно изуродованный англійской болѣзью.

\*) См. мою ст. «*Выпрямленіе горбовъ по способу Calot*».—Образованіе, 1897 гн. VII. Ред.

хотя бы малѣйшую возможность, слѣдуетъ непремѣнно *самимъ* кормить своихъ дѣтей. Въ противномъ случаѣ дѣти будутъ имѣть нравственное право въ значительной степени винить своихъ матерей въ своихъ страданіяхъ и уродствахъ. Прикармливать дѣтей слѣдуетъ какъ можно позже. Мучнистой пицци слѣдуетъ, по возможности, избѣгать.

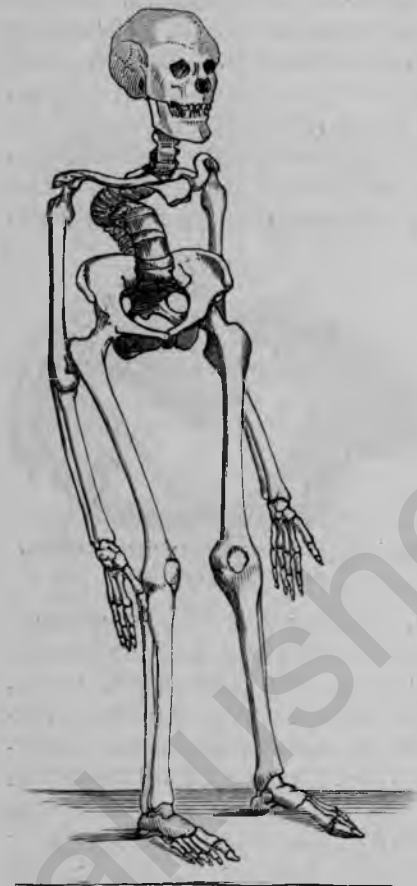


Рис. 150. Скелеть (кифозъ) рахитика.

Ребенку долженъ быть въ изобиліи доставляемъ свѣжій воздухъ. Очень важно также доставить ребенку возможность какъ можно шире пользоваться *солнечнымъ тепломъ и свѣтомъ*; для чего въ такихъ пунктахъ, какъ Петербургъ, гдѣ солнце показывается такъ рѣдко, слѣдуетъ пользоваться малѣйшимъ проблескомъ солнца и выводить дѣтей на воздухъ. Хорошо дѣйствуютъ на рахитическихъ дѣтей *морскія купанья*, а также пользованіе лиманами и грязями. Пребываніе на морскомъ берегу оказываетъ перѣдко неоцѣнимыя услуги.

Никогда не слѣдуетъ *принуждать* дѣтей становиться на ножки и ходить, что, къ сожалѣнію, такъ любятъ дѣлать нѣкоторые родители. Вооружитесь терпѣніемъ: когда ребенокъ будетъ въ силахъ, онъ и самъ собой подыметъ и начнетъ ходить. Если же у него силъ недостаточно и кости слишкомъ мягки и податливы, то такими приѣмами можно только ускорить теченіе англійской

болѣзни. Предоставьте ребенка самому себѣ: это самое лучшее, что вы можете сдѣлать. Если ребенокъ еще очень малъ и у него уже замѣтно искривленіе ножекъ, то можно осторожно вытягивать ихъ раза два-три въ день. Ихъ также слѣдуетъ осторожно бинтовать. Кости у ребенка мягки и легко поддаются нашимъ усиліямъ. Когда ребенокъ уже достигъ 4—5 лѣтъ, то дѣло обстоитъ гораздо хуже, но и въ такомъ случаѣ отчаиваться не слѣдуетъ. Разумнымъ примѣ-

неніемъ бандажей, массажемъ и гимнастикой и тогда еще удается значительно улучшить состояніе ребенка.

Въ заключеніе совѣтуемъ родителямъ какъ можно чаще и какъ можно внимательноѣ осматривать своихъ дѣтей голыми. При малѣйшемъ же подозрѣніи на рахитъ, не теряя ни одной минуты, слѣдуетъ обратиться къ врачебной помощи. „Если вы дорожите здоровьемъ и будущностью своихъ дѣтей, слѣдите внимательно за ихъ физическимъ развитіемъ и, при малѣйшемъ подозрѣніи на рахитъ, слѣшите обратиться къ врачу, ибо каждый день промедленія грозитъ усилить ихъ страданія“ \*).

**Англійскій пластырь** представляетъ собой тафту, на которой тонкимъ и равномернымъ слоемъ намазанъ рыбій клей. Такого рода пластырь долженъ составлять необходимую домашнюю принадлежность. При появленіи какой-нибудь ранки, послѣ остановки кровотеченія и обмытія ранки чистой водой или борнымъ растворомъ, ее покрываютъ англійскимъ пластыремъ, который закрываетъ доступъ наружному воздуху, а также не даетъ ранкѣ возможности приходить въ соприкосновеніе съ различными предметами и загрязняться. Такимъ образомъ очень простымъ путемъ рана предохраняется отъ зараженія.

**Анемія**, см. „Малокровіе“.

**Антисептическія** средства только очень недавно сравнительно вошли въ употребленіе. Они представляютъ собой *противопилюстныя* средства, которыя получили значеніе только съ тѣхъ поръ, какъ Пастёръ и его послѣдователи доказали, что причиной всѣхъ заразныхъ процессовъ въ организмѣ, являются **бактеріи** (см.). Какъ только это было доказано, сама собой возникла мысль найти такія средства, которыя убивали бы бактерій. Такія средства дѣйствительно были найдены, причемъ нѣкоторыя изъ нихъ отличаются способностью дѣйствовать губительно на бактерій, даже въ томъ случаѣ, когда ихъ употребляютъ въ очень слабомъ растворѣ. Къ такимъ средствамъ слѣдуетъ отнести, напр., сулему, карболовую кислоту, лизоль и т. д. Къ сожалѣнію, средства эти вмѣстѣ съ тѣмъ дѣйствуютъ ядовито и на организмъ. Поэтому въ послѣднее время въ хирургіи предпочитаютъ **асептику** (см.) **антисептикѣ**. Тѣмъ не менѣе, въ практической жизни бываетъ иногда нужно прибѣгнуть къ антисептическимъ растворамъ, чтобы обеззаразить, напр., рану и лишить микробовъ возможности дальнѣйшаго распложенія. Для этого мы можемъ указать на 2<sup>0</sup>/<sub>0</sub>—4<sup>0</sup>/<sub>0</sub> борный растворъ (одну-двѣ чайныя ложки

\*) Тамъ же—стр. 350.

на стаканъ теплой воды) и на растворъ карболовой кислоты, который не слѣдуетъ, въ виду его ядовитости, употреблять никогда болѣе, чѣмъ въ 5-ти процентномъ растворѣ; у дѣтей же—и гораздо болѣе слабый растворъ, такъ какъ они очень чувствительны къ этому яду. Для дезинфекціи помойныхъ и сорныхъ ямъ, выгребовъ и пр., можно употреблять деготь, неочищенную карболку, а также известковое молоко въ 20-ти процентномъ растворѣ. Можно сказать съ увѣренностью, что множество заразныхъ болѣзней не получали бы столь сильнаго распространенія, если бы побольше заботились объ обеззараживаніи упомянутыхъ складовъ и отбросовъ грязи. Въ домашнемъ быту простымъ и вмѣстѣ съ тѣмъ хорошимъ обеззараживающимъ средствомъ слѣдуетъ считать зеленое мыло, а также горячую воду съ содой, въ каковой водѣ слѣдуетъ прокипятить подозрительные предметы.

**Антоновъ огонь**, см. „Сибирская язва“.

**Анестезія**—означаетъ, собственно говоря, нечувствительность. Въ видѣ болѣзненнаго явленія, встрѣчается она при нѣкоторыхъ нервныхъ болѣзняхъ. Для насъ имѣетъ, однако, безконечно болѣе интересъ *искусственная* анестезія, т. е. *обезболиваніе*, которая произвела переворотъ въ оперативномъ искусствѣ и сообщила такой небывалый прогрессъ этой отрасли медицины. Главнѣйшими преимуществами обезболиванія служить то, что пациентъ во время производства операціи совершенно не чувствуетъ боли, а это, въ свою очередь, даетъ возможность продлить операцію на гораздо болѣе большой срокъ. Поэтому-то и стали теперь возможны такія продолжительныя и трудныя операціи, о которыхъ до открытія анестезіи и мечтать не смѣли.

Всего чаще употребляются въ хирургіи хлороформъ, эфиръ и кокаинъ. Для *общей* анестезіи всего чаще употребляютъ хлороформъ, для *мѣстной*, т. е. такой, при которой пациентъ вовсе не утрачиваетъ сознанія, но посредствомъ впрыскиванія въ больное мѣсто уничтожается только *мѣстная* чувствительность, употребляютъ преимущественно кокаинъ. Для операцій на зубахъ прибѣгаютъ къ такъ-называемому веселящему газу. Повторяемъ, открытіе анестезіи слѣдуетъ считать однимъ изъ наиболѣе благодѣтельныхъ для чело-вѣчества открытій медицины (см. также „Наркозъ“).

**Аполинарисъ** — минеральная вода, напоминающая по своимъ свойствамъ сельтерскую. Употребляютъ ее для освѣженія и для возбужденія вялаго пищеваренія. Въ большихъ количествахъ вредна.

**Апоплексія**. — **Апоплексическій ударъ**. Мало существуетъ на нашемъ языкѣ столь образныхъ и вмѣстѣ съ тѣмъ

столь мѣткихъ выраженій, какъ „ударъ“!.. Словомъ этимъ дается наиболѣе точное и наиболѣе правильное представленіе о томъ, что происходитъ во время апоплексіи. Для того, чтобы сдѣлать понятнымъ дальнѣйшее, намъ необходимо сдѣлать кой-какія указанія на особенности въ строеніи мозга. Намъ уже извѣстно, что въ мозгу сосредоточиваются ощущенія, которыя воспринимаются нами во всемъ организмѣ. Мы не особенно ошибемся, если вообразимъ, что даже самые малые участки всѣхъ нашихъ органовъ связаны при помощи специальныхъ нервныхъ проводовъ съ мозгомъ. Такимъ образомъ для насъ должно быть вполне понятно, что въ мозгу на самомъ незначительномъ пространствѣ сосредоточиваются иногда органы, имѣющіе, несмотря на свой слабый объемъ, чрезвычайно важное и даже жизненное значеніе для организма. Какъ наглядный примѣръ приведемъ такъ-наз. *жизненный узелъ* Флуранса въ продолговатомъ мозгу, который достаточно бываетъ проколотъ булавкой, чтобы животное свалилось, сраженное на смерть. Происходитъ это отъ того, что на пространствѣ, которое можно захватить булавкой, сосредоточены центры дыханія и кровообращенія.

Чрезвычайно важнымъ значеніемъ для жизненныхъ управленій организма даже и самыхъ незначительныхъ участковъ мозга слѣдуетъ себѣ объяснить и столь грозную картину *удара*. Апоплексія выражается, какъ извѣстно, въ томъ, что человекъ, который себя считалъ совершенно здоровымъ, каковымъ его считали и всѣ окружающіе, безъ всякой видимой причины сваливается, какъ сраженный молніей, въ совершенно безсознательномъ состояніи и, иногда не пришедши даже въ сознаніе, умираетъ. Происходитъ это отъ разрыва незначительной артеріи въ мозгу, послѣдствіемъ чего является кровоизліяніе въ извѣстный участокъ мозга. Несчастіе происходитъ, благодаря тому, что именно въ этомъ мѣстѣ сосредоточены нервы, на долю которыхъ возложены очень важныя обязанности въ организмѣ. Этимъ обстоятельствомъ обуславливается большинство явленій при мозговомъ ударѣ, *признаки* котораго мы здѣсь и перечислимъ.

Въ нѣкоторыхъ случаяхъ съ крикомъ, въ большинствѣ же случаевъ не издавши ни малѣйшаго звука, пораженный ударомъ сваливается на полъ безъ малѣйшаго проблеска сознанія и чувствительности. Глаза бываютъ обыкновенно сильно скошенными точно такъ же, какъ и симметрія чертъ лица нарушается вслѣдствіе отклоненія ихъ въ противоположную отъ пораженной ударомъ стороны тѣла. При каждомъ дыхательномъ движеніи щеки замѣтно отдуваются, что производитъ такое впечатлѣніе, какъ если бы больной курилъ

трубку. Лицо бывает блѣднымъ или же синеватымъ. Дыханіе совершается неправильно, точно также нарушена и дѣятельность сердца. Въ такомъ состояніи больной можетъ и умереть. Въ большинствѣ случаевъ исходъ бываетъ, однако, не столь трагическимъ. Спустя нѣкоторое время больной приходитъ въ сознаніе, хотя и не можетъ себѣ отъдать отчета въ томъ, что съ нимъ произошло. Мысли у него въ головѣ путаются. Языкъ не повинуется, и, желая высказать какую-нибудь мысль, больной производитъ какое-то совершенно невнятное бормотаніе. Желая сдѣлать какое-нибудь движеніе, онъ убѣждается, что одна половина тѣла совершенно отказывается ему повиноваться. Такимъ образомъ, больной обращается въ инвалида, большей частью, однако, только на время. Спустя нѣкоторое время, въ теченіе котораго разлившаяся въ мозгу кровь всасывается и пораженные мозговые участки успѣваютъ оправиться отъ постигшаго ихъ удара, больной начинаетъ поправляться. Воспоминаніе о перенесенномъ имъ ударѣ чаще всего, однако, всю жизнь преслѣдуетъ его, въ видѣ неясности рѣчи, искаженія чертъ лица, волочащейся ноги и пр.

Прежде, чѣмъ перейти къ мѣрамъ помощи больному, постигнутому ударомъ, остановимся на **предохраненіи** отъ удара, которое, какъ это на первый взглядъ ни покажется, навѣрное, страшнымъ большинству нашихъ читателейъ и читателей, въ очень значительной степени зависитъ отъ *нашей* доброй воли. Какъ доказано новѣйшими изслѣдованіями, ударъ обязанъ своимъ происхожденіемъ разрыву небольшой аневризмы въ извѣстномъ участкѣ мозга. Аневризмы эти образуются, однако, не у всѣхъ безразлично, но почти исключительно у лицъ, у которыхъ артеріи поражены *артеріосклерозомъ*, т. е. известковымъ перерожденіемъ, вслѣдствіе чего сосуды становятся очень ломкими и хрупкими. Артеріосклерозъ, въ свою очередь, образуется преимущественно у тѣхъ лицъ, которыя злоупотребляютъ мясной пищей и особенно спиртными напитками. Изъ сказаннаго ясно, въ чемъ прежде всего должно состоять предохраненіе отъ мозгового удара.

Лицамъ, которымъ не удалось или же вслѣдствіе заболѣваній (тифа и вообще заразныхъ заболѣваній, хроническихъ отравленій свинцомъ, табакомъ и пр.) невозможно было предохранить себя отъ перерожденія артерій, непременно должны соблюдать нѣкоторыя *мѣры предосторожности*. Въ ихъ числѣ мы на первомъ планѣ должны поставить умѣренность въ пищѣ и полное воздержаніе отъ спиртныхъ напитковъ. Далѣе, никогда не слѣдуетъ ложиться спать съ полнымъ желудкомъ. Слѣдуетъ воздерживаться отъ послѣобѣденнаго

сна. Слѣдуетъ избѣгать употребленія не только горячительныхъ, но и просто горячихъ напитковъ. Не слѣдуетъ сразу выходить зимой изъ жарко натопленной комнаты на морозъ. Таковы—главнѣйшія мѣры предохраненія отъ апоплексіи. Скажемъ къ слову, что мужчины платятъ этому страданію гораздо болѣе тяжелую дань, нежели женщины, вѣроятно потому, что послѣднія гораздо воздержнѣе мужчинъ. Наблюдается ударъ преимущественно на 5-омъ или 6-омъ десяткѣ жизни.

Какъ намъ **помочь** больному, котораго постигъ ударъ? Послать за врачомъ. Предоставить больному свѣжій воздухъ. Раскрыть окна. Платье слѣдуетъ совершенно распуснуть; освободить грудь, чтобы не стѣснить дѣятельности сердца и легкихъ. На голову слѣдуетъ класть холодные компрессы. Къ икрамъ приложить горчичники. Немедленно слѣдуетъ позаботиться объ освобожденіи, при помощи клизмы, кишечника. Таковы—ближайшія мѣры. Послѣ того слѣдуетъ соблюдать самую легкую діету. Параличи, которые составляютъ почти неизбѣжное послѣдствіе апоплексіи, можно лечить при помощи массажа, гимнастики и электричества.

Прежде, чѣмъ закончить эту статью, считаю долгомъ обратить вниманіе читателей еще на одинъ пунктъ. На практикѣ часто наблюдается, что первый ударъ бываетъ настолько легокъ, что не оставляетъ по себѣ никакихъ замѣтныхъ послѣдствій, и большой о немъ совершенно забываетъ. Результаты подобнаго отношенія часто бываютъ самыми грустными: очень нерѣдко ударъ *повторяется*, причемъ на этотъ разъ влечетъ за собой гораздо болѣе тягостныя послѣдствія для больного, а иногда и смерть. Вотъ почему мы всегда рекомендуемъ нашимъ больнымъ смотрѣть на первый легкій ударъ, какъ на очень мягкое и милостивое *предостереженіе* судьбы. Благо тому, кто понялъ его значеніе и сумѣлъ имъ воспользоваться. И горе тому, кто отнесся къ этому предостереженію легкомысленно!..

**Аппаратъ Сокулета.** Материнское молоко не содержитъ никакихъ зародышей, а потому употребленіе его, съ точки зрѣнія зараженія, не представляетъ никакой опасности для ребенка. Не то бываетъ при искусственномъ питаніи, при которомъ молоко неизбѣжно содержитъ огромное количество микробовъ, которые вызываютъ въ желудкѣ ребенка броженіе, а нерѣдко и зараженіе. Чтобы уничтожить микробовъ, молоко *кипятятъ*. Такимъ образомъ содержащіяся въ немъ бактеріи, правда, убиваются, но черезъ короткое время въ кипяченомъ молокѣ вновь появляются бактеріи въ огромномъ количествѣ. Такимъ образомъ приходится каждый разъ кипятить свѣжее



молоко, когда нужно кормить ребенка. Для устранения этого огромнаго неудобства, мюнхенскій врачъ Сокслетъ и придумалъ аппаратъ, который въ короткое время распространился по всему міру. Болѣе подробныя свѣдѣнія объ этомъ аппаратѣ читательницы найдутъ въ III части, въ главѣ „Объ искусственномъ питаніи ребенка“, гдѣ нами помѣщенъ и соотвѣтствующій рис. Молоко разливается въ 6—12 склянокъ, изъ которыхъ каждая содержитъ только то количество, которое ребенку необходимо на *одинъ* разъ. Затѣмъ скляночки вставляются въ металлическій судокъ, который, въ свою очередь, помѣщается въ кострюлю. Въ кострюлю эту наливается до половины высоты склянокъ вода, послѣ чего ее ставятъ на огонь. Послѣ 20-ти минутнаго кипяченія, скляночки наглухо закрываются пробочками и молоко кипятится еще 20 минутъ. Въ такомъ видѣ молоко можетъ сохраняться очень долгое время, оставаясь совершенно свободнымъ отъ зародышей.

**Аппетитъ — волчій** (*Буллимія*). Волчьимъ аппетитомъ называютъ ненасытное чувство голода, которое испытываютъ нѣкоторые лица, несмотря на огромное количество пищи, которое они поглощаютъ. Въ нѣкоторыхъ случаяхъ дѣло идетъ объ очень серьезномъ страданіи, напр., о **сахарной болѣзни** (см.); чаще же всего мы имѣемъ дѣло со страданіемъ, развившимся на нервной почвѣ: желудочные нервы утратили свойственную имъ чувствительность и не доставляютъ центральной нервной системѣ ощущенія сытости. Такимъ образомъ слѣдуетъ поискать причину *основнаго страданія*. Ненормальный аппетитъ наблюдается также нерѣдко при язвѣ желудка и чрезмѣрномъ выдѣленіи желудочнаго сока.

Помимо **леченія** нервнаго страданія въ томъ случаѣ, когда имъ обусловливается волчій голодь, слѣдуетъ также заняться урегулированіемъ пищеваренія. Желательно распредѣлить заранѣе время пріемовъ пищи, а также количество ея, причемъ за этимъ должны слѣдить, преимущественно, окружающіе, такъ какъ самъ больной не всегда способенъ думать объ этомъ. Слѣдуетъ избѣгать всѣхъ веществъ, дѣйствующихъ раздражающимъ образомъ на нервные приводы желудка, какъ то: спиртныхъ напитковъ, пряностей, уксуса, бульона, кофе, крѣпкаго чаю, пива и пр. Ежедневно слѣдуетъ проводить по нѣсколько часовъ на воздухѣ и предаваться физическому труду. Хорошо дѣйствуютъ также воздушныя ванны и водолеченіе.

Всего чаще наблюдается означенное страданіе, какъ сказано, при сахарной болѣзни, также истеріи, ипохондріи, эпилепсіи и пр. Временное облегченіе приноситъ холодная вода, если ее пить глотками, а также черный кофе. Въ нѣ-

которыхъ случаяхъ причина страданія лежитъ въ ненормальности половыхъ отправленияхъ.

**Аптека — домашняя.** Нѣкоторые вещества и предметы непременно должны *постоянно* находиться въ нашемъ распоряженіи для того, чтобы мы могли *безотлагательно* придти пострадавшему на помощь, въ случаѣ несчастія или неожиданнаго заболѣванія. Каждая мать семьи должна, само собой разумѣется, уметь сдѣлать легкую перевязку ребенку, который поранилъ себѣ палець, вынуть занозу изъ ноги, привести въ чувство упавшаго въ обморокъ и пр. Средства для подачи первой помощи слѣдуетъ имѣть



Рис. 151. Бутылки (съ механическимъ затворомъ) для горячей воды.

наготовѣ всеѣмъ матерямъ даже въ городахъ, гдѣ всегда имѣется аптека поблизости. Во сколько разъ это болѣе необходимо гдѣ-нибудь на отдаленной станціи желѣзной дороги или глухой деревнѣ!..

Изъ всеѣхъ предметовъ, которые *могутъ* входить въ составъ домашней аптеки, мы укажемъ только на главнѣйшіе. Слѣдуетъ имѣть два *термометра*: тѣльный и ванный; маленькую спринцовку, **кружку Эсмарха** (см.) съ двумя наконечниками: для задняго прохода (для клизмы) и промыванія влагалища; маленькіе щипцы для извлеченія занозъ; нѣсколько компрессовъ (для шеи и живота—для взрослыхъ и дѣтей); нѣсколько готовыхъ горчичниковъ; коллодій для заклеиванія небольшихъ ранокъ (послѣ предварительной дезинфекціи); липкій пластырь; узкіе и широкіе *бинты* газové и полотняные; пакетъ гигроскопической и обеззараженной ваты; нѣсколько карлсбадскихъ (безопасныхъ) булавокъ и нѣсколько чистыхъ полотняныхъ тряпочекъ. Кромѣ того, слѣдуетъ имѣть **мензурку** (см.) для полученія растворовъ; капельницу, спринцовку и бутылку съ механической пробкой для замѣны грѣлки.

Что касается до *лекарственныхъ веществъ*, то необходимую принадлежность домашней аптеки составляютъ: гофманскія или бестужевскія капли (въ тѣ и другія входитъ эфиръ); ихъ даютъ по 15—20 капель при слабости и обморочномъ состояніи.



Рис. 152. Скатанный бинтъ.



Рис. 153. Резиновая спринцовка для маленькихъ дѣтей.

Рвотное средство. Всего лучше приготовить таковое по слѣдующему рецепту: 3 центиграмма **рвотнаго камня** (см.) смѣшать съ 5 граммами **сѣрно-кислаго натра**. Такіе порошки давать въ полчашкѣ теплой воды до трехъ разъ съ 15-минутными промежутками. Съ такихъ порошковъ слѣдуетъ начинать, напр., при отравленіи. При отсутствіи рвотнаго камня прибѣгаютъ къ **рвотному корню** (см.):  $\frac{1}{2}$  грамма на  $\frac{1}{2}$  чашки воды—до 3-хъ разъ; или къ **сѣрно-кислomu цинку** (см.):  $\frac{1}{2}$  грамма на  $\frac{1}{2}$  стакана воды. За отсутствіемъ всѣхъ предыдущихъ средствъ, слѣдуетъ прибѣгнуть къ **касторовому маслу** (см.). Лавровишневая капли хорошо дѣйствуютъ при расстройствахъ желудка, а также для общаго успокоенія. Помимо этихъ — необходимыхъ веществъ—хорошо имѣть также нѣкоторыя травы: грудной чай, ромашку, липовый цвѣтъ; настой всѣхъ этихъ веществъ на горячей водѣ усиливаетъ мочеотдѣленіе и вызываетъ потъ. Шипучіе порошки часто легко устраняютъ небольшое расстройство желудка. Всегда слѣдуетъ имѣть наготовѣ 5% растворъ карболки (подъ замкомъ!—лучше окрасить) и 2%—борный растворъ.

Таковы—тѣ вещества и предметы, которыми во всякую минуту должна располагать каждая хозяйка и мать семьи. Они должны быть расположены въ самомъ строгомъ порядкѣ такимъ образомъ, чтобы во всякую минуту любой предметъ можно было легко найти. Можетъ случиться, что даже годъ-другой пройдетъ, и въ нѣкоторыхъ предметахъ не встрѣтится ни малѣйшей надобности, но послѣдствія могутъ оказаться очень тяжелыми, если несчастный случай насъ застигнетъ врасплохъ совершенно безоружными. А потому будьте всегда наготовѣ!

**Ароматическія травы.** Травы эти во многихъ мѣстахъ растутъ въ дикомъ состояніи, особенно у насъ въ Россіи—на ея безграничныхъ степяхъ, и легко могутъ быть собираемы, что и дѣлаютъ постоянно крестьянки. Травы эти содержатъ въ большинствѣ случаевъ ароматныя масла; поэтому онѣ дѣйствуютъ раздражающимъ образомъ какъ на нашу кожу, такъ и на желудокъ. Нѣкоторыя изъ нихъ обладаютъ помимо того и другими цѣлебными свойствами.

Къ наиболѣе употребительнымъ травамъ и корнямъ мы можемъ причислить: ромашку, укропъ, тимьянъ, мяту, шалфей, липовый и бузиновый цвѣтъ, анисъ, корень проскурняка, тминъ, валерьяну, дубовую кору и т. п. Большинство этихъ травъ употребляется въ отварахъ, въ видѣ чая. Къ сожалѣнію, нельзя сказать, чтобы этотъ способъ примѣненія травъ всегда могъ быть признаваемъ наиболѣе разумнымъ. Въ то же время слѣдуетъ сознаться, что многія травы нами еще недостаточно

изучены, съ точки зрѣнія ихъ свойствъ и особенностей. Д-ръ Пачковскій сдѣлалъ опытъ въ этомъ направленіи и, съ точки зрѣнія химическаго состава, дѣлитъ травы 1) на такія, которыя содержатъ большое количество *желѣза*. Къ таковымъ онъ причисляетъ: пахучій яминъ, листья волошкаго орѣшника, крапиву, медовницу, шпинатъ, спаржу; 2) на богатые *известью*: ромашку, подковку, укропъ, медуницу, одуванчикъ, шпинатъ, крапиву, капусту и пр.; 3) на богатые *натріемъ*: одуванчикъ, спаржу, римскій салатъ, рѣдису, морковь, землянику (ягоды и листья), укропъ, ивовую кору и пр.

Итакъ, во многихъ травахъ содержится известное количество желѣза, извести и натрія, т. е. минеральныхъ веществъ, которыя имѣютъ огромное значеніе для нашего организма, такъ какъ они, съ одной стороны, облегчаютъ переходъ кислорода изъ воздуха въ кровь и, съ другой стороны, способствуютъ удаленію изъ нашего организма вредныхъ веществъ, такъ какъ они связываютъ кислоты. Очевидно, что мы должны во многихъ случаяхъ высоко цѣнить дѣйствіе травъ на организмъ.

**Арракъ** представляетъ собой одинъ изъ наиболѣе крѣпкихъ **спиртныхъ напитковъ**. Онъ положительно *обжигаетъ* слизистую оболочку желудка. Поэтому отъ употребленія его слѣдуетъ особенно воздерживаться.

**Арорутъ** представляетъ собой растение, изъ котораго добывается особаго рода мука, которая очень хорошо дѣйствуетъ при нѣкоторыхъ поносахъ у дѣтей. Изъ нея можно образовать слизистую жидкость; можно ее также давать въ молокѣ. Въ тѣхъ случаяхъ, когда обыкновенная мука плохо переносится ребенкомъ, можно испробовать муку изъ арорута.

**Асептика.** Тотчасъ послѣ того, какъ Пастёръ открылъ, что причиной заразныхъ болѣзней и зараженія ранъ являются **микробы** (см.), естественно возникла мысль о томъ, чтобы при помощи нѣкоторыхъ веществъ уничтожать ихъ. На этомъ принципѣ и зиждется **Антисептика** (см. „Антисептическія средства“). Дальнѣйшими наблюденіями, однако, было усгановлено, что антисептическія средства уничтожаютъ микробовъ только въ томъ случаѣ, если ихъ употребляютъ въ довольно сильныхъ растворахъ; такіе растворы дѣйствуютъ между тѣмъ ядовито на нашъ организмъ. Въ болѣе же слабыхъ растворѣ они не дѣйствуютъ и на микробовъ. Тогда въ хирургіи произошелъ понемногу поворотъ отъ антисептики къ *асептикѣ*. Подъ асептикой понимаютъ такія условія, при которыхъ микробовъ вовсе *не бываетъ*. Представимъ себѣ, напр., операцію въ области живота. Полость эта совершенно не содержитъ микробовъ. Поэтому нѣтъ никакой надобности

и убивать ихъ. Такимъ образомъ слѣдуетъ только позаботиться о томъ, чтобы преградить доступъ микробамъ извнѣ, для чего и принимаются соотвѣтствующія мѣры по отношенію къ оператору, помощникамъ его, больному, перевязочному материалу, бѣлью и пр. При такихъ условіяхъ удается проводить операціи при совершенномъ *отсутствіи* бактерій. Все, что возможно, подвергается **стерилизаціи** см. (т. е. обезпложиванію горячимъ паромъ). Для обмыванія и пр. употребляется вода, нагрѣтая до кипѣнія, вслѣдствіе чего умерщвляются всѣ бациллы, и затѣмъ остуженная. Будучи сохраняема въ герметически закрытыхъ сосудахъ, вода, какъ и прочія употребляемая при операціяхъ вещества, остается совершенно *стерилизованной*, т. е. обезпложенной, такъ какъ въ ней микробовъ нѣтъ. Большинство хирурговъ предпочитаетъ въ настоящее время асептику антисептикѣ, такъ какъ первая представляетъ значительно больше гарантій противъ зараженія.

**Астигматизмъ** представляетъ собой довольно рѣдкое, но вмѣстѣ съ тѣмъ и довольно *тяжелое* страданіе нашего зрительнаго аппарата. Сущность его состоитъ въ томъ, что лучи, исходящіе отъ какого-либо предмета, собираются не въ одной точкѣ, какъ это бываетъ нормально, но въ *разныхъ* точкахъ. Вслѣдствіе этого, больной *никогда* не можетъ видѣть предмета вполне отчетливо. Происходитъ это страданіе оттого, что роговая оболочка вслѣдствіе какихъ-либо причинъ, напр., язвы, имѣетъ не во всѣхъ мѣстахъ одну и ту же кривизну. Что касается до *леченія* этого страданія, то оно состоитъ въ надлежащемъ подборѣ *стекелъ*: цилиндрическихъ (для простаго, равномернаго, астигматизма) и цилиндро-коническихъ (для сложнаго, т. е. *неравномернаго* астигматизма).

**Астма. — Удушье.** Большею частью страданіе это, выражающееся въ томъ, что процессъ дыханія у больного какъ будто приостанавливается, проявляется у взрослыхъ людей. Несмотря на то, что *нервная* основа страданія едва ли можетъ быть подвергаема какому-либо сомнѣнію, слѣдуетъ, однако, сказать, что въ подавляющемъ большинствѣ случаевъ къ нервному элементу примѣшивается и легочный: въ однихъ случаяхъ мы находимъ запущенный бронхитъ, въ другихъ—расширеніе легочныхъ пузырьковъ (эмфизему) и т. д. Астма появляется обыкновенно въ видѣ *приступовъ*, которые при частомъ повтореніи способны бывають буквально измучить больного. Приступъ появляется совершенно неожиданно и характеризуется удушьемъ: больной задыхается отъ недостатка воздуха, несмотря на то, что грудь его расширена до крайнихъ предѣловъ, но воздухъ въ легкихъ *не обтѣливается*. Больной принимаетъ самыя странныя и причудливыя позы,

чтобы втянуть въ себя воздухъ. Но, усилія его остаются безъ результата. Несмотря на крайнюю непродолжительность приступа, больной покрывается холоднымъ потомъ, имѣетъ совершенно измученный видъ и съ ужасомъ думаетъ о возможности повторенія приступа. Что удивительнѣ всего, такъ это то, что пароксизмъ иногда появляется не только безъ какихъ-либо видимыхъ причинъ, но и совершенно парадоксальнымъ образомъ. Такъ, многочисленными наблюденіями установлено, что пароксизмы иногда появляются, когда больной находится, повидимому, при наилучшихъ гигиеническихъ и климатическихъ условіяхъ, между тѣмъ какъ онъ чувствуетъ себя отлично въ какомъ-нибудь другомъ пунктѣ, который въ этомъ отношеніи сильно оставляетъ желать лучшаго. Однимъ словомъ, какъ и всякое нервное страданіе, астма представляется крайне капризной въ своемъ теченіи и проявленіяхъ.

**Леченіе и предохраненіе** астмы основано на томъ, чтобы, по возможности, избѣгать всего того, что можетъ раздражающимъ образомъ подѣйствовать на нервную систему вообще и на легочный аппаратъ въ особенности. Во время *приступа* астмы прибѣгаютъ обыкновенно къ слѣдующимъ мѣрамъ: сжигаютъ въ комнатѣ небольшое количество табаку изъ листьевъ дурману и красавки, или же даютъ больному курить папиросы изъ этого табаку, къ которому прибавляютъ также селитряной бумаги. Окна слѣдуетъ раскрыть настежь, чтобы дать больному какъ можно больше воздуху. Тѣло можно обмывать горячей водой (лучше уксутомъ); кромѣ того, слѣдуетъ поставить горчичники къ икрамъ или затылку. Дѣлаютъ также горячія ручныя ванны. Чтобы избавить больного отъ приступовъ, помимо фармацевтическаго леченія—слѣдуетъ прибѣгнуть также къ закаливанію и легочной гимнастикѣ. Въ нѣкоторыхъ случаяхъ необходимо бываетъ перемѣнить мѣсто-пребываніе больного.

**Атропинъ** представляетъ собой алкалоидъ (такъ называютъ дѣйствующее начало, характерное для *даннаго* растенія), извлекаемый изъ красавки (сонной одури). Вещество это представляетъ собой очень сильный ядъ, а потому употребляется лишь въ самыхъ незначительныхъ количествахъ. Наибольшимъ распространеніемъ пользуется атропинъ въ *глазной* практикѣ, такъ какъ онъ расширяетъ зрачекъ и такимъ образомъ даетъ возможность, посредствомъ спеціальнаго глазного зеркала, изслѣдовать дно глаза. Посредствомъ искусственнаго расширенія зрачка, предупреждаются также нѣкоторыя сращенія глаза.

Въ послѣднее время атропинъ стали употреблять съ очень большимъ успѣхомъ также и при **непроходимости кишекъ**

(см.), особенно у дѣтей. Такимъ образомъ стало возможнымъ во многихъ подобныхъ случаяхъ обходиться безъ очень тяжелой операции, требующей вскрытія живота.

**Атрофія.** Терминъ этотъ обозначаетъ въ медицинѣ *обратное* развитіе какого-либо органа. Такъ, напр., извѣстно, что, если какой-нибудь органъ болѣе или менѣе продолжительное время остается безъ употребленія, то онъ мало-по-малу уменьшается въ объемѣ и теряетъ первоначальную силу. Процессъ этотъ мы и называемъ атрофіей. На этомъ основаніи утверждаютъ, напр., что у современнаго человѣчества атрофируется мышечная система, волосы, зубы и нѣкоторые другіе органы. Атрофія очень часто наблюдается при заболѣваніяхъ, при которыхъ тотъ или иной органъ принуждается къ продолжительному бездѣйствію. Такъ, напр., послѣ вывиха или перелома, бываетъ замѣтна атрофія соответствующей части конечности. То же, и даже гораздо болѣе рѣзкимъ образомъ, наблюдается при перерѣзкѣ или параличѣ нерва, оживляющаго данную область. Пораженная область мало-по-малу худѣетъ, истончается, уменьшается въ объемѣ и отказывается служить.

Лучшимъ средствомъ противъ атрофіи является *движеніе*. Всего лучше, само собой разумѣется, *активное* движеніе. Если оно почему-либо оказывается невозможнымъ, то прибѣгаютъ къ *пассивному* движенію: шведской гимнастикѣ, массажу, растираніямъ и т. д.

**Афоніей** мы называемъ потерю голоса. Въ видѣ переходящаго страданія она встрѣчается почти при всѣхъ простудахъ горла. Въ видѣ *постояннаго* страданія она находится въ зависимости отъ болѣзненныхъ процессовъ въ области гортани. Такъ, она наблюдается при катаррахъ, утолщеніяхъ голосовыхъ связокъ, истерическихъ параличахъ, язвенныхъ процессахъ и т. д. **Лечить** страданіе необходимо въ зависимости отъ причины. Помимо *мѣстнаго* леченія, которое можетъ быть производимо только врачомъ подъ контролемъ **ларингоскопа** (см.), хорошо дѣйствуетъ также наружное и общее леченіе. Большею частью прибѣгаютъ къ вдыханію горячихъ паровъ, къ компрессамъ на шею и въ видѣ отвлекающаго—къ горячимъ ножнымъ ваннамъ. Пѣвцамъ, весь жизненный капиталъ которыхъ сосредоточивается иногда на правильномъ функционированіи голоса, слѣдуетъ слѣдить за своей гортанью съ особенной тщательностью, такъ какъ аппаратъ этотъ отличается своей чрезвычайной деликатностью.

**Афты** представляютъ собой бѣленькіе пузырьки съ красноватой каемкой, которые появляются, преимущественно, у тѣхъ дѣтей, питаніе и общее состояніе которыхъ не вполне

удовлетворительны. Появленіе афтѣ сопровождается обыкновенно лихорадкой и причиняетъ большія страданія ребенку. Всего чаще появленіе ихъ находится въ тѣсной зависимости отъ заболѣванія пищеварительнаго канала. См. таблицу въ краскахъ № 9, „**Болѣзни полости рта**“. Что касается до **леченія**, то во многихъ случаяхъ можно ограничиться прополаскиваніемъ полости рта изъ небольшой спринцовки двухпроцентнымъ растворомъ борной кислоты (ложечку на стаканъ теплой воды). Такъ какъ жеваніе болѣзненно, то слѣдуетъ кормить ребенка преимущественно жидкой пищей: молокомъ, плотными супами, компотами и т. д. Особенно внимательно слѣдуетъ слѣдить за состояніемъ и правильнымъ опорожненіемъ кишечника.

## Б.

**Базедова болѣзнь** представляетъ собой, преимущественно, страданіе зрѣлаго возраста, встрѣчающееся чаще среди женщинъ, нежели среди мужчинъ. Главнѣйшими ея симптомами являются: усиленная дѣятельность сердца, выпуклость глазныхъ яблокъ и зобъ. Очень часто наблюдаются сердцебиенія, дрожаніе въ конечностяхъ, раздражительность, бессонница. Причинами ея считаются сильныя душевныя потрясенія, кровосмѣшеніе, разгульная жизнь и пр. Справедливость заставляетъ насъ, однако, сознаться, что встрѣчаются случаи, и притомъ не такъ уже рѣдко, гдѣ причины ея остаются покрытыми для насъ мракомъ неизвѣстности. Послѣдствіями ея являются часто блѣдная немочь, малокровіе, приостановка или прекращеніе менструацій, расстройство пищеваренія и нервной системы и пр.

Что касается до **леченія** болѣзни, то до послѣдняго времени прибѣгали къ различнымъ палліативамъ: бромистому натрію, водолеченію, купаньямъ и пр., которые въ лучшемъ случаѣ могли улучшить только отдѣльные симптомы, но которые были безсильны оказать вліяніе на общій ходъ болѣзни. Съ тѣхъ поръ, однако, какъ стала извѣстна зависимость болѣзни отъ усиленной дѣятельности щитовидной железы, врачи въ послѣднее время стали съ успѣхомъ прибѣгать къ вырѣзыванію щитовидной железы. Къ сожалѣнію, этотъ методъ леченія нерѣдко влечетъ за собой неблагоприятныя послѣдствія въ томъ смыслѣ, что дѣйствуетъ понижающимъ образомъ на умственныя способности оперированныхъ. Мы не имѣемъ возможности останавливаться здѣсь дольше на ознакомленіи читательницъ съ этимъ интереснымъ вопросомъ.



**Бактеріи** представляют собой, какъ всё́мъ извѣстно, микроскопическія существа, которыя стоятъ на границѣ между растительнымъ и животнымъ міромъ. Ихъ считаютъ грибами. Заслуга открытія ихъ принадлежитъ, какъ извѣстно, Пастёру. Въ виду того, что болѣе подробно мы остановимся на **бактеріологии** (см.) въ слѣдующей статьѣ, мы въ этомъ мѣстѣ приведемъ только тѣ свѣдѣнія, которыя могутъ имѣть до извѣстной степени *практической* интересъ для нашихъ читателейъ, и ознакомимъ ихъ съ тѣми приемами, которыми пользуется современная медицина для констатированія присутствія бактерій въ каждомъ частномъ случаѣ и установленія твердаго распознаванія того или иного заболѣванія. Возьмемъ для примѣра наиболѣе часто встрѣчающуюся заразную болѣзнь, которая ежегодно уноситъ такое безконечное количество жертвъ — *чахотку легкихъ*. Какимъ образомъ можемъ мы констатировать съ увѣренностью, что данный больной страдаетъ чахоткой? Для этого мы собираемъ его *мокроту* и въ этой мокротѣ выбираемъ извѣстные мѣста, въ которыхъ всего больше имѣется шансовъ, какъ извѣстно врачамъ по опыту, найти такъ-наз. Коховскія палочки, являющіяся причиной чахотки. Для этого прокаленной платиновой иглой достаютъ небольшое количество мокроты и осторожно растираютъ ее на чистомъ стеклѣ. Затѣмъ слегка пригрѣваютъ стекло съ мокротой, чтобы она къ нему плотно пристала. Затѣмъ погружаютъ стекло въ растворъ *красной* краски опредѣленнаго состава, въ которой оно лежитъ нѣсколько минутъ. Вслѣдствіе этого *все* элементы мокроты окрашиваются въ однообразный красный цвѣтъ, такъ что на стеклѣ ничего опредѣленнаго нельзя различить. Смывши избытокъ краски водой, мы *обезцвѣчиваемъ* препаратъ какой-нибудь кислотой. Тогда краска растворяется на всё́хъ элементахъ мокроты, *за исключеніемъ* бациллъ чахотки, которыя съ трудомъ окрашиваются, но, разъ окрасившись, съ большимъ трудомъ обезцвѣчиваются. Для большей рельефности препаратъ окрашиваютъ затѣмъ вторично *синей* краской. Тогда всё элементы мокроты окрашиваются въ *синій* цвѣтъ; однѣ только бациллы бугорчатки сохраняютъ свой *первоначальный красный* цвѣтъ. Препарат кладется подъ микроскопъ и при увеличеніи въ 500—1.000 разъ красныя бациллы очень рельефно и отчетливо выступаютъ на общемъ синемъ фонѣ, какъ это нами и изображено на рис. 154.

При такихъ условіяхъ дальнѣйшихъ сомнѣній въ томъ, что данный больной страдаетъ чахоткой, больше оставаться не можетъ.

Мы описали способъ находенія бациллъ въ мокротѣ чахоточнаго. Такимъ же приблизительно путемъ находятъ

ихъ и при остальныхъ болѣзняхъ, съ той разницей, что измѣняется среда (испражнения, вода и пр.), въ которой онѣ преимущественно обитаютъ, а также краски, которыя на нихъ всего вѣрнѣе дѣйствуютъ.

Несомнѣнно, что бациллы представляютъ собой особенный мѣръ, стоящій на границѣ между животнымъ и растительнымъ, и что ихъ такъ же, какъ и животныхъ и растений, существуетъ огромное количество разновидностей. Несмотря на то, что нѣкоторые авторы полагаютъ, будто одинъ видъ можетъ при нѣ-

которыхъ условіяхъ переходить въ другой, большинство изслѣдователей принимаетъ, что каждый видъ представляетъ собой нѣчто обособленное. Бактеріи по ихъ внѣшнему виду различаются на слѣдующія три основныя группы: палочки — *бациллы*, напр., Коховская палочка, вызывающая заболѣваніе чахоткой, *кокки* — точечныя бактеріи, напр., стрептококки,

вызывающія зараженіе крови, и *спириллы*, имѣющія видъ штопора, напр., спирилла возвратнаго тифа. На предыдущемъ рисункѣ мы изобразили Коховскую бациллу, на двухъ слѣдующихъ — изображаемъ кокковъ и спириллъ.

**Бактеріологія.** Послѣ того, какъ мы въ предыдущей статьѣ дали нашимъ читательницамъ и читателямъ довольно опредѣленное понятіе о бактеріяхъ (см.), мы можемъ быть болѣе кратки относительно бактеріологіи. Бактеріологія представляетъ собой въ настоящее время одну изъ наиболѣе живыхъ отраслей медицины, что естественно объясняется тѣмъ, что предметомъ ея изученія являются **заразныя болѣзни** (см.), на алтарь которыхъ человѣчество несетъ наиболѣе

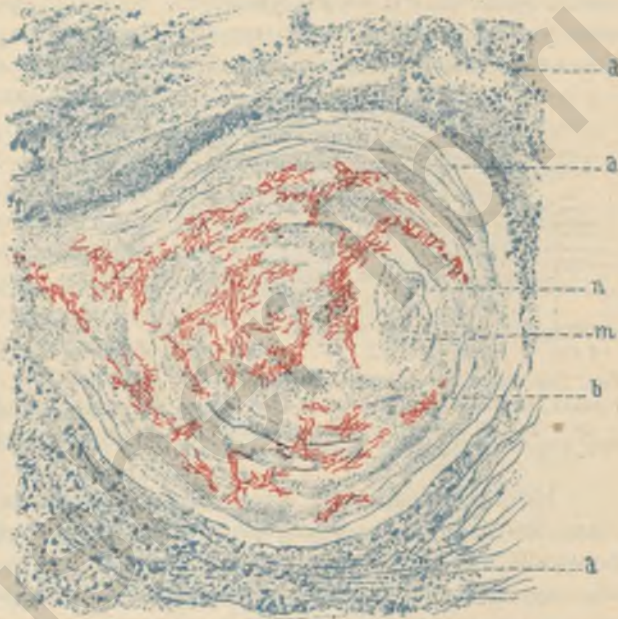


Рис. 154. Бациллы бугорчатки.  
а — воспаленная легочная ткань; б — бациллы, расположенныя небольшими кучками; м — омертвѣвшій участокъ; н — щель.  
Увеличено въ 500 разъ. (По Лаврану и Тэссье).

тяжелыя жертвы. Безсмертная заслуга открытія бактерій и того обстоятельства, что ими обуславливается появленіе заразныхъ болѣзней, принадлежитъ, какъ извѣстно, Пастѣру. По *стопанамъ* Пастѣра съ успѣхомъ пошли многія сотни изслѣдователей, но научныхъ *предшественниковъ* у него не было. Чтобы въ нѣсколькихъ словахъ указать заслугу передъ человѣчествомъ упомянутаго ученаго, мы просто перечислимъ тѣ болѣзни, причина которыхъ въ настоящее время твердо установлена исключительно благодаря открытію Пастѣра. Перечень этотъ вмѣстѣ съ тѣмъ укажетъ намъ и на то, какіе огромные успѣхи сдѣлала за очень короткое время своего существованія бактериологія. Въ настоящее время открыты бактеріи брюшного тифа и чахотки, т. е. двухъ болѣзней,

которымъ человѣчество платитъ наиболѣе тяжелую дань многими сотнями тысячъ преждевременныхъ жертвъ ежегодно: сибирской язвы, сапа, возвратнаго тифа, коклюша, холеры, розги, воспаленія легкихъ, дифтерита, столбняка, инфлюэнцы, чумы, проказы, перелоя и ревматизма.

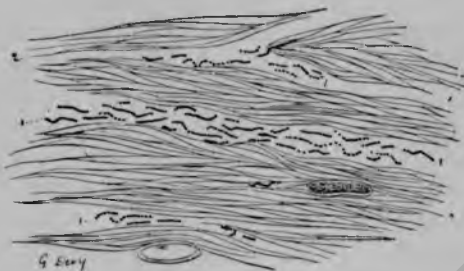


Рис. 155. Рожистое воспаленіе кожи. Стрептококки (цѣпекокки) видны въ большомъ количествѣ въ лимфатическихъ сосудахъ. По Массѣ — «Трактатъ по бактериологіи».

Вполнѣ понятно, что открытіе причины заразныхъ болѣзней—бактерій имѣло не только научный, но и чисто *практическій* интересъ, такъ какъ только тогда, когда намъ извѣстна *причина* какой-нибудь болѣзни, можемъ мы заняться изысканіемъ средствъ, при помощи которыхъ мы можемъ предупредить ея появленіе, или же, если это намъ не удалось, способамъ, посредствомъ которыхъ мы можемъ съ ней всего успѣшнѣе бороться.

Первымъ этапомъ въ этомъ направленіи является открытіе *специфическаго* микроорганизма, который производитъ данную болѣзнь. Разъ этотъ микроорганизмъ открытъ, изучаютъ тѣ условія, при которыхъ онъ всего быстрѣе распространяется, а также и тѣ, которыя препятствуютъ его распространенію и задерживаютъ его развитіе. Эти данныя загѣмъ и примѣняются, по возможности, къ борьбѣ съ данной болѣзью. Изъ желанія быть краткими, укажемъ только на то, что такимъ путемъ узнали, что холера передается преимущественно при посредствѣ воды и испражнений, чума—крысь и пищевыхъ продуктовъ, чахотка—мокроты и молока. Въ соответствующемъ направленіи и принимаются мѣры къ

предупрежденію данной болѣзни. Что же касается до борьбы съ данной болѣзнью, то въ этомъ отношеніи наибольшее значеніе имѣютъ специфическія **прививки** (см.) и сыворотки. Что касается до дѣйствія прививокъ при нѣкоторыхъ заразныхъ болѣзняхъ, то намъ достаточно указать только на **собачье бѣшенство** и **дифтеритъ**. (см.)

Въ виду огромнаго значенія бактериологическихъ изысканій, они во всѣхъ странахъ производятся не только въ университетахъ, но и въ специальныхъ институтахъ, которые повсюду носятъ названіе *Пастѣровскихъ*, въ честь безсмертнаго ученаго. Нѣсколько такихъ институтовъ имѣется и у насъ въ Россіи (между прочимъ и во Владивостокѣ). Что касается до повседневнаго значенія бактериологіи, то къ ней, по поводу той или иной болѣзни, приходится въ настоящее время прибѣгать врачу чрезвычайно часто для того, чтобы съ полной опредѣленностью поставить діагнозъ той или иной болѣзни. Изъ сказаннаго ясно видно, какъ неизмѣримо велика заслуга Пастѣра передъ человѣчествомъ.

**Баль** можетъ служить очень милымъ и пріятнымъ развлеченіемъ для молодыхъ людей, когда условія, при которыхъ онъ происходитъ, не находятся въ полномъ противорѣчій съ основными требованіями гігіены, какъ это въ настоящее время наблюдается, къ сожалѣнію, сплошь и рядомъ. Праздничное настроеніе, нѣкоторая нарядность, большее и разнообразное общество, хорошая музыка, разнообразныя танцы, вотъ что слѣдуетъ удерживать изъ современныхъ баловъ. Но они безусловно вредны, какъ въ нравственномъ, такъ и въ физическомъ отношеніи, если обращаются въ какую-то „ярмарку тщеславія“, гдѣ роскошныя или слишкомъ смѣлыя наряды совершенно затмеваютъ естественность и простоту и сѣютъ кругомъ болѣзненную зависть и соблазнъ. Въ физиологическомъ отношеніи очень вредно дѣйствуютъ, какъ мы уже указывали выше (см. ч. I, „Спортъ“, стр. 270), отравленный испареніями душный воздухъ, пыль, поднимаемая столбомъ женскими шлейфами и ногами танцующихъ; слишкомъ продолжительныя и слишкомъ поздніе танцы; возбужденіе, которое они вызываютъ и которое лишаетъ возможности отдохнуть спокойно, даже послѣ того, какъ молодые люди уже легли въ постель, и, наконецъ, нерѣдкая простуда послѣ



Рис. 156. Спириллы Обермайера при возвратномъ тифѣ.  
 А—красный кровяной шарикъ,  
 b, b', b'', b'''—спириллы.  
 Увеличено въ 600 разъ.  
 (По Вайгерту).

бала, когда молодые люди выходятъ слишкомъ разгоряченными на морозный воздухъ. При какихъ условіяхъ должны происходить *тиетическіе* балы, мы уже указывали выше, а потому повторяться не станемъ.

**Бальзамъ.** Бальзамамъ приписывается успокоительное дѣйствіе на раны, откуда и выраженіе: „какъ бальзамъ на рану“. Слѣдуетъ, однако, сказать, что современная медицина открыла гораздо болѣе дѣйствительные способы леченія и успокоенія ранъ, нежели бальзамы, которые поэтому и употребляются въ настоящее время въ медицинѣ относительно рѣдко и притомъ, чаще внутрь, напр., копайскій бальзамъ. Въ простомъ народѣ, и особенно на востокѣ, они и въ настоящее время очень сильно распространены. Въ нихъ входятъ, преимущественно, вещества растительнаго происхожденія, напр., сосновое масло, канифоль, скипидарное масло и пр.

**Бальнеотерапія.** Слово это довольно часто встрѣчается въ газетахъ, журналахъ и различныхъ популярныхъ изданіяхъ. Обозначаетъ оно, собственно говоря, *леченіе купаньями*; въ болѣе же широкомъ смыслѣ—леченіе, минеральными водами во внутреннемъ и наружномъ употребленіи. Подробно см. „Лечебныя воды“ и „Курорты“.

**Бантинговъ способъ леченія ожирѣнія.** Получилъ этотъ методъ свое названіе отъ англичанина Уильяма Бантинга, котораго д-ръ Гарвей излечилъ этимъ способомъ отъ тучности. Способъ этотъ состоитъ въ томъ, что изъ пищи совершенно удаляются жиры и углеводы; питаютъ же больного однимъ мясомъ, т. е. бѣлками. Способъ этотъ при строгомъ выполненіи можетъ повлечь за собой нѣкоторыя тяжелыя осложненія, а потому къ нему въ настоящее время, когда у насъ имѣются лучшіе способы леченія ожирѣнія, прибѣгаютъ довольно рѣдко.

**Баракъ** представляетъ собой легкое деревянное строеніе, служащее, напр., помѣщеніемъ для рабочихъ во время проведенія желѣзнодорожныхъ линій и возведенія большихъ зданій. Гораздо большее значеніе имѣетъ, однако, для насъ *болыиный баракъ*, который все больше и больше входитъ во всеобщее употребленіе. Такого рода баракъ представляетъ надъ обычными больницами огромныя преимущества: онъ легокъ, можетъ быть расположенъ сообразно съ особенностями даннаго мѣста, отлично провѣтривается и т. д. Главнымъ его преимуществомъ слѣдуетъ, однако, на нашъ взглядъ считать то, что его можно *очень быстро построить*, что имѣетъ огромное значеніе при неожиданномъ появленіи какой-нибудь эпидеміи. Матеріаломъ для него служитъ почти исключительно дерево. Если эпидемія отличается особенной зарази-

тельностью (дифтеритъ, холера, чума), то баракъ также легко уничтожить огнемъ по минованіи въ немъ надобности. Такимъ образомъ устраняется возможность дальнѣйшей передачи заразы. Огромное значеніе имѣютъ также бараки для *дѣтскихъ колоній*. Вообще слѣдуетъ сказать, что этотъ типъ постройки является однимъ изъ наиболѣе излюбленныхъ у насъ въ Россіи.

**Барометръ** представляетъ собой инструментъ, который указываетъ, собственно говоря, только *давленіе воздуха*, но который въ дѣйствительности предсказываетъ также довольно точно *погоду*. Люди, очень восприимчивые къ перемѣнѣ погоды (особенно ревматики), хорошо бы дѣлали, если бы, передъ тѣмъ какъ отправляться, напр., на прогулку или недалекое путешествіе, справлялись бы предварительно съ указаніями барометра. Очень хорошо замѣняютъ барометръ и нѣкоторые виды лягушекъ. Смотри по тому, гдѣ именно помѣщается лягушка на лѣсенкѣ въ стаканѣ, можно судить о томъ, какова будетъ погода. Однимъ изъ вѣрныхъ признаковъ хорошей погоды служитъ также разстиланіе паутины въ воздухѣ. Объясняется это тѣмъ, что паукъ обладаетъ особенной чувствительностью къ сырости и распускаетъ поэтому паутину только въ томъ случаѣ, когда погода обѣщаетъ быть очень сухой.

**Бартолиневы железы.** Расположены онѣ въ области наружныхъ срамныхъ губъ и выдѣляютъ слизь. При нѣкоторыхъ условіяхъ онѣ заражаются и начинаютъ выдѣлять гной. Особенно это опасно въ томъ случаѣ, когда гной *перелойнаго* свойства. Появляются боль и жженіе въ пораженномъ мѣстѣ. Нарывы, образующіеся въ такомъ случаѣ, достигаютъ иногда огромныхъ размѣровъ.

**Леченіе.** Слѣдуетъ избѣгать сколько-нибудь рѣзкихъ движеній, а также давленія на болѣзненные мѣста. Теплыя припарки способствуютъ созрѣванію нарыва. Теплыя полуванны, градусовъ въ 28—30 R., въ продолженіе 10 минутъ дѣйствуютъ успокаивающимъ образомъ на боль и могутъ быть повторяемы раза два-три въ сутки. Въ томъ случаѣ, когда зараженіе перелойнаго характера передалось отъ мужа, не слѣдуетъ медлить обращеніемъ къ врачу. Въ такомъ случаѣ соблюденіе самой педантической чистоты представляется вопросомъ первой важности. Съ особенной тщательностью слѣдуетъ *беречь глаза*. Самое ничтожное количество триппернаго (перелойнаго) гноя, попавъ на здоровый глазъ, можетъ въ немъ вызвать самое опасное воспаленіе. Поэтому слѣдуетъ себѣ поставить за правило: послѣ cadaго прикосновенія къ больному мѣсту самымъ тщательнымъ образомъ мыть руки

въ теплой водѣ съ содой. Не слѣдуетъ никоимъ образомъ дѣлать съ кѣмъ-либо ложе, полотенце или постельное бѣлье.

Когда нарывъ вскрылся, то слѣдуетъ слѣдить за тѣмъ, чтобы былъ удаленъ *весь* гной; въ противномъ случаѣ можетъ появиться новый нарывъ или же нагноеніе можетъ принять хроническое теченіе.

**Вациллы**—палочки—одинъ изъ видовъ „**Бактерій**“ (см.).

**Бауншайдта**—способъ леченія. Методъ этотъ основанъ на *отвлеченіи*, которое признается и научной медициной. Сущность отвлечения состоитъ въ томъ, что, производя

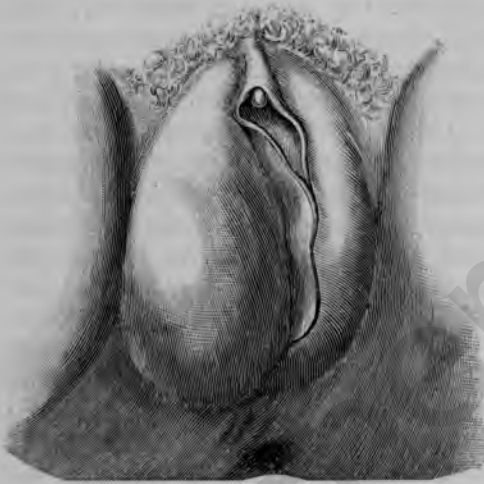


Рис. 157. Нарывъ правой бартолиновой железы. Правая паружная срамная губа имѣетъ выпуклый яйцеобразный видъ; малыя губы притиснуты другъ къ другу. По Auvard'y.

искусственнымъ путемъ какое-нибудь сильное раздраженіе поблизости воспаленнаго мѣста, мы тѣмъ отвлекаемъ кровь отъ больного мѣста и такимъ путемъ производимъ нѣкоторое успокоеніе болѣзненнаго процесса. Такое значеніе имѣеть, напр., смазываніе *iodoz* при внутреннихъ болѣзняхъ, напр., плевритѣ (воспаленіе легочной плевы). Способъ Бауншайдта отличается, однако, своей грубостью и болѣзненностью: состоитъ онъ въ томъ, что посредствомъ специального инструмента вкладывается въ кожу сразу довольно

значительное количество булавокъ, и затѣмъ въ мѣста уколовъ втирается одно изъ наиболѣе раздражающихъ веществъ: кротонное масло. Способъ этотъ теперь почти окончательно вышелъ изъ употребленія. Научная медицина обладаетъ въ настоящее время отвлекающими средствами, которыя дѣйствуютъ не менѣе вѣрно, чѣмъ способъ Бауншайдта, но вмѣстѣ съ тѣмъ лишены его болѣзненности и опасностей (зараженія) и не оставляютъ послѣ себя такихъ отвратительныхъ рубцовъ, какъ примѣненіе описаннаго способа. Поэтому настоятельно совѣтуемъ читательницамъ, въ виду того, что способъ, можетъ-быть, и примѣняется еще гдѣ-нибудь въ провинціи, разъ навсегда отказаться отъ его употребленія.

**Бедренная грыжа** см. „Грыжа бедренная“.

**Бездѣтность** является для многихъ семей очень тяже-



лымъ испытаніемъ и довольно трудно рѣшить, испытываютъ ли большія страданія тѣ супруги, которыхъ Господь при ограниченнѣхъ средствахъ одарилъ большой семьей, или же тѣ, которые, обладая матеріальнымъ достаткомъ и страстно желая имѣть дѣтей, совершенно лишены потомства.

Почему-то всегда принято думать, будто причина безплодія лежитъ непременно въ женщинѣ. Это—большая ошибка: очень часто ее слѣдуетъ искать въ мужчинѣ. Во многихъ случаяхъ отзываются такъ-называемые „грѣхи юности“: вслѣдствіе воспаленія наиболѣе существенныхъ частей полового аппарата—сѣмя хотя и выдѣляется, но въ однихъ случаяхъ вовсе не содержитъ живчиковъ, въ другихъ же—живчики въ сѣмянной жидкости хотя и имѣются, но лишены живительной силы. Часто сѣмя лишено силы оплодотворять яйцо вслѣдствіе чрезвычайной нервности мужа, вызванной умственнымъ переутомленіемъ или глубокими душевными заботами и потрясеніями. Мы не говоримъ уже о нѣкоторыхъ аномаліяхъ полового аппарата, которыя дѣлаютъ оплодотвореніе совершенно невозможнымъ. Само-собой разумѣется, что во многихъ случаяхъ только микроскопическое изслѣдованіе сѣмени можетъ объяснить намъ причину безплодности данной четы, такъ какъ такимъ путемъ мы убѣждаемся въ томъ, что сѣмя лишено существенныхъ своихъ элементовъ—живчиковъ. Въ тѣхъ случаяхъ, когда сѣмя совершенно нормально и мы подъ микроскопомъ убѣждаемся въ живучести сѣмянныхъ тѣлецъ, причину безплодія женщины слѣдуетъ искать въ ней самой. Прежде всего упомянемъ объ аномаліяхъ полового аппарата, которыя липаютъ сѣмя возможности проникнуть въ полость матки. Помимо ненормальностей, которыя бросаются, такъ сказ., въ глаза и которыя чаще всего бываютъ *врожденными*, существуютъ также ненормальности *приобрѣтенныя*, которыя ведутъ къ тѣмъ же послѣдствіямъ. Въ однихъ случаяхъ причина лежитъ въ кислой реакціи влагалищной слизи, въ которой живчики погибаютъ; въ другихъ—она лежитъ въ перегибахъ и наклоненіяхъ матки; въ третьихъ—въ хроническомъ воспаленіи различныхъ частей полового аппарата. Въ тѣхъ случаяхъ, когда всѣ вышеуказанныя причины могутъ быть исключены, причина заключается, быть-можетъ, въ ненормальности самыхъ яицъ, отдѣляемыхъ яичниками данной женщины.

Какъ бы то ни было, тѣ женщины, которыя сколько-нибудь дорожатъ материнствомъ и желали бы имѣть потомство, никоимъ образомъ не должны относиться равнодушно къ этому вопросу, если послѣ брака прошло уже достаточно времени и если соблюдены необходимыя условія для того,



чтобы женщина могла забеременѣть. Чѣмъ раньше обратиться къ врачебному изслѣдованію и медицинской помощи, тѣмъ лучше. Въ однихъ случаяхъ потребуется расширеніе маточной шейки; въ другихъ — болѣе или менѣе продолжительный массажъ матки, въ третьихъ — излеченіе катарровъ, въ четвертыхъ — выпрямленіе матки, общее леченіе и укрѣпленіе тѣла при помощи полной половой воздержности и т. д. и т. д. Единственно компетентнымъ судьей является въ такихъ вопросахъ врачъ.

Тѣмъ не менѣе, бываютъ случаи, когда врожденные или же приобрѣтенныя аномаліи или заболѣванія настолько значительны, что врачебное искусство оказывается безсильнымъ, и данная чета осуждена на бездѣтность. Тяжелыя страданія, испытываемыя обыкновенно при такихъ условіяхъ супругами, въ значительной степени смягчаются, если перенести любовь, которой природа надѣлила каждого нормального человѣка — особенно же женщину — на приемныхъ дѣтей. Несмотря на отсутствіе кровнаго родства, устанавливается родство духовное, которое способно доставить намъ также много радостей и утѣшеній въ жизни. Въ другихъ случаяхъ отличнымъ отвлекающимъ средствомъ, очень благотворно дѣйствующимъ на бездѣтныхъ супруговъ, какъ въ физическомъ, такъ и въ духовномъ отношеніи, служить благотворительная дѣятельность въ томъ только случаѣ конечно, если ей отдаются искренно и съ увлеченіемъ.

**Безсонница.** Понятіе о вполнѣ здоровомъ и нормальномъ снѣ даетъ намъ *юность*. Во время сна всѣ органы, главнымъ же образомъ центральная система, стремятся пополнить потерю тѣхъ веществъ, которыя они израсходовали во время своей дневной дѣятельности. Поэтому-то сонъ при нормальныхъ условіяхъ даетъ намъ новыя силы, свѣжесть и бодрость. Для этого необходимо, чтобы сонъ былъ спокоенъ и крѣпокъ, и чтобы его не тревожилъ ни шумъ, ни тяжелыя сновидѣнія. Къ сожалѣнію, въ большихъ городахъ, гдѣ часто до полуночи и съ разсвѣта безпрестанно раздается грохотъ тяжелыхъ ломовыхъ телѣгъ и оглушительный звонъ „конки“, люди мало-по-малу совершенно утрачиваютъ понятіе о нормальномъ и глубокомъ снѣ. Безпрерывный шумъ, который прекращается всего на какихъ-нибудь три-четыре часа въ сутки, создаетъ „нервныхъ“ людей, страдающихъ однимъ изъ наиболѣе тяжкихъ недуговъ современнаго культурнаго человѣчества — безсонницей. Безсонница представляетъ собой крайне мучительное состояніе, которое отымаетъ у человѣка послѣднія силы, нарушаетъ его пищевареніе и сердечную дѣятельность, портитъ ему окончательно настроеніе

ніе, лишаетъ его возможности работать и, въ концѣ концовъ, дѣлаетъ его жизнь несносной.

Причины безсонницы, само собой разумѣется, очень многочисленны, и врачу стоитъ подчасъ немалого труда и усилій, пока онъ найдетъ въ каждомъ отдѣльномъ случаѣ истинную причину этого страданія. Къ *духовнымъ* причинамъ можно причислить заботы, тревоги, волненія, душевныя потрясенія, а также возбуждающія бесѣды или чтеніе, спектакли, умственное напряженіе. Къ *физическимъ* — душный воздухъ, недостатокъ кислорода, затѣмъ употребленіе спиртныхъ напитковъ. Къ числу *болъзней*, при которыхъ всего чаще наблюдается безсонница, можно причислить: сильное малокровіе, боли, а также слишкомъ обильный пріемъ пищи, особенно незадолго до отхода ко сну.

**Леченіе** безсонницы находится, само собой разумѣется, въ непосредственной зависимости отъ *причины* ея. Тѣмъ не менѣе, существуютъ *общія мѣры*, которыя могутъ принести пользу во *всѣхъ* случаяхъ и которыя слѣдовало бы строго выполнять всѣмъ лицамъ, страдающимъ безсонницей. Главнѣйшія изъ этихъ мѣръ слѣдующія. Подъ спальную слѣдуетъ отвести наиболѣе просторную и наиболѣе спокойную комнату. Слѣдуетъ позаботиться о хорошей постели (см. въ I-й части главы: „*Наша постель*“, стр. 238). Ужинъ долженъ состоять изъ пищи легкой, удобоваримой и необременительной по количеству. Передъ отходомъ ко сну не слѣдуетъ читать вообще и какихъ-либо возбуждающихъ воображеніе сочиненій въ особенности. Необходимо также позаботиться о томъ, чтобы разнообразной *физической* дѣятельностью вызвать ощущение *усталости*. Всего лучше спится *при открытыхъ окнахъ*, когда имѣется широкій доступъ свѣжему воздуху. При *болъзненной* безсонницѣ, слѣдуетъ прежде всего позаботиться о выясненіи ея *причины*. Затѣмъ можно прибѣгнуть къ слѣдующимъ мѣрамъ. На лобъ и переднюю часть головы (въ другихъ случаяхъ — на затылокъ) кладутъ влажный компрессъ, съ цѣлью освѣжить возбужденный мозгъ. Голову держать по возможности невысоко (причемъ тщательно слѣдуетъ избѣгать подушекъ и пуховиковъ, которые даютъ столько жару), и въ теченіе  $\frac{1}{4}$  часа производить глубокія вдыханія. Если желанный сонъ все же заставляетъ себя ждать, то слѣдуетъ встать съ постели и въ теченіе 5, 10, 15 минутъ принимать воздушную ванну, причемъ рекомендуется производить легкія гимнастическія упражненія. Во многихъ случаяхъ благотворно дѣйствуетъ теплая *ванна*, принятая непосредственно передъ отходомъ ко сну, въ другихъ случаяхъ можно удовольствоваться одной *ножной ванной*. Кто имѣетъ возможность, дол-

женъ непосредственно передъ отходомъ ко сну сдѣлать болѣе или менѣе продолжительный *моціонъ*, причемъ прогулку эту слѣдуетъ предпринимать независимо отъ состоянія погоды.

Многимъ извѣстенъ приемъ, который нерѣдко, несмотря на всю свою простоту, оказывается довольно дѣйствительнымъ при бессонницѣ; состоитъ онъ въ томъ, чтобы какимъ-либо способомъ *механически*, такъ сказ., утомить мозгъ. Проще всего съ этой цѣлью прибѣгнуть къ *счету*: одни засыпаютъ, досчитавъ до нѣсколькихъ сотъ; на другихъ же сонъ опускается прежде, нежели они успѣли насчитать нѣскольکو десятковъ. Въ другихъ случаяхъ помогаетъ упорное сосредоточиваніе вниманія на представленіе о какомъ-либо монотонномъ движеніи, напр., движеніи часового маятника, поѣзда или парохода, водопада, волнующейся нивы и т. д.

*Массажъ*, состоящій въ легкомъ поглаживаніи, производимомъ теплой, мягкой и нѣжной женской рукой, также въ большинствѣ случаевъ ведетъ къ цѣли, особенно, если онъ (преимущественно, у дѣтей) сопровождается монотонной тихой ласковой рѣчью. Мать и любящая сестра всегда, впрочемъ, найдутся, какъ поступить въ подобномъ случаѣ.

Въ тѣхъ случаяхъ, когда бессонница зависитъ отъ болѣе или менѣе явственно выраженнаго *разстройства нервовъ* а тѣмъ болѣе неврастеніи, желательно кореннымъ образомъ измѣнить условія жизни больного, причемъ ему всего лучше поселиться гдѣ-либо въ деревнѣ, а еще лучше—лѣсу, гдѣ можно день и ночь дышать здоровымъ возбуждающимъ воздухомъ. Очень значительную помощь оказываютъ *прогулки*, особенно же частые подъемы на высокую гору. При такихъ условіяхъ благодѣтельный сонъ возвращается даже къ людямъ, которые не знавали его уже въ теченіе долгихъ мѣсяцевъ.

Что касается до *снотворныхъ* средствъ, которыми медицина располагаетъ въ настоящее время въ большомъ изобиліи, то, само собой разумѣется, что къ нимъ никогда *не слѣдуетъ* прибѣгать безъ врачебнаго совѣта, такъ какъ только врачъ можетъ знать, какое именно изъ ихъ числа подходитъ въ каждомъ частномъ случаѣ, а также, въ какомъ отношеніи каждое изъ нихъ опасно. Общій же принципъ долженъ въ данномъ случаѣ быть тотъ, что сонъ, какъ *естественная* функція, долженъ и появляться совершенно естественнымъ путемъ, а для этого необходимо жизнь больного устроить такимъ образомъ, чтобы появленіе сна не находилось въ зависимости отъ какихъ-либо *искусственныхъ* мѣропріятій. Вотъ чего никогда не слѣдуетъ забывать.

**Винты** представляютъ собой изобрѣтеніе очень древняго

происхождения и составляютъ одну изъ наиболѣе необходимыхъ принадлежностей каждой домашней аптечки. Они бывають очень разнообразной формы и готовятся изъ различныхъ матерій. Соответственно тому или иному назначенію, они бывають различной длины, ширины и плотности. Для наложенія повязокъ на раны въ настоящее время употребляютъ почти исключительно газове бинты, такъ какъ они очень легко приспособляются къ особенностямъ различныхъ частей тѣла и легко про-

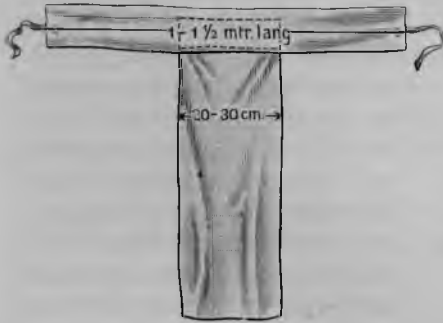


Рис. 158. Т-образный бинтъ.

пускають кожныя испаренія. Для тепловлажныхъ компрессовъ употребляютъ фланелевые бинты, такъ какъ они задерживають теплоту. Для всасыванія пригодны газове, шерстяные и полотняные бинты. (См. въ I-й части сочиненія менструальные бинты стр. 331).



Рис. 160. Т-образный бинтъ.

Приложенные при семъ рисунки изображаютъ: одноглавый бинтъ въ свернутомъ видѣ и такъ-наз. Т-образные бинты, которые получили свое названіе отъ того, что они напоминають

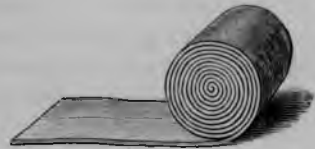


Рис. 161. Одноглавый бинтъ.

своей формой букву Т. Эти бинты предназначены, главнымъ образомъ, для того, чтобы поддержать компрессъ или повязку, которые должны проходить между ногъ. Въ такомъ случаѣ оба



Рис. 162. Двуглавы бинтъ.

боковые концы завязываются на животѣ, между тѣмъ какъ нижній конецъ



Рис. 163. Бинтъ на животъ.

проходитъ между бедеръ и затѣмъ прикрѣпляется къ предъидущему. Тѣльный бинтъ на животѣ или на грудную клѣтку долженъ быть соответствующей длины. На рис. 164 нами изображено наложеніе на руку влажнаго круговаго бинта,

за которымъ слѣдуетъ сухой шерстяной, имѣющей назначеніемъ сохранять теплоту. Очень поучителенъ рис. 165, который показываетъ, какъ бинта *не* слѣдуетъ накладывать; вслѣдствіе слишкомъ *тугого* бинтованія рука вся опухла и посинѣла, такъ какъ затормозилось кровообращеніе. Бинтъ долженъ быть накладываемъ равномерно, такъ чтобы давленіе повсюду приблизительно было одинаково.



Рис. 164.  
Наложеніе восходящаго круговаго бинта.

Правильное наложеніе *бинтовъ, повязокъ* и *компрессовъ* требуетъ упражненія; вмѣстѣ съ тѣмъ оно должно быть знакомо каждой матери семьи. Что же касается до того, что необходимо тщательно стирать бинты, которые уже были въ употребленіи, то это само собой подразумевается.

**Биологія** есть *наука о жизни*. Предметомъ ея изученія является, слѣдовательно, все живущее. Она не только находится съ медициной въ тѣсной научной связи, но не лишена нерѣдко для медицины и чисто практическаго значенія.

**Близорукость** есть болѣзнь нашего зрительнаго прибора, которая выражается въ томъ, что лучи, исходящіе изъ какого-либо предмета, собираются не на сѣтчатой оболочкѣ (рис. 166), какъ это необходимо для правильнаго зрѣнія, но *впереди* не (рис. 167). Происходитъ это вслѣдствіе *удлиненія*



Рис. 165. Опухшая, темно-красная, наполовину омертвѣвшая рука: послѣдствіе слишкомъ тугого бинтованія.  
(По ф.-Эсмарху).

глазного яблока. Близорукость представляетъ собой, несомнѣнно, болѣзнь *культурнаго* человѣчества, и преимущественно городскихъ жителей.

Предки наши, дикари и сельскіе жители почти совершенно не знаютъ близорукости. По мѣрѣ же того, какъ естественныя условія жизни, при постоянномъ притокѣ чистаго воздуха и на полномъ *просторѣ*, замѣняются житьемъ въ испорченномъ городскомъ воздухѣ, и глазъ, вмѣсто того, чтобы постоянно имѣть передъ собой обширный открытый видъ, наталкивается въ

нѣсколькихъ шагахъ отъ себя на препятствіе; по мѣрѣ того, какъ значительно возрастаетъ усидчивый трудъ и работа надъ мелкими предметами, какъ-то: чтеніе, писаніе, рисованіе, шитье и пр., возрастаетъ и близорукость. Особенное же вліяніе оказываетъ на развитіе близорукости *школа*.

„Близорукость представляетъ собой, — говоритъ Эрисманъ:—ту школьную болѣзнь, причинная связь которой съ учебными занятіями въ школѣ и на дому доказана наиболѣе многочисленными, достовѣрными и подробными научными изслѣдованіями.

„Развитію близорукости благоприятствуютъ: плохое освѣщеніе, нерационально поставленные парты, неправильное положеніе при письмѣ, нецѣлесообразныя письменныя принадлежности, плохая печать учебниковъ, географическихъ атласовъ и пр.“ (Эрисманъ).

Намъ нѣтъ надобности указывать на то, что по отношенію къ близорукости больше, чѣмъ по отношенію къ какому-либо другому страданію, **предупрежденіе** имѣетъ безконечно большее значеніе, чѣмъ *леченіе*. Насколько послѣднее бессильно, настолько первое, можно было бы сказать, почти всесильно. Къ сожалѣнію, добрая воля родителей и даже наставниковъ оказывается въ данномъ случаѣ далеко не всегда достаточной для предупрежденія зла. Тѣмъ не менѣе, родители обязаны въ этомъ отношеніи дѣлать, по крайней мѣрѣ, то, что въ ихъ

силахъ: они должны позаботиться о хорошемъ освѣщеніи при домашнихъ занятіяхъ ребенка; о томъ, чтобы онъ не слишкомъ долго подъ-рядъ кор-

пѣлъ надъ учебниками и тетрадами, чтобы онъ свободное время проводилъ на воздухѣ и чтобы онъ какъ можно чаще бывалъ на *степи* или близъ *моря*, однимъ словомъ, въ мѣстахъ, гдѣ онъ могъ бы пользоваться открытымъ видомъ. Мы много говорили о предупрежденіи близорукости. Мы зато будемъ кратки относительно **леченія** ея. Мы знаемъ только одно вѣрное средство: это—правильно подобранные *очки*. Очки въ данномъ случаѣ необходимы съ *вогнутыми* стеклами, чтобы увеличеніе разсѣваніе лучей. Стекла должны быть подобраны такимъ

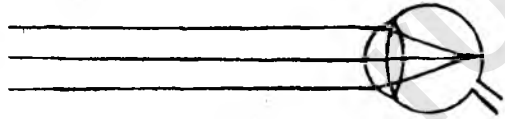


Рис. 166. Ходъ лучей въ нормальномъ глазу. Лучи собираются въ одну точку на сѣтчатой оболочкѣ.

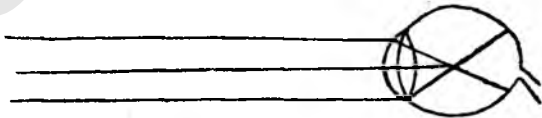


Рис. 167. Ходъ лучей въ близорукомъ глазу. Лучи собираются не на сѣтчатой оболочкѣ, но *впереди* ея.

образомъ, чтобы они давали лучамъ возможность собираться на сѣтчатой оболочкѣ, —необходимое условіе для *яснаго зрѣнія*.

**Блуждающая почка** см. „Почка — блуждающая“.

**Блѣдная немочь.** — **Хлорозъ.** Блѣдная немочь представляетъ собой страданіе, которое наблюдается, преимущественно, у дѣвушекъ въ періодъ появленія первыхъ менструацій. Несмотря на то, что она находится въ очень тѣсномъ соотношеніи съ малокровіемъ, которое является ея неизбѣжнымъ спутникомъ, блѣдная немочь обладаетъ, тѣмъ не менѣе, особенностями, которыя не позволяютъ смѣшивать во едино обѣ эти болѣзни. Причины хлороза далеко не могутъ считаться вполне выясненными. Замѣчено, что блѣдная немочь проявляется всего чаще у дѣвушекъ, родившихся отъ чахоточныхъ родителей. Въ другихъ случаяхъ причиной болѣзни можно считать плохую пищу и дурной воздухъ. Въ тѣхъ случаяхъ, когда хлорозъ проявляется, напр., у дѣвушекъ достаточнаго класса, что, между прочимъ, наблюдается далеко не рѣдко, и когда первой причины не существуетъ, ее слѣдуетъ усматривать въ неправильномъ образѣ жизни, въ позднемъ бдѣніи, въ балахъ, на которыхъ дѣвушка часами дышитъ отвратительнымъ воздухомъ и послѣ которыхъ сонъ никогда не бываетъ достаточно продолжительнымъ и укрѣпляющимъ.

Хлоротичныхъ больныхъ врачъ узнаетъ съ перваго взгляда по особенному „восковому“ цвѣту лица, по синевѣ бѣлочной оболочки на глазахъ и по особенной одутловатости лица, которая, совместно съ общимъ выраженіемъ лица пациентки и ея возрастомъ, рѣдко даетъ поводъ къ ошибкамъ. Одной изъ наиболѣе характерныхъ особенностей блѣдной немочи является *уменьшеніе числа красныхъ шариковъ* въ крови, съ одной стороны, и уменьшеніе по количеству красящаго вещества крови—гемоглобина съ другой стороны. Между тѣмъ въ главѣ „О крови“ мы видѣли уже, какія важныя обязанности выпадаютъ въ организмъ на долю этихъ шариковъ и этого вещества. Вслѣдствіе ненормальности ихъ притекаетъ множество страданій, отъ которыхъ не бываетъ свободна почти ни одна система. Не имѣя возможности перечислить всѣ, мы перечислимъ только *главнѣйшіе признаки* хлороза къ нимъ относятся: очень быстрая утомляемость, невозможность предаться сколько-нибудь напряженной систематической тѣлесной или умственной работѣ, невозможность сосредоточивать въ теченіе сколько-нибудь продолжительнаго времени свое вниманіе, плохой и крайне причудливый аппетитъ, разстройства пищеваренія и сердечной дѣятельности и неправильныя менструаціи. Вслѣдствіе указанныхъ усло-

вѣй хлоротичная дѣвушка часто обладаетъ характеромъ, который дѣлаетъ ее въ тягость не только самой себѣ, но нерѣдко и всей семьѣ. Признаки будущаго хлороза нерѣдко проявляются даже въ дѣтяхъ, а именно въ томъ, что такія дѣти обладаютъ не только причудливымъ аппетитомъ, но ѣдятъ даже вещи совершенно не съѣдобныя, какъ то: землю, мѣлъ, грифели, известь со стѣнъ и т. п. Объясняется эта ненормальность отчасти недостаточностью минеральныхъ веществъ въ организмѣ.

Нетрудно понять, почему блѣдная немочь съ особенной рѣзкостью проявляется у дѣвушекъ въ періодъ формирова- нія: усиленный ростъ и развитіе предъявляютъ въ это время къ организму особенно значительные запросы.

У хлоротичныхъ дѣвушекъ *менструаціи* часто бываютъ скудными и неправильными. Объ этомъ особенно беспокоиться не слѣдуетъ. Когда общее состояніе дѣвушки улучшится и кровь вновь получить свой нормальный составъ, это тотчасъ же благоприятно отразится и на этой функціи. *Бѣли*, которыя также очень часто наблюдаются при блѣдной немочи, также не имѣютъ особеннаго значенія. Причиной ихъ является обыкновенно заболѣваніе малокровной слизистой оболочки. Когда дѣвушка начинаетъ поправляться, на щекахъ у нея появляется краска, аппетитъ улучшается, и вся она становится крѣпче и здоровѣе, исчезаютъ и бѣли. Не слѣдуетъ, однако же, упускать изъ виду, что во многихъ случаяхъ за такими ненормальностями половой жизни скрывается и половое возбужденіе, которое вызывается то страстнымъ чтеніемъ любовныхъ романовъ, то тайной любовью, то, наконецъ, онанизмомъ (рукоблудіемъ) въ той или иной формѣ. Всѣ эти обстоятельства матерямъ не слѣдуетъ упускать изъ виду.

Мы уже указывали выше на главнѣйшія причины, которыми мы должны приписать появленіе блѣдной немочи. Что касается до *предохраненія* отъ этого страданія, то мы можемъ повторить то же самое: наследственность, школа, вліяніе большого города, извращенное питаніе, недостатокъ свѣжаго воздуха—вотъ отъ чего мы должны беречь нашихъ дѣтей, особенно же дѣвушекъ, если желаемъ предохранить ихъ отъ блѣдной немочи.

Что касается до *леченія* блѣдной немочи, то мы въ нашихъ совѣтахъ будемъ придерживаться мнѣнія высшаго медицинскаго авторитета по всѣмъ вопросамъ, касающимся физиологии и патологии крови—профессора парижскаго университета Гайема. Относительно *пищевой режима* проф. Гайемъ даетъ слѣдующія указанія: „Прежде всего я нахожу по-



лезнымъ запретить всякіе возбуждающіе напитки: вино, пиво, кофе и чай, и назначить питательную пищу тогда, когда возстановится аппетитъ подѣ влияніемъ желѣза. вмѣсто воды съ виномъ \*) или чистаго вина я даю за ѣдой чистое сырое молоко въ умѣренныхъ количествахъ, а именно: около  $\frac{1}{2}$  литра за каждой ѣдой, а при полномъ отвращеніи къ молоку, я отдаю предпочтеніе чистой водѣ передъ всѣми другими напитками.

„Изъ твердыхъ пищевыхъ веществъ, которыя вначалѣ даются малыми количествами и въ обыкновенномъ видѣ, въ данномъ случаѣ пригодны: говядина, птица, яйца и нежирная рыба. Я значительно ограничиваю употребленіе хлѣба и мучнистыхъ веществъ и совѣтую больнымъ ѣсть сообразно ихъ аппетиту, пить мало и оставаться въ горизонтальномъ положеніи отъ 15—20 минутъ, послѣ каждаго приема пищи“.

Кислые соусы и салатъ слѣдуетъ воспретить, несмотря на то, что хлоротички обыкновенно проявляютъ къ нимъ много симпатіи.

*Физическія упражненія* представляютъ собой очень цѣнный методъ леченія, но только въ томъ случаѣ, если строго держаться въ извѣстныхъ, и притомъ довольно скромныхъ предѣлахъ. Достаточно *продолжительный сонъ* играетъ въ дѣлѣ леченія хлороза очень видную роль. Больныя не только должны проводить часовъ 9—10 въ постели, но непременно слѣдуетъ также строго слѣдить за тѣмъ, чтобы больная рано отправлялась въ постель, и чтобы сонъ ея былъ покоенъ, а для этого ей необходимо вообще избѣгать сильныхъ и раздражающихъ воображеніе впечатлѣній, особенно передъ сномъ. Въ тѣхъ случаяхъ, когда хлорозъ слишкомъ глубоко укоренился и успѣлъ слишкомъ глубоко подточить силы больной, бываетъ показаннымъ *постельное содержаніе*, несмотря на то, что мѣра эта обыкновенно не только вызываетъ протестъ со стороны больной, но встрѣчается недоброжелательно и семьей больной. Благоприятные результаты появляются, впрочемъ, обыкновенно довольно скоро. Сухія *растиранія* или же растиранія ароматическими спиртами почти всегда бываютъ показаны также, какъ и *соляныя ванны*.

Во многихъ случаяхъ, однако, всѣ эти мѣры оказываются недостаточными для достиженія цѣли и, какъ послѣднее средство, остается *перемѣнить воздухъ и мѣстопребываніе* больной, на которую хорошо подѣйствуетъ деревня, а еще лучше пребываніе въ сосновомъ лѣсу, конечно, только въ томъ слу-

---

\*) Какъ пьютъ вино французы, подобно древнимъ римлянамъ.

чаѣ, если больная будетъ и тамъ вести соотвѣтствующій образъ жизни, а самое главное, будетъ себя тщательно оберегать отъ физическаго и умственнаго переутомленія. Въ другихъ случаяхъ лучше дѣйствуетъ пребываніе въ горахъ или же на морскомъ берегу.

Что касается до *лекарственнаго леченія* блѣдной немочи, то намъ остается сказать только то, что, навѣрное, ужъ и безъ того извѣстно всѣмъ нашимъ читательницамъ, а именно: что специфическимъ средствомъ противъ хлороза считается *желтзо*.

На помощь желѣзу\* приходитъ мышьякъ и нѣкоторыя другія вещества. Средства эти, однако, только тогда бываютъ въ силахъ принести соотвѣтствующую пользу, когда одновременно соблюдаются и главнѣйшія гигиеническія условія. Изъ ихъ числа на первомъ планѣ должно стоять пребываніе на свѣжемъ воздухѣ, и особенно на солнцѣ, которое имѣетъ огромное вліяніе на правильное кровотовереніе. Слѣдуетъ избѣгать переутомленія, какого бы то рода ни было, а также поздняго бодрствованія. Сну слѣдуетъ удѣлять не меньше 9—10 часовъ въ сутки. Блѣдная немочь рѣдко наблюдается, какъ самостоятельная болѣзнь. Въ подавляющемъ большинствѣ случаевъ она наблюдается въ сочетаніи съ малокровіемъ, въ видѣ такъ-наз. *хлоро-анеміи*, а потому отсылаемъ нашихъ читательницъ также къ статьѣ: „Малокровіе“, а также къ нашему сочиненію: „Малокровіе и блѣдная немочь“ \*).

**Богородская трава.**—**Чебрикъ.** Употребляется для травяныхъ ваннъ. Травѣ этой приписывается возбуждающее дѣйствіе.

**Боль** представляетъ собой очень тягостное ощущеніе, которое совершенно не нуждается въ опредѣленіи, такъ какъ едва ли кто-либо изъ нашихъ читательницъ или читателей не испыталъ его. Какъ это ни странно, но въ боли часто слѣдуетъ усматривать благодѣтельное явленіе, такъ какъ она заставляетъ больного обращаться къ врачебной помощи и тѣмъ лишаетъ болѣзнь возможности укорениться. Каждому живому существу свойственно искать спасенія отъ страданія вообще и отъ боли, представляющей собой въ высшей степени тягостное ощущеніе, въ частности. Медицинѣ извѣстны нѣкоторыя въ высшей степени вѣрныя средства для *успокоенія* болей. Тѣмъ не менѣе, опытный и добросовѣстный врачъ только въ случаѣ крайности и дѣйствительной нужды, считаетъ себя нравственно въ правѣ прибѣгнуть къ хлораль-гидрату, опию,

\*) «Общераспространенныя болѣзни», сер. I.

кодеину или морфию, особенно же къ послѣднему изъ поименованныхъ веществъ. Избѣгаютъ врачи этихъ средствъ потому, что они создаютъ *привычность* и потребность въ безпрестанномъ *увеличеніи* дозы, что грозитъ больному, при хроническомъ страданіи, очень опасными послѣдствіями. Всѣ эти вещества безусловно *ядовиты* и потому могутъ нами быть переносимы только въ томъ случаѣ, если мы употребляемъ ихъ въ очень небольшихъ дозахъ и время отъ времени (см. „**Морфинизмъ**“).

Вмѣсто того, чтобы прибѣгать къ подобнымъ далеко не безвреднымъ средствамъ, которые совершенно справедливо предоставлены закономъ въ исключительное распоряженіе врачей, лицамъ изъ публики—всего же больше матерямъ семей—полезно быть знакомыми съ нѣкоторыми простыми и общедоступными средствами, которыми, однако же, нерѣдко нисколько не менѣе вѣрно достигается цѣль, въ смыслѣ успокоенія болей. Къ такимъ средствамъ мы должны причислить: *тепло* или *холодъ*, смотря по личнымъ ощущеніямъ больного. Чаще всего мы примѣняемъ ту или иную температуру при посредствѣ *воды*, которая употребляется въ такихъ случаяхъ въ самыхъ разнообразныхъ видахъ. Въ однихъ случаяхъ ее примѣняютъ въ видѣ *компрессовъ* (см.), въ другихъ—въ формѣ *ваннъ* (см.), дѣйствіе которыхъ во многихъ случаяхъ сказывается очень быстро. Въ третьихъ случаяхъ мы прибѣгаемъ къ бутылкамъ съ водой соотвѣтственной температуры, *грѣлкамъ* (см.) и т. д.

Въ другихъ случаяхъ удается успокоить боль легкимъ *массажемъ* (см.) больного мѣста. Очень хорошимъ и при нѣкоторыхъ условіяхъ безусловно вѣрнымъ средствомъ является *внушеніе* (см.), примѣняемое въ той или иной формѣ, которая въ домашнемъ быту всего лучше подсказывается намъ не разумомъ, но *чувствомъ*. Всѣ эти средства, столь же простыя, сколько подчасъ и дѣйствительныя, должны быть извѣстны всѣмъ рѣшительно женщинамъ. (См. картину, изображенную нами на *обложкѣ*).

**Боли въ животѣ.** Предыдущая статья, въ которой мы рассмотрѣли боли *вообще*, даетъ намъ возможность быть болѣе краткими относительно отдѣльныхъ *видовъ* болей, изъ числа которыхъ мы рассмотримъ, поэтому, только главнѣйшія.

Что боли въ животѣ появляются сравнительно очень часто, конечно, нисколько не должно насъ удивлять, если мы подумаемъ о томъ, какіе важные органы содержатся въ животѣ и какія важныя отправленія въ немъ совершаются. Многочисленность и разнообразіе расположенныхъ въ немъ

органовъ служить главнѣйшей причиною того, что мы далеко не всегда бываемъ въ состояніи точно опредѣлить, въ какомъ именно органѣ она въ каждомъ отдѣльномъ случаѣ сосредоточивается. Поэтому и для врача нерѣдко представляется одной изъ наиболѣе трудныхъ задачъ опредѣлить, какой именно органъ страдаетъ въ томъ случаѣ, когда пациентка жалуется на боль въ животѣ. Въ большинствѣ случаевъ источникомъ болей въ животѣ являются *кишки*. У женщинъ на второмъ планѣ слѣдуетъ поставить *матку*. Что же касается до мочевого пузыря, мочеточниковъ, тазовыхъ мышцъ и костей, то они стоятъ въ этомъ отношеніи только на третьемъ планѣ.

Боли въ *кишкахъ* имѣютъ острый, колющій, судорожный характеръ. Онѣ являются послѣдствіемъ спазмодическихъ сокращеній кишекъ; въ нѣкоторыхъ же случаяхъ, результатомъ давленія вздутыхъ кишекъ на окружающіе органы. Въ такихъ случаяхъ не безъ успѣха можно примѣнить клизмы, массажъ живота, мочегонный чай (какъ и всякій теплый напитокъ), діету, влажно-теплые компрессы на животъ, отвлекающія ножныя ванны и пр. Само собой разумѣется, что въ случаѣ какого-либо *органическаго* страданія, средства эти могутъ оказать только временную и быстропроходящую помощь; болѣе же радикальной помощи можно ожидать только отъ врачебнаго вмѣшательства. Во многихъ случаяхъ кишечныя боли можно смѣшвать съ болями въ яичникахъ. Что же касается до болей, вызываемыхъ судорожными сокращеніями кишечника, то онѣ нерѣдко вызываются излишествами пищи, обильнымъ броженіемъ и образованіемъ газовъ, скопленіемъ испражнений, обращающихся въ толстые и плотные комки и пр. Само собой разумѣется, что, чѣмъ больше соблюдать осторожность въ пищѣ, и тѣмъ меньше можетъ намъ съ этой стороны грозить опасность.

**Боли въ крестцѣ.** Въ виду того, что у женщинъ въ тазу сосредоточены наиболѣе важные органы, боли въ крестцѣ представляются у нихъ относительно частымъ явленіемъ. Иногда боли эти имѣютъ своимъ источникомъ спинныя мышцы и въ такомъ случаѣ онѣ особеннаго значенія не имѣютъ. Въ другихъ случаяхъ онѣ бываютъ чисто нервнаго свойства. Такого рода боли очень часто наблюдаются у женщинъ во время менструацій. Но когда боли появляются часто и разъ отъ разу становятся упорнѣе, то необходимо обратиться къ врачу для того, чтобы онъ произвелъ тщательное изслѣдованіе тазовыхъ органовъ. Очень нерѣдко оказывается въ такомъ случаѣ, что боль находится въ зависимости отъ какой-нибудь болѣзни матки, чаще всего отъ перегиба ея *назадъ*.

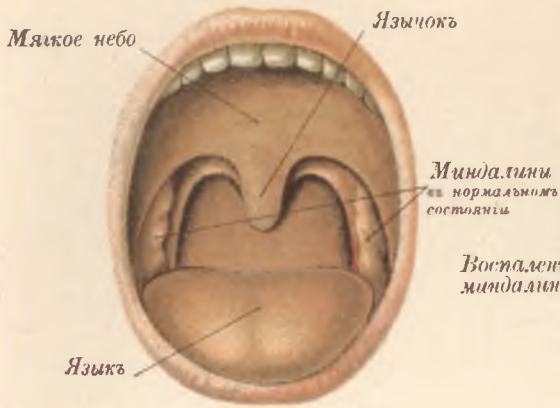
Въ смыслѣ **леченія** укажемъ на массажъ спины, наблюденіе за правильностью испражнений, теплыя полуванны, въ нѣкоторыхъ случаяхъ холодныя обливанія крестцовой области, гимнастику и пр.; чаще всего указанныя мѣры приносятъ значительное облегченіе. Само собой разумѣется, что не слѣдуетъ забывать также и про смазываніе іодомъ и особенно про компрессы.

**Болѣзненность груди**, см. „Груди—болѣзненные“.

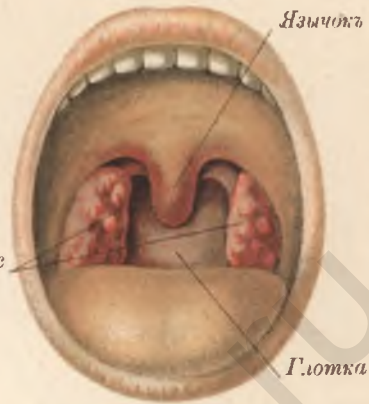
**Болѣзненные менструаціи**, см. „Менструаціи—болѣзненные“.

**Болѣзни—заразныя**. Заразными называются, какъ извѣстно, такія болѣзни, которыя *передаются* отъ одного больного къ другому. Къ таковымъ принадлежатъ всѣ микробныя заболѣванія—какъ тѣ, микробъ которыхъ въ настоящее время уже открытъ и которыя мы перечислили въ статьѣ „**Бактеріологія**“ (см.), такъ и тѣ, микробъ которыхъ намъ еще неизвѣстенъ, къ каковымъ мы должны отнести, напр. оспу, корь, скарлатину и др. Существуютъ, наконецъ, заразныя болѣзни, которыя передаются посредствомъ особенныхъ паразитовъ. Къ таковымъ мы можемъ отнести, напр., болотную лихорадку. Далеко не всѣ болѣзни отличаются одинаковой заразительностью. Въ то время, какъ брюшной тифъ, напр., передается относительно рѣдко непосредственно, сыпной тифъ, скарлатина, дифтеритъ, холера и особенно чума передаются чрезвычайно легко. Послѣднія двѣ болѣзни недаромъ получили въ народѣ прозваніе *моровыхъ*: дѣйствительно, появляясь въ средніе вѣка, онѣ иногда уничтожали половину населенія Европы и многіе густо населенные пункты обращались въ совершенно безжизненныя кладбища. Въ наше время болѣзни эти, предъ которыми народъ въ средніе вѣка испытывалъ паническій ужасъ, уже утратили свою страшную власть надъ нами, какъ то показала, напр., недавняя чумная эпидемія въ Одессѣ.

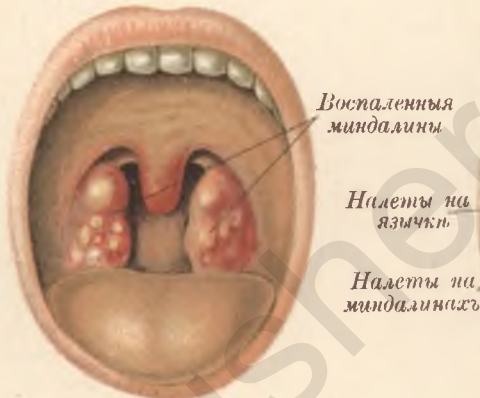
Всѣмъ извѣстно, однако, что и наиболѣе заразительныя болѣзни не всегда передаются навѣрняка, такъ какъ въ противномъ случаѣ все человѣчество давнымъ-давно перемерло бы и прежде всего врачи, которымъ, по роду ихъ дѣятельности, приходится непрерывно приходить въ тѣсное соприкосновеніе съ самыми разнообразными и наиболѣе заразительными болѣзнями. Тѣмъ не менѣе, этого въ дѣйствительности не наблюдается. Происходитъ это оттого, что организмъ нашъ обладаетъ могущественными *средствами борьбы* даже съ наиболѣе опасными заразными болѣзнями. Подробнѣе вопросъ этотъ будетъ нами изученъ въ статьѣ, посвященной „**Невосприимчивости**“ (см.). Здѣсь же скажемъ въ общихъ чертахъ, что совершенно *здоровый* организмъ довольно сильно



1. Нормальный зѣвъ.



2. Катарральная ангина  
(воспаленіе миндалинъ съ воспаленіемъ зѣва)



3. Гнойное воспаленіе миндалинъ  
съ нарывами



4. Дифтеритныя пленки



5. Афты.



6. Зячья губа

вооруженъ. чтобы выдержать натискъ микробовъ, которыхъ онъ уничтожаетъ различными путями. Тѣ, которые попадаютъ въ пищеварительный каналъ, уничтожаются кислымъ желудочнымъ сокомъ. Попадающіе въ кровь встрѣчаютъ самый отчаянный отпоръ со стороны бѣлыхъ кровяныхъ шариковъ, которыхъ *И. И. Мечниковъ* назвалъ фагоцитами, такъ какъ они пожираютъ микробовъ, и т. д. Поэтому-то совершенно здоровому организму заразная болѣзнь гораздо менѣе страшна, чѣмъ организму, силы котораго надорваны предварительными болѣзнями, преклоннымъ возрастомъ или же противогигіеническимъ образомъ жизни. Даже въ томъ случаѣ, когда отъ зараженія уберечься не удалось и человекъ все же заболѣлъ, хорошій или печальный исходъ болѣзни находится въ непосредственной зависимости отъ состоянія здоровья.

Очень видную роль играетъ при зараженіи различными болѣзнями и *предрасположеніе*. Такъ, напр., нерѣдко наблюдается, что въ то время, какъ одни лица, повидимому, совершенно здоровыя, захварываютъ какой-нибудь болѣзнью, очень часто другія, гораздо болѣе хилыя, оказываютъ тѣмъ же болѣзнямъ очень удачное сопротивленіе. Мы не будемъ касаться физическихъ причинъ предрасположенія. Что же касается нравственныхъ причинъ, то существуетъ одна, вліяніе которой отрицать невозможно: мы говоримъ о *страхѣ*. Страхъ предъ болѣзнью, боязнь заболѣть, дѣйствуетъ въ данномъ случаѣ губительно; и обратно, бодрость духа и увѣренность въ своихъ силахъ предоставляютъ значительныя гарантіи противъ заболѣванія даже и слабому тѣлу, такъ какъ онѣ даютъ всѣмъ органическимъ процессамъ возможность совершаться правильно и нормально.

Что касается до *признаковъ* заразныхъ болѣзней, то каждая изъ нихъ имѣетъ свои особенности, которыя обстоятельно будутъ разсмотрѣны нами по поводу каждой болѣзни въ отдѣльности. Тѣмъ не менѣе, всѣ заразныя болѣзни имѣютъ и нѣкоторыя общія черты, на которыя мы здѣсь же и укажемъ. Между моментомъ зараженія и проявленіемъ первыхъ признаковъ болѣзни непременно долженъ протечь извѣстный *скрытый* періодъ. Продолжительность этого періода крайне неравномѣрна, и въ то время, какъ при собачьемъ бѣшенствѣ (водобоязни), напр., онъ тянется не только нѣсколько мѣсяцевъ, но иногда и нѣсколько *лѣтъ*, для скарлатины онъ равенъ въ нѣкоторыхъ случаяхъ только 24 часамъ.

Заразная болѣзнь имѣетъ обыкновенно *острое начало*, т. е. она *сразу* проявляется довольно бурными признаками, особенно у дѣтей. Температура повышается всегда, иногда довольно сильно. Появляются расстройство пищеваренія, тошнота, во

многихъ случаяхъ рвота. Пульсъ начинаетъ биться усиленно и часто. Кожа бываетъ очень сухой и горячей. Моча становится рѣдкой и темной (сгущенной). Нервные расстройства бываютъ болѣе или менѣе рѣзко выражены: въ одномъ случаѣ дѣло ограничивается головной болью; въ другихъ случаяхъ появляются, особенно у дѣтей, даже судороги. Какъ бы то ни было, матери должны постоянно внимательно слѣдить за своими дѣтьми. Внимательная и заботливая мать безъ особеннаго труда улавливаетъ малѣйшія измѣненія во внѣшнемъ видѣ или даже просто настроеніи своихъ дѣтей. Само собой разумѣется, что въ такомъ случаѣ она имѣетъ возможность немедленно и неотложно принять необходимыя мѣры, какъ по отношенію къ самому заболѣвшему, такъ и по отношенію къ здоровымъ дѣтямъ, которыхъ слѣдуетъ уберечь отъ зараженія.

Какими мѣрами слѣдуетъ бороться съ заразной болѣзью? Если по отношенію ко *всѣмъ* болѣзнямъ **предохраненіе** имѣетъ безконечно большее значеніе, нежели леченіе, то это особенно вѣрно по отношенію къ заразнымъ болѣзнямъ. А потому каждая мать, которая и въ обычное время должна очень внимательно слѣдить за своими дѣтьми, при появленіи въ данной мѣстности какой-либо эпидеміи, должна удвоить свою заботливость и вниманіе. Старанія ея въ этомъ направленіи будутъ увѣнчиваться успѣхомъ, быть можетъ, даже чаще, нежели она сама могла бы на это рассчитывать.

Всѣ мѣры, которыя должны быть принимаемы во время эпидеміи во избѣжаніе зараженія, несмотря на всю ихъ многочисленность, могутъ быть переданы однимъ словомъ: *чистота*, но чистота, по возможности, абсолютная, чистота педантическая. При каждой отдѣльной болѣзни мы укажемъ на тѣ пути (воздухъ, вода, съѣстные припасы), которыми она преимущественно передается. Во всякомъ случаѣ всѣ предметы, какого бы рода они ни были, которые мы получаемъ извнѣ и относительно происхожденія которыхъ мы не можемъ быть увѣрены, должны нами быть очищаемы какъ можно тщательнѣе. Всего больше относится сказанное къ *съѣстнымъ припасамъ*, которые должны быть хорошо очищаемы и тщательно варимы. *Руки* непремѣнно слѣдуетъ мыть передъ тѣмъ, какъ садиться къ столу, такъ какъ мы никогда не можемъ быть увѣрены въ томъ, что онѣ какъ-нибудь не пришли—и притомъ совершенно безъ нашего вѣдома—въ соприкосновеніе съ заразой, которую мы, такимъ образомъ, легко можемъ передать нашему пищеварительному каналу. Если возможно, то хорошо принимать ежедневно горячую *ванну*, во время которой слѣдуетъ мыломъ обмывать все тѣло. Хорошему *протириванію* всей



квартиры слѣдуетъ придавать еще безконечно большее значеніе, чѣмъ въ обыкновенное время, и вентилировать, такимъ образомъ, всѣ комнаты слѣдуетъ раза три въ день. Очень большое вниманіе слѣдуетъ, повторяемъ, удѣлять правильному функционированію пищеварительнаго тракта. До тѣхъ поръ, пока желудокъ совершенно здоровъ, мы имѣемъ много шансовъ вовсе не заболѣть; если же и заболѣемъ, то имѣемъ гораздо больше шансовъ на выздоровленіе, чѣмъ при противоположныхъ условіяхъ. Съ удвоеннымъ вниманіемъ слѣдуетъ во время эпидеміи слѣдить за общимъ состояніемъ своего здоровья: мы должны твердо усвоить, что *здоровый* организмъ всегда достаточно крѣпко вооруженъ противъ нападенія микробовъ.

Въ тѣхъ случаяхъ, когда въ домѣ кто-либо уже *заболѣлъ* какой-либо легко передающейся заразной болѣзью, особенное вниманіе слѣдуетъ обратить на то, чтобы предохранить отъ зараженія *здоровыхъ*. Для этого всего лучше *изолировать*—отдѣлить заболѣвшаго. Въ томъ случаѣ, когда уже заболѣло нѣсколько человекъ, предпочтительнѣе отдѣлить здоровыхъ. Сущность изоляціи состоитъ въ томъ, чтобы лишить больныхъ возможности общаться съ здоровыми и передавать имъ болѣзнь. Къ тому же разряду мѣръ относятся и *карантины* <sup>1)</sup>, которые учреждаются правительствами при появленіи повальныхъ болѣзней, угрожающихъ странѣ большими опустошеніями. Продолжительность изоляціи находится въ строгой зависимости отъ *продолжительности* срока, въ теченіе котораго данная болѣзнь можетъ передаваться. Кромѣ того, хорошо также лишить возможности общаться съ совершенно здоровыми лицами лицъ, которыя, хотя сами въ данный моментъ здоровы, но которыя находились въ общеніи съ заболѣвшимъ. Лица эти, быть можетъ, уже также заражены, но у нихъ внѣшнимъ образомъ болѣзнь еще не проявилась, такъ какъ находится еще въ скрытомъ состояніи, смыслъ котораго нами былъ изложенъ выше. Продолжительность изоляціи должна равняться продолжительности скрытаго (инкубаціоннаго) періода данной болѣзни. Особенное практическое значеніе имѣетъ въ этомъ отношеніи приводимое нами здѣсь „расписаніе“, съ которымъ очень часто бываетъ необходимо сталкиваться въ жизни родителей и педагогамъ и которое мы поэтому приводимъ полностью. Само собой разумѣется, что оно должно быть примѣняемо не только къ учащимся, но—при одинаковыхъ условіяхъ—ко всѣмъ дѣтямъ вообще.

1) Отъ франц. слова «quarantaine»—40 дней, продолжительность изоляціоннаго срока въ средніе вѣка.

„Расписание сроков изоляции учащихся в учебных заведениях“.

|                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                            |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Продолжительность срока разобщения учеников, бывших в соприкосновении с заболевшим заразной болезнью или живущих с нимъ в одной квартирѣ. | Учащійся или учащаяся допускается в школу.                                                                                                                                 |
| Послѣ скарлатины отъ 12 до 14 дней.                                                                                                       | Послѣ 6 недѣль со дня появленія сыпи и если нѣтъ слѣдovъ шелушенія.                                                                                                        |
| Послѣ кори 15 дней.                                                                                                                       | Послѣ 4 недѣль со дня появленія сыпи и если нѣтъ слѣдovъ шелушенія.                                                                                                        |
| Послѣ краснухи 16 дней.                                                                                                                   | Послѣ 2 недѣль отъ начала проявленія сыпи.                                                                                                                                 |
| Послѣ вѣтряной оспы 17 дней.                                                                                                              | Когда отпадутъ всѣ корки.                                                                                                                                                  |
| Послѣ коклюша 15—20 дней.                                                                                                                 | Послѣ 6 недѣль отъ начала кашля, когда онъ потеряетъ свой судорожный характеръ и прекратится выдѣленіе мокроты.                                                            |
| Послѣ свинки 22 дня.                                                                                                                      | Послѣ 3 недѣль отъ опухоли железъ.                                                                                                                                         |
| Послѣ дифтерита до 14 дней.                                                                                                               | Черезъ 3 недѣли по выздоровленіи; по прекращеніи гипереміи зѣва, гортани и носа (при возможности бактериологическаго изслѣдованія—по исчезновеніи Лёфлеровскихъ палочекъ). |
| Послѣ оспы 14 дней.                                                                                                                       | Когда отпадутъ корки.                                                                                                                                                      |
| Послѣ сыпного тифа 14 дней.                                                                                                               | Черезъ 14 дней по прекращеніи лихорадки.                                                                                                                                   |

Расписание это составлено Медицинскимъ Совѣтомъ и имѣетъ, слѣдовательно, официальное значеніе.

Тѣмъ, кому, какъ, наприм., врачамъ, сестрамъ милосердія и матерямъ, приходится—по долгу службы или по велѣнію сердца—приходить в соприкосновеніе съ заразными больными, необходимо, во избѣжаніе передачи заразы другимъ лицамъ, соблюдать слѣдующія *предосторожности*. Руки непременно слѣдуетъ мыть тотчасъ же по выходѣ изъ комнаты больного горячей водой съ мыломъ. *Одежду* всю слѣдуетъ перемѣнить и, если нѣтъ возможности подвергнуть прежнюю одежду

*Примѣчаніе.* Желательно, чтобы больные в періодъ выздоровленія, до допущенія в школу, получили 2—3 тепловатыхъ ванны (28° Р.).

основательной дезинфекціи горячими водяными или же формалиновыми парами, то ее въ теченіе нѣсколькихъ дней слѣдуетъ развѣсить гдѣ-нибудь на воздухѣ, чтобы она основательно провѣтрилась. *Посуду* для больного слѣдуетъ употреблять особую и не мѣшать ее съ посудой, изъ которой ѣдятъ здоровые члены семьи. Прежде, чѣмъ эту посуду мыть, ее на нѣкоторое время слѣдуетъ опустить въ ведро съ кипяткомъ, къ которому подбавляютъ нѣкоторое количество соды. Такъ же слѣдуетъ поступать и съ *бельемъ* больного: прежде, чѣмъ подвергаться стиркѣ, оно въ теченіе нѣкотораго времени должно кипятиться въ водѣ съ содой. *Изверженія* больного, особенно же испраженія, слѣдуетъ выливать въ общія отхожія мѣста только послѣ того, какъ въ сосудѣ, въ которомъ они содержатся, было подбавлено известное количество карболовой кислоты (въ 10% растворѣ) или же 20% известковаго молока. По окончаніи болѣзни, особенно такой, которая, какъ, напр., дифтеритъ, отличается сильной заразительностью, *белье* и *вещи*, не имѣющія особенной цѣнности, всего лучше сжигать. Въ противномъ случаѣ ее слѣдуетъ подвергнуть обеззараживанію, что въ столицахъ и большихъ городахъ, имѣющихъ дезинфекціонныя камеры, совершается очень легко и просто.

Что касается до самыхъ *комнатъ*, въ которыхъ жилъ больной, то въ нихъ слѣдуетъ перемостить заново полы, перемѣнить обои, и самую комнату обеззаразить окуриваньемъ сѣрой или, лучше, формалиновыми парами. Если же это по какимъ-либо причинамъ невыполнимо, то слѣдуетъ обмыть стѣны растворомъ сулемы или карболовой кислоты. Въ крайнемъ случаѣ, слѣдуетъ вытереть стѣны самымъ тщательнымъ образомъ хлѣбнымъ мякишемъ и основательно провѣтривъ комнату, какъ это рекомендуется, напр., крестьянамъ въ деревняхъ. Таковы—основныя правила обеззараживанія.

Въ предыдущихъ строкахъ мы охарактеризовали въ краткихъ чертахъ, въ чемъ должно состоять *предохраненіе* отъ зараженія. Въ послѣдующихъ мы укажемъ на основы *леченія* заразныхъ болѣзней. Что касается до лекарствъ и специальныхъ методовъ леченія, употребляемыхъ при той или иной болѣзни, то о нихъ мы совершенно говорить не станемъ: это—дѣло врача.

Слѣдующія предписанія должны быть строго выполняемы при всѣхъ заразныхъ заболѣваніяхъ. Если языкъ сильно обложенъ, что указываетъ на то, что пищеварительный трактъ не въ порядкѣ, то можно дать слабительное, всего проще кастороваго масла (взрослому—столовую, дѣтямъ, смотря по возрасту,—чайную или десертную ложку); затѣмъ, если ки-

щечникъ еще недостаточно освобожденъ, можно поставить клизму. *Дѣта* должна быть соблюдаема самая легкая и умѣренная: обиліе пищи не придаетъ силъ больному, который лишень возможности переварить ее, но отнимаетъ у него, наоборотъ, силы. Можно давать больному бульонъ, легкіе супы, а самое главное, *молоко*, на которое мы рекомендуемъ нашимъ больнымъ смотрѣть, какъ на *лекарство*, до того благотворно его вліяніе въ большинствѣ заразныхъ болѣзней. Если требуется поддержать сильно ослабѣвшія силы больного, то ему даютъ небольшими количествами (по половинѣ чайной ложечки) черезъ опредѣленные промежутки времени (часъ или два) коньяку. Вино можно давать большими количествами.

Нашимъ больнымъ мы постоянно рекомендуемъ *пить* различные напитки (только не спиртные) какъ можно въ большемъ количествѣ, преимущественно въ тепломъ состояніи. Рекомендуемъ мы это такъ настойчиво въ виду того, что при помощи *почекъ* и выдѣляемой ими мочи всего больше выдѣляется изъ организма ядовитыхъ продуктовъ, производимыхъ бактеріями и отравляющихъ организмъ. Такимъ же точно образомъ дѣйствуетъ и молоко, и потому-то мы такъ настаиваемъ на его обильномъ употребленіи. Пить больные могутъ все, что имъ по душѣ, въ томъ случаѣ, конечно, если напитокъ не подѣйствуетъ на нихъ вредно. Одни предпочитаютъ тепловатый и жидкій чай; другіе—молоко, къ которому для вкуса и букета прибавляютъ нѣсколько капель коньяку; третьи—настой изъ цѣлебныхъ травъ, такъ-наз. грудной чай; четвертые—жидкій кофе и т. д. Нѣтъ сомнѣнія въ томъ, что народный обычай поить при простудѣ горячими напитками, чтобы вызвать испарину, въ высшей степени разуменъ и вполне согласуется съ новѣйшими медицинскими теоріями.

Больному долженъ быть предоставленъ возможно *полный* тѣлесный и душевный *покой*; не слѣдуетъ раздражать его внѣшнихъ чувствъ ни слишкомъ рѣзкимъ свѣтомъ (полусвѣтъ!), ни рѣзкими звуками (музыкой), ни бесѣдами: всѣ его силы должны быть направлены на одну цѣль: на борьбу съ болѣзью.

Читательницамъ нашимъ достаточно извѣстно, какое огромное значеніе приписываемъ мы свѣжему воздуху даже при нормальныхъ условіяхъ жизни, когда организмъ совершенно здоровъ. Ни для кого не явится поэтому новостью наше требованіе, чтобы по отношенію къ больному къ этому требованію относились съ *удвоеннымъ* вниманіемъ. Если возможно, предпочтительнѣе имѣть для больного *двѣ* комнаты. Въ то время, какъ одна провѣтривается, его переносятъ въ

другую. Если переносить или вообще передвигать больного почему-либо невозможно, слѣдуетъ какъ можно тщательнѣе провѣтривать *сосѣдную* комнату, откуда свѣжій воздухъ и будетъ переходить въ комнату больного.

Таковы—главнѣйшія мѣры и основныя правила, которыми слѣдуетъ руководиться при *всѣхъ* заразныхъ заболѣваніяхъ. Что же до особенностей каждой болѣзни въ отдѣльности, то на нихъ будетъ указываемо въ соотвѣтствующихъ мѣстахъ. Намъ нѣтъ надобности упоминать о томъ, что именно при этихъ болѣзняхъ, которыя развиваются такъ быстро и грозятъ столь большими опасностями организму, постоянный надзоръ и наблюденіе врача болѣе необходимы, чѣмъ въ какомъ бы то ни было иномъ случаѣ.

**Болѣзни—острыя.** Острыми мы называемъ тѣ болѣзни, которыя начинаются *внезапно* или которыя протекаютъ въ очень короткій срокъ. Бываютъ острыя болѣзни, которыя никогда не переходятъ въ хроническія. Таковы, напр., нѣкоторыя кожныя заболѣванія. Бываютъ, однако, и такія, которыя черезъ нѣкоторое время принимаютъ хроническое, т. е. гораздо болѣе длительное теченіе. Такъ, острый катарръ легкихъ можетъ перейти въ хроническій. Острое воспаленіе внутренней сердечной сорочки—можетъ перейти въ хроническое точно такъ же, какъ и острое воспаленіе почки. Если не во всѣхъ, то въ очень многихъ острыхъ заболѣваніяхъ имѣется такъ-наз. *подготовительный стадій*, который тянется болѣе или менѣе продолжительное время. Характеризуется этотъ стадій общей усталостью, разбитостью, апатіей ко всякому—безразлично физическому или умственному—труду, отсутствіемъ аппетита и пр. Въ теченіе этого времени часто бываетъ невозможно составить себѣ сколько-нибудь опредѣленное понятіе о томъ, какая именно готовится болѣзнь.

**Болѣзни—профессіональныя.** Къ такимъ болѣзнямъ относятся тѣ, которыя являются у человѣка подъ вліяніемъ *особенныхъ* условій *его труда*. Чѣмъ болѣе какой-либо органъ работаетъ, и тѣмъ болѣе онъ утомляется. Такимъ образомъ является одна причина для появленія *спеціальныхъ* болѣзней, въ зависимости отъ той профессіи, которой человѣкъ себя посвятилъ. Помимо того, въ каждой профессіи имѣются и *свои* особенныя *вредныя условія*, которыя иногда нераздѣльно связаны съ родомъ его труда. Въ этомъ лежитъ вторая причина появленія профессіональныхъ болѣзней.

Намъ не трудно будетъ пояснить нашу мысль однимъ-двумя примѣрами. Представимъ себѣ чиновника, служащаго въ какомъ-либо казенномъ или частномъ учрежденіи, у котораго бѣольшая часть дня проходитъ въ умственной работѣ,

который почти совершенно не вѣдаетъ физическаго труда, который къ тому же проводитъ большую часть дня въ однообразномъ сидячемъ положеніи, дышитъ испорченнымъ воздухомъ и т. д. Очевидно, что, если этотъ образъ жизни тянется нѣсколько лѣтъ подрядъ, то онъ неизбежно наложитъ свою особенную печать на весь организмъ человѣка. Возьмемъ другой примѣръ—рабочаго на какой-нибудь бумагопрядильной фабрикѣ, который вынужденъ въ теченіе большей части дня дышать испорченнымъ воздухомъ, въ которомъ къ тому же массаи носятся въ воздухѣ мельчайшія растительныя волокна, проникающія въ самую глубь его легкихъ. Очевидно, что такой рабочий черезъ нѣкоторое время почти неизбежно захвораетъ катарромъ легкихъ, который можетъ принять хроническое теченіе и свести его въ могилу гораздо раньше его сверстниковъ, которые посвятили себя иному ремеслу и находятся въ болѣе благоприятныхъ гигиеническихъ условіяхъ.

Можно привести еще болѣе разительные примѣры вліянія профессіи на здоровье, напр., фосфорное производство. Многочисленными наблюденіями твердо установлено, что тѣ рабочіе, которые въ теченіе нѣ котораго времени работали надъ фосфоромъ (напр., при фабрикаціи спичекъ), заболѣваютъ фосфорнымъ отравленіемъ, послѣдствіемъ котораго является, между прочимъ, и омертвѣніе челюсти. Работа надъ свинцомъ ведетъ къ свинцовому, надъ ртутью—къ ртутному отравленію и т. д.

Не мало женщинъ также падаетъ жертвой профессиональныхъ болѣзней. Какъ много пвей, напр., заболѣваетъ чахоткой! Сколько кухарокъ заболѣваетъ упорнымъ малокровіемъ и страдаетъ признаками хроническаго отравленія окисью углерода! Если смотрѣть на вещи болѣе широко, то къ тому же разряду мы должны бы причислить и тѣ неизлечимыя болѣзни, жертвой которыхъ падаетъ множество женщинъ, почти исключительно, благодаря выполненію своего высокаго назначенія и святого долга. Сколько здоровья губится, сколько женскихъ жизней гибнетъ только благодаря беременности, родамъ и кормленію!..

Возвращаясь къ профессиональнымъ болѣзнямъ, въ тѣсномъ смыслѣ этого слова, скажемъ, что вполне присоединяемся къ мнѣнію, высказанному проф. *Ф. Ф. Эрисманомъ*, который находитъ, что рабочіе сами по себѣ почти совершенно безсильны бороться противъ вредныхъ условій своего труда и что заботу объ этомъ должно взять на себя законодательство. Съ одной стороны, законодательство должно позаботиться о *предохранительныхъ мѣрахъ* и устраненіи спеці-

альныхъ опасностей, грозящихъ рабочимъ въ томъ или иномъ производствѣ; съ другой стороны, оно же должно озаботиться и устраненіемъ „общихъ, вредныхъ для здоровья, условий, въ которыя въ настоящее время поставленъ промышленный трудъ“.

**Болѣзни отдѣльныхъ органовъ** см. по *органамъ* (напр. „Болѣзни матки“, — „Матка“; „Болѣзни мозга“; — „Мозгъ“, и т. д.).

**Бородавки.** Что такое бородавки, намъ нѣтъ надобности объяснять: это и безъ того извѣстно всѣмъ нашимъ читательницамъ и читателямъ, если не по личному опыту, то по наблюденіямъ. Попадаютъ онѣ на тѣлѣ, лицѣ, всего же чаще на рукахъ, гдѣ онѣ иногда оказываются довольно стѣснительными. Онѣ представляютъ собой утолщенные кожные сосочки съ верхней кожицей.



Рис. 168. Прижиганіе бородавокъ при помощи зажигательнаго стекла.

Въ нѣкоторыхъ случаяхъ ихъ удаётся извести сравнительно простыми средствами, между тѣмъ какъ въ другихъ случаяхъ всѣ наши усилія въ борьбѣ съ ними остаются почти тщетными. Во всякомъ случаѣ можно испробовать,—но съ надлежащей осторожностью!—прижиганіе хромовой, молочной или азотной кислотой, ляписомъ и пр. Начать слѣдуетъ во всякомъ случаѣ съ невинныхъ средствъ, какъ то: прижиганія лимоннымъ сокомъ и мытья рукъ нѣсколько разъ въ день простымъ сѣрымъ мыломъ. На рис. 374 нами изображено прижиганіе бородавки солнечными лучами при посредствѣ зажигательнаго стекла.

**Вѣшенство—собачье**, см. „Водобоязнь“.

**Бредъ** въ остромъ видѣ наблюдается, преимущественно, при болѣзняхъ съ сильно повышенной температурой, а также при тяжелыхъ заболѣваніяхъ нервной системы, при заразныхъ болѣзняхъ, при бѣлой горячкѣ, при мочекровии. Бредъ является послѣдствіемъ отравленія мозга ядовитыми продуктами обмѣна веществъ или же ядовитыми веществами, выдѣляемыми бактеріями.

Бредъ бываетъ *спокойнымъ*, и тогда больной спокойно мурлычетъ себѣ что-либо подъ носъ, или же *буйнымъ*, какъ, напр., при тифѣ или бѣлой горячкѣ, когда больному ка-

жется, что его преслѣдуютъ, что на него нападаютъ и пр., и когда онъ подъ вліяніемъ своихъ ложныхъ представленій можетъ совершить какое-нибудь преступленіе какъ надъ окружающими, такъ и надъ самимъ собой: выброситься, на-примѣръ, изъ окна, устроить поджогъ, убить кого-либо и пр. Будетъ ли бредъ тихимъ или буйнымъ, больной безразлично требуетъ самаго тщательнаго и неусыпнаго надзора надъ собой, тѣмъ болѣе, что никогда нельзя заранѣе предвидѣть, какой именно характеръ будетъ имѣть бредъ черезъ нѣкоторое время. Не слѣдуетъ забывать, что больной при этомъ совершенно бываетъ лишенъ разумнаго сознанія и живетъ исключительно подъ вліяніемъ своихъ ложныхъ представленій.

= **Леченіе** бреда всецѣло сливается съ леченіемъ основнаго страданія и, само собой разумѣется, что бредъ при тифѣ требуетъ отъ насъ совершенно иныхъ мѣръ, чѣмъ, напр., бредъ при бѣлой горячкѣ. Тѣмъ не менѣе, мы имѣемъ возможность во всѣхъ случаяхъ бреда прибѣгнуть къ извѣстнымъ мѣрамъ, которыя нѣсколько облегчаютъ больного. Къ такимъ мѣрамъ прежде всего слѣдуетъ отнести вліяніе холодной температуры. Начиная съ влажнаго компресса на лобъ, переходя къ пузырю со льдомъ на голову или холоднымъ обертываніямъ и кончая холодными ваннами достаточной продолжительности, холодная температура производитъ на больного успокаивающее и благотворное вліяніе. Кромѣ того, слѣдуетъ съ особеннымъ вниманіемъ слѣдить за правильнымъ опорожненіемъ кишечника, а также и за дѣятельностью почекъ, такъ какъ тѣмъ и другимъ путемъ изъ организма удаляется множество ядовитыхъ веществъ. О лекарствахъ, способныхъ успокоить черезчуръ возбужденную нервную систему, намъ въ данномъ случаѣ говорить не приходится. Во многихъ случаяхъ хорошо дѣйствуютъ отвлекающія, напр., горчичники, поставленные на затылокъ. Иногда бываетъ показаннымъ и кровопусканіе.

**Бредовыя идеи.** Помимо бреда, который нами только-что разсмотрѣнъ и который наблюдается при острыхъ и заразныхъ заболѣваніяхъ, наблюдается также бредъ при *душевныхъ заболѣваніяхъ*. Бредовыя идеи имѣютъ хроническій характеръ и облекаются въ систематическую форму, въ зависимости отъ того, подъ какимъ именно вліяніемъ произошло расстройство умственныхъ способностей у даннаго больного. Въ томъ случаѣ, когда больной страдаетъ **меланхоліей** (см.), часто наблюдается **бредъ преслѣдованія**. Больному постоянно кажется, что онъ окруженъ врагами, которые покушаются на его честь, имунство и даже жизнь.



Онъ никому не довѣряетъ, и подъ вліяніемъ ложнаго представленія бываетъ способенъ убить даже близкаго человѣка.

Совсѣмъ въ другомъ родѣ бываетъ **бредъ величія**, который всего чаще наблюдается въ первой стадіи **прогрессивнаго паралича** (см.). Больной очень веселъ, всегда бываетъ въ хорошемъ расположеніи духа, мнитъ себя какимъ-нибудь великимъ человѣкомъ или спасителемъ человѣчества, даже богомъ. Такимъ образомъ дѣло идетъ до тѣхъ поръ, пока больной не дойдетъ до послѣдней ступени болѣзни, на которой онъ постепенно утрачиваетъ всякій человѣческій обликъ.

**Бронхитъ** является въ переходное время года, весной и осенью, чрезвычайно распространеннымъ заболѣваніемъ. Стоитъ онъ, какъ и само названіе указываетъ, въ воспаленіи слизистой оболочки бронховъ, т. е. развѣтвленій воздухоносной трубки. Воспаленіе, однако, не касается мелкихъ развѣтвленій. Распространеніе воспаленія на мелкія развѣтвленія наблюдается почти исключительно у дѣтей. Въ такомъ случаѣ бронхитъ носитъ названіе „*капиллярнаго*“ и представляетъ собой заболѣваніе очень серьезное, тѣмъ болѣе, что оно очень легко переходитъ въ *воспаленіе легкихъ*.

**Признаки** бронхита извѣстны всѣмъ. Начинается дѣло съ неопредѣленныхъ болей въ груди и кашля. Скоро присоединяется отдѣленіе слизистой мокроты, переполненной пузырьками воздуха. Вмѣстѣ съ тѣмъ наблюдается и общая слабость, головная боль, повышеніе температуры. Бронхитъ средней силы длится дней 12.

Заботиться о *предупрежденіи* бронхита слѣдуетъ преимущественно у дѣтей и стариковъ, а также у особъ, обнаруживающихъ предрасположеніе къ заболѣванію **легочной чахоткой** (см.). Предохраненіе сводится къ избѣганію поводовъ къ простуживанію. Для этого слѣдуетъ избѣгать рѣзкихъ переходовъ температуры (изъ жарко натопленной комнаты на морозъ; оживленные бесѣды на морозномъ воздухѣ и пр.). Наиболѣе вѣрнымъ средствомъ является, однако, *закаливаніе* организма.

— **Лечить** бронхитъ слѣдуетъ, главнымъ образомъ, покоемъ и пребываніемъ въ комнатѣ съ равномерной и слегка повышенной температурой. Въ то же время воздухъ долженъ быть и влажнымъ (тазь съ горячей водой, развѣшивать влажныя

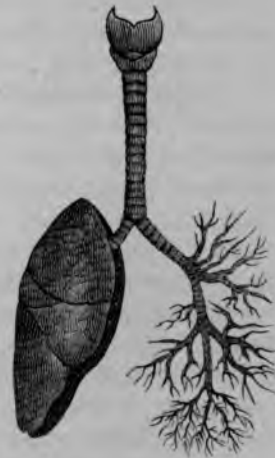


Рис. 169. Легкое и воздухоносные пути.  
(По д-ру Руффу).

простыни и пр.). Какъ можно больше пить теплыхъ напитковъ, преимущественно чаю и молока. Къ послѣднему прибавляютъ какой-нибудь щелочной воды или сельтерской, для облегченія отхаркиванія. Большой смыслъ имѣетъ и питье грудного чаю, который способствуетъ усиленному выдѣленію мочи и имѣетъ также потогонное дѣйствіе. Легкая діета; слѣдить за опорожненіемъ кишечника. До тѣхъ поръ, пока не установилась совершенно нормальная температура, больному не рекомендуется выходить на воздухъ.

**Бубоны.** Этимъ названіемъ обозначаютъ воспаленіе паховыхъ лимфатическихъ железъ. Напухаютъ эти железы при нѣкоторыхъ болѣзненныхъ процессахъ на нижнихъ конечностяхъ, а также на половыхъ частяхъ. Особенное значеніе имѣетъ воспаленіе этихъ железъ при **твердомъ** и **мягкомъ шанкрѣ** (см.). При твердомъ шанкрѣ, иными словами **сифилисѣ** (см.), опухоль железъ бываетъ твердой и железы при этомъ никогда не нагнаиваются—въ противоположность тому, что мы наблюдаемъ при мягкомъ шанкрѣ, при которомъ чаще всего и появляются *бубоны*.

Особенное значеніе имѣютъ бубоны при **чумѣ** (см.), при которой они составляютъ явленіе настолько характерное и постоянное, что по нимъ и сама чума зовется *бубонной*.

При **леченіи** слѣдуетъ обращать вниманіе не столько на самые бубоны, сколько на *основную болѣзнь*, выраженіемъ которой они являются. Если бубоны становятся болѣзненными, то боль успокаиваютъ при помощи тепловатыхъ компрессовъ. **Вмѣстѣ** съ тѣмъ слѣдуетъ соблюдать и строгій покой. Въ тѣхъ случаяхъ, когда нагноеніе оказывается неизбѣжнымъ, наступленіе его можно облегчить и ускорить при помощи горячихъ **льняныхъ припарокъ** (см.), а также теплыхъ полуваннъ, продолжительностью въ  $\frac{1}{4}$  часа. Во всякомъ случаѣ слѣдуетъ заботиться о соблюденіи самой строгой *чистоты*, особенно въ томъ случаѣ, когда нагноившіеся бубоны начинаютъ выдѣлять гной. Въ противномъ случаѣ можно заразить даже отдаленные органы.

**Бузина** употребляется въ нѣкоторыхъ мѣстностяхъ Россіи въ видѣ настоя или чаю. Она имѣетъ, повидимому, моче- и потогонное дѣйствіе, а потому и употребляется народомъ при простудныхъ заболѣваніяхъ, а также при ревматизмѣ и водянкѣ.

**Бѣлая горячка**, см. „Горячка — бѣлая“.

**Бѣли** представляютъ собой истеченіе бѣловатой, вязкой, слизистой жидкости изъ влагалища и наблюдаются, преимущественно, у малокровныхъ и золотушныхъ женщинъ. Онѣ являются послѣдствіемъ воспаленія слизистой оболочки вла-

галища, маточной шейки или же самой матки (см. „**Болѣзни матки**“). Въ томъ случаѣ, когда онѣ держатся очень упорно и влекутъ за собой и другія неприятныя явленія, или когда жидкость начинаетъ издавать неприятный запахъ, на нихъ слѣдуетъ обратить самое строгое вниманіе. У совершенно здоровой женщины бѣлей не бываетъ; этого не слѣдуетъ упускать изъ виду.

Болѣе или менѣе значительное отхожденіе жидкости до или послѣ регуль, послѣ какого-нибудь тѣлеснаго напряженія или душевнаго волненія, указываетъ на общую слабость организма, къ которой не слѣдуетъ относиться слишкомъ легко. Что касается до помощи больной, то главное вниманіе должно быть обращено не на мѣстное, но на *общее* леченіе.

**Бѣлокъ.** Вещество это содержится во всѣхъ органическихъ веществахъ, хотя и носить различныя названія: бѣлковъ (въ мясѣ, напр.), клѣтчатки (въ растеніяхъ), творожины (въ молокѣ). Бѣлковыя вещества въ организмѣ легко распадаются и затѣмъ удаляются изъ организма (см. выше 2-ю главу „**Питаніе**“ въ I-й части—стр. 74). Бѣлки составляютъ необходимую принадлежность нашей пищи, такъ какъ они служатъ для образованія тканей нашего тѣла. Недостатокъ бѣлковъ отражается на насъ крайне пагубно, это извѣстно уже очень давно. Но что намъ стало научно извѣстно только съ недавнихъ поръ, такъ это—то, что не менѣе вреднымъ оказывается для организма и *излишекъ* бѣлковъ. Пища, слишкомъ богатая бѣлками, требуетъ черезчуръ сильнаго напряженія со стороны нѣкоторыхъ органовъ, въ которыхъ они и вызываютъ различныя заболѣванія. вмѣстѣ съ тѣмъ бѣлки отравляютъ въ такомъ случаѣ организмъ своими продуктами распада. Къ такимъ болѣзнямъ можно отнести почечныя и желчныя камни, подагру, мигрень, тучность и пр. Продуктами распада бѣлковыхъ веществъ являются въ организмѣ мочевины, мочева кислота, креатинъ и пр.

**Бѣлокъ въ мочѣ.**—**Альбуминурія.** Появленіе бѣлка въ мочѣ указываетъ на *воспаленіе почекъ* и имѣеть, слѣдовательно, огромное значеніе. Часто весь вопросъ сводится къ тому, временно ли появляется бѣлокъ въ мочѣ или же болѣе или менѣе постоянно. Огромное значеніе имѣеть и *количество* выдѣляемаго мочей бѣлка. Очень часто наблюдается бѣлокъ въ мочѣ дѣтей при **скарлатинѣ** (см.), при которой воспаленіе почекъ составляетъ чуть что не правило. Въ такихъ случаяхъ врачомъ даются обыкновенно матери или старшей сестрѣ маленькаго пациента указанія относительно того, какъ можно *открыть бѣлокъ* въ мочѣ.

Наиболѣе простымъ средствомъ для достиженія этой

цѣли является *кипяченіе* мочи. Для этого небольшое количество мочи—всего лучше утренней, собранной въ небольшую бутылочку безукоризненной чистоты, слѣдуетъ послѣ предварительной фильтраціи черезъ пропускную бумагу прокипятить въ небольшой тоненькой пробиркѣ. Кипятить всего лучше на спиртовой лампочкѣ при небольшомъ огнѣ. Мочи должно быть налито только до половины пробирки. Кипяченіе слѣдуетъ начать съ верхнихъ слоевъ мочи и постепенно спускаться ниже. Въ противномъ случаѣ развивающіеся газы могутъ выбросить изъ пробирки сильную струю кипящей жидкости и произвести ожогъ.

Въ томъ случаѣ, когда въ мочѣ имѣется бѣлокъ, она очень быстро мутнѣетъ; черезъ нѣкоторое же время появляются обильные хлопья. Эти признаки не дають еще увѣренности въ томъ, что въ мочѣ содержится именно бѣлокъ, такъ какъ муть въ мочѣ появляется и въ томъ случаѣ, когда моча содержитъ углекислыя соли. Для выясненія спорнаго вопроса, прибавляютъ небольшое количество уксусной кислоты: муть, произведенная углекислыми солями, тотчасъ же растворяется, между тѣмъ какъ въ мочѣ, въ которой содержится бѣлокъ, получается довольно плотный осадокъ. Помутнѣніе мочи при кипяченіи въ томъ случаѣ, когда она содержитъ бѣлокъ, происходитъ вслѣдствіе свертыванія его. Повторяемъ, появленіе бѣлка въ мочѣ должно обратить на себя самое серьезное вниманіе. Во всякомъ случаѣ больного немедленно слѣдуетъ перевести исключительно на *молочную пищу*, которая оказываетъ въ большинствѣ случаевъ самое благотворное вліяніе на воспаленныя почки.

**Брюшины воспаленіе.** — **Перитонитъ.** Брюшина окутываетъ, какъ извѣстно, всѣ органы, заключенныя въ брюшной полости, а также стѣнки ея. Въ виду того, что брюшина со всѣхъ сторонъ закрыта и нигдѣ не сообщается съ внѣшнимъ міромъ, она при нормальныхъ условіяхъ совершенно защищена отъ вторженія въ нее микробовъ. Поэтому воспаленіе брюшины можетъ имѣть мѣсто только въ томъ случаѣ, когда насильственнымъ образомъ цѣлость ея будетъ нарушена. Произойти это можетъ вслѣдствіе раненія брюшины (паденіе на острый предметъ, ударъ ножомъ, шашкой, пикой; прободеніе рогаыми животными и пр.), или же вслѣдствіе распространенія воспаленія съ какого-нибудь внутренняго органа (вскрытіе язвы желудка, кишекъ, печени, распространеніе воспаленія съ матки или ея придатковъ и пр.). Послѣдній путь является однимъ изъ наиболѣе частыхъ при воспаленіяхъ брюшины у женщинъ. Вслѣдствіе внутренняго изслѣдованія беременныхъ при недостаточномъ соблюденіи чистоты, при вну-

триматочныхъ операціяхъ и впрыскиваніяхъ — во время и первое время послѣ родовъ, при несоблюденіи антисептическихъ предосторожностей, наблюдается зараженіе матки, которое иногда очень быстро передается затѣмъ брюшинѣ. Воспаленіе брюшины проявляется чрезвычайно *рѣзкими признаками*, которые быстро привлекають вниманіе окружающихъ на болѣзнь. Больная время отъ времени испытываетъ потрясающіе *ознобы*. Температура быстро подымается на значительную высоту: 39°, 40° и даже 41°. Въ животѣ чувствуются ужасныя *боли*, которыя усиливаются отъ малѣйшаго прикосновенія или неловкаго движенія больной. Животъ *вздувается* вслѣдствіе того, что въ кишечныхъ петляхъ скопляются газы, которымъ нѣтъ выхода. Черезъ нѣкоторое время послѣ начала заболѣванія появляются *рвоты*, сначала пищей и слизью, впоследствии кровью или желчью. Подъ конецъ рвота становится каловой. Во все время болѣзни наблюдается обыкновенно запоръ. Вслѣдствіе сильнаго вздутія живота, отгѣсняющаго вверхъ грудобрюшную преграду и сердце, а также и потому, что малѣйшее движеніе причиняетъ ужасныя страданія больному, дыханіе становится все болѣе и болѣе поверхностнымъ. Затѣмъ появляется *икота*, которая играетъ роль очень дурного предзнаменованія. Исходъ перитонита въ большинствѣ случаевъ бываетъ *смертельнымъ*. Тѣмъ не менѣе, подобный исходъ никоимъ образомъ не можетъ считаться общимъ правиломъ, и въ медицинѣ извѣстны многочисленные случаи выздоровленія даже въ самыхъ отчаянныхъ, повидимому, случаяхъ, а потому терять надежду никогда не слѣдуетъ. Въ нѣкоторыхъ случаяхъ острый перитонитъ принимаетъ *хроническое* теченіе, и больная нерѣдко остается въ живыхъ, хотя, какъ правило, воспаленіе брюшины оставляетъ послѣ себя очень тяжелыя послѣдствія, которыя очень долго, нерѣдко всю жизнь — напоминають больной объ ужасной болѣзни, которую она пережила. Чаще всего воспаленіе брюшины ведетъ къ склеиванію между собой и съ другими брюшными органами кишечныхъ петель, вслѣдствіе чего онѣ утрачиваютъ свойственную имъ въ нормальномъ состояніи подвижность.

О **предохраненіи** отъ воспаленія брюшины слѣдуетъ говорить, преимущественно, при родахъ. Что касается до **леченія**, то и этотъ вопросъ очень сложенъ. Обыкновенно начинаютъ съ того, что стараются ослабить, поскольку возможно, воспаленіе. Для этого въ началѣ болѣзни ставятъ пиявки, мушки, накладываютъ на животъ ледяные компрессы, растираютъ въ нѣкоторыхъ случаяхъ ртутной мазью. Иногда получается очень хорошій результатъ, если смазать животъ больного

слоем коллодія. Само собой разумѣется, что больному предписывается абсолютный покой. Для успокоенія болей, больному даютъ обыкновенно морфій. Для того, чтобы обезпечить возможно полную неподвижность кишечника—опій. Высокіе клистиры также чрезвычайно облегчаютъ больного. Въ нѣкоторыхъ случаяхъ бывають показаны холодныя обертыванія. Таковы — средства, обычно принимаемыя нами при воспаленіи брюшины.

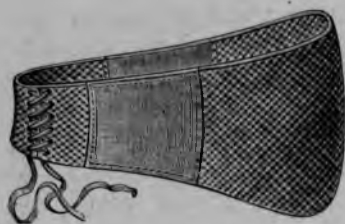


Рис. 170. Брюшной бинтъ.

Тѣмъ не менѣе, мы на этомъ успокаиваться *не должны*. За больнымъ слѣдуетъ учредить самый тщательный надзоръ и, въ случаѣ появленія сколько-нибудь сильно угрожающихъ симптомовъ, мы должны въ тѣхъ случаяхъ, гдѣ это только

возможно, неотложно позаботиться объ *операции*, которая нерѣдко даетъ очень хорошіе результаты не только при воспаленіи брюшины отъ *внѣшнихъ* причинъ, но и нѣкоторыхъ внутреннихъ (вскрывшаяся язва и пр.). Въ такомъ случаѣ удаляютъ изъ полости живота гной или другія заразныя массы, зашиваютъ отверстіе язвъ, производятъ тщательное обеззараживаніе брюшной полости. Операция нерѣдко спасаетъ жизнь больному.

**Брюшные бинты** находятся въ очень частомъ потребленіи у женщинъ. Объясняется это многочисленными причинами. Нѣтъ никакого сомнѣнія въ томъ, что у женщинъ животъ находится въ гораздо болѣе благоприятныхъ условіяхъ для растяженія стѣнокъ, чѣмъ у мужчинъ. Этому въ очень сильной степени содѣйствуетъ беременность.

Прибѣгая къ брюшнымъ бинтамъ, женщины въ одномъ случаѣ стремятся къ тому, чтобы дать опору ослабѣвшимъ стѣнкамъ; въ другомъ—къ



Рис. 171. Универсальный брюшной бинтъ «Монополь».



Рис. 172. Брюшной бинтъ «Викторія».

тому, чтобы во время беременности уменьшить давленіе плода; въ третьемъ случаѣ—къ тому, чтобы равномерно согрѣвать животъ при ощущеніи внутренняго холода, разстройствѣ желудка или кишекъ и т. д. Самый простой бинтъ можно себѣ сфабриковать изъ куска *фланели*, который обвязывается вокругъ живота и носится постоянно. Такой бинтъ отлично

согрѣваетъ, доставляетъ пріятное ощущеніе и повышаетъ дѣятельность пищеварительнаго тракта. Другіе бинты изображены нами на рисс. 141—142 (см. въ I части „**Менструальный періодъ**“—стр. 331). Устройство ихъ только въ томъ случаѣ можно считать цѣлесообразнымъ, когда они изготовлены изъ проницаемой для воздуха матеріи (какъ, напр., бинты, изображенные на рис.

170 и 171), нигдѣ не оказываютъ ни малѣйшаго давленія на тѣло, и не слишкомъ просторны и широки.

Никогда не слѣдуетъ себя пріучать къ *постоянному* ношенію брюшного бинта: гораздо предпочтительнѣе позаботиться объ общемъ укрѣпленіи организма и, въ частности, объ укрѣпленіи брюшныхъ стѣнокъ. Однимъ изъ наиболѣе цѣлесообразныхъ бинтовъ долженъ быть признанъ *поясъ Юноны* (см. раскрашенную таблицу № 3). Онъ очень хорошо выполняетъ свое назначеніе при отвисломъ животѣ, ослабленіи брюшныхъ стѣнокъ, блуждающей почкѣ, опущеніи матки и пр. Удовлетворяютъ въ значительной степени своему назначенію также бинты „Монополь“ и „Викторія“.



Рис. 173. Брюшной компрессъ.

(Компрессъ представленъ въ развернутомъ видѣ. На шерстяную подкладку шитье слой сырого шелку. Къ шерстяной подкладкѣ прикрѣплены ленты, при помощи которыхъ бинтъ завязывается)

и, въ частности, объ укрѣпленіи брюшныхъ стѣнокъ. Однимъ изъ наиболѣе цѣлесообразныхъ бинтовъ долженъ быть признанъ *поясъ Юноны* (см. раскрашенную таблицу № 3). Онъ очень хорошо выполняетъ свое назначеніе при отвисломъ животѣ, ослабленіи брюшныхъ стѣнокъ, блуждающей почкѣ, опущеніи матки и пр. Удовлетворяютъ въ значительной степени своему назначенію также бинты „Монополь“ и „Викторія“.

## В.

**Вазелинъ** относительно недавно вошелъ въ употребленіе. Онъ изготовляется изъ остатковъ нефти. Вазелинъ гораздо плотнѣе прочихъ жировъ, а потому представляетъ отличную защитительную оболочку для кожи. Не слѣдуетъ, однако, упускать изъ виду также и того обстоятельства, что онъ закупориваетъ кожныя поры, а потому во многихъ случаяхъ предпочтительнѣе прибѣгать къ масламъ и кремамъ, которые въ меньшей мѣрѣ грѣшатъ этимъ недостаткомъ.

**Валеріана.** Растеніе это пользуется репутаціей успокоительнаго средства для нервной системы вообще и при судорогахъ въ особенности. Употребляютъ ее въ видѣ настоя, т. е. *чая*, для чего берутъ чайную ложку растенія на стаканъ горячей воды, или въ видѣ *валерьяновыхъ капель*, которыя получаютъ въ готовомъ видѣ изъ аптеки и которыя

представляют принадлежность даже самой маленькой домашней аптечки. Въ капляхъ этихъ, представляющихъ собой настойку валерьяноваго корня, имѣется и *эфиръ*. Принимать эти капли можно въ количествѣ 15—20, даже 30 на подсахаренной водѣ или на сахарѣ. Во всякомъ случаѣ дѣйствіемъ валерьяновыхъ капель не слѣдуетъ злоупотреблять; въ противномъ случаѣ мы не только испортимъ себѣ желудокъ, но также приучимъ себя къ дѣйствію этого лекарства, и тогда въ моментъ истинной нужды оно не сможетъ оказать на насъ надлежащаго дѣйствія. Валерьяновыя капли также очень охотно употребляются въ медицинѣ для возбужденія сердечной дѣятельности.

**Ванна.** Ванной, какъ всѣмъ извѣстно, называютъ сосудъ,



Рис. 174. Ванна для туловища.

предназначенный для купанья. Ванны дѣлаются изъ самаго различнаго матеріала: дерева, жести, цинка, фарфора и пр. Имѣютъ онѣ также и различную форму, въ зависимости, главнымъ образомъ, отъ

того, для какой части тѣла онѣ, преимущественно, предназначаются. Мы приводимъ здѣсь рисунки главнѣйшихъ видовъ ваннъ для того, чтобы хозяйки безъ особеннаго труда могли разобраться въ томъ, какую именно ванну имъ слѣдуетъ предпочесть.

Наиболѣе практичными слѣдуетъ признать полныя ванны, такъ какъ ихъ можно примѣнить для самыхъ разнообразныхъ цѣлей. Ихъ можно употреблять для обмыванія всего *туловища*, для *полуваннъ*, а также для *обливаній*.

На рис. 174—179 изображены нами модели различныхъ ваннъ, съ указаніемъ тѣхъ цѣлей, для которыхъ онѣ, преимущественно, служатъ. Для того, чтобы принимать ванны въ сидячемъ положеніи, слѣдуетъ выбирать ванны поменьше. Для полуваннъ и для полныхъ ваннъ—ванны побольше, съ такимъ расчетомъ, чтобы въ нихъ можно было въ то же время производить и *обливаніе* туловища.

Какъ полныя ванны, такъ и полуванны всего лучше выбирать *металлическія*, въ виду огромныхъ преимуществъ, которыя онѣ имѣютъ надъ деревянными. Такъ, онѣ гораздо



легче деревянныхъ, ихъ гораздо удобнѣе подвергать чисткѣ и дезинфекціи, а это во время эпидеміи особенно имѣетъ огромное значеніе. Кромѣ того, деревянныя ванны часто сохраняютъ запахъ тѣхъ веществъ, которыя примѣшиваются къ ваннамъ. Переносная металлическая ванна представляетъ огромныя удобства. Она не требуетъ особеннаго мѣста, и, когда въ ней надобности не встрѣчается, ее можно выносить вонъ. Когда надобность въ ней является, ее вносятъ и помѣщаютъ именно тамъ, гдѣ она въ данное время нужна. Нѣтъ, поэтому, сомнѣнія, въ томъ, что хорошая ванна должна являться одной изъ ближайшихъ и необходимыхъ принадлежностей даже самаго маленькаго хозяйства. Было бы въ высшей степени желательно, чтобы ванна съ принадлежностями: термометромъ, купальными полотенцами, простынями и пр. входила всегда въ составъ приданаго молодыхъ дѣвушекъ.

Ванну непременно слѣдуетъ чистить непосредственно послѣ купанья. Такимъ путемъ изъ ванны удаляется вся грязь, и она въ теченіе очень продолжительнаго времени можетъ сохраняться въ наилучшемъ состояніи. Въ томъ случаѣ, наоборотъ, когда мыло засыхаетъ на стѣнкахъ ванны, она портится гораздо быстрѣе, такъ какъ мыло разѣдаетъ металлъ. Въ такомъ случаѣ слѣдуетъ время отъ времени обмывать ванну слабымъ растворомъ соляной кислоты. Если ванна принимается даже ежедневно, то въ подобномъ обмываніи надобность встрѣчается все же не чаще, чѣмъ разъ въ двѣ недѣли, приблизительно.

Мы указали на то, что металлическія ванны представляютъ огромныя преимущества надъ деревянными. Бываютъ, тѣмъ не менѣе, случаи, когда непременно слѣдуетъ пользоваться именно *деревянной* ванной. Такъ, напр., не слѣдуетъ принимать сѣрнистую ванну въ металлическомъ сосудѣ, такъ какъ сѣра его очень быстро разѣстъ. Въ такихъ случаяхъ прибѣгаютъ къ деревяннымъ ваннамъ. Кромѣ того, не всѣ имѣютъ возможность, по своимъ матеріальнымъ условіямъ, а также по условіямъ жизни, обзаводиться металлической ванной. Такъ, напр., въ глухой деревнѣ или на желѣзнодорожной станціи, при всемъ желаніи, нѣтъ въ большинствѣ случаевъ возможности найти металлическую ванну.



Рис. 175. Дѣтская полуванна.

Въ такомъ случаѣ и деревянная можетъ отлично выполнить требуемое назначеніе. Въ этомъ отношеніи мы можемъ многое позаимствовать у народа, который отлично умѣетъ пользоваться нѣкоторыми предметами своего обихода для подобныхъ цѣлей. Такъ, напр., въ деревняхъ крестьянки купаютъ своихъ дѣтей въ корытахъ (называемыхъ въ Малороссіи „ваганами“), такого же устройства, какъ тѣ, въ которыхъ мѣсятъ тѣсто (а иногда въ тѣхъ же самыхъ). Въмѣсто ванны приспособляютъ бочку, разрѣзанную посрединѣ пополамъ. Такимъ образомъ получаютъ двѣ довольно хорошія



Рис. 176. Обливаніе колѣнъ въ ваннѣ.

ванны („шапелки“ у малороссовъ). Что же касается до ножныхъ или ручныхъ ваннъ, то для этой цѣли отлично годятся *ведра*. Такимъ образомъ, при нѣкоторомъ желаніи повсюду можно найти или придумать, какимъ образомъ всего лучше замѣнить ванну, которой достать не возможно. При этомъ слѣдуетъ имѣть въ виду только *цѣль*, которая преслѣдуется, формъ же

и внѣшности не слѣдуетъ придавать особенное значеніе.

**Ванна—ножная.** Это наиболѣе простая и вмѣстѣ съ тѣмъ наиболѣе употребительная ванна. Тѣмъ не менѣе, всегда слѣдуетъ имѣть въ виду, какую именно *цѣль* мы преслѣдуемъ, когда дѣлаемъ себѣ ванну, и сообразно съ этимъ разнообразить условія. Если мы желаемъ просто *обмыть* ноги, то мы сдѣлаемъ это *теплой* водой и мыломъ. Если мы желаемъ *согрѣть* ноги, то мы прибѣгаемъ къ *горячей* водѣ. Горячая вода расширяетъ, какъ извѣстно, сосуды. Такимъ образомъ притокъ теплоты къ ногамъ еще болѣе увеличивается. Если же мы задались цѣлью *оживить кровообращеніе*

въ ногахъ, то мы должны прибѣгнуть къ *холоднымъ* обмываніямъ или растираніямъ, сдѣлавъ въ нѣкоторыхъ случаяхъ предварительно паровую ванну. Чѣмъ больше крови мы привлечемъ посредствомъ воды, холода или тепла къ нижнимъ конечностямъ, и тѣмъ болѣе отвлечемъ мы ея отъ внутреннихъ органовъ.

Вотъ почему такого рода ванны бываютъ показаны при приливахъ крови къ головѣ, набуханіи печени, воспаленіи матки, гемо-

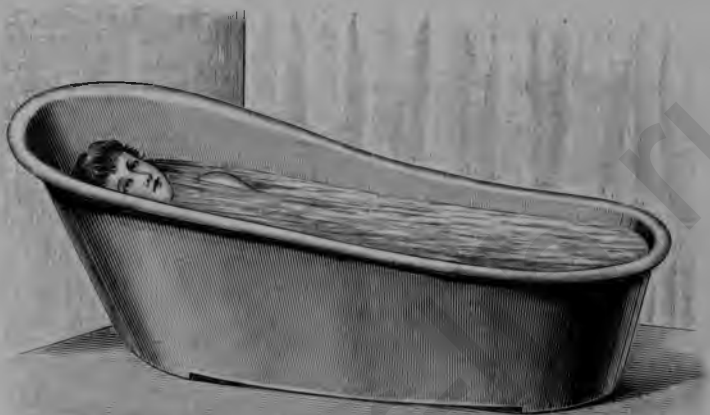


Рис. 177. Полная ванна.

рофъ и пр. Въ нѣкоторыхъ случаяхъ хожденіе босикомъ по мелкой водѣ или въ лужахъ послѣ дождя служить хотя и нѣсколько рѣшительнымъ, но нерѣдко удачнымъ средствомъ отъ головныхъ болей. Что касается до гигиены ногъ вообще, то см. въ I части главу, въ которой излагается „*Уходъ за ногами*“ (стр. 291).

**Ванна—ручная.** Въ статьѣ „*Водоленіе*“ (см.), мы увидимъ, что примѣненіемъ воды соответствующей температуры къ различнымъ частямъ тѣла мы можемъ благотворно повліять на многія болѣзни. Что касается, въ частности, до ручныхъ ваннъ, то относительно ихъ мы можемъ въ значительной степени повторить то, что было нами въ предыдущей статьѣ сказано относительно **ножныхъ ваннъ** (см.). Ручныя ванны представляютъ собой отличное средство при нѣкоторыхъ заболѣваніяхъ верхнихъ конечностей. Онѣ представляютъ также хорошее отвлекающее средство при нѣкоторыхъ заболѣваніяхъ головного мозга. Различаютъ слѣдующіе виды ручныхъ ваннъ: 1) Простое *погруженіе* въ холодную воду, повторяемое раза 2—4. 2) *Горячая ручная ванна*,



Рис. 178. Ножная ванна.

съ цѣлю вызвать расширеніе сосудовъ: температура воды должна достигать 43° Ц. (35° Р.). Вода должна доходить до самой подмышечной впадины, и ванна должна быть продолжительностью въ 5 минутъ. 3) *Перемѣнная ручная ванна*: заблаговременно заготавливаютъ два ведра воды въ 35° Р.—въ одномъ и въ 12° Р.—въ другомъ. Сначала погружаютъ руки въ первое ведро, въ которомъ ихъ держатъ въ теченіе 2 минутъ, затѣмъ—въ холодную воду, въ которой онѣ пребываютъ въ теченіе полминуты; эту операцію повторяютъ 2—4 раза. Перемѣнная ванна раздражаетъ сосуды и нервы верхнихъ конечностей въ большей степени, нежели всѣ другіе



Рис. 179. Ножная паровая ванна.

виды воздѣйствія при посредствѣ воды. Поэтому съ ними рекомендуется быть, по возможности, осторожнымъ по отношенію къ возбужденнымъ больнымъ, особенно въ томъ случаѣ, когда возбужденнымъ орга-

номъ оказывается сердце. 4-мъ и послѣднимъ видомъ ручной ванны является *паровая ванна*, къ описанію которой мы и перейдемъ.  
**Ванна — паровая.** Для паровой ванны можно приспособить специальный ящикъ (см. рис. 179), или же, въ томъ случаѣ, когда это оказывается по какимъ-либо причинамъ невыполнимымъ, накидываютъ покрывало черезъ спинки двухъ стульевъ, поставленныхъ на небольшомъ разстояніи другъ отъ друга, и подъ этимъ покрываломъ помѣщаютъ горшокъ съ горячей водой, изъ котораго и распространяются въ закрытомъ пространствѣ пары. Въ этомъ пространствѣ и держатъ около 10 минутъ руки широко распростертыми, пока не почувствуется довольно явственно ощущеніе теплоты. Тогда вынимаютъ оттуда руки и обливаютъ ихъ водой въ 25°, а за-

тѣмъ еще болѣе холодной водой въ 12° или даже 10° Р. При такихъ условіяхъ руки становятся очень красными и полнокровными. Методъ этотъ можно рекомендовать при постоянной зябкости рукъ и мышечной слабости. Методъ этотъ также можно примѣнять, какъ отвлекающій при нѣкоторыхъ видахъ упорнаго хроническаго камня. Что же касается до горячихъ ручныхъ ваннъ, то въ нѣкоторыхъ случаяхъ ихъ съ успѣхомъ примѣняли при легочныхъ кровохарканіяхъ и маточныхъ кровотеченияхъ. Тѣмъ не менѣе, мы не можемъ рекомендовать нашимъ читательницамъ прибѣгать къ этому средству, не испросивъ предварительно совѣта и разрѣшенія врача.

**Ванная.** По поводу этой принадлежности каждой вполнѣ благоустроенной квартиры мы говорили уже въ I части настоящаго сочиненія, въ главѣ, въ которой шла рѣчь „**объ устройствѣ дома**“ (с. 246). Къ сказанному намъ остается прибавить немного. Нѣтъ сомнѣнія, что въ недалекомъ будущемъ мы такъ же мало будемъ себѣ въ состояніи вообразить квартиру безъ ванной комнаты, какъ мало можемъ себѣ въ настоящее время представить квартиру безъ кухни. Въ новыхъ большихъ домахъ горячая вода проводится прямо изъ котла, помѣщаемаго на кухнѣ и въ которомъ вода нагрѣвается при топкѣ плиты. Такимъ образомъ постоянно можно имѣть въ своемъ распоряженіи горячую воду. Тамъ, гдѣ подобныхъ приспособленій не имѣется, помѣщаютъ небольшую печь въ сосѣдней съ ванной комнатѣ или же въ самой ванной. Въ послѣднемъ случаѣ особенно внимательно слѣдуетъ слѣдить за тѣмъ, чтобы не было угара.

Что касается до ваннъ, мы уже выше говорили (см. „**Ванны**“), что наилучшими должны считаться ванны металлическія—изъ жести, чугуна или цинка. Желательно, чтобы онѣ были изнутри эмалированы. Разумное и цѣлесообразное пользованіе ванной комнатой является не только однимъ изъ наиболѣе вѣрныхъ средствъ для сохраненія здоровья, но также однимъ изъ наиболѣе дѣйствительныхъ орудій для борьбы съ болѣзнью.

**Ванное зеркало.** Такъ называютъ небольшой инструментъ, который построенъ по тому же образцу, что и всѣ влагалищныя зеркала, и который нѣкоторыя женщины вводятъ во влагалище для того, чтобы такимъ образомъ раскрыть его и доставить доступъ жидкости во внутрь этого органа. Въ употребленіи этого инструмента особенной надобности не встрѣчается, такъ какъ названный органъ и безъ того уже хорошо промывается въ ваннѣ.

**Ванны — грязевыя.** Ванны эти оказываютъ очень полезное дѣйствіе при многихъ общихъ, особенно же при нѣкоторыхъ *женскихъ* болѣзняхъ. Особенной популярностью пользуются

онѣ у насъ въ Россіи, гдѣ составляютъ также излюбленный народный способъ леченія среди населенія тѣхъ мѣстностей, гдѣ имѣются грязи. Дѣйствіе грязевыхъ ваннъ не всегда одинаково: однѣ грязи дѣйствуютъ своей температурой; другія—своими растительными и минеральными составными частями, которыя бываютъ, конечно, различны въ различныхъ грязяхъ; третьи дѣйствуютъ, механически раздражая кожу. Однѣ содержатъ сѣрнистое желѣзо, другія — углекислоту, третьи—кремнеземъ, четвертыя—іодъ и т. д. Всѣ эти вещества дѣйствуютъ раздражающимъ образомъ непосредственно на кожу, на кровообращеніе, а посредственно также и на нервную систему и на мѣстное страданіе.

Болѣзни, при которыхъ леченіе грязями можетъ оказаться полезнымъ, до чрезвычайности разнообразны. Такъ, грязями съ успѣхомъ пользуются ревматиковъ, малокровныхъ, нервныхъ больныхъ, сифилитиковъ, подагриковъ, женщинъ съ воспаленіемъ родовыхъ органовъ и т. д. Въ каждомъ отдѣльномъ случаѣ одинъ только врачъ можетъ считаться компетентнымъ относительно вопроса, можно ли данную форму болѣзни подвергнуть грязевому леченію и въ какой именно формѣ послѣднее должно примѣняться. Самовольное леченіе грязями можетъ въ нѣкоторыхъ случаяхъ вызвать ухудшеніе въ ходѣ болѣзни; при нѣкоторыхъ же страданіяхъ, какъ, напр., при болѣзняхъ легкихъ, почекъ и сердца и склонности къ кровотечениямъ, можетъ оказаться даже очень опаснымъ: объ этомъ никогда не слѣдуетъ забывать. Запрещаются онѣ также при беременности. Вообще не слѣдуетъ упускать изъ виду, что, какъ правило, грязевое леченіе ослабляетъ организмъ и подходитъ, слѣдовательно, только къ тѣмъ случаямъ, когда организмъ располагаетъ еще довольно значительнымъ запасомъ силъ.

Въ грязевой ваннѣ больныя остаются обыкновенно отъ 15 до 30 минутъ. Ванны эти принимаются съ промежутками въ одинъ день или больше. Общее количество ихъ достигаетъ 10—15.

Приводимъ здѣсь списокъ *лечебныхъ грязей* въ Россіи. Такимъ образомъ читательницы наши, которыя не имѣютъ возможности предпринять далекое путешествіе, будутъ освѣдомлены относительно тѣхъ грязей, которыя находятся поблизости отъ ихъ постояннаго мѣстожителства и которыми онѣ, слѣдовательно, легко могутъ воспользоваться. Перечисляемъ ихъ въ алфавитномъ порядкѣ<sup>1)</sup>, причемъ курси-

<sup>1)</sup> По соч. Л. Бертенсона и Н. Воронихина: «Минеральныя воды, грязи и морскія купанья въ Россіи и за границей», соч. д-ра Иванова: «Альманахъ по отечественнымъ водамъ» и др. источникамъ.

вомъ обозначаемъ тѣ, которыя пользуются особенной цѣлебной силой: александровскія (Калужской губ.), алешкинскія (Таврической губ.), аренбургскія (Лифляндской губ.), астраханскія (тинакскія) и ахталинскія (Дагестанской об.), балаклавскія (въ Крыму, вблизи Севастополя), баскунчакскія (Астраханской), бугазскія (Кутаисской), бусскія (Кѣлецкой), гадячскія (Полтавской), геническія (Таврической), гапсальскія (Эстляндской) Илецкое озеро (Оренбургской), Калмаканское озеро (З. Сибири), каракайтагскія (Дагестанской), Кичкине-Тузъ (Семипалатинской обл.), кеммернскія (Балтійское море), краинскія (Калужской), *литецкія* (Тамбовской), миатлинскія (Дагестанской), паленчовскія (Люблинской), *Одесскіе лиманы*: Хаджибеевскій и Куяльницкій (Андріевскій), Петровскія (Дагестанской), *Саки* въ Таврической—наиболѣе извѣстныя цѣлебныя грязи; Чокракское озеро (Таврической), Сергіевскіе источники (Самарской), *столытинскія* (Самарской), *славянскія* (Харьковской), *старо-русскія* (Новгородской), тамбуканскія (Терской об.), темрюкскія (Кубанской об.), тузлинскія (Кутаисской), царско-колодецскія (Тифлисской), Цѣхоцинскій торфъ (Варшавской), Чокіани (Кутаисской) и Эльтонское озеро (Саратовской губ.).

**Ванны, какъ лечебное средство.** Можно сказать безъ преувеличенія, что ванны такого рода извѣстны человѣчеству съ первыхъ же шаговъ его существованія. Съ прогрессомъ науки и культуры мы постепенно глубже изучали свойства и дѣйствіе тѣхъ или иныхъ ваннъ, а также научились пользоваться для ваннъ нѣкоторыми веществами, которыя совершенно не были извѣстны нашимъ отдаленнымъ предкамъ: Къ таковымъ мы можемъ отнести солнечный свѣтъ, электричество и пр. У древнихъ — грековъ и римлянъ — ваннамъ и купаньямъ придавалось гораздо больше значенія не только, чѣмъ въ средніе вѣка, когда культъ тѣла совершенно упалъ, но онѣ были въ гораздо болѣе чести, нежели даже въ наше время, когда мы начинаемъ понемногу сознавать, какъ важенъ правильный и разумный уходъ за тѣломъ для сохраненія нашего здоровья. Великолѣпныя купальни и ванны считались у древнихъ принадлежностью не только богатыхъ и состоятельныхъ лицъ, но роскошныя *дворцы-термы*, гигантскія развалины которыхъ и по сіе время возбуждаютъ наше удивленіе, воздвигались государствомъ также для народа. Вотъ примѣръ, достойный подражанія!..

Къ сожалѣнію, благотворное дѣйствіе ваннъ, которое въ настоящее время составляетъ вмѣстѣ съ прочими видами воздѣйствія воды, предметъ спеціальной медицинской науки—*водолеченія*—гидротерапіи, остается и по сію пору глубоко невѣ-



домымъ очень широкимъ кругамъ населенія, о чемъ нельзя не пожалѣть отъ души, ибо вслѣдствіе этого мы лишены возможности пользоваться однимъ изъ наиболѣе дѣйствительныхъ способовъ поддержать наше здоровье.

Всѣ виды ваннъ оказываютъ непосредственное вліяніе на поверхность нашей кожи. Такимъ образомъ дѣйствіе ваннъ на нервы и сосуды нашей кожи должно быть поставлено на *первомъ планѣ*. Этимъ дѣйствіе ваннъ, однако, далеко не ограничивается. Съ кожи соотвѣтствующее раздраженіе передается посредствомъ сосудовъ и нервовъ внутреннимъ органамъ, а также и центральной нервной системѣ. Таковъ—основной механизмъ дѣйствія ваннъ на нашъ организмъ.

Въ ваннахъ слѣдуетъ различать два главныхъ элемента: *вещество*, изъ котораго готовится ванна, и *температуру* ея. Само собой разумѣется, что каждое вещество *по-своему* дѣйствуетъ на насъ, и дѣйствіе воды нельзя сравнить съ дѣйствіемъ песку, точно такъ же, какъ нельзя въ этомъ отношеніи сравнить горячій воздухъ съ горячей же грязью, электрическіе свѣтовые лучи—съ паромъ и т. д. (См. соотвѣтствующія главы).

Что касается до *температуры* ванны, то она оказываетъ очень замѣтное и во многихъ случаяхъ довольно рѣзкое вліяніе на нервную систему и на обмѣнъ веществъ въ организмѣ, преимущественно, тѣмъ, что, въ зависимости отъ температуры, *отнимаетъ* или же, наоборотъ, *доставляетъ теплоту* организму. Поэтому-то вопросъ о *температурѣ* ванны долженъ всегда имѣть для насъ первостепенное значеніе. Многочисленными изслѣдованіями и непосредственными наблюденіями твердо установлено, что теплота дѣйствуетъ расширяющимъ, холодъ же—стягивающимъ образомъ. То же дѣйствіе оказываютъ тепло и холодъ и на кожные сосуды. Температура, которая превышаетъ температуру нашей крови, дѣйствуетъ слишкомъ разгорячающимъ и возбуждающимъ образомъ. Слишкомъ рѣзкій холодъ дѣйствуетъ парализующимъ образомъ; онъ вызываетъ оцѣпенѣніе, между тѣмъ какъ умеренный холодъ дѣйствуетъ, особенно въ томъ случаѣ, когда примѣненіе его непродолжительно, возбуждающимъ и оживляющимъ образомъ. (См. также „Уходъ за кожей“ (стр. 281) въ шестой главѣ I части).

Приводимъ здѣсь подраздѣленіе ваннъ, въ зависимости отъ ихъ температуры: причемъ начнемъ съ наиболѣе низкой температуры:

1. Холодная ванна: 10°—20° Ц. (8°—16° Р.).
2. Прохладная ванна: 20°—27° Ц. (16°—22° Р.).
3. Тепловатая ванна: 28°—34° Ц. (23°—27° Р.).



4. Теплая ванна: 35°—40° Ц. (28°—32° Р.).

5. Горячая ванна: выше 40°—44° Ц. (32°—35° Р.).

Разсмотримъ теперь ванны съ точки зрѣнія тѣхъ *цѣлей*, которыя мы въ каждомъ отдѣльномъ случаѣ преслѣдуемъ. Если мы принимаемъ ванну просто для *поддержанія чистоты* тѣла, то нужно заботиться о томъ, чтобы температура воды какъ можно меньше разнилась отъ температуры тѣла. Такимъ образомъ мы всего больше имѣемъ шансовъ вызвать наименьшее возбужденіе или раздраженіе въ организмѣ. Изъ наблюденій извѣстно, что, чѣмъ больше температура ванны приближается къ температурѣ тѣла, и тѣмъ слабѣе дѣйствіе ея на нашъ организмъ. Поэтому-то такія ванны носятъ еще названіе индифферентныхъ, т. е. *безразличныхъ*. Такія именно ванны чаще всего оказываютъ, тѣмъ не менѣе, наиболѣе замѣтное успокоительное дѣйствіе на нѣкоторыхъ больныхъ.

Если мы принимаемъ ванну съ цѣлью *освѣжиться*, то температура ея должна быть пониже, такъ градусовъ въ 30°—20° Ц. (24°—16° Р.). Такая ванна производитъ на насъ бодрящее дѣйствіе и усиливаетъ обмѣнъ веществъ.

Что же касается до примѣненія ваннъ въ *лечебныхъ цѣляхъ*, то при этомъ слѣдуетъ руководиться вышеприведенными указаніями относительно воздѣйствія различныхъ температуръ на нашъ организмъ. Не слѣдуетъ, однако, упускать изъ виду и нѣкоторыя другія соображенія. Такъ, не слѣдуетъ забывать, что на людей съ ослабленнымъ обмѣномъ веществъ, малокровныхъ, нервныхъ и пожилыхъ достаточно и незначительной разницы между температурой тѣла и температурой ванны, чтобы произвести то дѣйствіе, которое у людей здоровыхъ и крѣпкихъ вызывается только болѣе рѣзкими измѣненіями температуры, а потому по отношенію къ перечисленнымъ категориямъ лицъ рекомендуется особенная осторожность! Въ противномъ случаѣ мы рискуемъ принести данному лицу скорѣе вредъ, чѣмъ пользу. Особенную осторожность рекомендуется также соблюдать и по отношенію къ лицамъ *со слабымъ сердцемъ*: если температура ванны слишкомъ высока или чрезчуръ низка, то можно опасаться слишкомъ рѣзкой реакціи. Если же мы, наоборотъ, будемъ *постепенно* понижать температуру и дадимъ, слѣдовательно, сосудистой системѣ возможность постепенно же приспособиться къ измѣненію температуры, то можемъ рассчитывать на очень благотворное вліяніе ванны.

Немалое значеніе имѣетъ также и *продолжительность* ванны. Наиболѣе рѣзкое дѣйствіе оказываетъ ванна *вначалѣ*. — Скажемъ, въ заключеніе, что, если ванны при разумномъ примѣненіи приносятъ намъ при самыхъ разно-

образныхъ условіяхъ огромную пользу, то ихъ все же не слѣдуетъ считать методомъ совершенно безобиднымъ. Особенно слѣдуетъ имѣть въ виду это соображеніе по отношенію къ лицамъ *слабымъ и больнымъ*. При такихъ условіяхъ ванна должна быть дѣлаема съ особеннымъ вниманіемъ и за больнымъ долженъ быть установленъ во все время его пребыванія въ ваннѣ самый тщательный надзоръ. Слѣдуетъ также имѣть наготовѣ холодную воду, чтобы спрыснуть больного, смочить ему лобъ и пр. въ случаѣ, если ему станетъ дурно.

Ванны крайнихъ температуръ, т. е. *холодныхъ* или *горячихъ*, могутъ оказаться *вредными* или даже опасными при болѣзняхъ сердца и сосудовъ, при склонности къ кровотечениямъ и мозговымъ приливамъ, при сильномъ истощеніи, при рѣзкомъ возбужденіи, а также въ послѣдніе мѣсяцы беременности.

**Ванны—цѣлебныя.** Въ этой статьѣ мы укажемъ на тѣ вещества, которыя чаще всего прибавляются къ ваннамъ съ *цѣлебными цвѣтми*, причемъ укажемъ также и на то, въ какомъ *количествѣ* вещества эти должны быть прибавляемы къ ваннамъ при тѣхъ или иныхъ условіяхъ.

1. **Ароматическія ванны** готовятся изъ различныхъ травъ: ромашки, мяты, укропа и пр. Полфунта одной травы, или лучше смѣси ихъ, настаиваютъ на полуведрѣ воды, и затѣмъ **настой** этотъ приливается къ ваннѣ. Хорошо дѣйствуютъ при **упадкѣ** силъ, особенно у дѣтей.

2. **Ванны изъ сосновыхъ иголъ** (См. специальную статью). **Около** полуфунта—фунта экстракта — при ревматизмѣ, нервныхъ страданіяхъ, параличахъ, малокровіи, англійской болѣзни и пр. Дѣйствуютъ раздражающимъ и возбуждающимъ образомъ какъ на кожу, такъ и на легкія. Плохо переносятся сильно возбужденными или очень истощенными особами.

3. **Ванны изъ отрубей.** Прибавляютъ къ ваннѣ отваръ изъ 3—5 фунтовъ пшеничныхъ отрубей. Примѣняются при женскихъ болѣзняхъ, ревматизмѣ, нѣкоторыхъ кожныхъ страданіяхъ.

4. **Разсолныя ванны.** Дѣлаются при англійской болѣзни и золотухѣ. На одну ванну кладутъ 5—7 фунтовъ поваренной или морской соли.

5. **Ванны изъ солода.** 3—7 фунтовъ ячменнаго солода варятъ въ теченіе получаса въ 4 квартахъ воды и затѣмъ **процѣженный отваръ** приливаютъ къ ваннѣ. При общей слабости, преимущественно у дѣтей.

6. **Ванны изъ поташа** употребляются, преимущественно,

для мѣстныхъ цѣлей. Около  $\frac{1}{2}$  фунта очищеннаго поташу растворяютъ въ водѣ и прибавляютъ къ ваннѣ.

7. **Сѣрная ванна.** Берется отъ  $2\frac{1}{2}$  до 5 лотовъ сѣрной печени (для ваннъ). Сверхъ того, прибавляютъ еще около  $\frac{1}{10}$  этого количества англійской сѣрной кислоты на ванну. Употребляется при отравленіяхъ свинцомъ или ртутью и при ревматизмѣ. Ванна деревянная.

8. **Мыльная ванна** готовится слѣдующимъ образомъ: около  $\frac{3}{4}$ —1 фунта обыкновеннаго наскобленнаго домашняго мыла вливаютъ въ горшокъ съ горячей водой. Когда все мыло въ водѣ растворится, воду эту вливаютъ въ ванну.

9. **Песочныя ванны** всего лучше принимать въ натуральномъ видѣ, что, однако, возможно только въ тѣхъ мѣстностяхъ, гдѣ прибрежный песокъ въ достаточной степени нагрѣвается лучами солнца. Въ другихъ мѣстахъ поневолѣ приходится прибѣгать къ искусственнымъ ваннамъ. Ванной служитъ ящикъ такой величины, чтобы въ немъ могъ помѣститься весь корпусъ, исключая верхней части тѣла. Нагрѣваютъ известное количество песку и насыпаютъ его на дно ящика такимъ образомъ, чтобы онъ покрылъ его слоемъ около  $2\frac{1}{2}$  вершковъ приблизительно. Затѣмъ большой, обернутый въ тонкую простыню (чтобы не кололъ песокъ), садится въ ящикъ, въ который затѣмъ досыпаютъ песку, предварительно нагрѣтаго до  $35^{\circ}$ — $40^{\circ}$  Р. Передняя часть груди и живота оставляются свободными. Продолжительность ванны, которая оказываетъ довольно хорошее дѣйствіе при золотухѣ, ревматическихъ параличахъ, сѣдалищной боли и т. д., не должна превышать  $\frac{1}{4}$ — $\frac{1}{2}$  часа. Ради очищенія тѣла, вслѣдъ за песочной ванной, принимаютъ обыкновенно простую тепловатую ванну.

10. **Горчичныя ванны.** Берутъ  $\frac{1}{4}$ — $\frac{1}{2}$  фунта горчичной муки изъ сѣмянъ черной горчицы и смѣшиваютъ съ водой. Всего чаще дѣлается это для *ножной* ванны. Горчичныя ванны дѣлаются также очень часто для оживленія мнимоумершихъ новорожденныхъ, и считаются въ данномъ случаѣ однимъ изъ наиболѣе дѣйствительныхъ способовъ оживленія.

Мы ничего не будемъ говорить здѣсь объ **электрическихъ ваннахъ**, въ виду того, что устройство ихъ слишкомъ сложно, чтобы быть выполнимымъ при домашнихъ условіяхъ.

Всѣхъ приведенныхъ указаній относительно различныхъ видовъ ваннъ слѣдуетъ, по возможности, строго придерживаться, и тогда позволительно надѣяться, что онѣ въ рукахъ большинства хозяекъ и матерей семьи окажутся очень дѣйствительнымъ средствомъ для борьбы съ многочисленными недугами.

**Ванны — воздушныя.** На этомъ вопросѣ мы довольно подробно останавливались въ I части настоящаго сочиненія. На рис. 180 нами изображена воздушная ванна въ томъ видѣ, въ какомъ ее заставлялъ принимать основатель водолечебнаго метода Приссницъ. Больной держитъ передніе концы простыни, служитель же — задніе, и въ то время, какъ больной бѣжитъ, служитель производитъ сильныя движенія простыней. Дѣлается это отчасти съ цѣлью обсушить, при помощи движенія воздуха, больного, главнымъ же образомъ



Рис. 180. Воздушная ванна послѣ душа. Въ Грефенбергѣ.  
(По Зигерту).

для того, чтобы безпрерывно давать возможность новымъ слоямъ воздуха приходить въ непосредственное соприкосновеніе съ тѣломъ больного. Такого рода ванна, принятая на за-

рѣ, производитъ въ нѣкоторыхъ случаяхъ благотвѣтельную реакцію на вялый организмъ.

**Ванны — солнечныя.** См. раскрашенную таблицу № 13. Что касается до значенія солнца для всѣхъ жизненныхъ процессовъ и до вліянія солнечнаго тепла и свѣта на нашъ организмъ, то относительно этихъ вопросовъ мы подробно высказались въ 3-й главѣ I части настоящаго сочиненія (стр. 191—197), къ которой мы и отсылаемъ нашихъ читателей и читательницъ. Тотъ, кто со вниманіемъ прочелъ указанную главу, безъ особеннаго труда составитъ себѣ правильное представленіе о „солнечныхъ ваннахъ“. Сущность этихъ ваннъ состоитъ въ томъ, что въ обнаженномъ видѣ ложатся на солнцѣ и даютъ возможность солнечнымъ лучамъ воздѣйствовать на организмъ. При тихой и жаркой погодѣ потъ черезъ короткое время выступаетъ изъ всѣхъ поръ нашего тѣла. Дѣйствіе солнечныхъ лучей въ случаѣ надобности усиливаютъ тѣмъ, что заворачиваютъ тѣло въ шерстяныя одѣяла, и въ такомъ видѣ сохраняютъ въ теченіе нѣкотораго времени совершенно неподвижное положеніе. При такихъ условіяхъ потѣніе про-

изводитъ очень замѣтное дѣйствіе на организмъ, и потому получаются иногда очень удовлетворительные результаты даже при страданіяхъ глубоко лежащихъ органовъ. Съ другой стороны, въ силу тѣхъ же соображеній, рекомендуется осторожность, особенно по отношенію къ лицамъ съ ослабленной сопротивляемостью, такъ какъ реакція можетъ иногда значительно превзойти наши ожиданія, а потому въ подобныхъ случаяхъ предпочтительнѣе прибѣгать къ болѣе мягкимъ мѣрамъ.

Всего лучше дѣйствуютъ въ большинствѣ случаевъ *комбинированныя* воздушно-солнечныя ванны, при которыхъ сочетается дѣйствіе воздуха и солнца. Снимокъ съ природы такого рода ваннъ и представленъ нами на цвѣтной иллюстраціи № 13. Солнечныя ванны могутъ быть примѣняемы также и *мѣстно*, какъ это и изображено нами на *рисункѣ*, приложенномъ къ статьѣ „*Заболѣванія колѣннаго сустава*“ (см.). На *рисункѣ* этомъ нами изображена дѣвушка, страдающая хроническимъ воспаленіемъ колѣннаго сустава. Въ теченіе двухъ часовъ ежедневно подвергаетъ она свои колѣнные суставы оживляющему дѣйствію солнечныхъ лучей съ цѣлью привести въ болѣе быстрое движеніе застоявшіеся соки и ускорить процессъ выздоровленія. Благодаря въ значительной степени дѣйствію солнечныхъ лучей и воздуха, вырастаютъ такими крѣпышами наши деревенскія дѣти, несмотря на безчисленное множество другихъ неблагоприятныхъ условий своего существованія. Этотъ примѣръ во всякомъ случаѣ достоинъ подражанія.

Очень осторожными слѣдуетъ быть по отношенію къ солнечнымъ ваннамъ лицамъ тучнымъ и полнокровнымъ. Послѣ того, какъ на обернутомъ въ шерстяныя покрывала тѣлѣ появляется потъ, можно принять душъ изъ нагрѣвшейся на солнцѣ же воды, температура которой въ большинствѣ случаевъ достигаетъ 26—30° Ц. (20—25° Р.). Тѣ же лица, которыя испытываютъ потребность въ болѣе радикальномъ освѣженіи, могутъ облить себѣ болѣе свѣжей водой все тѣло или же только нижнія конечности, начиная съ колѣнъ. Можно также послѣ того принять воздушную ванну въ тѣни или же предпринять быструю прогулку въ легкой одеждѣ. Всѣ эти средства скоро возстаиваютъ и приводятъ организмъ къ его нормальному состоянію.

Тотъ, кто имѣетъ возможность, можетъ себѣ устроить специальныя воздушныя ванны съ приспособленіями, которыя изображены нами на раскрашенной таблицѣ № 13. Мы должны, однако, сказать, что *подобныя* приспособленія составляютъ въ настоящее время еще только *идеалъ*, который еще

нигдѣ не были осуществлены. Они представляютъ собой идею автора, которая была довольно точно и привлекательно передана на бумагѣ талантливымъ художникомъ. Художнику этому мы можемъ сдѣлать только одинъ упрекъ, а именно, что онъ недостаточно думалъ о свойственной женщинамъ стыдливости; поэтому онъ не обвелъ купальщицу



Рис. 181. Приспособленіе для воздушно-горячей ванны.

и оградой для защиты отъ нескромныхъ взоровъ, ни небольшими отгородками для того, чтобы отдѣлать одну койку отъ другой. Это, однако, детали, изъ-за которыхъ мы не должны же упускать изъ виду *сути*. Тѣ лица, которыя лишены возможности устраивать себѣ солнечныя ванны при столь комфортабельныхъ условіяхъ, не должны, однако, падать духомъ. Такого рода ванны нетрудно при

нѣкоторомъ желаніи устраивать повсюду, гдѣ только имѣется нѣкоторый просторъ и, самое главное, *солнце*.  
**Ванны воздушныя — горячія.** На рис. 181 и 182 нами изображенъ аппаратъ, который безъ особенныхъ трудностей можетъ быть приспособленъ во всякомъ хозяйствѣ. При помощи простой спиртовой лампочки въ короткое время удается поднять въ „нагрѣвательной камерѣ“ температуру до 42° Р.

нѣкоторомъ желаніи



Больной усаживается на стулъ со спинкой и съ приспособленіемъ для поддержки головы. Ткань, которой отгораживаютъ камеру и которая должна быть довольно плотна (одѣяло), завязывается вокругъ шеи. Такимъ образомъ голова непременно должна находиться *внѣ* нагрѣваемаго пространства. Въ противномъ случаѣ слѣдуетъ опасаться удара или опасныхъ явленій со стороны сердца. Въ то же время ноги опускаютъ въ ведро съ водой, нагрѣтой до  $35^{\circ}$  R. Дѣлается это не только съ цѣлью быстрой нагрѣты ногъ, но также и для того, чтобы избѣжать чрезчуръ сильнаго возбужденія сердца. Оставаться въ такой ваннѣ слѣдуетъ не долѣе 10—15 минутъ. Послѣ того принимаютъ **полуванну** (см.), во время которой верхняя часть туловища сильно растирается. Воздушно-горячая ванна въ короткое время вызываетъ обильный потъ на всемъ тѣлѣ.

Такая ванна можетъ быть приемлема при соблюденіи мѣръ предосторожности и у слабыхъ, нервныхъ и почечныхъ больныхъ.

Оба эти рисунка показываютъ намъ приспособленіе „нагрѣвательной камеры“ въ двухъ различныхъ видахъ. Такимъ образомъ можно себя о ней безъ особеннаго труда составить достаточно опредѣленное понятіе.

Укажемъ въ заключеніе на способъ еще болѣе простой



Рис. 182. Воздушно-горячая ванна.

и, пожалуй, еще болѣе удобный, который, вѣроятно же всего, представляет собой наше народное изобрѣтеніе, такъ какъ мы за границей не видали подобнаго приспособленія. Больной ложится на постель лицомъ кверху. Затѣмъ берутъ двѣ-три небольшія легкія дуги, которыя получаютъ, если пару обручей съ бочекъ разрѣзать пополамъ. Такимъ образомъ получается правильное полукруглое возвышеніе, которое стоитъ только покрыть, напр., шерстянымъ одеяломъ, чтобы „нагрѣвательная камера“ оказалась совершенно готовой. Нагрѣвать ее можно или при помощи только-что описаннаго нами способа или, еще проще, лампой, изъ которой нагрѣтый воздухъ посредствомъ жестяной трубки направляется въ „камеру“. Можно, наконецъ, для той же цѣли приспособить самоваръ, трубу котораго можно соединить съ „камерой“. Все эти способы одинаково ведутъ къ цѣли. Само собою разумѣется, что голова больного все время находится *въ* камере. Мы находимъ, что способъ этотъ, несмотря на его простоту, представляетъ даже нѣкоторыя преимущества надъ вышеописаннымъ въ томъ отношеніи, что больной во время принятія ванны находится въ *горизонтальномъ* положеніи, а не въ вертикальномъ, какъ въ вышеописанномъ способѣ. Горизонтальное положеніе, несомнѣнно, должно считаться менѣе утомительнымъ.

**Вдыханіе паровъ. — Ингаляція.** Вдыханіе водяныхъ паровъ примѣняется при самыхъ разнообразныхъ заболѣваніяхъ горла и легкихъ, особенно же въ тѣхъ случаяхъ, когда желательнo воздѣйствовать посредствомъ влажнаго тепла на больную слизистую оболочку зѣва и гортани. Пары можно добыть самымъ простымъ путемъ, поставивъ, напр., сосудъ съ водой на лампочку. Затѣмъ уже слѣдуетъ позаботиться о томъ, чтобы развивающіеся при этомъ пары направить соответствующимъ образомъ при помощи пульверизатора. На рис. 183 нами изображенъ специальный сосудъ, предназначенный для получения водяныхъ паровъ. На рисункѣ же 184 изображенъ усовершенствованный ингаляціонный



Рис. 183.  
Сосудъ для полученія паровъ.

аппаратъ, который, по своей стоимости, доступенъ однако далеко не всемъ.



Для предохраненія отъ дѣйствія паровъ лица можно обвязать его платкомъ или полотенцемъ, оставивъ свободнымъ только ротъ, въ который и направляютъ пары. Спустя короткое время послѣ вдыханія паровъ слѣдуетъ прополоскать ротъ болѣе свѣжей водой. Хорошо дѣйствуетъ также и согрѣвающая компрессъ на шею. Для пульверизаціи очень часто пользуются не простыми водяными парами, но распыляютъ такіе пары, въ которыхъ содержатся *лекарственныя вещества*, какъ то: бензойная, карболовая, тимоловая, борная кислота; эйкалиптолъ, креозотъ, гваяколь и пр.

**Вегетарьянство.** Мысль о томъ, что человѣкъ не въ правѣ для своего личнаго удовольствія или даже пользы убивать безвредныхъ животныхъ, которыя имѣютъ такое же право на существованіе, какъ и онъ самъ, является одной изъ наиболѣе древнихъ. Условіемъ спасенія души всѣ религіи одинаково ставятъ запрещеніе употреблять въ пищу убитыхъ животныхъ. Особенной строгостью отличается въ этомъ отношеніи буддизмъ. Таково *нравственное* начало вегетарьянства, насчитывающаго въ настоящее время многочисленныхъ приверженцевъ во всѣхъ странахъ, и въ томъ числѣ также и у насъ въ Россіи. Не только многія религіозныя секты безусловно запрещаютъ потребленіе въ пищу продукты убитыхъ животныхъ, но и отдѣльныя лица, пользующіяся высокимъ авторитетомъ, какъ, напр., гр. М. Н. Толстой, безусловно высказываются, изъ нравственныхъ соображеній, противъ потребленія въ пищу убоины.

Къ сожалѣнію, слѣдуетъ сказать, что въ данномъ случаѣ требованія науки и жизни расходятся съ требованіями *идеальной* нравственности. Подавляющему большинству людей не только невозможно мириться съ *полнымъ* вегетарьянскимъ режимомъ, при которомъ употребляются въ пищу исключительно *растительные* продукты, но даже и *относительный* вегетарьянскій режимъ, при которомъ возбраняется только потребленіе въ пищу продуктовъ *убитыхъ* животныхъ, но разрѣшается потребленіе продуктовъ, доставляемыхъ *живыми* животными, какъ то: молока, масла, сыру, яицъ, икры и пр.,



Рис. 184.  
Вальденбургскій ингаляціонный аппаратъ

представляется почти недостижимымъ для человѣческой массы.

Въ главѣ „**Наши пищевыя средства**“, въ I части (стр. 80), мы уже указывали на то, что питаться исключительно растительной пищей представляется въ большинствѣ случаевъ задачей непосильной, такъ какъ для того, чтобы получать необходимые количества всѣхъ составныхъ частей пищи, намъ приходилось бы поглощать растительную пищу въ такомъ количествѣ, котораго наша пищеварительная система никоимъ образомъ не могла бы одолѣть. Отсюда слѣдуетъ, что питаніе одной растительной пищей ведетъ почти всегда къ *бѣлковому голоданію*, т. е. къ тому, что организмъ нашъ получаетъ недостаточно, именно, тѣхъ веществъ, которыя ему болѣе всего необходимы, какъ для образованія тканей, такъ и для умственной дѣятельности. Къ сожалѣнію, мы имѣемъ возможность наблюдать на ирландцахъ, которые, въ силу безысходной нужды, вынуждены бывають питаться, преимущественно, картофелемъ, до какого умственного и физическаго упадка способна довести массу исключительно растительная пища. Подобное же наблюденіе имѣемъ мы возможность сдѣлать и въ тѣхъ мѣстностяхъ нашей страны, которыя страдаютъ хронически недородомъ, а послѣдовательно и недоѣданіемъ, причѣмъ въ пицѣ отсутствуютъ, главнымъ образомъ, вещества животнаго происхожденія. Всѣ эти примѣры никоимъ образомъ не могутъ убѣдить насъ въ томъ, что исключительно растительная пища должна служить идеаломъ для человѣчества.

Изъ того, однако, что мы—вслѣдъ за многими научными авторитетами (см., напр., у Эрисмана \*)—рѣшительно высказываемся противъ цѣлесообразности исключительно вегетарьянскаго режима, ошибочно было бы сдѣлать заключеніе о томъ, будто мы закрываемъ глаза и на тѣ вредныя послѣдствія, которыя влечетъ за собой *злоупотребленіе* животной пищей. Мы, наоборотъ, считаемъ долгомъ указать нашимъ читательницамъ на то, что избытокъ бѣлковыхъ веществъ въ пицѣ, какъ это неизбѣжно наблюдается при преобладаніи животной пищи, рано или поздно влечетъ за собой довольно *тяжелыя страданія*. Тѣ органы, на которыхъ, какъ на почкахъ, напр., лежитъ обязанность удалять изъ организма остатки бѣлковаго обмѣна, переутомляются и, въ концѣ концовъ, отказываются служить. Избытокъ бѣлковыхъ веществъ порождаетъ также страданія и другихъ органовъ, послѣдствіемъ чего является подагра, желчные камни, тучность, мигрень и пр. Помимо того, въ высшей степени вѣроятно, что образующіеся при распаде-

\*) «Краткій учебникъ по гигиенѣ».—2-е изд. 1903 г.

ни бѣлковъ ядовитыя вещества непосредственно отравляютъ до нѣкоторой степени нашу нервную систему, а также и другіе органы. Появляется и множество побочныхъ страданій. Въ виду того, что животная пища занимаетъ очень незначительный объемъ и что она, сравнительно, очень удобоварима, пищеварительный трактъ отвыкаетъ работать. Вслѣдствіе этого значительно затрудняется пищевареніе и появляются запоры со всѣми ихъ вредными послѣдствіями.

Изъ сказаннаго читательницы наши, надѣмся, сдѣлаютъ правильное заключеніе: поскольку вредна и непригодна для нашего организма исключительно растительная пища, постольку же вредитъ и избытокъ животной пищи. Наилучшей пищей для насъ слѣдуетъ признать *смѣшанную*, въ которую входятъ вещества какъ животного, такъ и растительнаго происхожденія въ соотвѣтствующихъ пропорціяхъ.

**Вены** представляютъ собой, какъ извѣстно нашимъ читательницамъ изъ 1-й главы, I части сочиненія (см. „**Кровь**“ стр. 22), сосуды, въ которыхъ находится, такъ сказ., *отрабатанная* кровь, т. е. такая, которая уже выполнила свое назначеніе и которая должна пройти черезъ легкія, чтобы вновь стать годной къ употребленію. Вены несутъ въ себѣ темную кровь, бѣдную кислородомъ, но богатую углекислотой. Изъ этихъ сосудовъ дѣлается (преимущественно въ локтевомъ сгибѣ), въ случаѣ надобности кровопусканіе. Сосуды эти у женщинъ довольно часто заболѣваютъ, преимущественно, послѣ родовъ, а также и во время беременности, которая сильно затрудняетъ кровообращеніе. Вены дѣлятся на глубокія, которыя лежатъ рядомъ съ одноименными артеріями, и на поверхностныя—*подкожныя*.

**Венозное кровотеченіе**, см. „**Кровотеченіе — венозное**“.

**Вень—воспаленіе.** Появляется оно вслѣдствіе свертыванія крови въ венахъ. Въ такомъ случаѣ стѣнки венъ утолщаются и образуются узлы, которые особенно рѣзко выдаются въ томъ случаѣ, когда они лежатъ непосредственно подъ кожей. Узлы эти бываютъ часто также очень болѣзненными. Особенную опасность представляетъ собой воспаленіе венъ на нижнихъ конечностяхъ, когда оно появляется тотчасъ послѣ родовъ. Въ такихъ случаяхъ малѣйшее неосторожное движеніе родильницы можетъ грозить ей смертью, такъ какъ небольшой комочекъ свернувшейся крови можетъ оторваться отъ опухоли, образованной воспаленіемъ, и направиться по кровяному руслу въ сердце, и оттуда въ легкія, и вызвать въ одномъ изъ этихъ или же въ какомъ-либо иномъ органѣ закупорку. Такого рода закупорка можетъ повлечь за собой мгновенную смерть.

— **Лечение** въ такихъ случаяхъ само собой вытекаетъ изъ сказаннаго: абсолютный *покой*, вотъ что всего тщательнѣе слѣдуетъ соблюдать. При воспаленіяхъ венъ иного происхожденія, особенно въ хроническихъ случаяхъ, можно рекомендовать тепловатыя компрессы, внимательное наблюденіе за правильностью стула (особенно при геморроѣ!), легкую діету и теплыя ванны.

**Венъ—распиреніе.** Этому страданію мы должны удѣлить много вниманія въ виду того, что оно очень часто наблюдается у болѣе или менѣе пожилыхъ женщинъ.—Если стѣнки венъ, вслѣдствіе производимаго на нихъ давленія или же вслѣдствіе ослабленія ихъ сопротивляемости, растягиваются и кровообращеніе въ нихъ замедляется, то появляется распиреніе венъ. Тогда подъ кожей образуются толстыя узлы, которые во многихъ случаяхъ лежатъ (преимущественно въ области нижнихъ конечностей) въ нѣсколько этажей другъ надъ другомъ, образуя толстыя пучки. Пучки эти во многихъ случаяхъ бросаются въ глаза при первомъ же взглядѣ на нижнюю конечность и время отъ времени становятся чрезвычайно болѣзненными, лишая такимъ образомъ больную почти совершенно возможности передвигаться.

Почему распиреніе венъ наблюдается гораздо чаще на нижнихъ конечностяхъ, чѣмъ на прочихъ частяхъ тѣла, понять не трудно. Венозная кровь въ нихъ должна двигаться *снизу вверхъ*, т. е. *противъ* силы тяжести. Понятно, что въ нихъ, при слабомъ кровообращеніи, кровь всего чаще застаивается. Въ томъ, что расширеніе венъ на нижнихъ конечностяхъ наблюдается, преимущественно, у женщинъ, слѣдуетъ винить, главнымъ образомъ, слѣдующія условія. Въ періодъ беременности плодъ сдавливаетъ тазовыя вены и затрудняетъ кровообращеніе въ нижнихъ конечностяхъ. Вслѣдствіе частыхъ запоровъ такого же рода давленіе производится и каловыми массами, застаивающимися въ прямой кишкѣ. Кровообращеніе замедляется помимо того у женщинъ и вслѣдствіе малоподвижности образа жизни, который онѣ обычно ведутъ.

Нерѣдко случается, что стѣнки въ такого рода венахъ подъ давленіемъ крови внезапно *лопаются*, что влечетъ за собой обильное кровотеченіе. Затѣмъ мало-по-малу образуются *язвы*, которыя такъ часто встрѣчаются на ногахъ, особенно у людей изъ простыхъ классовъ, въ которыхъ болѣзнь всего чаще запускается. Такія язвы существуютъ десятилѣтіями, составляя истинное мученіе для ихъ обладателей. Лечение этихъ язвъ сопряжено съ очень большими трудностями, въ виду упорства этого страданія. На рис. 61 нами изображена нога съ такого рода пучками расширенныхъ венъ и язвами.

Что касается до **лечения**, то, само собою разумѣется, что прежде всего слѣдуетъ начать съ *устраненія причины*. Соотвѣтствующими мѣропріятіями мы можемъ повліять не только на переполненный каловыми массами кишечникъ, но уменьшить и давленіе на вены, производимое плодомъ. Если расширеніе венъ находится въ зависимости отъ ослабленія кровообращенія, то слѣдуетъ позаботиться объ оживленіи его. Если расширеніе венъ или даже узлы образовались сравнительно недавно, то на нихъ можно повліять довольно легко. Иное дѣло, если расширеніе и узлы существуютъ уже давно. Въ такомъ случаѣ мы можемъ думать только объ *облегченіи* страданія и стремиться къ тому, чтобы оно насъ не лишило возможности предаваться обычнымъ занятіямъ.

Въ томъ случаѣ, когда имѣются толстые венозные пучки, можно прибѣгнуть къ осторожному *массированію* ихъ жиромъ, причемъ поглаживанія производятся снизу вверхъ, соотвѣтственно току крови. На ночь можно ноги, послѣ предварительнаго погруженія ихъ въ холодную воду, оберывать въ теплую шерстяную ткань. Какъ та, такъ и другая мѣра способствуетъ укрѣпленію тканей и оживленію въ нихъ кровообращенія. Обливанія же увеличиваютъ, наоборотъ, приливъ крови къ конечностямъ и усиливаютъ страданія: поэтому ихъ тщательно слѣдуетъ избѣгать.

Гораздо лучшихъ результатовъ можно достигнуть посредствомъ *общаго леченія*. При помощи *полуваннъ* въ 37° Ц. (30° Р.), за которыми слѣдуетъ обливаніе спины водой въ 25° Ц. (20° Р.), при помощи ручныхъ, сидячихъ ваннъ и пр., которыя можно соотвѣтствующимъ образомъ комбинировать между собой, мы можемъ въ столь значительной степени повысить питаніе и улучшить обмѣнъ веществъ, что даже состояніе застарѣлыхъ венозныхъ пучковъ улучшается, вслѣдствіе оживленія кровообращенія. Такимъ образомъ мы можемъ достигъ многого посредствомъ отвлеченія.

Кромѣ того, лица, страдающія расширеніемъ венъ на нижнихъ конечностяхъ, должны утромъ тотчасъ же послѣ теплой ванны, которую имъ полезно бываетъ принимать ежедневно, *бинтовать ноги*. Для этой цѣли не годятся ни полотняные, ни резиновые бинты: первые бинтуютъ слишкомъ туго и стягиваютъ конечность, вторые же—задерживаютъ испа-



Рис. 185. Бинтованіе нижней конечности при расширеніи венъ.

ренія съ поверхности кожи. Всего лучше съ этой цѣлью пользоваться бинтами изъ шерстяного *трико*: они всасываютъ кожныя испаренія и также легко отдають ихъ затѣмъ. Они не задерживаютъ также и излученія теплоты съ поверхности нижнихъ конечностей. Не особенно сильно стѣсняютъ они и движенія. На рис. 185 нами изображена такого рода забинтованная конечность.

Большей частью лица, страдающія застоями венознаго кровообращенія и расширеніемъ венъ, страдаютъ также и *зѣбкостью нижнихъ конечностей*. Съ этимъ зломъ также слѣдуетъ начать борьбу какъ можно скорѣе. Наболѣе успѣшно дѣйствуютъ въ такихъ случаяхъ горячія ножныя ванны, хожденіе босикомъ, крѣпкое массированіе охлажденныхъ конечностей, медленное восхожденіе на горы и цѣлесообразная обувь. (См. въ I части главу: „Обувь“—стр. 223). Необходимо также позаботиться и о правильности пищеваренія. При такихъ условіяхъ обмѣнъ веществъ значительно повысится и кровообращеніе улучшится. Этими мѣрами мы всего вѣрнѣе достигаемъ какъ согрѣванія конечностей, такъ и суженія расширенныхъ венъ. Плетеная обувь, изображенная нами на рис. 100, всего больше подходитъ для ношенія при расширеніи венъ. Спиртные напитки должны при страданіяхъ сосудовъ, а слѣдовательно, и при расширеніи венъ быть избѣгаемы съ особенной тщательностью.

**Верлоговой болѣзнью** называется страданіе, наблюдаемое преимущественно у дѣтей. Выражается оно въ появленіи небольшихъ кровавыхъ пятенъ на поверхности кожи и слизистыхъ оболочекъ. Пятна эти бываютъ обыкновенно незначительной величины, но въ нѣкоторыхъ случаяхъ все же достигаютъ величины грошовой монеты. Появляются эти кровоизліянія вслѣдствіе очень легкой ранимости сосудистыхъ стѣнокъ и наблюдаются на самыхъ разнообразныхъ органахъ—кишечникѣ, желудкѣ, маткѣ и пр. Наблюдаются они не только у слабыхъ, но также и у довольно крѣпкихъ дѣтей.

— **Леченіе** должно имѣть цѣлью поднять общее питаніе организма. Тщательно слѣдуетъ избѣгать всего, что въ сколько-нибудь значительной степени способно повысить давленіе крови въ сосудахъ. Соотвѣтственно этому больные не должны употреблять не только спиртныхъ, но также и горячихъ напитковъ. Воздушныя и солнечныя ванны, въ нѣкоторыхъ случаяхъ массажъ въ видѣ осторожныхъ и легкихъ поглаживаній, могутъ оказать значительную пользу.

**Вздутіе живота**, см. „Живота—вздутіе“.

**Вивисекція.—Живосѣченіе.** Для того, чтобы выяснитъ сущность нѣкоторыхъ жизненныхъ процессовъ, ученые выну-

ждены бываютъ производить опыты на животныхъ. Это обстоятельство постоянно вызываетъ, особенно за границей, со стороны общества покровительства животнымъ горячіе протесты. Но, если, съ одной стороны, не слѣдуетъ забывать евангельскаго завѣта: „блаженъ человекъ, иже и скоты милуетъ“, то, съ другой стороны, не должно упускать изъ виду и самыхъ насущныхъ интересовъ человѣчества. Каждый изъ насъ дорожитъ своимъ здоровьемъ и жизнью, а также здоровьемъ и жизнью своихъ близкихъ. Мать, у которой заболѣлъ ребенокъ, требуетъ во что бы то ни стало помощи отъ врачей, и никакіе доводы и соображенія не въ состояніи побороть силу материнской любви. Какъ мало, между тѣмъ, оказалось бы опредѣленныхъ фактовъ въ наукѣ, если бы у насъ была отнята возможность производить опыты на животныхъ! Слѣдующій фактъ окажется, полагаемъ мы, достаточно убѣдительнымъ для нашихъ читательницъ. Нѣсколько лѣтъ тому назадъ общество покровительства животнымъ въ Германіи вызвало въ странѣ сильную агитацію въ пользу полной отмѣны вивисекціи или же значительнаго ея ограниченія, во всякомъ случаѣ. Чтобы имѣть возможность принять то или иное рѣшеніе, министръ народнаго просвѣщенія разослалъ профессорамъ запросы относительно ихъ взглядовъ на этотъ вопросъ. Одинъ очень извѣстный ученый вмѣсто всякаго отвѣта прислалъ экземпляръ одного изъ наиболѣе распространенныхъ руководствъ по физиологіи, *вычеркнувъ* въ немъ предварительно тѣ мѣста, которыя были изучены *исключительно* при помощи опытовъ надъ животными. И что же?—Не менѣе *трехъ четвертей* всего сочиненія оказалось вычеркнутымъ.

То же самое произошло бы, очевидно, и съ нѣкоторыми другими медицинскими науками: патологіей, терапіей и пр. Гдѣ бы черпали тогда врачи данныя для распознаванія и леченія болѣзней?!—Чѣмъ бы они при этомъ руководились?!—Изъ этого положенія возможны на нашъ взглядъ только два выхода: или человѣчество должно отказаться отъ *научной* медицины, или же опыты на животныхъ неизбѣжны; иного рѣшенія вопроса мы не видимъ.

**Виноградное леченіе.** Виноградъ, поглощаемый въ значительномъ количествѣ, дѣйствуетъ на организмъ своими разнообразными составными частями, всего же больше винограднымъ сахаромъ и водой, которая доставляется организму въ одной изъ наиболѣе пріятныхъ и привлекательныхъ формъ. Поэтому виноградъ является однимъ изъ наилучшихъ средствъ для повышенія обмѣна веществъ въ организмѣ, а также для урегулированія пищеваренія. Виноградное леченіе бываетъ

показано при золотухѣ, легочной чахоткѣ, малокровіи, разстройствѣхъ пищеваренія, страданіяхъ печени, подагрѣ и пр. Наилучшимъ виноградомъ у насъ считается *крымскій*. Въ Крыму съ успѣхомъ культивируются наилучшіе сорта виноградныхъ лозъ: шасла, чаусъ, рислингъ, сотернъ и др. Виноградный сезонъ продолжается въ Ялтѣ съ 15 августа по 15 октября. Виноградъ можно ѣсть въ натуральномъ видѣ, причемъ нѣкоторые больные должны ѣсть только очищенные отъ кожицы и зеренъ ягоды, между тѣмъ какъ другимъ рекомендуется, наоборотъ, ѣсть ягоды цѣликомъ въ натуральномъ видѣ. Въ послѣднее время стали также добывать виноградный сокъ, который затѣмъ стерилизуется. Винограду можно съѣдать большое количество: 5—6 и даже 10 фунтовъ въ день и больше.

**Влагалища — болѣзни.** Наболѣе частыми заболѣваніями влагалища должно считать: катарральное воспаленіе, вагинизмъ и выпаденіе. При нарушеніи обмѣна веществъ въ тазовыхъ органахъ и застояхъ пищи въ кишечникѣ появляется склонность къ застоямъ и, какъ послѣдовательное явленіе, воспаленіе также и во влагалищѣ. **Воспаленіе влагалища** характеризуется ощущеніемъ теплоты и жженія въ половыхъ частяхъ. При этомъ вслѣдствіе раздраженія железъ, которыми устлана слизистая оболочка влагалища, развивается также катарръ, т. е. усиленное выдѣленіе слизи. Болѣе рѣзко проявляются катарральныя явленія при частыхъ и бурныхъ половыхъ сношеніяхъ. Съ особенной силой выступаютъ они, однако, на сцену при зараженіи *перелоемъ*. Помимо сильнаго жженія появляется и отдѣленіе густой бѣлой массы слизи, напоминающей своимъ внѣшнимъ видомъ *сливки*. Въ предъидущихъ отдѣлахъ мы уже указывали на то, какимъ опаснымъ страданіемъ является *перелой* (см.). Поэтому въ случаѣ появленія малѣйшаго сомнѣнія относительно возможности зараженія перелоемъ слѣдуетъ немедленно обратиться къ врачу. При катарральномъ воспаленіи влагалища можно *примѣнять* тепловатыя промыванія, сидячія ванны, постепенно охлаждаемая отъ 35° до 25° Ц. Ватные тампоны, погруженные въ теплый 2% растворъ борной кислоты и перемѣняемые каждые два часа, подобно прочимъ средствамъ способствуютъ успокоенію болѣе и скорѣйшему выздоровленію. Намъ нѣтъ надобности упоминать о томъ, что во все время леченія супружескія сношенія не должны имѣть мѣста, такъ какъ общее правило, въ силу котораго больному органу былъ предоставленъ возможный покой, не должно терпѣть исключенія и въ данномъ случаѣ.

Однимъ изъ болѣе тяжелыхъ страданій влагалища



слѣдуетъ считать такъ-называемый **вагинизмъ**, который выражается въ судорожномъ сокращеніи влагалища при малѣйшемъ къ нему прикосновеніи. Причины этого страданія и по сію пору не могутъ считаться окончательно выясненными. Предполагають, что страданіе это появляется на нервной почвѣ. Какъ на условія, предрасполагающія къ нему, указываютъ на общую нервность, на начинающуюся чахотку, на онанированіе (рукоблудіе) въ юности, истерію и пр. При малѣйшемъ прикосновеніи къ влагалищу, мышцы этого органа, а также и тазовыя мышцы сокращаются настолько сильно, что дѣлають всякую попытку проникнуть во влагалище невозможной. Противъ этого страданія придумывали всевозможныя мѣры, вплоть до ампутаціи похотника включительно. Тѣмъ не менѣе, мы и теперь не можемъ сказать, чтобы дѣйствительное средство противъ него было найдено. Во многихъ случаяхъ можно, однако, извлечь огромную пользу изъ *теплыхъ ваннъ, внутренняго массажа*, а также и ватныхъ *тампоновъ*, которые на болѣе или менѣе продолжительное время оставляются во влагалищѣ. Не слѣдуетъ также упускать изъ виду и *общее леченіе*. Большое вліяніе оказываетъ во многихъ случаяхъ и *нравственное воздѣйствіе*. Наиболѣе важными нравственными условіями для успѣшной борьбы съ этимъ тяжелымъ страданіемъ являются любовь и безусловное довѣріе къ мужу. Замѣчено, что вагинизмъ проявляется довольно часто у молодыхъ женщинъ, которыя вышли замужъ молодыми, обладаютъ нѣсколько робкимъ характеромъ и которыя относятся не безъ нѣкотораго страха къ мужу вслѣдствіе его суровой внѣшности или рѣзкаго обращенія. Очевидно, что явленіе это можетъ быть устранено только съ устраненіемъ вызвавшихъ его причинъ. Сказанного мы одновременно даемъ указаніе мужьямъ относительно того, какъ имъ слѣдуетъ себя держать по отношенію къ своимъ молодымъ женамъ, и родителямъ, которые, съ одной стороны, не должны выдавать своихъ дочерей замужъ слишкомъ молодыми, съ другой же стороны, вовсе не должны бы оставлять ихъ въ полномъ невѣдѣніи относительно сущности брака.

**Влагалища — выпаденіе.** При общемъ ослабленіи организма, послѣ тяжелыхъ родовъ, послѣ обильныхъ кровопотерь, послѣ нѣкоторыхъ операций или даже, просто, при ослабленіи тазовыхъ органовъ случается, что соединительная ткань, которой сдерживаются стѣнки влагалища, значительно разрыхляется. Въ такомъ случаѣ влагалище отдѣляется отъ органовъ, съ которыми оно въ нормальномъ положеніи бываетъ связано, и опускается внизъ въ видѣ колбасы или подушки. Появленіе

такого рода опухоли внушаетъ обыкновенно женщинамъ сильный страхъ. Если матка подвижна, велика или тяжела, или же наклонена кзади, то за выпаденіемъ влагалища слѣдуетъ въ скоромъ времени и **выпаденіе матки** (см.). Также благоприятствуетъ выпаденію матки и уменьшеніе промежности (см. въ III части „**Разрывъ промежности**“). Крѣпкая промежность образуетъ влагалищу надежную поддержку, безъ которой женщина не можетъ обойтись. Если выпавшая часть влагалища довольно значительна и женщина не имѣетъ возможности ухаживать за собой, какъ того требуетъ ея состояніе, то на выпавшей части влагалища скоро появляются ранки, отъ которыхъ отдѣляется кровянистая жидкость, что также немало пугаетъ больныхъ.

Перейдемъ къ **леченію**. Въ тѣхъ случаяхъ, гдѣ къ тому нѣтъ никакихъ противопоказаній (слабость сердца, особенныя осложненія, малокровіе, слабость и пр.), всего лучше рѣшиться на *операцию*, которая сводится къ тому, что вырѣзывается часть кожныхъ складокъ, промежность расширяется;



Рис. 186. Наклоненіе матки назадъ, вызвавшее опущеніе ея.—Опущеніе передней и задней стѣнокъ влагалища.  
G—матка; M—прямая кишка; H—мочевой пузырь.



Рис. 187. Маточное кольцо, предназначенное для того, чтобы удерживать матку въ правильномъ положеніи.  
Обозначенія тѣ же.

само же влагалище дѣлаютъ при помощи нѣсколькихъ швовъ уже и короче. Если операция протекла благополучно, то женщина совершенно гарантирована отъ возвратовъ и вновь обращается въ совершенно здороваго человѣка. Въ тѣхъ случаяхъ, гдѣ по какимъ-либо причинамъ операцию предпринять невозможно, прибѣгаютъ къ палліативнымъ мѣрамъ. Во влагалище, которое предварительно было вправлено, вкладываютъ достаточной величины ватные шарики. Примѣняютъ массажъ стѣнокъ влагалища, прохладныя ванны, холодныя обливанія

бедеръ. Важное значеніе имѣеть также и правильность стула, такъ какъ скопленіе каловыхъ массъ отражается на выпаденіи влагалища крайне неблагопріятно. Приподымаютъ животъ при помощи *пояса Юноны*. Прибѣгаютъ также и къ *кольцамъ*, которыя, будучи правильно выбраны и надлежащимъ образомъ наложены, въ значительной степени способствуютъ сохраненію влагалищемъ приданнаго ему положенія.

**Внушеніе** представляетъ собой одно изъ наиболѣе дѣйствительныхъ средствъ нравственнаго воздѣйствія. Сводится оно къ тому, что мы, при посредствѣ извѣстныхъ поступковъ и словъ, зарождаемъ въ окружающихъ соотвѣтствующія нашимъ цѣлямъ мысли, представленія и настроенія, которыя, въ свою очередь, влекутъ за собой извѣстные поступки. Внушеніемъ можно сдѣлать очень много хорошаго, точно такъ же, какъ можно принести и много вреда: все зависитъ отъ того, въ *какомъ направленіи* производится внушеніе и какъ велика воспріимчивость въ томъ лицѣ, которое подвергается нашему внушенію. Какъ бы то ни было, внушеніе представляетъ собой большую нравственную силу, особенно по отношенію къ дѣтямъ и лицамъ съ ослабленной волей. Этой силой мы должны пользоваться какъ можно разумнѣе. Каждый изъ насъ оказываетъ на всѣхъ окружающихъ извѣстнаго рода внушеніе, но особенной властью обладаютъ въ этомъ отношеніи нѣкоторыя лица, напримѣръ, родители, воспитатели, духовныя лица, врачи и т. д., которые самими условіями жизни поставлены въ положеніе, благопріятствующее сильному нравственному воздѣйствію на окружающихъ. Значительной силой внушенія обладаетъ также книга и вообще печатное слово. Итакъ, не будемъ забывать, что какъ нашими поступками, такъ и словами мы оказываемъ извѣстное внушеніе на окружающихъ, и будемъ поэтому и сознательно разумно пользоваться этими орудіями воздѣйствія.

**Внѣматочная беременность.** Въ первой части настоящаго сочиненія, въ главѣ, въ которой шла рѣчь объ оплодотвореніи, мы уже упоминали о томъ, что, вопреки правилу, оплодотвореніе совершается иногда не въ полости матки, но *внѣ* ея. Такого рода беременность носитъ названіе *внѣматочной*. Внѣматочная беременность представляется очень опасной. Болѣе подробно этотъ важный вопросъ будетъ нами разсмотрѣнъ въ III части сочиненія, къ которой мы и отсылаемъ читателей.

**Внѣшній видъ.** Мать семьи, на которую природой возложена обязанность заботиться о здоровьѣ всѣхъ членовъ семейства, должна бы въ значительной степени обладать иску-

ствомъ по внѣшнему виду судить о внутреннемъ состояніи человѣка. Это и наблюдается въ дѣйствительности. Каждому врачу, несомнѣнно, приходилось убѣждаться въ томъ, какъ часто мать по самому незначительному измѣненію во внѣшнемъ видѣ ребенка или же измѣненію его обыкновенныхъ привычекъ отгадываетъ—скорѣе по какому-то инстинкту, чѣмъ руководясь какими-либо опредѣленными соображеніями, что ребенокъ нездоровъ. Такимъ образомъ болѣзнь подмѣчается при самомъ ея зарожденіи, и является возможность во время принять соотвѣтствующія мѣры.

Здѣсь же уместно будетъ вновь указать нашимъ читательницамъ на таблицу № 7, на которой нами изображены „**Болѣзненные женскія лица**“.

**Водянка.** Водянкой мы называемъ скопленіе жидкости въ тканяхъ нашего тѣла или въ различныхъ его полостяхъ. Причиной появленія водянки бываетъ или ослабленіе сердечной дѣятельности (вѣдь сердце есть насосъ, который гонитъ кровь по всему тѣлу), или же воспаленіе серозныхъ, т. е. внутреннихъ оболочекъ. Такимъ образомъ жидкость можетъ скопиться въ легочномъ мѣшкѣ, ограниченномъ легочной плевою, въ мозгу, въ сердечномъ мѣшкѣ, въ животѣ и пр. Само собой разумѣется, что накопленіе жидкости въ тѣлѣ или какой-либо полости его представляется для организма иногда довольно тяжелымъ страданіемъ, такъ какъ жидкость эта мѣшаетъ органамъ выполнять какъ слѣдуетъ свои обязанности. Такъ, скопленіе жидкости въ сердечной полости можетъ даже служить причиной пріостановки его дѣятельности. То же происходитъ и съ легкими, и т. д. Когда водянка распространилась по всему тѣлу, то причиной тому является болѣзнь *сердца* или *почекъ*. Такъ какъ сердце имѣетъ назначеніемъ гнать кровь по всему тѣлу, то понятно, что разъ сердце ослабѣло, то жидкость должна застаиваться въ различныхъ органахъ. То же происходитъ и при нѣкоторыхъ воспаленіяхъ почекъ.

Въ отношеніи **леченія**, слѣдуетъ, понятно, начать съ того, чтобы отыскать *причину* страданія, и сообразно ей и дѣйствовать. Если страданіе чисто *мѣстного* свойства, то и леченіе наше также будетъ, преимущественно, мѣстнымъ, хотя и въ такомъ случаѣ не слѣдуетъ упускать изъ виду *общаго* леченія. Такъ, напр., въ томъ случаѣ, когда скопленіе жидкости въ легочномъ мѣшкѣ или сердечной сорочкѣ настолько значительно, что грозитъ опасностью организму, мы безъ дальнѣйшихъ разсужденій должны приступить къ проколу полости въ соотвѣтствующемъ мѣстѣ и *выкачиванію* жидкости при помощи специально придуманнаго съ этой

цѣлью насоса. Такимъ путемъ врачамъ удается иногда предупредить смертельную опасность. Въ тѣхъ случаяхъ, гдѣ дѣло еще не приняло столь трагическаго оборота, мы стараемся воздѣйствовать на водянку болѣе мягкими и болѣе общедоступными средствами. Начать слѣдуетъ съ того, чтобы посадить больного на *молоко*. Въ такихъ случаяхъ молоко оказываетъ неоцѣнимыя услуги: оно не только усиливаетъ, въ качествѣ мочегоннаго, дѣйствіе почекъ, но отлично дѣйствуетъ на болѣзнь еще и въ томъ отношеніи, что, въ противоположность мясной пищѣ, даетъ поводъ къ образованію очень незначительнаго количества ядовитыхъ веществъ.

Кромѣ того прибѣгаютъ къ дѣйствію нѣкоторыхъ растений, которыя также пользуются репутаціей мочегонныхъ. Къ таковымъ принадлежатъ можжевельныя ягоды, морской лукъ, щавель, спаржа, медвѣжье ушко, земляника и пр. Иногда удается достичь очень хорошихъ результатовъ посредствомъ потѣнія, приспособленія для котораго нами были описаны выше въ статьѣ „*Воздушно-горячая ванна*“ (см.). Средство это, однако, не можетъ быть примѣняемо ко всѣмъ больнымъ безразлично, такъ какъ оно грозило бы нѣкоторымъ значительной опасностью. То же можно сказать и про обертыванія въ горячія простыни и горячія песочныя ванны. Таковы—средства, которыя можно пускать въ ходъ—съ надлежащей осторожностью!—въ домашнемъ быту при водянкѣ. Что же касается до научной медицины, то она обладаетъ крайне драгоценными мочегонными и сердечными средствами, которыя буквально творятъ чудеса при нѣкоторыхъ болѣзняхъ. Къ таковымъ принадлежатъ: наперстянка, майскій ландышъ, строфантъ, коффеинъ и др. Употребленіе этихъ веществъ требуетъ, однако, специальныхъ познаній и особенной осторожности, и потому прибѣгать къ ихъ употребленію безъ указанія врача значило бы подвергать больного очень большой опасности.

**Водянка живота.** Помимо тѣхъ причинъ, которыя производятъ общую *водянку* (см.) и которыя нами были изучены въ предыдущей статьѣ, брюшная водянка имѣетъ и свои особенныя причины, изъ которыхъ мы на первомъ планѣ—по частотѣ—должны поставить **болѣзни печени**. Особенно часто наблюдается брюшная водянка при болѣзняхъ печени, являющихся послѣдствіемъ *злоупотребленія спиртными напитками*. На второй планъ слѣдуетъ поставить водянку, являющуюся послѣдствіемъ *опухлей живота*, также затрудняющихъ оттокъ крови къ сердцу черезъ нижнюю полую вену и вынуждающихъ, такимъ образомъ, кровяную сыворотку выступать изъ лимфатическихъ сосудовъ и соби-

ратся въ большемъ или меньшемъ количествѣ, преимущественно, въ полости живота.

Вначалѣ признаки водянки живота не привлекаютъ къ себѣ вниманія больного, такъ какъ они часто сводятся только къ чувству неловкости и тяжести въ животѣ. По мѣрѣ того, какъ жидкость скопляется въ все большемъ и большемъ количествѣ, появляются и другіе признаки, которые не оставляютъ никакого сомнѣнія въ свойствѣ болѣзни. Больной начинаетъ испытывать одышку. Пищевареніе разстраивается. Дѣятельность сердца затрудняется. Животъ значительно увеличивается въ объемѣ, и въ немъ появляется зыбленіе.

Перейдемъ къ **леченію**. Изложенное нами въ предыдущей статьѣ относительно **водянки** (см.) вообще, избавляетъ насъ отъ необходимости повторяться, а потому на мочегонныя мы больше указывать не станемъ такъ же, какъ и на другія болѣе или менѣе простыя потогонныя и пр. средства. Радикальнаго способа леченія болѣзни печени, послѣдствіемъ которой въ подавляющемъ большинствѣ случаевъ является брюшная водянка, у насъ и по сію пору не существуетъ. Нѣсколько лѣтъ тому назадъ съ этой цѣлью была предложена однимъ нѣмецкимъ ученымъ специальная операція, которая даетъ очень хорошіе результаты въ нѣкоторыхъ случаяхъ, но *общаго* примѣненія операція эта, однако, не имѣетъ. Когда количество скопившейся въ животѣ жидкости настолько велико, что стѣсняетъ наиболѣе важныя отправленія организма, то жидкость *выкачивается*, послѣ чего животъ стараются забинтовать какъ можно туже. Къ сожалѣнію, и эта мѣра въ далеко зашедшихъ случаяхъ лишь на самое короткое время облегчаетъ больного, такъ какъ жидкость быстро образуется вновь. Припоминаемъ одного больного, у котораго мы почти *еженедѣльно* выпускали изъ живота свыше *ведра* жидкости и это въ теченіе довольно продолжительнаго времени. Во многихъ случаяхъ, выкачиваніе ведетъ, однако, въ значительной степени къ исцѣленію, и послѣ нѣсколькихъ пункций (выкачиваній) болѣзнь, — разумѣется, при надлежащемъ пищевомъ режимѣ и образѣ жизни, — какъ будто совершенно пріостанавливается въ своемъ развитіи.

**Водобоязнь. — Собачье бѣшенство.** Водобоязнь представляетъ собой заразную болѣзнь, которая въ неизмѣримомъ большинствѣ случаевъ передается человѣку отъ *бѣшеныхъ животныхъ*. Наша страна принадлежитъ къ числу тѣхъ, въ которыхъ водобоязнь наблюдается чаще всего. Несмотря на то, что водобоязнь наблюдается во всякое время года, всего чаще свирѣпствуетъ эта болѣзнь лѣтомъ. Въ подавляющемъ большинствѣ случаевъ животнымъ, передающимъ заразу,

является *собака*. Тѣмъ не менѣе, наблюдается она и у другихъ животныхъ, напр., у кошекъ. У насъ въ Россіи не такъ рѣдко наблюдаются случаи передачи заразы бѣшеннымъ волкомъ. Болѣзнь передается отъ одного животнаго къ другому. Вотъ почему уничтоженіе бѣшеннаго животнаго является вдвойнѣ необходимымъ.

*Черезъ сколько времени* обнаруживается болѣзнь послѣ укушенія бѣшеннымъ животнымъ? — Продолжительность этого срока не всегда бываетъ одинаковой: въ однихъ случаяхъ болѣзнь обнаруживается черезъ нѣсколько дней. Бывали, однако, случая, когда она обнаруживалась только годъ спустя. Въ большинствѣ случаевъ она обнаруживается дней черезъ *сорокъ*. Само собой разумѣется, что не всѣ раны, нанесенныя бѣшеннымъ животнымъ, одинаково опасны. Ядъ можетъ и не попасть въ рану, если укушеніе произведено въ такомъ мѣстѣ, которое покрыто, напр., плотно одеждой. Наиболѣе опасными являются раны на лицѣ и рукахъ, такъ какъ эти части открыты и зараженіе можетъ не произойти только при совершенно исключительныхъ условіяхъ.

Укажемъ теперь на главнѣйшіе *признаки*, которыми обнаруживается водобоязнь. Теченіе болѣзни принято дѣлать на *три періода*. Первый періодъ характеризуется *трусью* и стремленіемъ къ *удиненію*. Даже въ томъ случаѣ, когда больному неизвѣстно, чѣмъ именно онъ заболѣлъ, онъ пребываетъ въ очень тоскливомъ настроеніи. Настроеніе это значительно усиливается въ томъ случаѣ, когда больной *догадывается* о свойствѣ своей болѣзни. Больного мучаютъ тяжелые сны и ужасныя предчувствія. Многие больные обнаруживаютъ страсть къ тому, чтобы блуждать и бродить безъ всякой опредѣленной цѣли, причемъ они совершенно неспособны бывать дать себѣ отчетъ въ своихъ дѣйствіяхъ. Этотъ періодъ длится нѣсколько дней.

Второй періодъ проявляется въ чрезмѣрной восприимчивости внѣшнихъ чувствъ, въ судорогахъ, водобоязни и бѣшенствѣ въ истинномъ смыслѣ этихъ словъ. Сколько-нибудь рѣзкое ощущеніе, яркій свѣтъ, сколько-нибудь громкій шумъ вызываютъ въ больномъ сильнѣйшіе припадки *судорогъ*. Ухо больного отличается особенной чуткостью. Этого не слѣдуетъ упускать изъ виду, когда хотятъ подѣлиться съ кѣмъ-либо мнѣніемъ о состояніи больного. Особенной чувствительностью отличается глотка. Стоитъ больному сдѣлать малѣйшую попытку къ утоленію испытываемой имъ страшной жажды, какъ появляются въ глоткѣ сильнѣйшія судороги, отъ которыхъ больной почти-что задыхается. Дѣло доходитъ иногда до того, что при одномъ взглядѣ на воду появля-

ются—по ассоціаціи—судороги. Отсюда и названіе этой болѣзни—*водобоязнь*. Въ виду ужасныхъ мукъ, испытываемыхъ больнымъ, при желаніи проглотить хотя бы нѣсколько капель какой-либо жидкости, онъ обыкновенно предпочитаетъ мучиться жаждой, чѣмъ дѣлать попытки къ утоленію ея, тѣмъ болѣе, что онъ никогда не удаются. Больной безпрерывно отхаркиваетъ слюну (такъ какъ не въ состояніи бываетъ проглотить ее). Лицо больного имѣетъ странное и вмѣстѣ съ тѣмъ страшное выраженіе. Время отъ времени появляются припадки страшнаго бѣшенства: больные бьются головой объ стѣну, кусаютъ самихъ себя, корчатся въ ужасныхъ судорогахъ. Что же касается общераспространеннаго мнѣнія, будто больные обнаруживаютъ особенную страсть къ тому, чтобы набрасываться на окружающихъ и кусать ихъ съ тѣмъ, чтобы передать имъ свою ужасную болѣзнь, то научными наблюденіями фактъ этотъ не подтверждается. Температура въ этомъ періодѣ поднимается до чрезвычайной высоты: 42° и 43°. Больной испытываетъ сильнѣйшую одышку... Этотъ періодъ длится, въ среднемъ, дня два.

Третій періодъ проявляется обыкновенно въ *параличахъ* и въ *удушьяхъ*. Больной *задыхается* въ буквальномъ смыслѣ этого слова. Смерть наступаетъ въ страшныхъ мученіяхъ и, что, пожалуй, еще болѣе ужасно, такъ это то, что сознание сохраняется иногда у несчастнаго до послѣдней минуты.

О **предохраненіи** отъ этой страшной болѣзни намъ нечего сказать. Страхъ, совершенно справедливо внушаемый ею, настолько великъ, что каждый и безъ того принимаетъ всѣ зависящія отъ него мѣры къ тому, чтобы избѣжать встрѣчи съ бѣшенымъ животнымъ. Намъ остается говорить поэтому только о **леченіи**. По счастью, таковое въ настоящее время существуетъ, между тѣмъ какъ нѣсколько десятковъ лѣтъ всего тому назадъ бѣшенство являлось болѣзью неизлечимой. Какое перо можетъ описать состояніе несчастныхъ людей, зараженныхъ при такихъ условіяхъ!.. Они заранѣе считали себя обреченными на страшную смерть, отъ которой ничто не въ силахъ было ихъ спасти. Безсмертная заслуга открытія средства отъ бѣшенства принадлежитъ великому *Пастёру*. Съ прививокъ противъ бѣшенства и началось леченіе заразныхъ болѣзней специфическими прививками. Съ тѣхъ поръ, какъ Пастёръ доказалъ, что специфическія прививки являются вѣрнымъ средствомъ леченія водобоязни, стали во всѣхъ странахъ открываться спеціальныя Пастёровскіе институты. Нѣсколько такихъ институтовъ существуетъ и въ Россіи; въ ихъ числѣ нѣсколько въ Сибири. Названіе такихъ институтовъ именемъ Пастёра является особенно спра-



ведливой данью признательности со стороны *нашего* отечества, такъ какъ преобладающимъ контингентомъ больныхъ у Пастёра всегда были арабы и русскіе. Въ настоящее время леченіе бѣшенства прививками производится въ Россіи во всѣхъ университетскихъ городахъ. Намъ нѣтъ надобности указывать на то, что направлять больного на Пастёровскую станцію слѣдуетъ не только въ томъ случаѣ, когда есть *уверенность* въ томъ, что укусившее его животное — бѣшеное, но и въ томъ, когда въ этомъ существуетъ хотя бы малѣйшее *подозрѣніе*. Не слѣдуетъ терять *ни одной минуты* времени, такъ какъ болѣзнь проявляется иногда очень быстро. Къ тому же и шансы на успѣхъ значительно падаютъ по мѣрѣ того, какъ болѣзнь укореняется.

**Водолеченіе.**—**Гидротерапія.**—Подъ водолеченіемъ понимаютъ примѣненіе съ лечебными цѣлями воды, которая своей температурой и массой способна оказывать очень энергичное воздѣйствіе на нашъ организмъ. Главнѣйшими формами водолеченія слѣдуетъ считать **ванны, души, компрессы, обертыванія и обтиранія**, которые и рассматриваются нами всѣ въ *отдельности*.

„Воды минеральныя“, см. „Источники минеральныя“.

**Возбужденіе** представляетъ собой состояніе всѣмъ понятное и безъ объясненій. Возбужденіе имѣетъ основаніемъ физическія причины и нравственныя. Во всякомъ случаѣ, оно представляетъ состояніе *ненормальное*, и, какъ таковое, всегда должно привлекать наше вниманіе. Очень часто возбужденіе является *первымъ* признакомъ какого-нибудь тайнаго страданія, которое не успѣло еще заявить себя инымъ путемъ. Очень часто возбужденіе наблюдается также, какъ осложненіе при многихъ болѣзняхъ, особенно тѣхъ, которыя сопряжены съ сильными страданіями или же съ значительнымъ повышеніемъ температуры. Въ томъ случаѣ, когда причины возбужденія *нравственнаго свойства*, состояніе это въ меньшей степени заслуживаетъ нашего вниманія, если оно является сколько-нибудь рѣзко и часто.

Какъ *помочь* этому состоянію?—Прежде всего, понятно, устраненіемъ причины, которую мы должны внимательно искать. Если причина физическая, мы должны лечить основное страданіе. Если причина—нравственнаго свойства, мы должны, по возможности, устроить жизнь больного такимъ образомъ, чтобы у него было какъ можно меньше поводовъ къ возбужденію. Физическій трудъ на вольномъ воздухѣ, по возможности, въ деревнѣ. Поменьше умственнаго труда и заботъ; водолеченіе (при сильномъ возбужденіи — *теплыми* ванны; въ противномъ случаѣ — *прохладными*); нравственное внушеніе—вотъ главнѣйшія мѣры, при посредствѣ которыхъ

съ успѣхомъ можно бороться съ возбужденіемъ. Что же касается до *ближайшихъ* мѣропріятій, то они извѣстны всѣмъ: лавровишневые капли (капель 10—15 на водѣ или сахарѣ), холодный компрессъ на голову. При сильномъ возбужденіи—обливаніе головы свѣжей водой и свѣжій компрессъ на сердце.

**Волосы.** Отсылаемъ читательницъ къ шестой главѣ: „Уходъ за волосами“, въ I части сочиненія (стр. 293). Изображеніе волоса представлено нами на рис. 15 (с. 35).

**Волосъ — выпаденіе.** Выпадениемъ волосъ страдаютъ въ наше время очень многіе. Не только сравнительно молодые мужчины съ лысынами стали совершенно обычнымъ явленіемъ, но волосы становятся все болѣе и болѣе рѣдкими даже среди женщинъ, у которыхъ они, при естественныхъ условіяхъ жизни, отличаются столь пышнымъ ростомъ. Причиной этому являются отчасти искусственныя мѣропріятія, которыя ведутъ волоса къ гибели, какъ то: слишкомъ тугое ихъ закручиваніе, прижиганіе калеными щипцами и пр. Главной причиной является, однако, общее ослабленіе питанія организма, особенно же той *почвы*, — головной кожи, на которой произрастаютъ волосы. Кровообращеніе замедляется; вслѣдствіе этого уменьшается притокъ жизненныхъ соковъ къ кожѣ, питающей волосы, и они мало-по-малу пропадаютъ. Въ томъ случаѣ, когда волосяныя луковицы еще сохранились, можно очень многого достигъ посредствомъ втиранія въ головную кожу нѣкоторыхъ веществъ, въ которыя входятъ, напр., сѣра, бура, разныя масла и т. д., массажемъ головной кожи и пр. Несравненно хуже обстоитъ дѣло въ томъ случаѣ, когда погибли луковицы.

Слѣдуетъ также прослѣдить, какіе именно волосы выпадаютъ преимущественно: длинныя или короткіе. Выпаденіе длинныхъ волосъ составляетъ довольно естественное явленіе, такъ какъ они уступаютъ мѣсто молодымъ. Выпаденіе же *короткихъ*, т. е. молодыхъ волосъ, составляетъ, напротивъ, *всегда* болѣзненное явленіе, съ которымъ необходимо бороться. Недавно французскій ученый Сабуро открылъ особаго микроба, который по его наблюденіямъ является ближайшей причиной выпаденія волосъ.

**Волошскій орѣхъ.** Листья волошкаго орѣха точно такъ же, какъ и скорлупа зеленыхъ орѣховъ, содержатъ въ себѣ терпкое вяжущее вещество, въ которомъ содержатся дубильная кислота. Вслѣдствіе этого упомянутыя части растенія часто прибавляются къ ваннамъ для купанья слабыхъ и золотушныхъ дѣтей, а также и при упорныхъ заболѣваніяхъ кожи. Онѣ очень пріятно дѣйствуютъ на кожу, въ которой

довольно замѣтно оживляютъ кровообращеніе. Само собой разумѣется, что ванны только въ томъ случаѣ могутъ произвести надлежащее дѣйствіе, когда ихъ дѣлаютъ въ теченіе достаточно продолжительнаго времени, по крайней мѣрѣ, нѣсколькихъ недѣль.

**Волчанка** представляетъ собой болѣзнь столь же безобразную по своей внѣшности, сколько и мучительную по своей природѣ. Волчанка, по новѣйшимъ изслѣдованіямъ, представляетъ собой не что иное, какъ *булорчатку кожи*. Дѣло начинается обыкновенно съ небольшого краснаго пятна, которое постепенно расширяется, захватывая все болѣе и болѣе широкіе участки. Излюбленнымъ мѣстомъ волчанки является *лицо*, на которомъ оно производитъ нерѣдко самыя ужасныя уродства.

Борьба съ этой болѣзью въ высшей степени трудна. Въ новѣйшее время хорошіе результаты получались иногда отъ свѣтотеченія по способу Финзена. Подробно этотъ способъ леченія былъ нами описанъ въ свое время \*).

**Волчій аппетитъ**, см. „Аппетитъ — волчій“.

**Вонючій насморкъ**, см. „Насморкъ — вонючій“.

**Воротная вена** представляетъ собой очень важный сосудъ, въ которомъ собираются вены желудка, кишечника и селезенки. Направляется этотъ сосудъ къ *печени*. Воротная вена собираетъ въ себѣ главнѣйшія части пищевой кашицы, которыя соотвѣтствующимъ образомъ перерабатываются въ печени. Въ томъ случаѣ, когда кровообращеніе въ этомъ сосудѣ замедлено, происходитъ застой соковъ и скопленіе жидкости въ брюшной полости, какъ это и было нами изложено въ ст. „**Водянка живота**“ (см.). Отражаются очень рѣзко заболѣванія или застой крови въ этомъ сосудѣ и на функціяхъ печени. Ближайшими признаками этого состоянія являются запоры, опуханіе печени, головная боль, приливы къ различнымъ органамъ, расстройства пищеваренія и т. д.

**Воспаленіе**. Можно сказать, что ни на одинъ научный вопросъ не мѣнялись такъ часто возрѣнія, какъ на сущность воспаленія. Каждая медицинская эпоха опредѣляла сущность этого столь распространеннаго болѣзненнаго явленія по-своему. Тѣмъ не менѣе, и въ настоящее время остается еще въ силѣ опредѣленіе, которое было дано еще въ первые годы нашей эры Цельсомъ, а именно: воспаленіе выражается въ жарѣ, опуханіи, краснотѣ и болѣзненности. Эти признаки мы дѣйствительно можемъ найти при самыхъ разнообразныхъ воспаленіяхъ. Тѣмъ не менѣе, въ настоящее время не

\*) «Леченіе волчанки свѣтомъ по способу Финзена». Лит. прил. «Нивы» — 1899, кн. XI.

можетъ быть также никакого сомнѣнія въ томъ, что ближайшей причиною воспаления являются нѣкоторые *микробы*. Бактеріи эти могутъ попасть въ организмъ самыми различными путями и, если онѣ не были уничтожены бѣлыми шариками и не погибли вслѣдствіе неблагопріятныхъ условій, онѣ вызываютъ воспаление, если только онѣ обладаютъ достаточной болѣзнетворностью (вирулентностью). Въ большинствѣ случаевъ воспаление является послѣдствіемъ раненія, при которомъ загрязненныя и занесенныя бактеріями постороннія тѣла попадаютъ въ организмъ. Въ нѣкоторыхъ случаяхъ ранка можетъ быть настолько незначительной, что ея и не видно простымъ глазомъ и не всегда легко бываетъ найти ее и въ микроскопъ. Тѣмъ не менѣе, этого вполне достаточно для того, чтобы въ нее могли проникнуть бактеріи. Обыкновенно при воспаленіи усиливается притокъ соковъ къ больному мѣсту, что и вызываетъ опуханіе его, а также и повышеніе температуры. Вслѣдствіе давленія жидкости на нервы, получается и ощущеніе боли. Помимо бактерій, наиболѣе характернымъ элементомъ для воспаленныхъ тканей и органовъ является присутствіе въ большомъ количествѣ бѣлыхъ шариковъ, назначеніе которыхъ состоитъ, главнымъ образомъ, въ томъ, чтобы вести борьбу съ вторгшимися въ организмъ бактеріями. Скопленіемъ въ обилии бѣлыхъ шариковъ объясняется, главнымъ образомъ, и образованіе **гноя** (см.). Исходъ воспаления бываетъ различнымъ, въ зависимости отъ множества самыхъ разнообразныхъ условій. Въ однихъ случаяхъ (при умѣренномъ воспаленіи) происходитъ полное возстановленіе тканей. Въ другихъ—происходитъ омертвѣніе воспаленнаго органа или части тѣла. Въ третьихъ—образуется нарывъ, въ которомъ скопляется гной. Образованіе нарыва толкуется современной медициной скорѣе въ благопріятномъ смыслѣ: на него смотрять, какъ на барьеръ, который организмъ возводитъ по пути распространенія микробовъ и который препятствуетъ *общему* зараженію организма. Такимъ образомъ, на него слѣдуетъ смотрѣть, какъ на актъ *самозащиты* организма.

Изъ сказаннаго мы можемъ сдѣлать нѣсколько важныхъ *практическихъ* выводовъ. Прежде всего слѣдуетъ относиться недовѣрчиво ко *всякому* раненію, какъ бы незначительно оно ни было и какъ бы чистъ предметъ, которымъ мы себя поранили, ни былъ на нашъ взглядъ: мы никоимъ образомъ не можемъ быть увѣрены въ томъ, что онъ совершенно чистъ отъ микробовъ, которые грозятъ намъ большими опасностями. Мы скорѣе должны во *всѣхъ* случаяхъ предполагать именно послѣднее. Вслѣдствіе этого мы должны самымъ тщательнымъ образомъ обеззараживать *всякую* рану.

Если воспаление въ какомъ-либо мѣстѣ организма уже имѣется, то мы должны бороться съ нимъ соотвѣтствующимъ образомъ. Если ощущение жара и боли очень сильно, то можно накладывать на воспаленное мѣсто холодные компрессы или даже, въ случаѣ надобности, пузырь со льдомъ. Очень хорошо дѣйствуетъ также въ нѣкоторыхъ случаяхъ влажная теплота, въ видѣ компрессовъ съ теплой водой. *Подъшиваніе* воспаленной конечности въ тѣхъ случаяхъ, когда это осуществимо, въ большинствѣ случаевъ обыкновенно также дѣйствуетъ благотворно, такъ какъ облегчаетъ оттокъ соковъ изъ воспаленнаго пункта. Легкій *массажъ*, въ видѣ поглаживаній въ *окружности* воспалительнаго очага, способствуетъ оживленію кровообращенія. Сколько-нибудь рѣзкаго массажа самого воспаленнаго очага слѣдуетъ тщательно избѣгать, такъ какъ такимъ путемъ мы можемъ разнести частицы воспаленныхъ тканей, а съ ними и заразу по всему организму. *Общее* лечение должно состоять въ томъ, чтобы укрѣплять организмъ. Всего больше слѣдуетъ заботиться о сердцѣ, роль котораго въ борьбѣ съ воспаленіемъ какого бы то органа ни было, очень значительна. Свѣжій воздухъ, въ свою очередь, оживляетъ кровяные шарики. При образованіи въ воспаленномъ очагѣ гнойнаго *нарыва*, его всего лучше *вскрыть* какъ можно раньше и выпустить скопившійся гной. Послѣ того заживленіе идетъ обыкновенно очень быстро.

**Воспаленіе брюшины, см. „Брюшины — воспаленія“.**

**Воспаленіе венъ, горла, легочной плевы, матки, миндалинъ, надкостницы, тазобедреннаго и др. суставовъ, яичекъ и пр.** См. *соотвѣтствующіе органы*, т. е. „*венъ*“, „*горло*“ и т. д.

**Воспитаніе дѣтей.** Подробнѣе мы коснемся этого вопроса въ III части сочиненія, посвященной матери и *ребенку*. Здѣсь же мы повторимъ только то, что нами было сказано въ другомъ сочиненіи \*) по поводу „*общихъ основъ*“ физическаго и духовнаго воспитанія. Воспитаніе ребенка должно начаться какъ можно *раньше*, и въ этомъ отношеніи слѣдуетъ руководиться народной мудростью: „*учи,—говорить народъ,—пока поперекъ лавки ложится: вдоль вытянется, не выучишь*“. Не легко, несомнѣнно, уяснить себѣ руководящія начала воспитанія, и, что еще важнѣе, найти въ себѣ терпѣніе и мужество настойчиво примѣнять ихъ къ дѣтямъ, но это необходимо въ интересахъ дѣтей.

Родители разъ навсегда должны разстаться съ привычкой оставлять серьезное воспитаніе дѣтей на „*послѣ*“. Правда, приступить къ нему немедленно не легко: необходимо уяснить себѣ столь многое, установить опредѣленные взгляды на

*«Гигіена дѣтства»* въ «*Общихъ основахъ личной гигиены*».

столь разнообразны стороны дѣтской жизни, а главное, имѣть мужество и характеръ дѣлать то, что необходимо, даже, когда ребенку это непріятно... Пусть родители утѣшатся сознаниемъ, что, чѣмъ тяжелѣе сегодня, и тѣмъ легче будетъ завтра. И, наоборотъ, чѣмъ легче сегодня, и тѣмъ тяжелѣе будетъ завтра.

„Имѣйте въ виду будущее ребенка, готовьте его къ *дѣйствительной* жизни; поменьше предавайтесь на его счетъ иллюзіямъ; поменьше питайте розовыхъ надеждъ относительно ожидающихъ его въ жизни благъ, и вы всего больше сдѣлаете для его счастья и успѣха въ жизни, поскольку они отъ васъ зависятъ. Сказаннымъ достаточно опредѣляется нашъ взглядъ на разумное физическое и духовное воспитаніе ребенка. Читательницы поняли уже, что, если *предохранять*, по нашему мнѣнію, хорошо, то *закаливать* еще лучше. Предохранить человѣка отъ всѣхъ безчисленныхъ бѣдъ, грозящихъ ему въ жизни, невозможно, а потому предпочтительнѣе дать ему въ руки надежное орудіе для успѣшной борьбы съ ними, а для этого закаливаніе представляетъ наиболѣе вѣрное средство“.

**Впрыскиваніе** занимаетъ въ современной медицинѣ довольно видное мѣсто. Въ однихъ случаяхъ впрыскиванія дѣлаются въ естественныя полости тѣла. Къ таковымъ мы должны причислить впрыскиванія во влагалище, матку, мочевой пузырь, прямую кишку и пр. Такими впрыскиваніями пользуются для того, чтобы *непосредственно* подѣйствовать въ желательномъ направленіи на слизистую оболочку данной полости. Въ другихъ случаяхъ впрыскиванія производятся подъ кожу. Въ нѣкоторыхъ случаяхъ такія впрыскиванія имѣютъ чисто мѣстное назначеніе, напр., впрыскиваніе кокаина для обезболиванія того участка кожи, на которомъ намъ необходимо произвести операцію. Въ другихъ случаяхъ мы вводимъ подъ кожу извѣстныя вещества для того, чтобы они проникли въ кровяной токъ, который и разнесетъ ихъ по всему тѣлу. Такія впрыскиванія производятъ *общее* дѣйствіе. Къ таковымъ мы можемъ причислить впрыскиванія эфира, камфоры и кофеину, которыя дѣлаются для того, чтобы придать силу и энергію ослабѣвшему сердцу;—впрыскиванія морфія для облегченія невыносимыхъ болей и пр. Особое мѣсто должно быть отведено впрыскиванію солевыхъ, такъ-наз., физиологическихъ растворовъ, которыми также имѣется въ виду добиться *общаго* дѣйствія на весь организмъ, или впрыскиванію, напр., противодифтеритной сыворотки, которая также должна бороться противъ общаго зараженія организма.

Для впрыскиванія употребляются особенные инструменты,

именуемые *шприцами*, изъ которыхъ наиболѣе употребителенъ *правацовскій*, вмѣщающій одинъ граммъ жидкости. Для соотвѣтствующихъ впрыскиваній (въ мочевоѣ пузырь, солевыхъ растворовъ, антидифтеритной сыворотки и пр.) дѣлаются также шприцы гораздо болшей вмѣстимости. Однимъ изъ главныхъ условій удачнаго впрыскиванія является *обеззараживаніе* какъ самого инструмента и растворовъ, такъ и области кожи, гдѣ дѣлается впрыскиваніе. Въ противномъ случаѣ легко можетъ произойти зараженіе. Въ послѣднее время стали фабриковать, съ цѣлью облегчить и упростить обеззараживаніе, *стеклянные* шприцы, которые на практикѣ оказались довольно удобными.

Еще одно обстоятельство, имѣющее тѣсное отношеніе къ вопросу о впрыскиваніяхъ, мы считаемъ себя не въ правѣ обойти молчаніемъ. Мы подразумѣваемъ впрыскиванія *морфія*, которыя представляютъ собой одновременно и величайшее благо и величайшее зло. Когда врачъ, въ виду ужасныхъ болей, испытываемыхъ больнымъ, и страданій окружающихъ, нѣсколькими миллиграммами морфія доставляетъ ему на нѣсколько часовъ успокоеніе и живительный сонъ, морфіи представляетъ собой благодѣтельное средство; но, когда самъ больной, убѣдившись въ чудодѣйственномъ вліяніи морфія, начинаетъ прибѣгать къ нему безъ крайней надобности и помимо врача, то морфіи является величайшимъ зломъ, такъ какъ ведетъ къ *морфинизму*, который рано или поздно, но почти неизбѣжно ведетъ къ глубокому физическому и умственному упадку. Такова—главнѣйшая причина, побуждающая врачей прибѣгать къ морфію только въ случаѣ *дѣйствительной* и крайней необходимости.

**Врачъ.—Докторъ.** Врачеваніе нашъ законъ предоставляетъ, главнымъ образомъ, лицамъ, обладающимъ дипломомъ врача, для чего требуется окончаніе университета по медицинскому факультету. Къ сожалѣнію, нѣкоторыя лица изъ публики имѣютъ довольно смутное представленіе о томъ, въ чемъ именно состоитъ медицинское образованіе, а потому относятся къ нимъ съ недоувѣріемъ, другіе—предъявляютъ къ врачамъ преувеличенныя требованія; третьи—смѣшиваютъ врачей со всевозможными другими врачевателями и цѣлителями. Вотъ почему мы и считаемъ долгомъ дать здѣсь хотя бы самыя краткія свѣдѣнія о томъ, въ чемъ именно состоитъ подготовка къ медицинской дѣятельности. Занятія на медицинскомъ факультетѣ бываютъ теоретическія и практическія. Послѣдніе два курса посвящаются, преимущественно, занятіямъ въ *клиникахъ*.

Такимъ образомъ на медицинскомъ факультетѣ стремятся, насколько то позволяетъ современное состояніе науки,

возможно полно изучить строение и отправления человеческого организма какъ въ состояніи полного здоровья, такъ и при всѣхъ нынѣ извѣстныхъ болѣзняхъ.

Помимо врачей (лекарей и докторовъ медицины), врачеваніе предоставлено у насъ въ Имперіи также фельдшерамъ и фельдшерицамъ, которые также получаютъ нѣкоторое, хотя и очень ограниченное, медицинское образованіе. Кромѣ того, законъ нашъ не воспрещаетъ медицинской практики и лицамъ, не получившимъ *никакого* медицинскаго образованія, ограничивъ вмѣшательство лишь условіемъ, чтобы они не примѣняли вредныхъ ядовитыхъ веществъ, а также производили пользованіе больныхъ безвозмездно. Въ дѣйствительности, обходится и то и другое требованіе, и число лицъ, занимающихся леченіемъ больныхъ, будучи лишены какихъ бы то ни было свѣдѣній по медицинѣ, очень велико, и вредъ, приносимый ими безпрестанно населенію, очень значителенъ, особенно въ деревняхъ, гдѣ научная медицинская помощь, къ сожалѣнію, еще такъ мало развита.

По количеству врачей страна наша, сравнительно со своимъ 130-милліоннымъ населеніемъ, принадлежитъ къ одной изъ самыхъ бѣдныхъ въ Европѣ, особенно, если принять во вниманіе чрезвычайную обширность территоріи нашей Имперіи.

**Врачъ — домовый.** Взаимныя отношенія врачей и публики не только у насъ въ Россіи, но и во всѣхъ прочихъ европейскихъ странахъ, должны считаться крайне ненормальными. Ложна и основная исходная точка зрѣнія, по которой болѣзнь разсматривается, какъ дѣло чисто *личное*, съ которымъ каждому предоставляется бороться, какъ онъ лично находитъ нужнымъ. Исключеніе дѣлается только въ пользу сильно заразныхъ и эпидемическихъ болѣзней. Между тѣмъ, болѣзнь слѣдовало бы во всѣхъ случаяхъ разсматривать какъ *общее* бѣдствіе, при которомъ общество должно приходить на помощь больному. Правда, во всякомъ благоустроенномъ обществѣ стараются приходить на помощь наиболѣе нуждающимся больнымъ при помощи филантропическихъ и общественныхъ учрежденій, больницъ, амбулаторій, врачей для бѣдныхъ и пр. Тѣмъ не менѣе, нельзя, конечно, думать, чтобы мѣры эти вполне удовлетворяли *всѣмъ* нуждающимся въ медицинской помощи. Помимо того, совершенно ненормальнымъ должно быть признано и положеніе врача, который вынужденъ извлекать пользу и основывать свое благополучіе на *несчастіи* и болѣзни своего ближняго. Неудовлетворительность такого положенія вещей чувствуется одинаково хорошо обѣими сторонами: какъ публикой, такъ и врачами. Давно уже раздаются во многихъ передовыхъ странахъ голоса въ пользу



того, чтобы *вся* врачебная организація перешла въ руки государства, у котораго врачи и находились бы на службѣ. Такимъ образомъ врачъ былъ бы лишень необходимости существовать за счетъ несчастья своего ближняго. Не находясь въ матеріальной зависимости отъ больного, врачъ сталъ бы гораздо болѣе самостоятеленъ и независимъ въ своихъ дѣйствіяхъ, такъ какъ руководился бы только сознаниемъ своего долга. Съ другой стороны, и больному было бы обеспечено полное охраненіе его здоровья совершенно независимо отъ его матеріальнаго благосостоянія.

Должно, къ сожалѣнію, сознаться, что въ настоящее время мы еще довольно далеки отъ осуществленія подобныхъ проектовъ. Дабы въ случаѣ болѣзни не быть въ необходимости нести непосильные для небогатыхъ лицъ расходы на леченіе и лекарства, редакторъ настоящаго сочиненія предложилъ свой проектъ *страхованія отъ болѣзней* \*). По этому проекту, каждая семья дѣлаетъ небольшіе ежемѣсячные взносы, которые обезпечиваютъ всѣмъ членамъ семьи какъ постоянный врачебный надзоръ въ состояніи здоровья, такъ и *бесплатное* леченіе и лекарства при заболѣваніи, причемъ пациентъ свободенъ выбирать между *вѣтми* врачами, вошедшими въ основанный съ этой цѣлью врачебный союзъ. Такимъ образомъ совершенно устраняются всякіе *личныя* расчеты между больнымъ и врачомъ, и болѣзнь не сопряжена для послѣдняго съ неожиданными и непосильными расходами. Такимъ образомъ къ заботамъ о возможно болѣе скоромъ и болѣе полномъ возстановленіи своего здоровья не присоединяется гнетущая мысль о непосильныхъ расходахъ, нерѣдко влекущихъ за собой разореніе семьи.

Страхованіе отъ болѣзней уже съ довольно давнихъ поръ въ очень широкой мѣрѣ осуществлено въ сосѣдней съ нами Германіи, гдѣ страхованіе отъ болѣзней является въ настоящее время *обязательнымъ* для большей половины населенія всей имперіи. По нашему проекту каждая семья будетъ снабжена *домовымъ врачомъ*, лично ею избраннымъ и облеченнымъ полнымъ ея довѣріемъ. Такого рода врачъ, который близко знакомъ какъ съ общими условіями жизни семьи, такъ и съ особенностями организма каждаго члена семьи въ отдѣльности, не только сможетъ гораздо правильнѣе лечить любого изъ членовъ семьи, но будетъ также въ состояніи *предупредить* множество заболѣваній, которыя въ настоящее время появляются только потому, что публика не достаточно свѣдуща въ вопросахъ здравоохраненія и устраненія опасностей,

\*) См. «Труды XI Съѣзда естествоиспытателей и врачей». — «Объ общественномъ и государственномъ значеніи страхованія на случай болѣзни. *Ред.*

угрожающихъ нашему здоровью. Нѣтъ сомнѣнiя въ томъ, что китайцы, которыхъ мы въ отношенiи умственнаго развитiя склонны ставить гораздо ниже себя, гораздо удачнѣе нашего разрѣшили практически столь сложный вопросъ медицинской помощи. Рѣшенiе это состоитъ въ томъ, что китайцы оплачиваютъ своихъ врачей только, пока они *здоровы*, но, какъ только человекъ заболѣлъ, врачъ перестаетъ получать вознагражденiе вплоть *до выздоровленiя* пациента. Къ такимъ же условiямъ, приблизительно, должны стремиться и мы: врачъ не долженъ являться къ намъ въ домъ только тогда, когда на кого-либо изъ насъ обрушилась болѣзнь: онъ *всегда* и во всякое время долженъ являться стражемъ и охранителемъ нашего здоровья. Нѣтъ сомнѣнiя, что при такихъ условiяхъ намъ удалось бы сберечь много здоровья, а этого мы можемъ достигъ только тогда, когда въ семьѣ у насъ будетъ постоянный *домовый* врачъ.

**Втиранiя.** Въ прежнiя времена втиранiя были въ болѣе чести, и въ кожу втирали всевозможныя раздражающiя вещества. Въ настоящее время къ втиранiямъ прибѣгаютъ гораздо рѣже, причемъ руководятся и гораздо болѣе твердо научными соображенiями. При втиранiяхъ стараются воздѣйствовать или непосредственно на кожу, напр., при кожныхъ заболѣванiяхъ, или же при посредствѣ кожныхъ нервовъ на центральную нервную систему. Втиранiя дѣлаютъ спиртами, уксусомъ, камфарой и пр. Камфара производитъ общее возбуждающее дѣйствiе на организмъ и улучшаетъ дѣятельность сердца. Помимо этого рода втиранiй существуютъ еще и лекарственныя втиранiя, которыя въ настоящее время производятся почти исключительно *ртутью* при сифилисѣ. Наблюденiями и изслѣдованiями доказано, что въ такомъ видѣ ртуть сравнительно очень быстро ведетъ къ цѣли и всего меньше разстраиваетъ пищеварительные органы, что почти неизбѣжно случается, если принимать ртуть внутрь. Втиранiя эти дѣлаются по извѣстной системѣ: обыкновенно каждый день—на иной части тѣла, причемъ каждые четыре-шесть дней принимается общая очистительная ванна.

**Вуаль.** Ношенiе вуалей въ высшей степени распространено въ женскомъ мiрѣ. Онѣ придаютъ чертамъ лица нѣкоторую мягкость и отбѣняютъ цвѣтъ лица и блескъ глазъ. Этихъ качествъ совершенно достаточно было для того, чтобы привлечь женщинъ на сторону вуалей. Къ сожалѣнiю, и въ данномъ случаѣ, какъ и во многихъ другихъ, мода значительно расходится съ гигиеной. Вуаль нѣсколько задерживаетъ рѣзкое движенiе воздуха и пыль, и въ этомъ можно усмотрѣть извѣстное достоинство. Зимой, однако, выдыхаемые

нами пары сгущаются на вуали и замерзаютъ на ней. Образовавшіяся сосульки царапаютъ и раздражаютъ лицо. Особенно страдаетъ отъ ношенія вуали кончикъ носа, на которомъ вуальъ получаетъ точку опоры. Краснота кончика носа у многихъ дамъ обязана своимъ происхожденіемъ именно ношенію вуали. Гораздо болѣе носа страдаетъ, однако, другой и притомъ гораздо болѣе важный органъ—глаза, на которыхъ ношеніе вуали отражается крайне неблагоприятно. Всего вреднѣе дѣйствуютъ вуали съ *мелкими* петлями. Во всякомъ случаѣ, отъ ношенія вуалей, если только не имѣется въ виду предохранить ими на время лицо отъ рѣзкаго вѣтра или пыли, слѣдуетъ избавить *дтей*, которымъ онѣ быстро портятъ зрѣніе.

**Выборъ профессіи.** Каждому изъ насъ необходимо имѣть въ жизни дѣло, которое его привлекаетъ и которому онъ посвящаетъ свои силы. Необходимо это, по нашему мнѣнію, даже въ томъ случаѣ, когда человѣкъ обезпеченъ въ смыслѣ матеріальномъ и, слѣдовательно, не вынужденъ заботиться о хлѣбѣ насущномъ. Во сколько разъ болѣе необходима профессія тому, кому она даетъ средства къ жизни! Для поддержанія нашего физическаго и духовнаго здоровья, намъ необходимо выбирать себѣ профессію, которая намъ была бы *по душѣ*. Для того, чтобы дать нашимъ дѣтямъ какъ можно больше шансовъ къ выбору именно того занятія, къ которому они дѣйствительно чувствуютъ расположеніе, на дѣтскія склонности съ самаго ранняго возраста должно быть обращено самое серьезное вниманіе.

„Было бы въ высшей степени желательно, чтобы дѣтямъ, а тѣмъ болѣе юношамъ, была предоставлена самая широкая свобода въ выборѣ занятій, къ которымъ они чувствуютъ склонность. Къ сожалѣнію, въ настоящее время нерѣдко наблюдается обратное явленіе, а именно, что выборъ профессіи часто дѣлается родителями и къ тому же иногда по соображеніямъ, ничего не имѣющимъ общаго съ призваніемъ. Можно сказать безъ преувеличенія, что, если занятіе, избранное по призванію, иногда можетъ оказаться очень тяжелымъ, то профессія, къ которой мы не чувствуемъ никакой склонности, обращается для многихъ въ каторгу, даже въ томъ случаѣ, когда она не требуетъ съ нашей стороны особенныхъ усилій и хорошо оплачивается матеріально. Вопросъ этотъ имѣетъ огромное вліяніе на весь складъ нашей жизни, а потому къ нему и слѣдуетъ отнестись съ самымъ серьезнымъ и глубокимъ вниманіемъ“ \*).

\*) «Гигіена юности».—Ред.

Въ наше время вопросъ о профессіи приобретаеъ серьезное значеніе не только для мужчинъ, но и для женщинъ. Многихъ женщинъ жизненныя условія вынуждаютъ позаботиться о томъ, чтобы имѣть свой личный заработокъ, даже въ томъ случаѣ, когда онѣ вышли замужъ, такъ какъ заработка мужа часто бываетъ недостаточно для содержанія семьи. Тѣмъ болѣе насущнымъ представляется вопросъ о самостоятельной профессіи для дѣвушки, которая по тѣмъ или инымъ причинамъ *не* вышла замужъ. И въ данномъ случаѣ выборъ профессіи долженъ состояться по самомъ серьезномъ и зрѣломъ размысленіи. Если вопросъ о личной *склонности* и въ данномъ случаѣ долженъ стоять на первомъ мѣстѣ, то женщинѣ слѣдуетъ все же разсчитать и свои силы, съ которой избранная профессія должна находиться въ самомъ строгомъ соотвѣтствіи. Въ противномъ случаѣ здоровье можетъ въ короткое время надорваться. Въ силу глубоко укоренившихся предразсудковъ, профессіи, къ которымъ въ настоящее время допускаются женщины, еще въ высшей степени немногочисленны. Съ другой стороны, физическая слабость женщины по сравненію съ мужчиной также естественнымъ образомъ ограничиваетъ ея выборъ.

Какъ бы то ни было, женщина, которая чувствуетъ склонность къ домашнему или полевому хозяйству, не должна идти въ учительницы. Въ продащицы или конторщицы не должна записываться та, которая чувствуетъ склонность къ рисованію и живописи. Та, которая вполнѣ будетъ на своемъ мѣстѣ акушеркой или фельдшерницей, грозитъ погубить себя нерѣдко, если вынуждена будетъ проводить всю свою жизнь въ томъ, чтобы передавать депеши или, по желанію абонентовъ, цѣлыми днями соединять между собой телефонныя проволоки.

Очень великъ также классъ женщинъ, которыхъ богатство *осуждаетъ*, такъ сказать, на бездѣліе. Онѣ совершенно не вѣдаютъ бремени домашняго хозяйства, которое за нихъ несутъ наемные люди. Не много времени отнимаетъ у нихъ и воспитаніе дѣтей, которыя поручены гувернерамъ и гувернанткамъ или которыя помѣщены въ пансіоны.

Волей судьбы онѣ, такъ сказать, *осуждены* на праздно существованіе. Такая жизнь въ высшей степени тяжела и очень быстро ведетъ ко всевозможнымъ тѣлеснымъ и душевнымъ расстройствамъ. Въ лучшемъ случаѣ такія женщины предаются свѣтскимъ удовольствіямъ, въ худшемъ онѣ сосредоточиваютъ всѣ жизненныя интересы на своей особѣ, и это отражается на нихъ очень вредно. Рано или поздно такія женщины заболѣваютъ неврастеніей и ищутъ со всѣхъ

сторонъ спасенія отъ тѣхъ многочисленныхъ и всего чаще *воображаемыхъ* болѣзней, которыя онѣ въ себѣ безпрестанно открываютъ. Праздность создаетъ и множество другихъ заболѣваній. Такимъ женщинамъ рекомендуется, и притомъ не только въ интересахъ другихъ, но и въ своихъ собственныхъ, найти себѣ какое-нибудь дѣло, которымъ онѣ могли бы посвящать свой досугъ. Голосъ сердца и искреннее желаніе быть полезной всегда подскажутъ такимъ женщинамъ, къ чему именно должны онѣ приложить свои силы.

**Вывихъ.** При паденіи или неожиданномъ сильномъ давленіи случается, что мы вдругъ почувствуемъ сильную боль въ какомъ-либо суставѣ и оказываемся не въ силахъ двигать соответствующей конечностью. Происходитъ это чаще всего отъ того, что головка одной кости выскочила въ данномъ мѣстѣ изъ суставной поверхности другой кости. Это-то мы и называемъ *вывихомъ*. Суставныя *связки* при этомъ въ однихъ случаяхъ только растягиваются, между тѣмъ какъ въ другихъ случаяхъ онѣ разрываются. Вывихъ сопровождается во многихъ случаяхъ кровоизліяніями въ суставъ, растяженіемъ и раздраженіемъ нервныхъ окончаній, что причиняетъ сильную боль и пр. Что больной можетъ при вывихѣ только съ необычными страданіями передвигать вывихнутую изъ сустава кость, въ большинствѣ же случаевъ вовсе не можетъ двигать ею, понятно само собой.

— **Леченіе** вывиха на первое время сводится къ покою и успокоенію боли, для чего накладываютъ на больное мѣсто влажные прохладные или тепловатые *компрессы*. Когда опу-



Рис. 188. Вправление вывихнутой стопы.  
(По ф.—Мозетигъ-Мооргофу.)

холь нѣсколько спала и боль утихла, приступаютъ къ *вправленію* вывиха. Операцию эту долженъ производить только врачъ, такъ какъ для этого требуется точное знакомство съ

*нормальнымъ* положеніемъ обѣихъ суставныхъ поверхностей. Необходимо также хорошо ориентироваться, въ какомъ именно *направленіи* выскочила кость изъ сустава, въ какомъ *направленіи* ее слѣдуетъ, слѣдовательно, тянуть для того, чтобы она приняла первоначальное положеніе, и пр. Для всего этого требуются основательныя познанія по анатоміи костной системы. Неумѣлое же вправленіе вывиха можетъ принести немалый вредъ. Въ деревняхъ вывихи нерѣдко вправляются „костоправами“, которые по опыту или изъ наблюденій извлекли нѣкоторыя познанія въ этой области. Въ сущности, они прибѣгаютъ къ тому же способу, что и врачи, съ той существенной разницей, однако, что ихъ приемы отличаются первобытною и сопряжены часто съ большими страданіями для паціента.

**Выкидышъ.—Абортъ.** Выкидышемъ мы называемъ изгнаніе изъ утробы матери плода до истеченія 7 мѣсяцевъ беременности. Причины выкидыша бываютъ различны. Въ однихъ случаяхъ причиною является ударъ или паденіе; въ другихъ—нравственное потрясеніе; въ третьихъ—острая болѣзнь или сифилисъ и т. д. Всѣ эти причины вызываютъ сокращенія матки и преждевременное удаленіе плода. Иныя женщины имѣютъ особенную склонность къ выкидышамъ и требуютъ поэтому во время беременности особенно внимательнаго надзора и ухода. Болѣе подробно мы съ этимъ вопросомъ ознакомимся въ III части сочиненія.

**Выпаденіе влагалища,** см. „Влагалища — выпаденіе“.

**Выпаденіе волосъ,** см. „Волосъ — выпаденіе“.

**Вправление матки,** см. „Матки — вправление“.

**Выслушиваніе** представляетъ собой одинъ изъ наиболѣе важныхъ способовъ изслѣдованія внутреннихъ болѣзней. Предметомъ выслушиванія служатъ, главнымъ образомъ, *легкія* и *сердце*. Изучивъ, предварительно, какіе именно звуки производитъ дѣятельность легкиихъ и сердца при *нормальныхъ* условіяхъ, мы стараемся отмѣтить тѣ измѣненія въ этихъ звукахъ, которыя наблюдаются при той или иной болѣзни. Соответственно производимымъ ею измѣненіямъ, каждая болѣзнь обнаруживается при выслушиваніи ей одной присущими особенностями. Такъ, выслушивая грудь при бронхитѣ, мы слышимъ звуки, которые невозможно смѣшать съ тѣми звуками, которые мы слышимъ при воспаленіи легкиихъ или плевритѣ. Точно такъ же каждый изъ **пороковъ сердца** (см. ) отличается особенными, исключительно ему присущими, звуками и шумами.

**Высупивающія вещества** бываютъ чрезвычайно разнообразнаго свойства и очень часто примѣняются при всевозможныхъ заболѣваніяхъ. Употребляются они и въ зубной практикѣ, и

при уходѣ за дѣтьми, и при леченіи ранъ, и при кожныхъ болѣзняхъ и т. д. Къ веществамъ этимъ мы можемъ причислить газъ, полотно, порошки, обдуваніе сухимъ и горячимъ воздухомъ, вату и т. д. Въ болѣе обширномъ смыслѣ мы можемъ отнести къ этому разряду и *вяжущія* вещества, которыя также имѣютъ очень обширное примѣненіе въ медицинѣ. Къ нимъ мы можемъ отнести настой шалфея, дубовую кору, дубильную кислоту, ратанію и пр. Еще болѣе опредѣленнымъ дѣйствіемъ въ томъ же направленіи обладаютъ нѣкоторые металлы, изъ которыхъ мы укажемъ только на свинцовыя, цинковыя и серебряныя соединенія. Многія изъ этихъ веществъ употребляются, какъ наружныя и внутреннія при кровотеченіяхъ.

**Вѣтры**, см. „Газы“.

## Г.

**Газы.** Изъ первой части настоящаго сочиненія намъ уже извѣстно, что газы бываютъ двоякаго рода: необходимый для нашего здоровья и жизни: *кислородъ*, и — вредные для здоровья: *углекислота*, *амміакъ*, *окись углерода*, *сѣроводородъ* и пр. Объ *углекислотѣ* мы уже говорили выше, и намъ извѣстно, какими опасностями грозитъ она организму, когда сразу скопляется въ большихъ количествахъ, и какъ она медленно, но вѣрно подтачиваетъ наши силы въ томъ случаѣ, когда намъ долгими годами приходится дышать воздухомъ, въ которомъ содержится избытокъ углекислоты. Что касается до *окиси углерода*, то газъ этотъ, который неизбѣжно образуется, когда какое-либо тѣло горитъ при недостаточномъ притокѣ кислорода, служитъ главной причиной **угара** (см.). *Сѣроводородъ* также въ высшей степени вреденъ; въ особенно большихъ количествахъ образуется онъ въ выгребныхъ ямахъ и клозетахъ и послужилъ уже причиной удушенія не одного „золотаря“. *Амміакъ* образуется вслѣдствіе разложенія мочи и другихъ азотистыхъ продуктовъ. Онъ обладаетъ чрезвычайно пронизательнымъ запахомъ и настолько ѣдкими свойствами, что въ тѣхъ помѣщеніяхъ, въ которыхъ онъ скопляется въ сколько-нибудь значительномъ количествѣ, глазамъ становится больно. *Свѣтильный газъ* также очень вреденъ для здоровья. Въ тѣхъ помѣщеніяхъ, которыя освѣщаются газомъ и въ которыхъ газопроводяція трубы обнаруживаютъ хотя бы самую незначительную течь, наблюдаются какъ хроническія, такъ и острыя отравленія этимъ газомъ. Нерѣдко просачиваніе свѣтильнаго газа ведетъ и ко взрывамъ.

*Газами* мы называемъ также „оттры“, образуемые въ желудкѣ и кишкахъ. Когда они скопляются въ болѣе или менѣе значительномъ количествѣ, они представляютъ собой довольно тягостное явленіе: появляется отрыжка, животъ вздуваетъ, дыханіе стѣсняется вслѣдствіе того, что діафрагма отстѣсняется вверхъ; пищевареніе значительно замедляется. Не всегда причиной появления газовъ служитъ пища, вызывающая броженіе. Во многихъ случаяхъ главная причина лежитъ въ слабости мышечныхъ стѣнокъ желудка и кишокъ, которыя и требуется въ такомъ случаѣ укрѣпить.

Сказаннымъ уже въ значительной степени уясняется, что намъ слѣдуетъ *дѣлать* во избѣжаніе появления газовъ. Прежде всего слѣдуетъ избѣгать пищи, вызывающей броженіе. Къ таковой слѣдуетъ отнести шипучіе напитки и сахаристыя вещества. Затѣмъ слѣдуетъ избѣгать капусты, каши, орѣховъ, сливъ, твердыхъ грушъ, чечевицы, гороху, макаронъ, рѣпы, пуддинговъ, пироговъ и пирожныхъ, шпината и пр. Для укрѣпленія же стѣнокъ желудка и кишокъ, слѣдуетъ заняться мышечнымъ трудомъ и гимнастикой, прибѣгая преимущественно къ сгибанію и разгибанію туловища (см. рис., приложенный къ главѣ „Грыжа“). Значительную помощь дѣлу оказываютъ массажъ живота, и въ нѣкоторыхъ случаяхъ сидячія ванны. Нѣкоторыя вещества, какъ, напр., уголь, магнезія, висмутъ, обладаютъ способностью всасывать газы и облегчать намъ, слѣдовательно, до нѣкоторой степени тягостное ощущеніе, вызываемое скопленіемъ газовъ.

**Гвоздичное масло.** Эфирное масло, заключающееся въ этомъ продуктѣ, служитъ, какъ довольно сильно возбуждающее средство, для растираній кожи. При зубной боли небольшое количество этого масла, будучи наложено на маленькомъ ватномъ шарикѣ на зубъ, способствуетъ успокоенію боли. Гвоздичное масло обладаетъ еще однимъ большимъ достоинствомъ: оно *отгоняетъ комаровъ*, которые, какъ это твердо установлено новѣйшими наблюденіями, являются главными разносчиками *малярийной* (болотно-лихорадочной) *заразы* (См. „*Малярія*“).

**Геморрой — Почечуй.** Это — страданіе *городскихъ* жителей, ведущихъ сидячій образъ жизни. Оно почти совершенно неизвѣстно деревенскимъ жителямъ, проводящимъ большую часть жизни на открытомъ воздухѣ и въ движеніи. Появляется геморрой вслѣдствіе расширенія венъ прямой кишки, что, въ свою очередь, является въ большинствѣ случаевъ послѣдствіемъ запоровъ. Геморрой проявляется въ различныхъ видахъ. Въ болѣе легкихъ случаяхъ дѣло сводится къ тому, что время отъ времени появляется при испражненіи кровь



изъ задняго прохода. Въ болѣе рѣзко выраженныхъ случаяхъ появляются *шишки*, которыя могутъ быть *наружными* и *внутренними*. Первые дѣлятся на вправимыя и невправимыя. Шишки эти кровоточатъ. Количество крови, теряемое больными, бываетъ чрезвычайно неодинаковымъ: въ однихъ случаяхъ оно бываетъ настолько незначительнымъ, что больной его почти не замѣчаетъ. Въ другихъ оно бываетъ до того велико, что въ короткое время можетъ довести больного до угрожающаго состоянія малокровія. Главной причиною геморроя слѣдуетъ считать хроническіе *запоры*: обыкновенно больныя изъ боязни боли и инстинктивно избѣгая страданій, стараются какъ можно болѣе отдалить моментъ испражненія, и тѣмъ только ухудшаютъ свое состояніе. У женщинъ, у которыхъ къ прочимъ причинамъ, вызывающимъ появленіе запоровъ, присоединяется еще беременность, во время которой кровообращеніе въ тазу бываетъ чрезвычайно затрудненнымъ, геморрой встрѣчается еще чаще, чѣмъ у мужчинъ.

Каковы должны быть мѣры *предохраненія* отъ геморроя, ясно изъ предыдущаго. Слѣдуетъ избѣгать всѣхъ причинъ, затрудняющихъ тазовое кровообращеніе. По возможности больше движенія! Избѣгать запоровъ! Для этого слѣдуетъ во многихъ случаяхъ усилить въ пищѣ количество растительныхъ элементовъ. При появленіи въ испражненіяхъ крови хорошо дѣйствуютъ теплыя полуванны и тепловатыя небольшія клизмы. Разъ въ недѣлю можно принять воздушно-горячую ванну. Когда кровотеченіе приостановилось, можно прибѣгнуть къ общей гимнастикѣ. При болѣе сильномъ кровотеченіи хорошо дѣйствуютъ и небольшіе ватные шарики, смоченные въ свѣжей водѣ, или очень горячія впрыскиванія въ прямую кишку. Если всѣ эти мѣры оказываются недѣйствительными и кровотеченіе грозитъ совершенно ослабить человека, то мы совѣтуемъ, особенно молодымъ людямъ, прибѣгнуть къ *оперативному* леченію. Операции, примѣняемыя въ такихъ случаяхъ, не принадлежатъ къ числу опасныхъ и въ большинствѣ случаевъ избавляютъ пациента отъ страданія почечуемъ *насегда*.

**Гемофилія**, см. „Кровоточивость“.

**Гермафродитъ**. — **Обоеполий**. Гермафродиты представляютъ собой чрезвычайно любопытную, съ научной точки зрѣнія, но очень тяжелую для заинтересованныхъ лицъ—игру природы. Гермафродиты представляютъ собой людей, въ которыхъ въ одно и то же время выражены особенности *обоихъ половъ*: по однимъ признакамъ ихъ можно отнести къ мужчинамъ, между тѣмъ, какъ по другимъ—ихъ слѣдуетъ счи-

татъ женщинами. Такъ, напр., имѣется дѣтородный членъ, но онъ очень невеликъ; яички чрезвычайно малы или совершенно не прощупываются въ ихъ обычномъ мѣстѣ. Въ тазу имѣется небольшая матка, и въ то же время человѣкъ обладаетъ скорѣе женскими, чѣмъ мужскими наклонностями. Большой частью такіе люди очень несчастны, такъ какъ они не въ состояніи бываютъ найти свое истинное мѣсто въ жизни. Благо еще, если они нашли себѣ дѣло, которое ихъ всецѣло поглощаетъ. Именно къ этому слѣдуетъ настойчиво стремиться, какъ только замѣчено, что ребенокъ обоюполюй. Въ большинствѣ случаевъ удается, однако, опредѣлить по тщательномъ врачебномъ, физическомъ и психическомъ изслѣдованіи, къ какому полу слѣдуетъ отнести даннаго ребенка. Въ духѣ этого пола его и слѣдуетъ воспитывать, не упуская, однако, ни на минуту изъ виду возможности значительныхъ и рѣзкихъ отклоненій отъ проявленій того пола, къ которому мы отнесли ребенка.

Въ тѣхъ случаяхъ, когда психическая ненормальность, обусловленная двуснастіемъ, оказывается слишкомъ рѣзко выраженной, приходится больного-больную опредѣлить въ психіатрическую лечебницу.

**Гимнастика.** Относительно *общаго* значенія гимнастики, какъ средства для сохраненія здоровья, мы уже останавливались въ 5-й главѣ I части, гдѣ шла рѣчь „**О покоѣ и движеніи**“ (стр. 257). Здѣсь же мы рассмотримъ *лечебную гимнастику*.

**Гимнастика — шведская.** Въ дополненіе къ сказанному нами въ 5-й главѣ I части настоящаго сочиненія, мы въ нижеслѣдующихъ строкахъ приведемъ описаніе, а также изображенія нѣкоторыхъ упражненій, которыя при разумномъ примѣненіи могутъ оказаться чрезвычайно полезными и которыя нашимъ читательницамъ не трудно будетъ и самимъ воспроизводить по приложеннымъ фотографическимъ снимкамъ. Особенность „шведской“ гимнастики состоитъ въ томъ, что пациентъ производитъ не активныя, а пассивныя движенія, при которыхъ ему приходится оказывать *противодѣйствіе* — *сопротивленіе* движенію, производимому его членами другимъ лицомъ. Систематическія упражненія какой-либо части тѣла могутъ имѣть двоякую цѣль: или *привлеченіе* крови къ данной части тѣла, для усиленія ея питанія, или же, наоборотъ, *отвлеченіе* крови отъ той же части тѣла, въ случаѣ приливовъ, переполненія и застоевъ крови. Само собой разумѣется, что, въ зависимости отъ преслѣдуемой нами цѣли, и упражненія должны носить различный характеръ. При этомъ прежде всего слѣдуетъ руководиться общимъ правиломъ, что къ тѣмъ частямъ тѣла или органа, которыя всего больше работаютъ,

привлекается и всего больше крови. Отсылая читательницъ также къ рисункамъ, иллюстрирующимъ нашу статью о „Дыхательной гимнастикѣ“ (см.), мы приводимъ здѣсь два упражненія, предназначенныя для отвлеченія крови отъ таза. Упражненія эти могутъ себѣ найти примѣненіе при кровотеченіяхъ (въ промежуткахъ между таковыми), выпаденіяхъ и различныхъ состояніяхъ слабости.

На рис. 189 больная находится внизу, между тѣмъ какъ лицо, руководящее гимнастическими упражненіями, находится на нѣкоторомъ возвышеніи. Первая старается стащить вторую внизъ, между тѣмъ какъ послѣдняя этому сопротивляется. Второй темпъ состоитъ въ томъ, что вторая старается притянуть пациентку къ себѣ, чему послѣдняя сопротивляется. Само собой разумѣется, что при выполненіи всѣхъ этихъ упражненій необходимо соблюдать самую строгую постепенность.



Рис. 189. Шведская гимнастика. Упражненія (съ противодѣйствіемъ) верхней части туловища.

При этомъ пациентка должна твердо сидѣть на мѣстѣ, и самыя движенія должны производиться равномерно, приблизительно 4—5 разъ подъ рядъ, съ небольшими паузами. Эти движенія укрѣпляютъ мышцы верхнихъ конечностей, груди и спины; мышцы же живота должны при этомъ принимать, наоборотъ, въ упражненіяхъ самое слабое участіе. На рис. 190 нами изображено другое движеніе съ противодѣйствіемъ. Движеніе это имѣетъ назначеніемъ упражнять мышцы нижнихъ

конечностей. При известномъ сопротивленіи нога опускается и при таковомъ же сопротивленіи подымается затѣмъ вверхъ. На рис., относящемся къ ст. „Параличъ мочевого пузыря“ (см.), мы видимъ подобныя же движенія, а именно: *разведение нижнихъ конечностей*, за которымъ слѣдуетъ *сведение* ихъ. Движенія эти усиливаютъ мускулатуру дна таза и привлекаютъ къ нему кровь. Движенія эти также производятся при

сильномъ сопротивленіи и повторяются 3 — 5 разъ подъ рядъ.

Что же касается до упражненія, состоящаго въ подниманіи грудной клѣтки, то оно изображено въ ст. „Дыхательная гимнастика“.

Во *вращеніи туловища* мы имѣемъ движеніе, которое также привлекаетъ кровь къ тазу и которое, помимо того, влияетъ также механическимъ образомъ и на внутренности, такъ какъ оно сдавливаетъ кишечныя петли (при сгибаніи впередъ), а также дѣйствуетъ и на



Рис. 190. Шведская гимнастика. Упражненіе (съ противодѣйствіемъ) нижней конечности.

другіе органы, содержащіеся въ полости живота. Движеніе это также должно быть производимо совершенно равномерно разъ 20 подъ рядъ. При хроническихъ запорахъ оно оказывается нерѣдко очень благотворнымъ, но его слѣдуетъ избѣгать при кровотеченияхъ. Движенія эти представлены нами на рисункахъ, иллюстрирующихъ ст. „Грыжа“ (см.). Не слѣдуетъ упускать изъ виду, что главными условіями успѣха примѣненія шведской гимнастики являются *постепенность и равномерность*.

**Гинекологія**, см. „**Женскія болѣзни**“.

**Гиперемія.** Этотъ медицинскій терминъ обозначаетъ *переполненіе* какого-либо органа *кровью*. Происхожденіе гипереміи можетъ быть двоякое: или усиливается *притокъ* крови къ данному органу, или же притокъ крови не усиливается, но зато затрудняется *оттокъ* ея. Какъ въ томъ, такъ и въ другомъ случаѣ содержаніе крови въ органѣ увеличивается. Происхожденіе гипереміи — самое разнообразное: въ одномъ случаѣ мы имѣемъ дѣло съ нервнымъ вліяніемъ, въ другомъ — съ воспалительнымъ состояніемъ, въ третьемъ — съ расширеніемъ венъ и т. д. Какъ бы то ни было, на переполненіе кровью какого-либо органа всегда слѣдуетъ смотрѣть, какъ на явленіе *ненормальное*, съ которымъ надлежитъ бороться. Бороться слѣдуетъ при помощи устраненія причины, прежде всего. Затѣмъ — при помощи влажныхъ компрессовъ, соотвѣтствующей гимнастики, которая отвлекала бы кровь отъ даннаго органа, и массажа, который долженъ производиться въ направленіи *венознаго* кровообращенія. Какъ примѣры гипереміи, мы можемъ привести носовыя кровотеченія, столь частыя у молодыхъ людей особенно въ лѣтнюю пору, и переполненіе кровью матки у женщинъ, страдающихъ воспаленіями этого органа.

**Гипнотизмъ** означаетъ, собственно говоря, *усыпленіе*. Подъ гипнотизмомъ мы понимаемъ, однако, только такое усыпленіе, которое дѣлается съ цѣлью произвести на больного, во время искусственнымъ образомъ вызваннаго сна, соотвѣтствующее **внушеніе** (см.). Во время гипнотическаго сна больной почти окончательно утрачиваетъ собственную волю и почти всецѣло подчиняется волѣ *гипнотизера*. Изъ сказаннаго ясно, что гипнотизмъ представляетъ собой очень могучій рычагъ для воздѣйствія на чужую волю. Будучи употребляемо на благо и примѣняемо умѣло, вліяніе гипнотизера можетъ оказаться не только полезнымъ, но и прямо чудодѣйственнымъ. При противоположныхъ условіяхъ, оно можетъ оказаться очень вреднымъ. Руководясь этими соображеніями, законодательство наше совершенно воспрещаетъ примѣненіе гипнотизма лицамъ, не обладающимъ врачебнымъ дипломомъ. Что же касается до врачей, то для гипнотизированія (какъ и для производства операціи) требуется участіе не менѣе двухъ врачей. Опредѣлимъ въ двухъ словахъ недостатки и преимущества гипнотизма, примѣняемаго съ лечебною цѣлью. **Недостатки** этого метода слѣдуетъ усматривать въ томъ, что онъ почти всегда до извѣстной степени разстраиваетъ нервную систему пациента и ослабляетъ его волю. Для поддержки полученнаго результата требуются чаще всего повторные

сеансы, производимые однимъ и тѣмъ же лицомъ. Результаты иногда бываютъ довольно шаткими и кратковременными.

*Преимущества* его слѣдуетъ усматривать въ томъ, что при нѣкоторыхъ нервныхъ и даже органическихъ заболѣваніяхъ при помощи гипнотизма удается иногда излечить даже такія страданія, которымъ никакимъ инымъ способомъ помочь оказалось невозможнымъ. Важнѣе всего при этомъ изучить какъ характеръ страданія, такъ и психическія особенности пациента. Само собой разумѣется, что *общихъ* правилъ и приемовъ въ этомъ отношеніи не существуетъ. Дѣло врача-гипнотизера уяснить себѣ, въ какомъ видѣ гипнотическое внушеніе могло бы оказаться наиболѣе дѣйствительнымъ для *даннаго* больного. Въ видѣ резюме, мы можемъ сказать, что гипнотизмъ представляетъ собой чрезвычайно цѣнный способъ воздѣйствія на больного при томъ непремѣнномъ условіи, чтобы онъ былъ примѣняемъ съ осторожностью.

*Гипсовая повязка* употребляется во всѣхъ тѣхъ случаяхъ, когда требуется какой-либо части тѣла или же, чаще, конечности придать на болѣе или менѣе продолжительное время опредѣленное и неизмѣнное положеніе. Не трудно понять, въ какихъ именно случаяхъ подобная потребность можетъ возникнуть. Представимъ себѣ переломъ ноги. Части переломанной конечности соединены врачомъ между собой такимъ образомъ, что онѣ въ очень значительной степени приближаются къ нормальному положенію. Но если оставить обломки въ такомъ видѣ, то они черезъ самое короткое время вновь разъединятся. Ихъ необходимо *удержать* въ приданномъ имъ положеніи. Для этого и употребляютъ чаще всего гипсъ. Накладываютъ повязку слѣдующимъ образомъ. Когда обломки надлежащимъ образомъ соединены другъ съ другомъ, конечность обвязываютъ бинтами, погружаемыми въ *растворъ гипса*. На воздухѣ гипсъ высыхаетъ и обращается въ совершенно твердую и неподвижную массу. Такимъ образомъ неподвижность обломковъ обезпечена. Высохшій гипсъ представляетъ собой массу настолько твердую, что для того, чтобы гипсовую повязку снять, ее необходимо разрѣзывать очень острыми ножницами и примѣнить къ тому же довольно большую силу.

При наложеніи такого рода повязки соблюдаютъ нѣкоторыя мѣры предосторожности. Гипсованные бинты не накладываются прямо на тѣло, такъ какъ въ такомъ случаѣ ихъ пришлось бы затѣмъ отдирать прямо съ кожными волосками, что было бы слишкомъ болѣзненно. Въ предупрежденіе этого на кожу накладывается какая-нибудь мягкая ткань, а уже на послѣднюю — гипсовая повязка. Повязки

не слѣдуетъ накладывать слишкомъ туго, такъ какъ въ такомъ случаѣ стѣсняется кровообращеніе и можетъ вызвать даже омертвѣніе конечности (см. рис. 165—стр. 390). За состояніемъ перевязанной конечности слѣдятъ поэтому — особенно первые дни—съ особеннымъ вниманіемъ. См. также ст. „Винты“.

**Гири.** Ничто, собственно говоря, не въ состояніи замѣнить физическаго труда и движенія на свѣжемъ воздухѣ. Бываютъ, однако же, профессіи, которыя лишаютъ человѣка возможности отлучаться изъ дому для прогулки. Въ другихъ случаяхъ погода бываетъ слишкомъ скверной и мало располагаетъ къ прогулкамъ (хотя мы лично рекомендуемъ *никогда* не считаться съ этимъ соображеніемъ); между тѣмъ организму все же требуется произвести извѣстное количество физическаго труда. Въ ряду прочихъ приспособленій, придуманныхъ съ этой цѣлью, не послѣднее мѣсто принадлежитъ гирямъ. Упражненія всегда слѣдуетъ начинать съ *легкихъ* гирь и *постепенно* увеличивать ихъ вѣсъ. Упражненія слѣдуетъ про-

изводить не быстро, но какъ можно болѣе медленно: при соблюденіи этого условія упражненія приносятъ намъ гораздо больше пользы. Даже тѣмъ лицамъ, которымъ



Рис. 191. Упражненія гирями

упражненія и силы даютъ возможность владѣть и тяжелыми гирями, слѣдуетъ каждый разъ *начинать* упражненія съ самыхъ легкихъ, отъ которыхъ мало-по-малу и переходятъ къ тяжелымъ. Никогда не слѣдуетъ напрягать свои силы сверхъ мѣры, такъ какъ этимъ принесемъ организму одинъ *вредъ*. Гири можно имѣть или *двойныя*, по одной для каждой руки, или же въ видѣ параллельнаго бруса, соединяющаго между собой два металлическихъ шара.

**Гистологія.**—**Микроскопическая анатомія.** Г. представляетъ собой науку о *тканяхъ*. Значеніе ея станетъ для насъ совершенно понятнымъ, если мы подумаемъ о томъ, что изъ тканей состоятъ всѣ наши органы, а слѣдовательно, и весь организмъ. Отправленія почекъ, печени, нервной системы, мозга могутъ намъ стать вполне понятными только въ томъ случаѣ, если мы ознакомимся съ тончайшимъ строеніемъ почечной, печеночной, нервной и мозговой ткани. То же можно сказать и про болѣзненные измѣненія въ органахъ. Какимъ образомъ могли бы мы знать, какія именно измѣненія производитъ та или иная болѣзнь, если бы мы не знали,

какой именно должна быть клетка въ *нормальномъ* состоянiи? Гистологiя представляетъ собой науку относительно новую, такъ какъ появленiе ея стало возможнымъ только съ открытiемъ микроскопа, и развитiе ея также идетъ параллельно съ усовершенствованiемъ этого неосцѣнимаго для медицины инструмента. Поэтому гистологiя носитъ еще названiе *микроскопической анатомiи*, въ противоположность макроскопической или просто *анатомiи* (см.). Въ самое послѣднее время изъ гистологiи выдѣлилась *цитологiя*—наука о *клеткѣ*.

**Глазной массажъ** бываетъ показанъ при нѣкоторыхъ нервныхъ ощущенiяхъ въ области глазныхъ мышцъ. *Дрожательный* массажъ труднѣе примѣнить. Что же касается до *поглаживанiй*, то они во многихъ случаяхъ оказываются очень дѣйствительными. Производятъ эти движенiя слѣдующимъ образомъ. Пальцы кладутъ на соответствующій високъ, большой же палецъ помѣщаютъ на внутреннемъ углу глаза и такимъ образомъ производятъ легкiя и систематическiя поглаживанiя отъ внутренняго угла глаза къ наружному.

**Глазные зубы.** Такъ называются крайнiе зубы верхней челюсти, которые своими корнями очень близко подходятъ къ полости глаза. Когда въ полости верхней челюсти скопляется гной или появляются опухоли, которыя необходимо бываетъ удалить, то зубы эти выдергиваются, и такимъ путемъ получается доступъ къ полости верхней челюсти.

**Глазные болѣзни.** Само собой разумѣется, что мы совершенно лишены возможности обозрѣть здѣсь сколько-нибудь подробно всѣ глазныя болѣзни, а потому удовольствуемся тѣмъ, что дадимъ о нихъ *общее* понятiе. Главнѣйшия же глазныя болѣзни будутъ нами разсмотрѣны каждая особо въ отдѣльности. Строенiе и отправленiя глаза были нами изучены въ I части настоящаго сочиненiя, въ главѣ „**Наши органы чувствъ**“ (стр. 54). Выше (см. „**Близорукость**“) мы уже упоминали о томъ, что болѣзни глаза встрѣчаются гораздо чаще у культурнаго человѣка, чѣмъ у первобытнаго.

Болѣзни глазъ распадаются на болѣзни вѣкъ, соединительной оболочки, слезнаго мѣшка, глазныхъ мышцъ, роговой и радужной оболочекъ, хрусталика, стекловидной жидкости, сѣтчатой, сосудистой и бѣлочной оболочекъ. Всѣ эти болѣзни могутъ, собственно говоря, быть раздѣлены на три большiя группы: *воспалительныя*, зависящiя отъ *недостатковъ* и пороковъ *строенiя* и развитiя, и, наконецъ, на такiя, которыя находятся въ связи или въ зависимости отъ *другихъ* болѣзней, причемъ онѣ являются только однимъ изъ проявленiй или признаковъ этой болѣзни. Такова, напр., болѣзнь глаза, являющаяся, какъ послѣдствiе давленiя, производимаго моз-



говой опухолью, воспаленіе зрительнаго нерва при отравленіяхъ и пр.

А. Чаще всего встрѣчаются *воспалительныя* заболѣванія, которыя въ нѣкоторыхъ случаяхъ производятъ довольно жестокия опустошенія. Ихъ слѣдуетъ раздѣлить на простыя и *заразныя*. Изъ послѣднихъ первое мѣсто должно быть отведено *перелойному* (трипперному) зараженію. Заразиться можно различными путями: пальцемъ, къ которому незамѣтно прилипли частицы перелойнаго гноя, тряпкой или полотенцемъ, которымъ до того вытирался зараженный больной или которымъ вытирали зараженные руки, и т. д. Очень часто заражается новорожденный во время прохожденія черезъ зараженные родовые пути матери. Въ общемъ, послѣдній видъ гнойнаго зараженія глазъ долженъ быть признанъ наименѣе опаснымъ, особенно, если немедленно было примѣнено промываніе слабымъ растворомъ ляписа. У взрослога же перелойное зараженіе глаза должно, наоборотъ, быть признано *чрезвычайно опаснымъ*. Какъ только явилось малѣйшее подозрѣніе на такого рода зараженіе, слѣдуетъ, не теряя ни одной минуты, обратиться къ врачу. Въ противномъ случаѣ въ самое короткое время можно безвозвратно потерять глазъ. Въ случаѣ зараженія одного глаза, всѣми мѣрами слѣдуетъ заботиться о спасеніи второго. Заразительной глазной болѣзнью слѣдуетъ также признать *трахому* (см.), свирѣпствующую съ такимъ постоянствомъ въ нашей арміи.

Не всѣ воспалительныя заболѣванія глаза одинаково опасны: все зависитъ отъ того, какой именно органъ глаза воспалился. Если это—вѣко, напр., то въ этомъ почти ничего опаснаго нѣтъ. Если же это, напр., роговая оболочка, то дѣло обстоитъ гораздо хуже, особенно въ томъ случаѣ, если дѣло дошло до образованія нарыва. Въ такомъ случаѣ по выздоровленіи чаще всего остается рубецъ, который въ очень значительной степени стѣсняетъ зрѣніе, образуя особаго рода неправильность преломленія, именуемую *астигматизмомъ* (см.), разсмотрѣнную нами выше. Не менѣе опасны и заболѣванія внутреннихъ средъ глаза, съ одной стороны, потому, что они могутъ распространиться на глазной нервъ и уничтожить этотъ источникъ нашего зрѣнія, съ другой стороны, потому, что могутъ вызвать помутнѣніе названныхъ средъ и такимъ образомъ нарушить правильность нашего зрѣнія.

В. Чрезвычайно часто встрѣчаются въ наше время *неправильности преломленія* глаза. Въ однихъ случаяхъ ось глаза слишкомъ удлинена, и получается *близорукость* (см.); въ другихъ случаяхъ она укорочена, и получается *дальнозоркость* (см.). Кромѣ того, наблюдается *астигматизмъ* и *косо-*

глазіе (см.). Всѣ эти недостатки затрудняютъ работу съ мелкими предметами, а также пользование органомъ зрѣнія на большомъ разстояніи, и оказываютъ болѣе или менѣе рѣзкое вліяніе на все существо человѣка. Орлиный взглядъ, дающій нормальному человѣку возможность однимъ взглядомъ охватить всю окрестность и дѣлающій его въ одинъ мигъ до извѣстной степени господиномъ положенія, почти совершенно отсутствуетъ у близорукаго. Робко и боязливо оглядывается онъ по сторонамъ, не постигая, что вокругъ него творится, и часто вызываетъ въ насъ сожалѣніе. И это уродство также является послѣдствіемъ домашняго и сидячаго образа жизни, работы надъ мелкими предметами и пренебреженія самыми элементарными требованіями нашего организма.

С. Что касается до *третьей* категоріи глазныхъ болѣзней, то онѣ будутъ разсмотрѣны нами при *соответствующихъ* болѣзняхъ.

При **леченіи** глазныхъ болѣзней вниманіе наше должно быть прежде всего направлено на соблюденіе самой педантической *чистоты*. Если и при всѣхъ прочихъ заболѣваніяхъ чистота играетъ главную роль, то значеніе ея при глазныхъ заболѣваніяхъ особенно велико. При поверхностныхъ заболѣваніяхъ глаза можно, за отсутствіемъ врача, лечить глаза тепловатыми промываніями борной кислотой (ложечку на стаканъ теплой воды), а также тепловатыми припарками. Во многихъ случаяхъ требуется для больного глаза абсолютный покой. Съ этой цѣлью помѣщаютъ больного въ *темную комнату*. Во всѣхъ сколько-нибудь серьезныхъ случаяхъ требуются указанія врача. Особенно тщательно слѣдуетъ избѣгать леченія у всевозможныхъ бабокъ. Въ нѣкоторыхъ случаяхъ приемы ихъ бывають довольно разумны и цѣлесообразны. Въ другихъ случаяхъ онѣ, однако, способны значительно ухудшить состояніе глаза или даже привить страшную болѣзнь, какъ это неоднократно уже наблюдалось при вылизываніи языкомъ инородныхъ сориннокъ, попавшихъ въ глазъ, причемъ прививался сифилисъ.

Пороки преломленія глаза въ большинствѣ случаевъ не поддаются леченію. Тѣмъ не менѣе, при помощи правильно подобранныхъ **очковъ** (см.), ихъ удается въ значительной степени *исправить*.

Главнѣйшія и наиболѣе распространенныя глазныя заболѣванія нами будутъ разсмотрѣны въ отдѣльности въ соответствующихъ мѣстахъ.

**Глазныя ванны** дѣлаются слѣдующимъ образомъ. Въ наполненный наполовину сосудъ съ чистой водой погружаютъ,

смотря по надобности, ту или другую половину лица, какъ это изображено у насъ на рис. 192.

**Глауберова соль**, см. „Соль—глауберова“.

**Глистами** называютъ паразитовъ, которые живутъ въ кишечномъ каналѣ человѣка и передаются ему различными животными. О нѣкоторыхъ изъ нихъ у насъ уже упоминалось въ I части, въ главѣ „**Наши пищевыя средства**“ (стр. 90). Глисты дѣлятся на плоскія и круглыя. Къ первымъ относятся ленточная глиста „**солитеръ**“ (см.). Ко вторымъ—аскариды и **острицы** (см.). Иногда глисты въ теченіе очень продолжительнаго времени остаются къ кишечникѣ, не вызывая

никакихъ разстройствъ. Въ другихъ случаяхъ присутствіе ихъ проявляется очень скоро опредѣленными признаками. Въ болѣе легкихъ случаяхъ появляется измѣнчивость и причудливость аппетита: больные ѣдятъ то очень много, то слишкомъ мало. Появляется отрыжка, тошнота, въ нѣкоторыхъ случаяхъ рвота. Въ другихъ случаяхъ появляю-



Рис. 192. Глазная ванна.

ся колики, запоры или поносы. Иногда носъ начинаетъ упорно чесаться. Во снѣ больные скрежещутъ зубами. Иногда признаки бываютъ гораздо болѣе грозными: наблюдаются обмороки, судороги и даже припадки, напоминающіе падучую. Болѣе или менѣе упорное *малокровіе* является почти неизбѣжнымъ послѣдствіемъ пребыванія въ тѣлѣ глистовъ. При малѣйшемъ сомнѣніи слѣдуетъ обратиться за выясненіемъ сомнѣній къ врачу. Очень часто больные находятъ въ испражненіяхъ *членики* отходящихъ глистовъ. По виду такого членика врачъ сразу узнаетъ, съ какой именно глистой приходится въ данномъ случаѣ имѣть дѣло и къ какому именно глистогонному средству слѣдуетъ прибѣгнуть. Въ другихъ

случаяхъ членики, хотя и не отходятъ, но появленіе ихъ возможно бываетъ вызвать назначеніемъ слабительнаго. Иногда для этого достаточно бываетъ ложки кастороваго масла. Во всякомъ случаѣ, въ испраженіяхъ находятся обыкновенно яйца глистовъ, которыя не трудно бываетъ распознать въ микроскопъ.

Въ томъ случаѣ, когда развивается болѣе или менѣе упорное малокровіе, которое ничѣмъ инымъ нельзя объяснить, слѣдуетъ подумать о возможномъ присутствіи глистовъ. Вмѣстѣ съ тѣмъ никогда не слѣдуетъ принимать никакихъ глистогонныхъ средствъ до тѣхъ поръ, пока въ присутствіи глистовъ не удостоверились тѣмъ или инымъ путемъ. Глистогонныя средства никоимъ образомъ нельзя причислить къ безобиднымъ, и неумѣстнымъ примѣненіемъ ихъ можно нанести значительный вредъ больной.



Рис. 193.

Вѣтер со слуховой трубкой.

зываетъ на заболѣваніе *звукпроводящаго* прибора. Полная глухота чаще бываетъ врожденной. Въ такомъ случаѣ она влечетъ за собой и *нѣмоту*, такъ какъ ребенокъ, не слыша звуковъ, не въ состояніи и воспроизводить ихъ. Такихъ дѣтей всего лучше опредѣлить въ специальный институтъ для глухонѣмыхъ, въ которомъ они получаютъ довольно полное образованіе.

Въ противоположность полной, *относительная* глухота въ нѣкоторыхъ случаяхъ оказывается излечимой, если только не разрушены какія-либо важныя части уха. Причина такой глухоты можетъ заключаться какъ въ наружномъ ухѣ, такъ и въ барабанной оболочкѣ и среднемъ ухѣ. Она часто бываетъ послѣдствіемъ воспаленія и нагноенія средняго уха. По мѣрѣ того, какъ надвигается старость, слухъ становится обыкновенно болѣе тугимъ. Зависитъ это отчасти отъ пере-

Глухота можетъ быть *полной*, когда больной совершенно утратилъ способность слышать какіе-либо звуки, или же *относительной*, въ каковомъ случаѣ онъ сохранилъ способность слышать только тѣ звуки, которые произносятся громко или вполне явственно. Полная глухота представляетъ собой результатъ заболѣванія *звуквоспринимающаго* прибора уха. Относительная же глухота указы-

рожденія слуховыхъ нервовъ, отчасти же отъ обызвестленія слуховыхъ косточекъ (въ среднемъ ухѣ). Нерѣдко также тугость слуха находится въ зависимости отъ скопленія въ ушахъ въ значительномъ количествѣ *стыры*. Такого рода ушныя пробки очень опасно *выковыривать*, какъ это нѣкоторые любятъ дѣлать, такъ какъ при этомъ немудрено повредить и барабанную перепонку. Гораздо лучше и пріятнѣе удалить ушныя пробки посредствомъ промыванія уха теплой водой. На рис. 193 мы приводимъ изображеніе слуховой трубки, очень искусно скрытой въ вѣрѣ. Такой трубкой можно пользоваться въ обществѣ, не рискуя обратить на себя особеннаго вниманія.

**Гной** можетъ образоваться въ организмѣ только при условіи *зараженія* его извнѣ бактеріями. Гной представляетъ собой желтоватаго цвѣта жидкость довольно сложнаго состава. Больше всего заключается въ немъ бѣлыхъ кровяныхъ шариковъ. Кромѣ того, имѣются и красные шарики, а также остатки распавшихся тканей. Гной составляетъ совершенно инородное тѣло для организма, который всѣми силами старается отъ него избавиться. Усилію въ этомъ направленіи организма непремѣнно слѣдуетъ приходить на помощь. Въ противномъ случаѣ могутъ произойти значительныя осложненія. Гной вызываетъ лихорадку, а также можетъ быть перенесенъ въ какой-либо иной органъ, который онъ и заразить. Во всѣхъ случаяхъ, гдѣ это только представляется возможнымъ, слѣдуетъ какъ можно скорѣе позаботиться о томъ, чтобы *освободиться* отъ скопленія гноя посредствомъ операции: прокола, высасыванія и пр. Операция эта далеко не такъ болѣзненна, какъ это себѣ нѣкоторые представляютъ, и вмѣстѣ съ тѣмъ она доставляетъ организму быстрое и значительное облегченіе. См. также по этому вопросу „**Воспаленіе**“.

**Гноекровіе** проявляется вслѣдствіе зараженія гноемъ крови, которая его разноситъ затѣмъ по всему организму. Она обязана своимъ происхожденіемъ специальнымъ микробамъ. Наступленіе этой лихорадки даетъ себя знать потрясающимъ ознобомъ и рѣзкимъ повышеніемъ температуры, которая можетъ достигнуть очень высокихъ предѣловъ. Ходъ температуры отличается скачками; ознобы начинаютъ повторяться все чаще и чаще и черезъ нѣкоторое время больной можетъ скончаться отъ истощенія и общаго гнойнаго зараженія. Въ прежнія времена, и даже всего нѣсколько десятилѣтій тому назадъ, жертвы гнойной лихорадки насчитывались тысячами среди роженицъ. Отъ нея же умирало и большинство раненыхъ въ военное время. Въ настоящее время гнойная лихорадка, послѣ открытій Пастѣра и Ли-

стера, съ примѣненіемъ **антисептики** и **асептики** (см.), стала гораздо болѣе рѣдкимъ явленіемъ. Наблюдается она еще, впрочемъ, довольно часто въ деревняхъ, гдѣ бывають настоящія *эпидеміи* родильной горячки, вслѣдствіе зараженія роженицъ какой-нибудь грязной повитухой, которая передаетъ заразу отъ одной роженицы къ другой.

— **Леченіе** сводится, главнымъ образомъ, къ поддержанію силъ организма и прежде всего сердечной дѣятельности и дѣятельности почекъ. Въ послѣдніе годы стали примѣнять— и съ большихъ успѣхомъ—специфическую сыворотку.

**Головная боль** представляетъ собой чрезвычайно распространенное страданіе, которое встрѣчается, можно сказать, во всякомъ возрастѣ. Причины ея бывають самыя разнообразныя. Въ нѣкоторыхъ случаяхъ причиной головной боли бываетъ малокровіе, въ другихъ—приливъ крови къ головѣ. Въ томъ случаѣ, когда наблюдается улучшение при горизонтальномъ положеніи и лицо имѣетъ блѣдный цвѣтъ, имѣется, всего вѣроятнѣе, *малокровіе*. Если же, наоборотъ, боль облегчается при сидѣніи, при прикладываніи влажныхъ компрессовъ и притомъ стучить въ вискахъ, она зависитъ отъ прилива къ головѣ. Головная боль встрѣчается при мозговыхъ опухоляхъ, при лихорадочныхъ болѣзняхъ, при страданіяхъ желудка и кишекъ, при нѣкоторыхъ женскихъ болѣзняхъ, блѣдной немочи и т. д.

— **Леченіе** сводится, главнымъ образомъ, къ *привлеченію* крови къ мозгу въ томъ случаѣ, когда головная боль зависитъ отъ малокровія, и къ *отвлеченію* крови, когда боль зависитъ отъ приливовъ къ головѣ. Сообразно этому мы должны прибѣгать то къ холоднымъ компрессамъ, то къ теплымъ. Въ первомъ случаѣ необходимо держать голову высоко; въ другомъ—требуется, чтобы она лежала низко. вмѣстѣ съ тѣмъ самое серьезное вниманіе должно быть обращено и на образъ жизни больной. Всего строже слѣдуетъ слѣдить за правильнымъ питаніемъ и за чистотой воздуха. Особенно благотворно дѣйствуетъ во многихъ случаяхъ не особенно утомительный трудъ на открытомъ воздухѣ, особенно же въ саду или полѣ.

**Головная водянка.** Различають *врожденную* и *благоприобрѣтенную* головную водянку. Въ первомъ случаѣ дѣти являються на свѣтъ Божій съ чрезмѣрно большой головой, причемъ лицо равномерно сдавливается со всѣхъ сторонъ нависшимъ лбомъ. Головная водянка, сопровождающаяся лихорадкой, является въ большинствѣ случаевъ послѣдствіемъ бугорчатого воспаленія мозговыхъ оболочекъ. Исходъ острой головной водянки бываетъ большей частью смертельный. Происхожденіе этой болѣзни еще недостаточно выяснено.

Предполагають, что при врожденной водянкѣ имѣетъ вліяніе преклонный возрастъ отца, заболѣваніе его сифилисомъ и пр. Что же касается до воспаленій мозговыхъ оболочекъ, то они наблюдаются при заразныхъ болѣзняхъ и обусловливаются тѣми же микробами, которые вызвали и основную болѣзнь; всего же чаще — коховской палочкой. Головная водянка представляетъ собой очень тяжелое страданіе, въ борьбѣ съ которымъ мы очень часто вынуждены бываемъ признать себя бессильными. Примѣняютъ холодныя ванны, втиранія ртутной мази, средства, отвлекающія кровь отъ головы, ванны и пр.

**Голоданіе** различаютъ *острое* и *хроническое*. Въ общемъ слѣдуетъ признать, что человѣкъ оказываетъ довольно сильное сопротивленіе полному голоданію, если только организмъ не лишень въ то же время воды, такъ какъ въ такомъ случаѣ сопротивляемость его въ значительной степени падаетъ, какъ мы уже имѣли случай указать на это въ I части настоящаго сочиненія, въ главѣ „Голодь и жажда“ (стр. 69). Человѣкъ можетъ оставаться безъ пищи нѣсколько недѣль подрядъ. Само собой разумѣется, что, если бы кому-либо изъ нашихъ читателей пришлось имѣть дѣло съ человѣкомъ, который въ теченіе продолжительнаго времени не ѣлъ, то онѣ подумали бы о томъ, что ему не слѣдуетъ давать сразу обычной пищи, такъ какъ желудокъ его совершенно отвыкъ варить. Слѣдуетъ начать непременно съ *жидкой* пищи и только *постепенно* переходить къ твердой. Въ то же время слѣдуетъ тщательно отогрѣвать больного, температура котораго обыкновенно бываетъ понижена. Въ общемъ, голоданіе встрѣчается въ жизни не часто, и сложилась даже поговорка, что „отъ голода на Руси еще никто не помиралъ“. Но, если никто не умеръ отъ *остраго* голоданія, то нельзя, къ сожалѣнію, сомнѣваться въ томъ, что очень многіе сильно страдаютъ отъ *хроническаго* голоданія. Какъ мы уже указывали выше, организмъ нашъ можетъ развиваться совершенно правильно только въ томъ случаѣ, когда онъ получаетъ въ надлежащемъ количествѣ и въ надлежащей пропорціи всѣ главнѣйшія пищевыя вещества. Между тѣмъ, этого-то и не наблюдается нерѣдко въ очень широкихъ кругахъ нашего населенія, особенно въ тѣхъ случаяхъ, когда данную мѣстность посѣщаетъ „недородъ“

Если человѣкъ подвергается хроническому недоѣданію въ теченіе болѣе или менѣе продолжительнаго времени, то это отражается на немъ самымъ пагубнымъ образомъ. Страдаютъ при этомъ всѣ функціи организма: какъ физическія, такъ и духовныя. Вліяніе хроническаго недоѣданія мы мо-

жемъ видѣть и на цѣлыхъ народностяхъ, напр., на ирландцахъ, а также и на нашихъ бѣлоруссахъ. Хроническое голоданіе ведетъ медленно, но вѣрно, къ *вырожденію*. Это сказывается отчасти и на нашей странѣ, хотя бы тѣмъ твердо установленнымъ фактомъ, что ростъ новобранцевъ у насъ постепенно понижается и что вообще количество лицъ, годныхъ къ военной службѣ, непрерывно уменьшается.

Въ частной жизни слѣдуетъ обратить особенное вниманіе на частичное голоданіе *у дѣтей*, у которыхъ иногда не хватаетъ въ пищѣ тѣхъ или иныхъ пищевыхъ веществъ, напр., минеральныхъ, что служитъ отчасти причиной рахита и другихъ заболѣваній. Очень вредно вліяетъ и недостаточное содержаніе въ пищѣ азотистыхъ веществъ.

Бываютъ болѣзни, при которыхъ больные умираютъ медленной смертью отъ голода. Это наблюдается, напр., при нѣкоторыхъ болѣзняхъ пищевода и желудка (ракъ, напр.) и пр. Въ такихъ случаяхъ больныхъ питаютъ, поскольку то возможно, черезъ задній проходъ при помощи „питательныхъ клизмъ“ (см.).

**Голодный тифъ**, см. „Сыпной тифъ“.

**Гомеопатія.** Гомеопатическое ученіе ведетъ свое начало отъ Ганемана. Главныя его основы состоятъ въ томъ, что каждую болѣзнь слѣдуетъ лечить не веществами, вызывающими противоположное дѣйствіе, какъ то является почти общимъ правиломъ въ аллопатіи, т. е. научной медицинѣ, но веществами, которыя вызываютъ *однородное* дѣйствіе. Помимо того, всѣ лекарства употребляются чрезвычайно разведенными. Если кто-либо страдаетъ, напр., лихорадкой, то слѣдуетъ давать вещество, которое, въ свою очередь, способно вызвать лихорадку: при поносѣ—даютъ слабительныя и пр. Другая особенность гомеопатіи заключается въ томъ, что лекарственныя вещества даются больнымъ въ „гомеопатическихъ“, т. е. совершенно микроскопическихъ дозахъ, которыя едва ли способны произвести какое бы то ни было дѣйствіе на организмъ. Гомеопатія не руководится ни однимъ изъ тѣхъ принциповъ, на которыхъ зиждется *научная медицина*.

**Горбъ.** Всѣмъ извѣстно, что такое горбъ. Иное дѣло—его происхожденіе. Происхожденіе горба бываетъ двоякимъ. Въ однихъ случаяхъ причиной его является *англійская болѣзнь*, которая, въ числѣ прочихъ уродствъ, производитъ часто и горбы. Въ другихъ случаяхъ горбъ обязанъ своимъ происхожденіемъ *бугорчаткѣ позвоночника*, или такъ-называемой „потовой болѣзни“. При потовой болѣзни можетъ случиться, что разъяденный бугорчаткой позвонокъ подъ





Рис. 1. Носовой душъ



Рис. 2. Накладываніе компресса на животъ

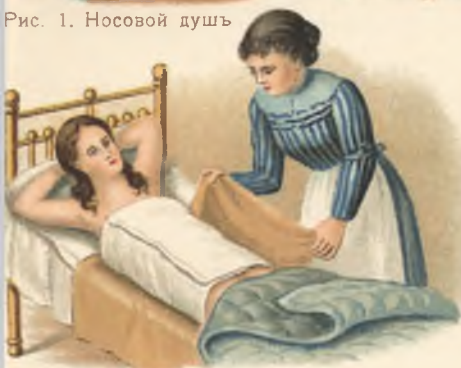


Рис. 3. Обертываніе туловища  
(не вполнѣ законченное)



Рис. 4. Обертываніе туловища  
(совершенно законченное)



Рис. 5. Обертываніе головы



Рис. 6. Наложеніе Т-образной повязки



Рис. 7. Обертываніе ногъ



Рис. 8. Паровая ванна въ постели  
(больная еще не покрыта одеяломъ)



Рис. 9. Обертываніе икръ

вліяніемъ какого-либо усилія сплюсцивается, и сразу образуется очень рѣзкое искривленіе позвоночника \*)).

Нетрудно понять, что второго рода горбъ гораздо опаснѣе перваго. Во всякомъ случаѣ горбъ, какого бы происхожденія онъ ни былъ, всегда является уродствомъ и большимъ несчастіемъ, особенно для дѣвушекъ. Горбъ въ большинствѣ случаевъ вызываетъ очень большенныя разстройства въ организмѣ, такъ какъ стѣняетъ отправления главнѣйшихъ органовъ: легкихъ и сердца.

= **Лечить горбъ**—задача очень трудная. Замѣтить же появленіе его во-время и тотчасъ же принять соответствующія мѣры, которыя въ большинствѣ случаевъ увѣнчиваются полнымъ успѣхомъ, очень легко. Для этого каждая мать должна поставить себѣ за правило—какъ можно чаще осматривать своихъ дѣтей совершенно *юлыми*. Не слѣдуетъ однако же думать, будто горбъ во *всѣхъ* случаяхъ представляетъ собой страданіе неизлечимое. Въ нѣкоторыхъ случаяхъ разумной гимнастикой, массажемъ, ортопедіей (корсетъ и пр.) можно достигнуть довольно удовлетворительныхъ результатовъ.

**Горла—изслѣдованіе.** Нѣтъ той матери, которой не приходилось бы десятки разъ тревожиться за состояніе горла у ребенка. И дѣйствительно, нѣтъ у дѣтей органа болѣе чувствительнаго, чѣмъ горло. Часто ребенокъ страдаетъ маленькой и безобидной **ангиной** (см.); между тѣмъ встревоженные родители боятся дифтерита и не всегда и не всюду можно имѣть къ своимъ услугамъ врача, чтобы разрѣшить мучительное сомнѣніе. Было бы поэтому весьма желательно, чтобы *каждая мать* научилась осматривать горло у своихъ дѣтей. Достичь этого не особенно трудно, какъ это показывается и рисункомъ.

Еще легче научиться этому, если нѣсколько разъ внимательно прослѣдить, какимъ образомъ это дѣлаетъ врачъ. Днемъ близъ окна, вечеромъ при свѣчѣ, которую держать



Рис. 194. Бугорчатна позвоночника (поттова болѣзнь), послѣдствіемъ которой явился горбъ.



Рис. 195. То же самое. — Позвоночникъ надломился.

\*) См. «Общераспространенныя болѣзни»—«Англійская болѣзнь (рахить), а также мою ст. «Новый способъ леченія поттовой болѣзни по методу Calot», «Образованіе», 1897.

въ лѣвой рукѣ и свѣтъ которой стараются направить на заднюю стѣнку горла, ложечкой, которую держать въ правой рукѣ, слегка прижимаютъ языкъ ребенку. Такъ какъ ребенокъ, особенно малый, инстинктивно старается отдернуть голову назадъ, желательнo, чтобы кто-либо неподвижно придерживалъ голову сзади. Въ то время, какъ осматриваютъ горло, велѣть ребенку произносить звукъ „а“ или „и“. Въ такомъ случаѣ языкъ прижимается книзу, язычекъ приподымается такъ же, какъ и гортань, вверху и получается вслѣдствіе этого возможность довольно подробно осмотрѣть раз-



Рис. 196. Изслѣдованіе горла.

личныя части глотки, а главное, убѣдиться въ присутствіи или отсутствіи страшныхъ сѣроватыхъ дифтеритныхъ налетовъ. При нѣкоторомъ упражненіи осматриванію горла научиться не трудно.

**Гортани—болѣзни.** Наиболѣе частымъ, но вмѣстѣ съ тѣмъ и наиболѣе легкимъ заболѣваніемъ слѣдуетъ считать катарральное воспаленіе. На ряду съ нимъ наблюдаются и гораздо болѣе тяжкія заболѣванія, какъ то: бугорчатка гортани (горловая чухотка), ракъ, опухоли и пр. **Леченіе** болѣзней гортани требуетъ особенной осторожности, въ виду чрезвычайной деликатности этого органа. Ближайшими признаками заболѣванія гортани являются: охриплость, потеря голоса, боль при надавливаніи и глотаніи, короткій и сухой „лающий“ кашель и отдѣленіе мокроты. При помощи особаго зеркала, именуемаго **ларингоскопомъ** (см.), врачи имѣютъ возможность *непосредственно* осматривать гортань и даже *лечить* ее подъ контролемъ того же гортаннаго зеркала, которое даетъ возможность наносить тоненькой кисточкой лекарство именно на больное мѣсто гортани (голосовыя связки, хрящи и проч.). Леченіе находится въ зависимости отъ страданія. Въ случаѣ катарральнаго воспаленія слѣдуетъ прибѣгнуть къ горячимъ напиткамъ на ночь, а также отвлекающимъ и согревающимъ компрессамъ на шею; снаружи смазываютъ горло іодомъ. Полный *покой* больного органа въ смыслѣ разговора, а тѣмъ болѣе крика или пѣнія, подразумѣвается самъ собой. Въ нѣкоторыхъ безнадежныхъ случаяхъ приходится прибѣгнуть къ удаленію гортани, операциі довольно тяжелой. Гораздо чаще приходится прибѣгать къ горлосѣченію или **трахеотоміи** (см.).

Горькая соль представляетъ собой *сѣрнокислую магнезію*.

Соль эта содержится въ большемъ или меньшемъ количествѣ почти во всѣхъ слабительныхъ водахъ. Нѣкоторыя пьютъ такія воды въ теченіе довольно продолжительнаго времени, чтобы подѣйствовать на хроническіе запоры, чего никакъ рекомендовать нельзя. Дѣло въ томъ, что желудокъ и кишечникъ нашъ довольно скоро привыкаютъ къ дѣйствию слабительныхъ водъ, которыя поэтому черезъ нѣкоторое время совершенно утрачиваютъ свое вліяніе. Употреблять ихъ можно поэтому *время отъ времени*, преимущественно въ тѣхъ случаяхъ, когда толстымъ кишкамъ трудно бываетъ освободиться отъ скопившихся въ нихъ каловыхъ массъ. Если же **запоръ** (см.) принялъ болѣе хроническое теченіе, то слѣдуетъ внимательно поискать причину и принять всѣ мѣры къ устраненію ея. Въ заслугу слабительнымъ водамъ ставятъ то, что онѣ не вызываютъ ни болей, ни раздраженія. Это относится, однако, только къ *здоровымъ*, но никакъ не къ больнымъ желудкамъ.

**Горькій миндаль.** Горькій миндаль употребляется довольно часто въ кулинарномъ искусствѣ. Вкусъ его извѣстенъ рѣшительно всѣмъ хозяйкамъ. Обусловливается особенный вкусъ горькаго миндаля содержащейся въ немъ **синильной кислотой** (см.), представляющей собой одинъ изъ наиболѣе сильныхъ ядовъ, какіе намъ только извѣстны въ настоящее время. Эта же кислота содержится и въ вишневыхъ косточкахъ и обусловливаетъ своимъ присутствіемъ особенный вкусъ *кирша*. Синильная кислота употребляется также въ медицинѣ въ видѣ *лавровишневыхъ капель и воды горькихъ миндалей*. Какъ въ томъ, такъ и въ другомъ веществѣ синильная кислота разбавлена въ 1.000 разъ. Даются тѣ и другія по 10—20 капель.

**Горчица.** Какъ о пищевой приправѣ, мы говорили о горчицѣ въ I части настоящаго сочиненія, въ главѣ „**Приности**“ (стр. 132). Здѣсь мы будемъ разсматривать ее, съ лекарственной точки зрѣнія. Горчица представляетъ собой одно изъ наиболѣе употребительныхъ и вмѣстѣ съ тѣмъ одно изъ наиболѣе дѣйствительныхъ *отвлекающихъ* средствъ. Употребляютъ ее или въ видѣ совершенно готоваго *горчичника* (всего чаще горчичникъ Риголло), или же приготавливаютъ горчичникъ домашнимъ образомъ. Для дѣтей горчицу непременно слѣдуетъ разбавлять мукой, и въ тѣмъ большемъ количествѣ, чѣмъ ребенокъ моложе. Употребляютъ горчицу и въ ваннахъ, примѣшивая ее въ большемъ или меньшемъ количествѣ къ водѣ. Горчичная ванна является однимъ изъ очень дѣйствительныхъ средствъ для оживленія мнимоумершихъ новорожденныхъ. Какъ приправу или какъ лекарственное сред-

ство, горчицу слѣдуетъ употреблять съ особенной осторожностью у тѣхъ лицъ, у которыхъ почки не въ порядкѣ, такъ какъ раздражающее вещество, сообщающее главнѣйшія особенности горчицѣ, выдѣляется именно почками.

**Горячая припарка.** Такого рода припарка имѣетъ назначеніемъ какъ можно дольше согрѣвать больное мѣсто. При ея посредствѣ дѣль достигается гораздо быстрѣе и вѣрнѣе, чѣмъ при помощи согрѣвающихъ компрессовъ. Для горячихъ припарокъ употребляютъ различныя мучнистыя вещества, въ виду того, что они очень хорошо сохраняютъ теплоу. Употребляютъ овсяную крупу, хлѣбъ съ молокомъ, всего же чаще *льняное сѣмя*. Вещества эти распариваютъ въ горячей водѣ и, когда они достаточно набухнутъ, кладутъ ихъ въ мѣшочки, которые и прикладываютъ къ больному мѣсту. Горячія припарки не только облегчаютъ страданіе и боль, но способствуютъ также и созрѣванію нарывовъ, а потому онѣ находятъ себѣ частое примѣненіе у особъ, которые боятся хирургическаго ножа. Примѣняютъ ихъ также съ большимъ успѣхомъ при флюсѣ.

**Горячіе ключи** бьютъ фонтаномъ изъ-подъ земли, въ которой они находятся на болѣе или менѣе значительной глубинѣ. Температура ихъ всегда выше температуры воздуха. Въ нѣкоторыхъ случаяхъ она бываетъ выше и температуры *крови*. Вода такихъ ключей дѣйствуетъ растворяющимъ, размягчающимъ и *возбуждающимъ* образомъ. Они бывають показаны при подагрѣ, ревматизмѣ, выпотахъ и пр. Вода изъ тѣхъ горячихъ ключей, температура которыхъ *ниже* температуры крови, имѣетъ, преимущественно, *успокоительное* дѣйствіе и находитъ себѣ часто показаніе при состояніяхъ общаго возбужденія. См. также „*Источники—минеральные*“.

**Горячка.** Подъ этимъ названіемъ публика разумѣетъ различныя болѣзни, сопровождающіяся сильной лихорадкой. Народъ же понимаетъ подъ этимъ названіемъ преимущественно, *брюшной тифъ* (см.).

**Горячка—бѣлая** (*Delirium tremens*). Тѣ лица, которые принимаютъ спиртные напитки, хотя и небольшими количествами, но очень часто (ежедневно), рано или поздно доводятъ себя до *хроническаго отравленія* алкоголемъ. Что же касается до тѣхъ лицъ, которыя выпиваютъ время отъ времени значительное количество алкоголя или же, употребляя его обыкновенно малыми количествами, выпиваютъ иногда сразу большое количество спиртныхъ напитковъ, то у этихъ лицъ наблюдается нерѣдко *острое отравленіе* алкоголемъ, который переноситъ свое дѣйствіе на мозгъ. Однимъ изъ наиболѣе характерныхъ послѣдствій остраго спиртнаго отравле-

нiя является *бѣлая горячка*. Главными особенностями этого состоянiя слѣдуетъ считать *галлюцинаціи*: человекъ живетъ не дѣйствительностью, но измышленіями своего больного мозга. Большею частью представленія имѣютъ *устрашающій* характеръ. Больному кажется, будто онъ со всѣхъ сторонъ окруженъ врагами, которые покушаются на его жизнь. Онъ страдаетъ очень тяжелой и изнурительной бессонницей. Стоитъ ему хоть на минуту закрыть глаза, и ему начинаютъ представляться кошки, собаки, змѣи, рисуется пожаръ, представляются черти. Подъ вліяніемъ этихъ ложныхъ представленій, человекъ можетъ совершить самый ужасный поступокъ: выброситься изъ окна, убить кого-либо, устроить поджогъ и пр.

Вслѣдствіе этого больного, страдающаго бѣлой горячкой, ни на минуту не слѣдуетъ оставлять одного. У него слѣдуетъ отобрать всѣ орудія, которыми онъ могъ бы нанести вредъ себѣ или другимъ. Когда онъ начинаетъ метаться изъ стороны въ сторону или кидаться на людей, его всего лучше заключить въ комнату, обитую со всѣхъ сторонъ мягкимъ войлокомъ. Къ сожалѣнію, это не всегда выполнимо. Въ такомъ случаѣ на больного надѣваютъ смирительную рубашку съ длинными рукавами, которые завязываются позади. Связывать больного слишкомъ туго, а тѣмъ болѣе вступать съ нимъ безъ *крайней* надобности въ борьбу никогда не слѣдуетъ: это можетъ легко окончиться для больного разрывомъ сердца или же кровоизліяніемъ въ мозгъ.

Въ нѣкоторыхъ случаяхъ бываетъ рискованно лишать бѣлогорячечнаго необходимаго ему напитка-яда — спирта (можетъ ослабить сердце или же появиться слишкомъ острое возбужденіе): тогда ему его даютъ небольшими количествами. Въ то же время всѣми силами слѣдуетъ стремиться къ тому, чтобы усыпить больного, хоть на короткое время. Для такого больного сонъ—спасеніе.

См. на раскрашенной таблицѣ № 5 изображеніе алкоголика въ различныхъ возрастахъ. Въ такой мѣрѣ сократилось бы потребленіе спирта, если бы человекъ, начинающій прибѣгать къ алкоголю въ молодые годы, имѣлъ сколько-нибудь живое представленіе о томъ, во что онъ обратится въ зрѣломъ возрастѣ!

**Гостиницы.** Гостиницы составляютъ необходимую принадлежность современной жизни, и, съ оживленіемъ торговыхъ сношеній и улучшеніемъ передвиженія, количество и значеніе ихъ все больше и больше увеличивается. Въ гостиницахъ живутъ въ большихъ городахъ десятки тысячъ народа. Поэтому онѣ должны служить предметомъ особенно тщатель-

наго надзора въ санитарномъ отношеніи. Гостиницы широко раскрываютъ свои двери всѣмъ, — одинаково и здоровымъ и больнымъ. Такимъ путемъ можетъ передаваться не мало разныхъ болѣзней, которыя къ тому же могутъ затѣмъ передаваться проѣзжающими и своимъ семьямъ. Слѣдовало бы требовать, чтобы гостиницы время отъ времени непременно дезинфицировались самымъ основательнымъ образомъ. Особенно строго слѣдуетъ слѣдить за этимъ на **курортахъ** (см.), въ которыхъ проживаютъ почти исключительно больные (особенно же на курортахъ для *грудныхъ* больныхъ). Въ то же время въ интересахъ проѣзжающихъ должно слѣдить за аккуратнымъ и чистымъ содержаніемъ комнатъ, свѣжестью провизіи и пр.

**Грагамовскій хлѣбъ.** См. „Хлѣбъ“ во 2-ой главѣ I части.

**Гранатовая корка** употребляется съ давнихъ поръ противъ *солитера*. Можно приготовить отваръ изъ двухъ унцій корки, который, будучи выпитъ, произведетъ надлежащее дѣйствіе. Въ медицинѣ употребляются болѣе цѣлесообразные препараты. См. „Солитеръ“.

**Гриппъ**, см. „Инфлуэнца“.

**Грудей — болѣзненность.** (См. рис. 29—стр. 68—въ I части). Въ періодъ развитія (14—16 лѣтъ) и во время беременности у нервныхъ и истерическихъ особъ появляются въ молочныхъ железахъ напряженіе и боли. Часто боли эти бываютъ довольно тягостными, но сами по себѣ особеннаго значенія не имѣютъ. Больше всего указываютъ онѣ намъ на тѣсную зависимость, которая существуетъ между маткой и грудями, такъ какъ въ большинствѣ случаевъ на нихъ отражаются только страданія матки. Связью между обоими упомянутыми органами объясняется также, почему у многихъ женщинъ, страдающихъ маточными болѣзнями, появляется во время менструаціоннаго періода болѣзненность грудей, временами даже водянистое истеченіе изъ нихъ, которое, однако, быстро исчезаетъ, какъ только регулы прекращаются, или же когда больная окрѣпла и матка утратила свою болѣзненную возбудимость. Вотъ почему дѣвушки и молодая женщины, страдающія болями въ грудяхъ, должны подумать прежде всего о своемъ *общемъ* состояніи. Что же касается до болей, то всего лучше удается ихъ успокоить при помощи мѣстныхъ теплыхъ компрессовъ, около 35° Ц. Если боли принимаютъ упорный характеръ, то врачебному изслѣдованію остается опредѣлить, не находятся ли онѣ въ зависимости отъ того или иного страданія матки или грудей.

**Грудная водянка.** Жидкость скопляется въ грудной клѣткѣ или вслѣдствіе воспаления легочной плевы (**плеврита**



см.), или же вслѣдствіе ослабленія дѣятельности сердца. Въ первомъ случаѣ водянка представляется чисто *мѣстнымъ* явленіемъ; во второмъ—общимъ. Какъ въ томъ, такъ и въ другомъ случаѣ скопленіе жидкости стѣсняетъ дѣятельность грудныхъ органовъ, т. е. легкихъ и сердца. Когда жидкости скопляется много, страданія больного становятся очень сильными. Одышка усиливается со дня на день. Сердце—въ томъ случаѣ, когда жидкость скопляется налѣво, перемѣщается давленіемъ ея вправо, что иногда грозитъ больному скоростижной смертью. Въ угрожающихъ случаяхъ остается одно: посредствомъ прокола грудной стѣнки выпустить жидкость наружу, что приноситъ больному временное облегченіе и избавляетъ его отъ непосредственно грозящей ему опасности. (См. также „Водянка“).

**Грудной чай** состоитъ изъ различныхъ травъ: проскурняка, лакрицы, мать и мачихи, и пр. Сборъ этотъ обыкновенно продается готовымъ въ аптекахъ и аптечныхъ магазинахъ. Къ отвару этихъ травъ прибавляютъ еще отвара анису и фига. Отваръ изъ этихъ травъ имѣетъ вліяніе на усиленіе выдѣленія мокроты при простудныхъ заболѣваніяхъ (см. „Кашель“). Не менѣе благопріятное дѣйствіе на усиленіе выдѣленія имѣютъ и согрѣвающие, а также теплые компрессы, которые вмѣстѣ съ тѣмъ не портятъ аппетита, что ставятъ въ упрекъ грудному чаю.

**Грыжа.** Въ нормальномъ состояніи внутренности со всѣхъ сторонъ закрыты стѣнками и не имѣютъ возможности выступать наружу изъ полости живота, въ которой онѣ нормально заключены. Случается, однако,—чаще всего вслѣдствіе сильнаго напряженія,—что стѣнка гдѣ-либо разрывается, и тогда нѣкоторая часть внутренностей—преимущественно, кишекъ—выступаетъ изъ полости живота. Всего чаще наблюдаются *пупочная* грыжа — у мужчинъ, *бедренная* — у женщинъ и *пупочная* — у дѣтей. Въ указанныхъ мѣстахъ брюшная стѣнка не особенно плотно прилегаетъ къ сосѣднимъ частямъ. Вслѣдствіе этого при сильномъ напряженіи (подъемъ большихъ тяжестей, сильномъ крикѣ, кашлѣ, напряженіи во время родовъ и пр.),—въ одномъ изъ указанныхъ мѣстъ всего чаще и появляется грыжа. *Опасность* грыжи состоитъ въ томъ, что она во всякую минуту, и притомъ совершенно неожиданно, можетъ *ущемиться*.

Для того, чтобы понять, въ чемъ заключается ущемленіе грыжи, необходимы нѣкоторыя поясненія. Въ каждой грыжѣ различаютъ *тѣло* грыжи, т. е. кишки, которыя выступили изъ брюшной полости; *грыжевую шейку*, въ томъ мѣстѣ, гдѣ выступившія кишки плотно охватываются отвер-



стиемъ въ брюшной стѣнкѣ, и грыжевыя *ворота*, которыя образуются этимъ самымъ кольцомъ. Послѣ этихъ объясненій намъ не трудно будетъ понять, въ чемъ заключается *опасность* каждой грыжи. Опасность заключается въ томъ, сказали мы, что грыжа во всякую минуту, и притомъ совершенно неожиданно, можетъ *ущемиться*, что означаетъ слѣдующее. Пока въ кишкахъ, которыя выступили изъ брюшной стѣнки и которыя заключены въ грыжевомъ мѣшкѣ, совершается тотъ же процессъ передвиженія пищевыхъ веществъ, что и въ остальныхъ кишкахъ, заключенныхъ въ брюшной стѣнкѣ, до тѣхъ поръ, пока онѣ правильно орошаются кровью, особенной опасности не существуетъ. Если теперь по какимъ-либо причинамъ грыжевая шейка сожмется (спазмодически, наир.), то пищевые вещества не могутъ больше передвигаться дальше и застаиваются въ верхнемъ отдѣлѣ кишки, что вызываетъ черезъ короткое время очень тягостныя явленія. Съ другой стороны, прекращается вслѣдствіе той же причины и орошеніе ущемленныхъ кишечныхъ петель кровью, вслѣдствіе чего онѣ *омертвѣваютъ*. Само собою разумѣется, что указанныя явленія грозятъ самыми серьезными опасностями, и ущемленіе грыжи можетъ свести больного въ могилу въ очень короткое время. Поэтому неотложно должны быть при ущемленіи грыжи приняты всѣ мѣры къ немедленному *выправленію* ея.

**Вправление** состоитъ въ томъ, что соответствующими приемами стараются *выправить* — водворить выступившія изъ брюшной полости кишки на ихъ прежнее — нормальное мѣсто, т. е. въ полость живота. Дѣлать это слѣдуетъ чрезвычайно осторожно и при томъ до того, какъ грыжа успѣла омертвѣть. Скажемъ тутъ же, что, вопреки мнѣнію публики, особенную опасность въ смыслѣ ущемленія представляютъ именно *маленькія* грыжи, которыя иногда бываютъ почти незамѣтны, такъ какъ именно эти грыжи всего легче и ущемляются. Что же касается до тѣхъ грыжъ, которыя достигаютъ почти невѣроятныхъ размѣровъ (больше дѣтской головки и пр.), которыя мы наблюдаемъ преимущественно у стариковъ, то онѣ настолько



Рис. 197. Грыжевая повязка. (Давящая подушка и завязанный узломъ бинтъ).

же безобидны по существу, сколь страшны по наружности.

Для того, чтобы грыжу было легче выправить, часто не-

обходимо бываетъ размягчить, расслабить грыжевую шейку, ущемившую грыжу. Съ этой цѣлью накладываютъ тепловатые компрессы, сажаютъ больного въ теплую ванну и пр. Въ нѣкоторыхъ случаяхъ бываетъ необходимо прибѣгнуть къ хлороформированію больного, чтобы ослабить напряженіе брюшныхъ стѣнокъ, которое оказываетъ столь сильное сопротивленіе вправленію грыжи. Какъ только грыжа вправлена, слѣдуетъ позаботиться о томъ, чтобы липши кишки возможности вновь вступить въ грыжевую мѣшокъ. Всего лучше цѣль эта достигается при помощи *бандажа*. Простѣйшая форма подобнаго бандажа изображена нами на рис. 197.

Первымъ условіемъ хорошаго бандажа является надлежащее давленіе, оказываемое небольшою подушечкой на грыжу. Подушечка эта препятствуетъ выступленію кишокъ наружу.

Само собою разумѣется, что больному съ грыжей возбраняются сколько-нибудь рѣзкія движенія, особенно такого рода, при которыхъ требуется напряженіе брюшныхъ стѣнокъ. Такимъ образомъ ему слѣдуетъ тщательно избѣгать быстрой ходьбы, бѣга, всего же болѣе крика и подыманія тяжестей. Если это условіе не соблюдено, то грыжа очень легко можетъ появиться вновь.

Примитивный бандажъ, въ родѣ того, какой нами былъ изображенъ на предыдущемъ рисункѣ, можетъ имѣть, однако, только *временное* значеніе, и какъ можно скорѣе долженъ быть замѣненъ постояннымъ. Постоянный бандажъ долженъ быть строго приуроченъ къ объемамъ, формѣ и мѣстоположенію грыжи; долженъ поэтому въ каждомъ отдѣльномъ случаѣ дѣлаться по мѣрѣ. Грыжевой бандажъ только въ томъ случаѣ можетъ считаться воицѣ достигавшимъ

цѣли, когда и при сильномъ напряженіи брюшныхъ стѣнокъ, напр., при усиленномъ кашлѣ, кишки не выступаютъ изъ брюшной полости. Двусторонніе бандажи для обоюдосторонней бедренной и паховой грыжи и изображены нами на рис. 198 и 199.



Рис. 198. Бандажъ для обоюдосторонней бедренной грыжи.



Рис. 199. Эластическій бандажъ для обоюдосторонней паховой грыжи.

Вандажа не слѣдуетъ носить постоянно: на ночь его предпочтительнѣе снимать. Въ нѣкоторыхъ случаяхъ замѣчается, что отверстія грыжи склеиваются — срастаются, и тогда грыжа исчезаетъ. Въ такомъ случаѣ и ношеніе бандажа становится, очевидно, излишнимъ. Одновременно слѣдуетъ стремиться къ укрѣпленію брюшныхъ стѣнокъ, что также дѣйствуетъ сдерживающимъ образомъ на грыжу, усиливая сопротивляемость мышечной ткани, заложенной въ брюшныхъ стѣнкахъ. Съ этой цѣлью рекомендуются различныя гимнастическія упражненія, какъ то:



Рис. 200. Сгибаніе туловища.

вытягиваніе ногъ въ сторону и назадъ; сгибаніе и разгибаніе туловища, какъ это изображено нами на рис. 200 и 201; сгибаніе и разгибаніе колѣнъ при извѣстномъ сопротивленіи, какъ это изображено у насъ на рисункѣ, приложенномъ къ статьѣ: „Параличъ мочевого пузыря“ (см.). Всѣ эти упражненія значительно содѣйствуютъ укрѣпленію брюшныхъ стѣнокъ.

Въ заключеніе настоящей статьи скажемъ слѣдующее. Если грыжа появилась у человѣка молодого, который вы-

нужденъ заниматься физическимъ трудомъ или который—по натурѣ своей—вообще привыкъ къ болѣе или менѣе быстрымъ и сильнымъ тѣлодвиженіямъ, то для него было бы слишкомъ тяжелымъ лишеніемъ каждую минуту своей жизни думать о томъ, чтобы сдерживать себя. Въ такихъ случаяхъ—особенно, если грыжа *не велика* (ущемленіе!), мы рекомендуемъ операцію, которая сводится къ тому, что кишки вправляются, отверстие же въ брюшныхъ стѣнкахъ наглухо зашивается. Такимъ образомъ больной избавляется отъ своей грыжи *навсегда*, обращаясь въ совершенно здороваго и нормальнаго человѣка. Если же мы имѣемъ дѣло съ грыжей у старика, который и безъ того уже очень мало склоненъ къ сколько-ни-

будь рѣзкимъ тѣлодвиженіямъ, если грыжа существуетъ давно и приняла болѣе или менѣе значительные размѣры, то ее всего лучше оставить въ покоѣ, тѣмъ болѣе, что и хлороформированіе въ этомъ возрастѣ сопряжено съ довольно значительнымъ рискомъ. Въ такихъ случаяхъ спокойно можно удовольствоваться ношеніемъ хорошо прилаженного бандажа. Въ тѣхъ случаяхъ, когда грыжа ущемилась и вправить ее не удалось, какъ послѣднее средство остается сдѣлать неотложно операцію грыжесѣченія. Очень часто только она и можетъ еще спасти больного.

*О пупочной грыжѣ*, наблюдаемой у дѣтей, будетъ рѣчь въ III части.

**Грязевыя ванны**, см. „Ванны—грязевыя“.

**Грѣлка.** При разнаго рода боляхъ ничто не производитъ столь успокаивающаго вліянія, какъ продолжительное примѣненіе равномерной теплоты. Въ этомъ, главнымъ образомъ, заключается тайна дѣйствія согрѣвающихъ компрессовъ. То же самое относится къ бутылкамъ съ горячей водой и грѣлкамъ. Наиболѣе удачный типъ грѣлокъ для живота изображенъ нами на рис. 202 и 203. Боли въ животѣ пред-



Рис. 201. Разгибаніе туловища.



Рис. 202. Наполненіе грѣлки горячей водой.

ставляютъ у многихъ явленіе довольно частое. Нерѣдко также появляются онѣ неожиданно посреди ночи. Если нѣтъ



Рис. 203.  
Грѣлка, обернутая влажной салфеткой.

горячей воды на плитѣ или въ ванной, то можно вскипятить немного воды на спиртовой лампочкѣ или, въ крайнемъ случаѣ, нагрѣть ее въ самоварѣ. Грѣлку наливаютъ теплою водою; въ случаѣ надобности, обертываютъ ее салфеткой или полотенцемъ и прикладываютъ

къ животу. Чаще всего боли черезъ короткое время значительно успокаиваются.

**Гусиная кожа.** Ощущеніе это вызывается, преимущественно, дѣйствіемъ на кожу рѣзкаго или неожиданнаго холода. Выражается гусиная кожа въ томъ, что на кожѣ появляются пузырьки, и она становится жесткой. Появляется гусиная кожа слѣдующимъ образомъ: небольшіе мышечные пучки, прикрепленные къ основанію волосъ, сокращаются вслѣдствіе раздраженія, и волосы выпрямляются. (См. строеніе кожи на рис. 15 стр. 35). Изобрѣтатель воздушно-свѣтового метода леченія Рикли настаиваетъ на особаго рода кожной гимнастикѣ, которая должна состоять въ томъ, что попеременно вызывается появленіе гусиной кожи и расширеніе кожныхъ железъ. Для этого необходимо дѣйствовать на кожу попеременно тепломъ и холодомъ. Такимъ образомъ кровообращеніе въ кожѣ значительно оживляется, что отражается на ней крайне благотворно.

## Д.

**Давленіе.** Вслѣдствіе сильнаго давленія, производимаго толчкомъ, сжатіемъ или ударомъ, происходитъ чаще всего разрывъ небольшихъ подкожныхъ сосудовъ, изъ которыхъ кровь и выступаетъ, образуя кровоподтекъ. Въ обществѣ прибѣгаютъ обыкновенно въ такихъ случаяхъ къ возможно сильному сжатію кровоподтека (пишкы) монетою или ножкомъ—плашмя. Цѣль этимъ въ значительной степени достигается, такъ какъ пишка уменьшается въ объемѣ. Болѣе мягкой и не менѣе вѣрный способъ представляетъ легкое массированіе пишкы во всѣхъ направленіяхъ и влажныя прохладныя примочки.

Когда давленіе оказывается болѣе сильнымъ, то происходитъ кровоизліаніе и разрывъ глубокихъ органовъ, что

грозить большими опасностями и можетъ даже быстро повести къ смерти.

**Дальнозоркость** представляетъ собой состояніе *обратное близорукости* (см.). Подобно тому, какъ у близорукихъ ось глаза слишкомъ длинна и лучи, исходящіе отъ какого-либо предмета, собираются *впереди* сѣтчатой оболочки, точно такъ же у дальнозоркихъ—ось глаза слишкомъ коротка и лучи собираются *позади* сѣтчатки, и яснаго изображенія поэтому не получается, какъ это изображено у насъ на рис. 204. Дальнозоркость появляется,

какъ правило, въ пожиломъ возрастѣ, начиная съ 45-лѣтняго возраста. Происходитъ это отъ того, что хрусталикъ утрачиваетъ понемногу способность сжиматься. Дальнозоркіе *не* могутъ видѣть ясно предмета на *близкомъ* разстояніи. Вслѣдствіе этого для нихъ затрудняется чтеніе, письмо и пр. Подобно тому, какъ близорукіе глаза требуютъ *вогнутыхъ* очковъ, дальнозоркіе—требуютъ *выпуклыхъ*.

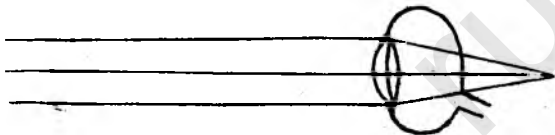


Рис. 204. Строеіе дальнозорнаго глаза.—Ось глаза—сплющена. Лучи собираются *позади* сѣтчатки.

**Движеніе** составило предметъ пятой главы I части („Покой и движеніе“ стр. 250). Здѣсь намъ остается повторить только, что движеніе составляетъ необходимую принадлежность здоровой нормальной жизни. Потому-то дѣти и юноши такъ подвижны. Избытокъ покоя, несомнѣнно, служитъ источникомъ множества заболѣваній. Можно сказать и обратное: чрезчуръ много движенія въ томъ случаѣ, когда силы недостаточно возстанавливаются, неизбѣжно ведетъ къ истощенію и преждевременной смерти.

**Дезинфекція**, см. „Обеззараживаніе“.

**Дизентерія**, см. „Крoвавыі поносъ“.

**Дисменоррея**, см. „Менструаціи—болѣзненные“.

**Диспепсія**, см. „Растройство пищеваренія“.

**Дифтеритъ**. Еще нѣсколько лѣтъ всего тому назадъ не существовало для матерей болѣе страшнаго слова, чѣмъ *дифтеритъ!*.. Одно это названіе повергало матерей въ трепетъ. Въ настоящее время онѣ относятся къ этой болѣзни гораздо спокойнѣе, такъ какъ новый способъ леченія этой ужасной болѣзни проникъ уже и въ самые отдаленные, самые глухіе углы нашего отечества. Во многихъ губерніяхъ и городахъ дифтеритъ въ прежнее время свилъ себѣ прочное гнѣздо и ежегодно похищаль тысячи жертвъ, такъ что въ нѣкоторыхъ мѣстахъ дѣтское населеніе чуть ли не поголовно уничтожа-

лось имъ. Въ Бессараби, напр., гдѣ дифтеритъ появился впервые въ 1872 г., онъ унесъ за 8 лѣтъ 12.000 дѣтскихъ жизней!.. Въ Херсонской губ. дифтеритъ появился въ 1873 г., и смертность отъ него колебалась между 27 и 62%!

Недавно еще думали, что дифтеритъ представляетъ собой *мгстную* болѣзнь *горла*. Съ тѣхъ поръ, однако, какъ въ 1883—1884 гг. былъ открытъ *Клебсомъ* и *Лефлеромъ* микробъ дифтерии, не могло быть ни малѣйшихъ сомнѣній въ томъ, что дифтеритъ представляетъ болѣзнь *общую*—*всего* организма. Что же касается до ужасающей *заразительности* этой болѣзни, то она давнымъ-давно всѣмъ хорошо извѣстна. На рис. 205 нами изображена дифтерійная палочка.



Рис. 205.  
Дифтерійныя бациллы.

Всѣмъ извѣстно, что дифтеритъ выражается наружнымъ образомъ въ появленіи *налетовъ* въ области зѣва: на небныхъ дужкахъ, миндалинахъ и язычкѣ. Налеты эти, изображенные нами на рис. 4 таблицы 9, имѣютъ сѣроватый темно-грязный цвѣтъ и отличаются очень сквернымъ рѣзкимъ запахомъ. Въ нѣкоторыхъ случаяхъ налетъ рас-

пространяется на гортань, въ каковомъ случаѣ дифтеритъ принимаетъ названіе **крупы** (см.), который способенъ удушить ребенка въ самое короткое время. Но, если дифтеритъ не бросается даже на горло и ограничивается зѣвомъ, и то исходъ его въ большинствѣ случаевъ бываетъ роковымъ, такъ какъ дифтерійная палочка скоро вызываетъ ядовитыми веществами, которыя она выдѣляетъ, *общее отравленіе крови*.

Въ то время, какъ появленію железокъ на шеѣ, опухоли миндалинъ и особенно появленію налетовъ слѣдуетъ придавать огромное значеніе, въ смыслѣ распознанія дифтерита, очень ошибочно было бы руководиться высотой *мигсорадки*. Нѣкоторыя матери успокаиваютъ себя на томъ, что температура у ребенка не особенно повышена. Этимъ руководиться *никогда* не слѣдуетъ. Больше того: разъ навсегда слѣдуетъ себѣ замѣтить, что болѣзнь, которая сразу начинается у ребенка *сильнымъ жаромъ*, чаще всего—*не* дифтеритъ: скорѣе это можетъ быть корь, ангина простая (катаральная), скарлатина даже, только не дифтеритъ. Дифтеритъ именно тѣмъ и отличается отъ прочихъ дѣтскихъ болѣзней, что въ то время, какъ другія очень часто сами привлекаютъ къ себѣ вниманіе грозностью симптомовъ, дифтерита *слѣдуетъ искать*, и иногда очень усердно, чтобы открыть его. Главнѣйшіе признаки состоятъ въ томъ, что ребенокъ совершенно

утрачиваетъ аппетитъ, жалуется иногда на головную боль и становится совершенно равнодушнымъ и *апатичнымъ* ко всему. Лицо принимаетъ особенный землянистый или свинцовый оттѣнокъ. Позже, ребенокъ начинаетъ жаловаться на *боль при глотаніи*. Температура же и черезъ нѣсколько дней не подымается особенно высоко. Что же касается до *налетовъ*, то они появляются довольно рано.

Въ тѣхъ случаяхъ, когда невозможно бываетъ имѣть тотчасъ же къ своимъ услугамъ врача, матери необходимо умѣть самой осмотрѣть горло ребенку. Какъ это слѣдуетъ дѣлать, было нами изложено въ статьѣ: „Горла — изслѣдованіе“ (см.). Тамъ же на рисункѣ видно, какъ слѣдуетъ за это приняться. На раскрашенной же таблицѣ № 9 представлены нами главнѣйшія заболѣванія горла, которыя могутъ дать матерямъ возможность до нѣкоторой степени ориентироваться въ экстренныхъ случаяхъ. Осматривать горло, особенно у маленькихъ дѣтей, слѣдуетъ, понятно, по возможности быстро. Тѣмъ не менѣе, слѣдуетъ уловить, нѣтъ ли красноты или опухоли на миндалинахъ, небныхъ дужкахъ и задней стѣнкѣ зѣва; не выдаются ли сильно миндалины; нѣтъ ли гдѣ-либо сѣраго грязнаго налета, издающаго противный запахъ. Въ нѣкоторыхъ случаяхъ за дифтерійный можно принять довольно невинный *блѣватый* налетъ, который встрѣчается при такъ-наз., „герпетической“ ангинѣ. Другими отличительными признаками дифтеритныхъ налетовъ, которые очень опасны, отъ вторыхъ—невинныхъ, служитъ то, что вторые распредѣляются преимущественно отдѣльными точками, обнаруживаютъ гораздо меньше, наклонности къ распространенію, не сопровождаются опухолью железъ на шеѣ и такой рѣзкой блѣдностью лица, какъ это наблюдается при дифтеритѣ. Дифтеритные налеты отличаются также своей склонностью къ образованию *пленокъ*, которыя въ нѣкоторыхъ случаяхъ достигаютъ значительной толщины. Если ваточкой, осторожно намотанной на кончикъ палочки или спички, попробовать отдѣлить пленку, то мы убѣдимся, что на этомъ мѣстѣ образуются маленькія кровотокающія язвочки.

Дифтеритъ очень часто осложняется воспаленіемъ почекъ. Прямая же опасность болѣзни заключается въ *ослабленіи сердца*, вызываемомъ дѣйствіемъ микробныхъ ядовитыхъ веществъ. Эти же вещества способны вызвать и непосредственный *параличъ* сердца. Вообще слѣдуетъ сказать, что при дифтеритѣ проявляется значительная наклонность къ всякаго рода *параличамъ*, изъ которыхъ на первомъ планѣ слѣдуетъ поставить параличъ глотки и гортани. Нерѣдко наблюдаются и глазные параличи.



Перейдемъ къ леченію дифтерита. Еще всего нѣсколько лѣтъ тому назадъ у насъ существовали *десятки* средствъ противъ дифтерита, что служитъ наилучшимъ доказательствомъ того, что *вторую* средства противъ дифтерита *вовсе* не существовало. Въ настоящее время дѣло рѣзко измѣнилось, и теперь имѣется только *одно* средство противъ дифтерита, а именно: *сыворотка*. Противодифтеритная сыворотка была открыта нѣсколько раньше Берингомъ, чѣмъ Ру. Тѣмъ не менѣе, слѣдуетъ сказать, что, именно, открытіе второго изъ названныхъ ученыхъ составило эпоху въ исторіи дифтерита. Мы лишены возможности описать здѣсь въ подробности способъ добыванія антидифтеритной сыворотки, о чемъ читательницы и читатели наши могутъ, впрочемъ, почерпнуть свѣдѣнія изъ „Нивы“ за соответствующіе годы (1894 и 1895 г.). Скажемъ поэтому вкратцѣ, что способъ этотъ состоитъ въ томъ, что прежде всего впрыскиваніями разводки дифтеритной палочки во все большихъ и большихъ дозахъ дѣлаютъ *лошадь* невоспримчивой къ дифтеритной заразѣ. Когда же кровь данной лошади приобрѣла значительную силу въ смыслѣ уничтоженія дифтеритныхъ бактерій и обезвреживанія производимыхъ ими ядовитыхъ веществъ, сыворотку данной лошади впрыскиваютъ больнымъ, причемъ доза должна быть тѣмъ больше или впрыскиванія должны быть тѣмъ чаще, чѣмъ злѣе болѣзнь или чѣмъ позже приступлено было къ ея леченію. Когда болѣзнь начинаетъ идти на убыль, впрыскиванія дѣлаютъ рѣже. Затѣмъ ихъ совершенно прекращаютъ. Помимо *лечебныхъ*, дѣлаютъ и *предохранительныя* впрыскиванія въ тѣхъ случаяхъ, когда кто-либо подвергался сильной опасности заразиться и желательно предупредить появленіе болѣзни.

Въ началѣ болѣзни можно употреблять прополаскиванія горла борнымъ растворомъ и смазыванія. Примѣненія сывороточнаго леченія, тѣмъ не менѣе, никоимъ образомъ не слѣдуетъ откладывать въ долгій ящикъ. Руководиться при этомъ соображеніемъ о легкости болѣзни никогда не слѣдуетъ. Дифтеритъ принадлежитъ къ самымъ коварнымъ болѣзнямъ, и очень часто форма, которую считали совершенно невинной, неожиданно принимаетъ самое тяжелое направленіе. Такъ какъ впрыскиваніе сыворотки, между тѣмъ, не сопряжено почти ни съ какими опасностями, если только соблюдены антисептическія мѣры предосторожности; такъ какъ, съ другой стороны, боль испытываемая больнымъ, совершенно ничтожна, то и нѣтъ ни малѣйшихъ основаній къ тому, чтобы откладывать впрыскиваніе сыворотки, какимъ бы легкимъ дифтеритъ намъ сначала ни казался. Не слѣдуетъ забывать, что при дифтеритѣ даже одинъ часъ промедленія имѣетъ нѣрѣдко роковое значеніе.

Можно сказать безъ преувеличенія, что во всѣхъ странахъ, вмѣстѣ взятыхъ, сотни тысячъ дѣтей уже были спасены отъ ужасной смерти отъ дифтерита, благодаря великому открытію Беринга и Ру, имена которыхъ навсегда сохраняются въ памяти признательнаго человѣчества.

**Диабеть,** см. „Сахарная болѣзнь“.

**Діагнозъ,** см. „Распознаваніе болѣзни“.

**Діета.** Пищевой режимъ нашъ имѣетъ огромное, во многихъ случаяхъ — преобладающее вліяніе на наше здоровье. Многія болѣзни должны быть приписываемы исключительно неподходящему питанію. Въ виду огромнаго значенія этихъ вопросовъ, разрѣшеніе которыхъ въ обыденной жизни находится въ значительной степени въ зависимости отъ хозяйки дома, мы и отвели *питанію* столько мѣста въ I части нашего сочиненія. Къ ней-то мы и отсылаемъ всѣхъ читателей, специально интересующихся этимъ вопросомъ.

Существуетъ множество специальныхъ діетъ, приуроченныхъ къ тому или иному роду болѣзней. Такъ, существуютъ различныя діеты для желудочныхъ, для тучныхъ, для чахоточныхъ или лихорадящихъ больныхъ, для подагриковъ, диабетиковъ (страдающихъ сахарной болѣзью) и пр. Указанія діеты, которой больной долженъ въ каждомъ отдѣльномъ случаѣ слѣдовать, будутъ нами даны при соотвѣствующихъ болѣзняхъ. Соблюденіе же указанной діеты находится всецѣло въ рукахъ матери семьи.

Къ пищевымъ же діетамъ мы можемъ до известной степени причислить и виноградное, кумысное, кефирное, сывороточное и другіе способы леченія нѣкоторыхъ болѣзней, при которыхъ поименованныя вещества преимущественно употребляются въ пищу.

**Дождевая ванна** представляетъ собой великолѣпный душъ, который производитъ отличное дѣйствіе на нѣкоторыхъ лицъ. Тѣмъ не менѣе, такую ванну нельзя рекомендовать всѣмъ безъ разбора, такъ какъ на нервныхъ лицъ она производитъ слишкомъ возбуждающее дѣйствіе; малокровныя же не переносятъ ея потому, что она отнимаетъ у нихъ слишкомъ много теплоты. Вообще можно сказать, что возбуждающее дѣйствіе, которое производитъ на нашу кожу и черезъ ея посредство на нашу нервную систему безконечное множество быстро слѣдующихъ одна за другой дождевыхъ капель, всего лучше подходитъ совершенно здоровымъ лицамъ. Такія лица чувствуютъ себя подъ вліяніемъ дождевого душа пріятно, легко и бодро.

**Домашняя аптека,** см. „Аптека — домашняя“.

**Домовый врачъ** см. „Врачъ — домовый“.

**Доугласово пространство** упоминается нами только потому, что названіе это довольно часто встрѣчается въ различныхъ популярныхъ сочиненіяхъ по женскимъ болѣзнямъ. Доугласовымъ называется пространство, заключенное между маткой спереди и прямой кишкой сзади. Все пространство выстлано брюшиной. При нѣкоторыхъ болѣзняхъ матки въ немъ скопляется кровь или гной. Вообще особенности его находятся въ довольно сильной зависимости отъ заболѣваній впереди лежащей матки.

**Друскеники** — курортъ гродненскаго уѣзда. — Хорошая лѣтняя климатическая станція, окруженная сосновыми лѣсами. *Минеральные источники*, въ количествѣ 20, принадлежатъ къ *слабосоленнымъ*. Рекомендуются при затяжныхъ страданіяхъ воздухоносныхъ путей, пищеварительнаго аппарата и почекъ, при коликахъ и т. д. Противопоказаны при порокахъ сердца съ разстройствомъ дѣятельности этого органа, при горловой и легочной чахоткѣ и острыхъ заболѣваніяхъ. Минеральныя *ванны* показаны при вышепоименованныхъ страданіяхъ, хроническихъ воспаленіяхъ суставовъ и заболѣваніяхъ женскаго полового аппарата. Устроены на Нѣманѣ и Ротничанкѣ купанья. Сезонъ съ 5 мая по 15 сентября. Имѣются развлеченія. Жизнь не особенно дорога.

**Дубильная кислота** заключается во многихъ плодахъ. Дубильная кислота, называемая также **танниномъ**, содержитъ въ довольно значительномъ количествѣ въ чернильныхъ орѣшкахъ, а также въ дубовой корѣ, употребляемой при дубленіи кожъ, откуда дубильная кислота и получила свое названіе. Она стягивающимъ и вяжущимъ образомъ дѣйствуетъ на кожу и вызываетъ свертываніе крови. Поэтому и употребляютъ ее при кровотеченияхъ, а также при язвенныхъ процессахъ, преимущественно въ полости рта.

**Духи.** Тотъ, кто живетъ на лонѣ природы—въ лѣсу или среди степи, не имѣетъ ни малѣйшей надобности прибѣгать къ искусственнымъ ароматамъ: онъ постоянно вдыхаетъ естественные ароматы, отличающіеся безконечно большей благовономностью и тонкостью. Въ иномъ положеніи находятся городскіе жители. Особенно излюблены духи женщинами. Въ принципѣ противъ нихъ нельзя ничего имѣть: каждому человѣку присуще желаніе доставлять себѣ, по возможности, пріятныя ощущенія. Во всякомъ случаѣ, нельзя рекомендовать употребленія крѣпкихъ духовъ, которые вначалѣ дѣйствуютъ черезчуръ раздражающимъ образомъ, черезъ нѣкоторое же время—притупляютъ обоняніе. Еще сильнѣе должны мы вооружаться противъ духовъ и разныхъ ароматныхъ куреній, когда они служатъ только къ тому, чтобы замаскировать затх-

лѣй, застоявшійся воздухъ или же дурной запахъ. Въ такихъ случаяхъ необходимо прибѣгать къ широкой вентиляціи или къ сквозняку, чѣмъ къ куренію. На ночь не слѣдуетъ оставлять въ комнатѣ распускающихся цвѣтовъ, такъ какъ ароматъ ихъ можетъ насъ опьянить и вызвать даже довольно тягостныя явленія—признакъ легкаго отравленія.

**Душевные болѣзни.** Причины душевныхъ болѣзней до чрезвычайности разнообразны. Какъ на главнѣйшія укажемъ: на наслѣдственность, на половыя излишества, злоупотребленіе спиртными напитками, чрезмѣрныя заботы и волненія, сильныя физическія страданія, врожденныя аномаліи нервной системы, нарушеніе правильнаго обмѣна веществъ, умственное переутомленіе и пр. Подробнѣе вопросъ этотъ разработанъ нами въ другомъ мѣстѣ \*). Несмотря на то, что въ настоящее время едва ли кто-либо изъ ученыхъ сомнѣвается въ томъ, что въ основаніи душевныхъ болѣзней, какъ и всѣхъ остальныхъ, лежатъ соотвѣтствующія измѣненія мозга, слѣдуетъ признаться, что измѣненія эти въ настоящее время изучены нами только по отношенію къ *нѣкоторымъ* душевнымъ болѣзнямъ. Относительно же большинства психическихъ заболѣваній мы въ этомъ отношеніи и по сію пору пребываемъ въ темнотѣ.

Узнать въ данномъ человѣкѣ душевно-больного въ началѣ болѣзни очень часто бываетъ трудно даже для опытнаго психіатра. Для обыкновеннаго же смертнаго задача эта часто представляется совершенно недостижимой. Чаще всего страданіе подготавливается медленно—мѣсяцами, нерѣдко—годами. Понемногу замѣчаются измѣненія въ обычномъ характерѣ человѣка, въ отношеніяхъ его къ окружающимъ и близкимъ. Начинаютъ обращать на себя вниманіе странности. Укажемъ здѣсь на главнѣйшіе физическіе и духовные признаки душевныхъ болѣзней. Къ физическимъ можно отнести нѣкоторыя отклоненія и уродства въ строеніи организма, какъ то: малые размѣры головы, **головную водянку** (см.) заячью губу, слѣпоту, глухоту и пр. Въ духовномъ отношеніи замѣчается извращеніе нравственнаго чувства; въ нѣкоторыхъ случаяхъ—слабое умственное развитіе. Бредовыя идеи имѣютъ самое разнообразное направленіе: больные воображаютъ себя величайшими грѣшниками, основателями новыхъ сектъ и пр., и пр. У нихъ наблюдаются галлюцинаціи, притупленіе или извращеніе чувственности, иногда потребность въ непрерывной дѣятельности. Проявляются новыя черты характера: рѣз-

---

\*) См. «Общія причины нервныхъ и душевныхъ заболѣваній» Н. Ж. И. Д. 1902. Кн. VI.

кій эгоизмъ, необузданная ненависть, страхъ, щедрость, безстыдство, расточительность и пр. Больные страдаютъ обычно безсонницей.

Дать полную классификацію душевныхъ страданій представляется въ настоящее время невозможнымъ: психіатрія для этого еще недостаточно далеко ушла впередъ. Различаютъ двѣ основныя формы: *меланхолію* и *манію*. При *меланхоліи* настроеніе постоянно бываетъ пониженнымъ или даже угнетеннымъ: больной перестаетъ находить какія-либо радости въ жизни; все ему представляется въ мрачномъ свѣтѣ. Нерѣдко меланхолія переходитъ въ *ипохондрію* (см.). Больному кажется, что всѣ злоумышляютъ противъ него, что самые близкіе люди ему измѣнили и всѣми силами стремятся избавиться отъ него. Въ другихъ случаяхъ онъ начинаетъ себя считать величайшимъ грѣшникомъ, отказывается отъ принятія пищи и пр. Конецъ меланхоліи часто бываетъ роковымъ, и нерѣдко такіе больные кончаютъ съ собой или же совершаютъ какое-либо преступленіе, находясь подъ гнетомъ своихъ мыслей о томъ, что они подвергаются постоянному преслѣдованію со стороны всѣхъ окружающихъ. Подобно тому, какъ при меланхоліи настроеніе больного бываетъ пониженнымъ, угнетеннымъ, оно при *маніи* бываетъ повышеннымъ, возбужденнымъ. Больной очень веселъ и расположенъ; онъ мнитъ себя великимъ человѣкомъ. Онъ ко всѣмъ относится покровительственно, и во всякую минуту голова его наполнена величайшими проектами, которыми онъ собирается осчастливить человечество. Лишнее прибавлять, что одинъ проектъ бываетъ фантастичнѣе другого. Такъ, одинъ изъ нашихъ больныхъ разрабатывалъ проектъ о томъ, чтобы каналомъ прорыть насквозь земной шаръ. Тогда мы получили бы возможность непосредственно сообщаться съ американцами, которые живутъ, вѣдь, какъ разъ на противоположной сторонѣ земного шара, и намъ не было бы надобности объѣзжать землю кругомъ. Такого рода безуміе наблюдается всего чаще при **прогрессивномъ параличѣ** (см.).

*Навязчивыя представленія* наблюдаются въ томъ случаѣ, когда у больного имѣется одна опредѣленная точка помѣшательства, причѣмъ во всѣхъ остальныхъ отношеніяхъ онъ можетъ походить на вполнѣ нормальнаго человѣка. Въ нѣкоторыхъ случаяхъ больные проявляютъ поразительную избрѣтательность, чтобы осуществить свой планъ и достичь намѣченной цѣли.

Существуютъ, наконецъ, душевныя страданія, связанныя непосредственно съ отсталостью въ умственномъ развитіи, обусловленной какой-нибудь болѣзнью или наслѣдствен-

ностью. Таковы—*слабоуміе, идиотизмъ*. Очень часто наблюдаются смѣшанныя формы душевнаго разстройства.

Само собой разумѣется, что *лечить* душевно-больнаго слѣдуетъ начать какъ можно *раньше*, прежде, чѣмъ болѣзнь успѣла сколько-нибудь глубоко укорениться. Въ большинствѣ случаевъ больнаго предпочтительнѣе бываетъ на время совершенно вырвать изъ обычной среды и помѣстить въ *спеціальное* заведеніе для душевно-больныхъ, гдѣ онъ могъ бы находиться подѣ наблюдениемъ врачей-спеціалистовъ. Къ сожалѣнію, слѣдуетъ сознаться, что дѣло леченія душевныхъ болѣзней у насъ въ Россіи поставлено пока въ самыя неудовлетворительныя условія. Хорошихъ врачей по душевнымъ болѣзнямъ мало. Въ заведеніяхъ для душевно-больныхъ чувствуется повсюду сильнѣйшій недостатокъ, и сплошь да рядомъ даже *опасные* и буйные больные разгуливаютъ на свободѣ до совершенія преступленія, какъ это показываетъ трагическій случай съ московскимъ городскимъ головою Лихачевымъ, или же сидятъ годами и даже десятилѣтіями прикованными на цѣпи, какъ бѣшеные звѣри. Сами заведенія поставлены крайне неудовлетворительно. Даже охраненіе больныхъ производится крайне слабо, и рѣдкій мѣсяцъ проходитъ безъ того, чтобы даже изъ столичныхъ заведеній для душевныхъ больныхъ не убѣгалъ больной. Низшій персоналъ всего меньше обладаетъ свойствами для ухода за душевными больными (припомнимъ чеховскую „Палату № 6“). Нѣтъ почти того заведенія для душевно-больныхъ, въ которомъ не обнаруживалось бы, время отъ времени, уголовнымъ слѣдствіемъ, что больныхъ усмиряютъ самыми варварскими средствами, и нерѣдко забиваютъ ихъ до смерти. Понятно, что при такихъ условіяхъ народъ нашъ и по сію пору питаетъ къ „желтымъ домамъ“ тотъ страхъ, который онъ питалъ нѣкогда и къ больницамъ. Не можетъ быть ни малѣйшаго сомнѣнія въ томъ, что дѣло призрѣнія душевно-больныхъ нуждается у насъ въ самомъ коренномъ преобразованіи, что, впрочемъ, сознается въ настоящее время и правительствомъ.

Успѣхъ леченія зависитъ отъ того, какой именно болѣзнию страдаетъ больной и въ какомъ именно періодѣ болѣзни стали ее лечить. Въ кругъ средствъ воздѣйствія на душевно-больныхъ входятъ самыя разнообразныя физическія и психическія мѣропріятія. Помимо лекарствъ, на которыхъ мы вовсе останавливаться не станемъ, употребляется водолеченіе, устанавливается опредѣленная пищевая діета; внимательно слѣдятъ за правильнымъ опорожненіемъ кишечника и пр. Въ смыслѣ нравственнаго воздѣйствія имѣютъ

большое значеніе окружающія больного лица и особенно личность пользующаго врача. По возможности стараются занять больного какимъ-либо трудомъ, преимущественно физическаго свойства—на открытомъ воздухѣ.—Во многихъ случаяхъ съ успѣхомъ можно примѣнять къ душевно-больнымъ англійскую систему „открытыхъ дверей“, при которой больнымъ представляется довольно широкая свобода. Само собою разумѣется, что вся жизнь больного, начиная съ ухаживающаго за нимъ низшаго персонала и кончая книгой, которую можетъ читать больной, и свиданіями съ близкими, все находится въ вѣдѣніи пользующаго врача.

Даже послѣ того, какъ больной уже выписался изъ психіатрическаго заведенія, онъ еще болѣе или менѣе продолжительное время долженъ находиться подъ надзоромъ опытнаго врача, всего лучше, разумѣется, того самаго, который его пользовалъ.

Души различаются по ихъ температурѣ, мѣсту ихъ примѣненія и формѣ струи. По температурѣ души различаются на *горячіе*: 30°—35° Ц.; при непродолжительномъ дѣйствіи такіе души вліяютъ возбуждающимъ; при продолжительномъ—успокаивающимъ образомъ. *Холодный* душъ въ 10° Ц. долженъ длиться очень недолго: самое большее 10 секундъ. Всего больше цѣнится *реакція*, которая получается послѣ подобнаго душа и которая выражается ощущеніемъ теплоты и пріятности вслѣдствіе естественнаго нагрѣванія тѣла. *Шотландскій* душъ состоитъ въ томъ, что температура съ 30° Ц. постепенно повышается до 35°, 40° и 45°; немедленно послѣ того идетъ очень короткій, но зато очень холодный душъ. Души бываютъ *общими*, когда все тѣло подвергается его дѣйствію и когда желаютъ вызвать реакцію во *всемъ* организмѣ, и *мѣстныя*, когда хотятъ подѣйствовать на ту или иную *часть* тѣла или отдѣльный *органъ*: души восходящія, влагалищныя, маточныя, печеночныя, селезеночныя, глазныя и пр. Въ томъ случаѣ, когда въ теченіе нѣкотораго времени пускаютъ горячую, затѣмъ въ теченіе столькихъ же секундъ холодную воду и процедуру эту повторяютъ раза 3—4, душъ носитъ названіе *перемѣннаго*. Такого рода душъ производитъ довольно рѣзкое дѣйствіе. Душъ въ видѣ *струи*, которыя пускаются на разстояніи приблизительно 2<sup>1</sup>/<sub>2</sub> аршинъ отъ больного, помѣщающагося на возвышеніи. Душъ пускается изъ трубки опредѣленнаго калибра на заднюю часть тѣла, грудь и конечности. Душъ въ видѣ *дождя*. Изъ лейки, пробурованной дырочками, вода падаетъ съ высоты 3-хъ аршинъ приблизительно на позвоночникъ больного. Голову слѣдуетъ защищать колпакомъ, а также слѣдуетъ нагибать-

ся впередъ, чтобы предохранить голову отъ непосредственнаго дѣйствія струи. Существуютъ и другіе души, устройство которыхъ болѣе сложно. Всѣмъ, кто только имѣетъ возможность, слѣдуетъ себя приучить къ прохладнымъ душамъ, которые можно, однако, рекомендовать только лицамъ вполне здоровымъ. По принятіи душа слѣдуетъ производить, съ цѣлью согрѣть себя, болѣе или менѣе сильныя движенія. Что же касается до нервныхъ и малокровныхъ особъ и особенно больныхъ, страдающихъ сердечными болѣзнями, то имъ непремѣнно слѣдуетъ *воздерживаться* отъ употребленія холодныхъ душей.

**Дѣвственная плева.**—**Гимень.** Дѣвственная плева представляетъ собой небольшую пленку, которая у дѣвушки защищаетъ входъ во влагалище. Обыкновенно она разрывается при первомъ же половомъ сношеніи, причемъ бываетъ и значительное кровотеченіе. Въ нѣкоторыхъ случаяхъ кровотеченіе бываетъ, однако, довольно обильнымъ. У первобытныхъ народовъ и даже у насъ въ простонародьи и деревняхъ цѣлости дѣвственной плевы придаетъ огромное значеніе, какъ вѣрнѣйшему доказательству полной цѣломудренности новобрачной. Множество обрядовъ, имѣющихъ огромный интересъ съ точки зрѣнія изученія нравовъ различныхъ народовъ, связано съ констатированіемъ этого признака (кровотеченія въ брачную ночь, служащія признакомъ цѣломудрія). Современная наука, однако, далеко не придаетъ ему въ этомъ отношеніи рѣшающаго значенія. Въ нѣкоторыхъ случаяхъ цѣлость плевы можетъ нарушиться вслѣдствіе паденія, прыжка, неудачнаго спринцеванія и пр., между тѣмъ, дѣвушка можетъ быть совершенно цѣломудреной. Въ другихъ случаяхъ плева, вслѣдствіе эластичности, сохраняетъ свою цѣлость и при повторныхъ сношеніяхъ. Больше того, существуютъ научно удостовѣренные факты, указывающіе на то, что дѣвственную плеву иногда приходилось разрѣзать при *родахъ*. Изъ сказаннаго ясно, что въ присутствіи или отсутствіи дѣвственной плевы далеко не всегда можно видѣть вѣрный признакъ цѣломудрія или, наоборотъ, потери невинности данной дѣвушкой.

**Дѣвушка.** Въ сочиненіи, посвященномъ женщинамъ, мы считаемъ долгомъ часто возвращаться и подробно останавливаться на условіяхъ, касающихся физическаго и душевнаго развитія дѣвушекъ. Въ возрастѣ 14—16 лѣтъ довольно быстро, сравнительно, формируется дѣвочка въ дѣвушку. Специально половые процессы, характеризующіеся началомъ созрѣванія и выдѣленія яицъ и появленіемъ менструацій, начинаютъ занимать видное мѣсто въ жизни дѣвушки и оказы-



вая иногда довольно значительное вліяніе на всю ея послѣдующую жизнь. Груды начинаютъ увеличиваться въ объемѣ и припухать. Иногда въ нихъ появляется болѣзненность, которая можетъ продолжаться мѣсяцами. Формы тѣла начинаютъ округляться и получаютъ присущія женщинамъ особенности. Исчезаетъ дѣтская непосредственность, и на сцену является живая воспримчивость, сильная впечатлительность, а часто и мечтательность, легко принимающая у несовсѣмъ здоровыхъ дѣвушекъ оттѣнокъ сентиментальности. Этотъ переходный и въ высшей степени серьезный въ развитіи каждой молодой дѣвушки періодъ долженъ былъ бы быть предметомъ живѣйшихъ заботъ и особеннаго вниманія со стороны матерей. Къ сожалѣнію, это довольно рѣдко наблюдается въ дѣйствительности. Матери недостаточно глубоко вникаютъ въ душевное состояніе своихъ дочерей. Вслѣдствіе этого послѣднія иногда довѣряютъ свои мечты кому угодно, часто даже совершенно постороннимъ лицамъ, но, къ сожалѣнію, не роднымъ матерямъ, въ душѣ которыхъ онѣ чаще всего не встрѣчаютъ достаточно сочувственнаго и дружескаго отклика.

Между тѣмъ, именно въ этотъ періодъ больше, чѣмъ въ какой-либо иной, мать должна была бы держаться по отношенію къ своей дочери такимъ образомъ, чтобы та смотрѣла на нее, какъ на старшую подругу. Мягко и деликатно, но вполнѣ откровенно должна была бы мать посвятить свою дочь въ сущность и значеніе органическихъ процессовъ менструацій и беременности, дабы молодая дѣвушка относилась къ этимъ естественнымъ процессамъ не съ болѣзненнымъ любопытствомъ, но, по возможности, вполнѣ разумно и сознательно. Этимъ мать обережетъ свою дочь отъ многихъ тяжелыхъ физическихъ и душевныхъ сюрпризовъ. Это—лучшее приданое, которое каждая любящая мать можетъ и должна дать своей дочери.

Именно въ этомъ возрастѣ всего важнѣе привить дѣвушкѣ понятія и привычки здоровой гигиенической жизни. Необходимо приучить ее къ движенію и спорту, что, внѣ всякаго сомнѣнія, гораздо благотворнѣе подѣйствуетъ на нее, чѣмъ зачитываніе въ ночной тиши разными захватывающими и болѣзненно настраивающими фантазію молодой дѣвушки романами. Пятнадцатилѣтняя дѣвушка должна, подобно юношѣ, играть на открытомъ воздухѣ въ мячъ, плавать, гребти, ѣздить верхомъ, на велосипедѣ, бѣгать на конькахъ и пр. Дико требовать отъ нихъ въ этомъ возрастѣ, чтобы онѣ большую часть дня чинно сидѣли за какимъ-нибудь рукодѣліемъ. На молодую дѣвушку слѣдуетъ въ этомъ отношеніи смотрѣть и

воспитывать ее совершенно въ томъ же духѣ, какъ и юношу, и не слѣдуетъ ее заковывать ни въ физическій ни въ духовный корсетъ, который только стѣснилъ бы и изуродовалъ ея естественное развитіе. Свободная одежда, естественныя, непринужденныя манеры, широкое и всестороннее духовное воспитаніе, но отнюдь не узкая и односторонняя духовная дрессировка—вотъ мѣры, при помощи которыхъ всего лучше можно подготовить дѣвушекъ къ предстоящимъ имъ въ недалекомъ будущемъ чрезвычайно тяжелымъ и отвѣтственнымъ обязанностямъ жены и матери. Скоро ли мы, однако, дождемся того, чтобы семья и школа прониклись этими началами!..

Этотъ возрастъ, когда дѣвочка формируется въ дѣвушку и когда къ организму предъявляются столь серьезные физическіе и духовные запросы, вмѣстѣ съ тѣмъ очень богатъ и разнаго рода уклоненіями отъ нормальнаго типа развитія и разстройствами тѣхъ или иныхъ функцій. Чаще всего наблюдаются подобныя уклоненія въ нашихъ крупныхъ центрахъ, которые живутъ столь нездоровой жизнью. Блѣдная немочь, задержка роста, золотуха, преждевременное развитіе и пр.—вотъ тѣ болѣзни, которымъ дѣвушки въ этомъ періодѣ своей жизни платятъ наиболѣе тяжелую дань. Иногда менструаціи появляются у блѣдныхъ, исхудалыхъ и изможденныхъ 12-лѣтнихъ дѣвушекъ и отличаются у нихъ часто, къ тому же, болѣзненностью и обиліемъ, что, конечно, можетъ способствовать только усиленію малокровія \*). Само собой разумѣется, что на такихъ дѣвочекъ слѣдуетъ какъ можно раньше обратить вниманіе. Онѣ должны избѣгать шумныхъ увеселеній внѣ дома. Какъ можно рѣже должны онѣ посѣщать балы, концерты, театральныя представленія. Главнымъ питаніемъ имъ должны служить молоко и овощи. Тепловатыя обтиранія, воздушныя ванны, водолеченіе, разумно направленная гимнастика, ранній и достаточно продолжительный сонъ—постепенно приводятъ къ укрѣпленію тѣла.

Всего же лучше дѣйствуетъ на нихъ пребываніе въ деревнѣ или гдѣ-нибудь въ лѣсистой мѣстности, что отзывается также очень благотворно и на тѣхъ дѣвушкахъ, у которыхъ естественное развитіе сильно задержалось и которыя въ 17 лѣтъ выглядятъ, какъ 12-лѣтнія. Если первыя должны какъ можно больше предаваться покою, то вторыя должны, наоборотъ, вести болѣе или менѣе дѣятельное существованіе. Онѣ должны заниматься домашнимъ хозяйствомъ, а, если возможно, то также огородничествомъ и са-

\*) См. «Общераспространенныя болѣзни».—«Малокровіе и блѣдная немочь».

доводствомъ. Вмеѣстѣ съ тѣмъ, должны онѣ предаваться и спорту; соотвѣтствующіе души и массажъ чаще всего также находятъ себѣ показаніе.

Если у такихъ отсталыхъ въ развитіи дѣвушекъ менструаціи запаздываютъ, не слѣдуетъ искусственными мѣрами вызывать ихъ появленія. Онѣ сами собой появятся, когда организмъ достаточно окрѣпнетъ и найдетъ въ себѣ необходимыя для этого процесса силы. Если обмѣнъ веществъ совершается правильно, то дѣвушка отъ подобнаго запаздыванія менструацій нисколько не чувствуетъ себя хуже. За такими дѣвушками слѣдуетъ, однако, внимательно слѣдить и принимать соотвѣтствующія мѣры къ тому, чтобы у нихъ не было ни головныхъ болей, ни запоровъ. Очень внимательно должно слѣдить и за ихъ душевнымъ состояніемъ. Во всякомъ случаѣ, слѣдуетъ такихъ болѣзненныхъ дѣвушекъ почаще показывать врачу. Въ заключеніе этой статьи считаемъ долгомъ вновь указать матерямъ на то, какое огромное значеніе во всѣхъ отношеніяхъ имѣетъ этотъ періодъ въ жизни ихъ дочерей.

**Дѣтская холера, см. „Холера—дѣтская“.**

**Дѣтскіе параличи** составляютъ одно изъ наиболѣе тяжелыхъ осложненій нѣкоторыхъ инфекціонныхъ болѣзней. Въ другихъ случаяхъ параличи появляются, какъ совершенно самостоятельное заболѣваніе, большей частью въ возрастѣ 1 — 3 лѣтъ. Начинается болѣзнь съ сильной лихорадки; черезъ короткое же время обнаруживается параличъ цѣлыхъ мышечныхъ группъ, преимущественно на нижнихъ конечностяхъ. Причина болѣзни—невъяснена. Можно подозрѣвать участіе какого-либо микроба, котораго до сихъ поръ не удалось открыть. Послѣ прекращенія лихорадки замѣчается атрофія, т. е. постепенное исхуданіе и исчезновеніе пораженныхъ параличомъ мышечныхъ группъ. Вслѣдствіе этого замѣчается сильная задержка въ ростѣ.

Борются съ дѣтскими параличами посредствомъ водолеченія, массажа, гимнастики, электричества и нѣкоторыхъ внутреннихъ средствъ. Много помогаетъ и **ортопедія** (см. въ III части книги).

**Дѣтскія болѣзни.** Къ таковымъ причисляютъ обыкновенно: дѣтскую холеру, коклюшъ, дифтеритъ, крупъ, ложный крупъ, ангину, скарлатину, корь, вѣтряную оспу, англійскую болѣзнь, золотуху и пр. Всѣ перечисленные болѣзни описываются нами каждая въ отдѣльности. Дѣтскій организмъ характеризуется особенной впечатлительностью и воспримчивостью къ всевозможнымъ болѣзнетворнымъ вліяніямъ. Температура подымается у дѣтей такъ же быстро, какъ она у лицъ преклон-

наго возраста повышается медленно и слабо. Незначительная ангина вызывает нередко лихорадку въ 39 и даже 40°, что часто нисколько не мѣшает ребенку черезъ день-другой забыть про нее и чувствовать себя совершенно здоровымъ. Особенное вниманіе матерей мы обращаемъ на **заразные болѣзни** (см.), къ которымъ дѣти обнаруживаютъ чрезвычайную воспримчивость. Тутъ же скажемъ къ слову, что наиболѣе, такъ сказать, чувствительными органами слѣдуетъ почитать у дѣтей *плотку и пищеварительный аппаратъ*. Многие врачи ставятъ себѣ за правило осматривать горло у маленькихъ дѣтей, какаго бы слабаго отношенія данная болѣзнь, казалось бы, съ горломъ ни имѣла. То же можно сказать и про желудокъ, который у дѣтей очень легко засоряется и разстраивается, не говоря уже о томъ, что большинство дѣтей бываютъ обжорливы и крайне неразборчивы въ пищѣ. Нигдѣ слабительныя не имѣютъ поэтому такого широкаго примѣненія, какъ въ дѣтской практикѣ. Знаютъ это, впрочемъ, довольно твердо и матери, и рѣдко приходится врачу навѣстить ребенка, которому мамаша уже не дала бы порціи касторки. Въ заключеніе скажемъ, что дѣтскій организмъ обладаетъ, однако, и значительнымъ запасомъ жизненныхъ силъ, и нередко ребенокъ выходитъ побѣдителемъ изъ борьбы съ какою-нибудь болѣзнью, которую считали для него роковой.

**Дыханіе** — искусственное приходится производить во всѣхъ случаяхъ **мнимой смерти** (см.), т. е. когда чловѣкъ намъ кажется совершенно мертвымъ, но жизнь въ немъ все же еще теплится, и разумно принятыми мѣрами мы можемъ его вновь привести въ сознаніе и возвратитъ ему жизнь. Въ виду этого *жизненнаго* значенія искусственнаго дыханія, было бы желательно, чтобы *каждый* изъ насъ, независимо отъ пола или общественнаго положе-

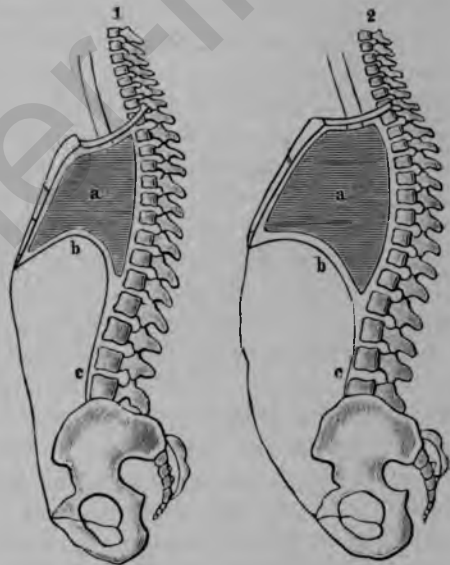


Рис. 206.

Объемъ грудной и брюшной полости послѣ выдыханія

Рис. 207.

Объемъ грудной и брюшной полости послѣ вдыханія.

*a* — Легкія. *b* — Грудобрюшная преграда.  
*c* — Граница нижняго прикрѣпленія грудобрюшной преграды.

(По Раике).

нія, умѣлъ его разумно примѣнять, такъ какъ часто только такимъ путемъ *немедленно* примѣненія искусственнаго дыханія мы и можемъ еще спасти человѣка.

Способовъ искусственнаго дыханія существуетъ нѣскольکو. Изъ ихъ числа мы опишемъ только два, какъ наиболѣе простые. Къ тому же эти два способа—и въ этомъ ихъ главное достоинство—могутъ быть примѣняемы каждымъ и безъ специальной подготовки. Тутъ же укажу на то, что въ результатѣ всѣ способы искусственнаго дыханія основываются на одномъ и томъ же механизмѣ, на попеременномъ *расширеніи* и *суженіи* грудной клѣтки. Въ первомъ случаѣ получается *вдыханіе*, во второмъ—*выдыханіе*, какъ это вполнѣ наглядно показываетъ намъ рисунокъ 206 и 207.

Укажемъ прежде всего на то, что у нашего народа существуетъ *свой*, такъ сказать доморощенный способъ для возбужденія искусственнаго дыханія, который, несмотря на свою примитивность, не совсѣмъ лишенъ смысла и значенія. Стоитъ онъ въ качаніи, которое, вѣроятно, приходилось наблюдать многимъ изъ нашихъ деревенскихъ читательницъ. Примѣняется онъ слѣдующимъ образомъ: утопленника (къ утопленникамъ способъ этотъ всего чаще и примѣняютъ) кладутъ въ бочку или, чаще, на рогожу и, соблюдая извѣстный темпъ, изъ стороны въ сторону *качаютъ*. При этомъ вода, которой утопленникъ захлебнулся, отчасти выходитъ вонъ. Кромѣ того, получается такимъ образомъ также послѣдовательное расширеніе и сжатіе грудной клѣтки. Такимъ образомъ цѣль: производить искусственное дыханіе—достигается. Гораздо болѣе вѣрнымъ слѣдуетъ считать способъ *Силвестра*. Обмершаго кладутъ на спину и при помощи подушки или скатанной одежды приподнимаютъ *верхнюю часть тѣла* (т. е. плечи и голову). Затѣмъ оживляющій становится въ головахъ и, крѣпко обхвативши руки обмершаго пониже локтей, приступаетъ къ производству искусственнаго дыханія.

Искусственное дыханіе должно производиться не какъ-нибудь, но непременно правильно и равномерно и, по возможности, именно такъ, какъ совершается естественное дыханіе у *живого* человѣка. А такъ какъ человѣкъ дышитъ разъ 16—18 въ минуту, т. е. приблизительно одинъ разъ въ 4 секунды, то столько же разъ должно производить и искусственное дыханіе. Но не всегда имѣются подъ руками часы, да и неудобно обращаться постоянно къ часамъ. Поэтому всего легче и проще примѣнить устный счетъ: *разъ, два, три, четыре*. Такъ обыкновенно и поступаютъ.

„Производится искусственное дыханіе слѣдующимъ образомъ. По счету—*разъ*—разводятъ руки обмершаго врозь, въ

уровень съ головой; по счету *два* — вытягиваютъ ихъ вдоль головы; по счету *три* — опускаютъ ихъ книзу, въ уровень съ его головой, и по счету *четыре* — вытягиваютъ согнутыми вдоль груди, и при этомъ сильно нажимаютъ руками боковыя стѣнки груди. Послѣ счета *два* и *четыре* слѣдуетъ сдѣлать небольшую паузу“.

Несмотря на то, что и способъ Сильвестра нельзя считать особенно сложнымъ и что имъ при нѣкоторомъ предварительномъ упражненіи овладѣть очень легко, способъ *Лабарда* отличается еще болѣе простотой и доступностью. Состоитъ онъ въ методи-

ческомъ *потягиваніи за языкъ*, вслѣдствіе чего — по причинѣ существующей въ высшихъ организамахъ особенной нервной связи — обнаруживается особенный рефлексъ (реакція), возбуждающій искусственное дыханіе. Опишемъ этотъ способъ. Разжавши зубы, вытягиваютъ наружу языкъ и захватываютъ его большимъ и указательнымъ паль-

цами, завернутыми въ платокъ или полотенце, дабы онъ не выскользнулъ. Затѣмъ по счету **разъ-два** его довольно сильно **вытягиваютъ** наружу, по счету **три-четыре** — **отпускаютъ**; по счету **разъ-два** вновь вытягиваютъ, **три-четыре** — **отпускаютъ** и т. д. Тянуть слѣдуетъ языкъ съ силой въ одинъ фунтъ, т. е. съ такой силой, — какъ если бы подъ руками находилась вмѣсто языка фунтовая гиря. При вытягиваніи необходимо чувствовать, что вытягивается именно *корень языка*: это — очень важно. Вытягивать нужно кончикъ языка наружу на  $1-1\frac{1}{2}$  вершка приблизительно. Вытягиваніе слѣдуетъ производить не чаще 16—17 разъ въ минуту.

„Сначала языкъ, какъ мертвое тѣло, легко поддается



Рис. 208.—Способъ Сильвестра.— Первое движеніе.



Рис. 209. Способъ Сильвестра.— Второе движеніе.  
(По Эсмарху).

вытягиванію, но через нѣкоторое время вытягивающій начинаетъ испытывать сопротивленіе со стороны языка: это—самый вѣрный признакъ того, что обмершій **начинаетъ оживать**“.

„Продолжайте попрежнему потягивать языкъ и еще через нѣкоторое время мнимоумершій сдѣлаетъ одно или два глотательныхъ движенія: затѣмъ вы услышите, что оживляемый какъ будто бы **икнулъ**: это—начало **самостоятельнаго дыханія**. И, если вы попрежнему будете продолжать потягиваніе языка, то через нѣкоторое время услышите уже правильное и равномерное дыханіе; сердце вновь начинаетъ биться, на лицо выступаетъ краска—и человекъ **спасенъ** \*).



Рис. 210. Искусственное дыханіе по способу Лаборда.

Повторяемъ, умѣнье производить искусственное дыханіе составляетъ такую необходимость, и отъ умѣнія правильно производить его **зависитъ** иногда столь многое (жизнь человека!), что рѣшительно *всѣ* должны

бы умѣть его производить и надлежащимъ образомъ примѣнить въ случаѣ надобности, которая появляется часто именно тогда, когда мы того всего меньше ожидаемъ.

**Дыханіе—ложное.** Еще въ 4-ой и 5-ой главахъ I части указывали мы на то, какъ мало людей умѣетъ въ настоящее время правильно дышать. Этотъ, на первый взглядъ, казалось бы, совершенно непонятный и даже парадоксальный, фактъ объясняется односторонней дѣятельностью нашихъ мышцъ, современной нервностью, врожденной слабостью дыхательнаго аппарата; у женщинъ же—преимущественно влияніемъ нецѣлесообразнаго платья, производящаго сильное сдавливаніе грудной клѣтки.

Въ медицинѣ различаютъ два *типа* дыханія: мужской (или нижній) и женскій (или верхній). *Мужское* дыханіе, ко-

\*) См. мою народную брошюру: «Простѣйшій способъ оживленія мнимоумершихъ». Ред.

торое производится преимущественно грудобрюшной преградой, должно считаться наиболѣе правильнымъ, такъ какъ діафрагма представляетъ собой наиболѣе сильную дыхательную мышцу. Между тѣмъ женскій типъ дыханія обуславливается расширеніемъ, главнымъ образомъ, *верхней части* грудной клѣтки. Объясняется это отчасти физиологическими причинами: когда женщина находится въ послѣднемъ періодѣ беременности, ей очень трудно бываетъ дышать діафрагмой, такъ какъ этому въ значительной степени мѣшаетъ положеніе плода. Плодъ въ это время занимаетъ, какъ извѣстно, почти всю полость живота. Еще больше мѣшаютъ грудобрюшному дыханію у женщинъ *искусственныя* причины, главнымъ образомъ, корсетъ, который такъ сильно стѣсняетъ движенія грудной клѣтки въ талии.

Если съ силой нажимать на нижнюю часть грудной клѣтки, то этимъ производится,

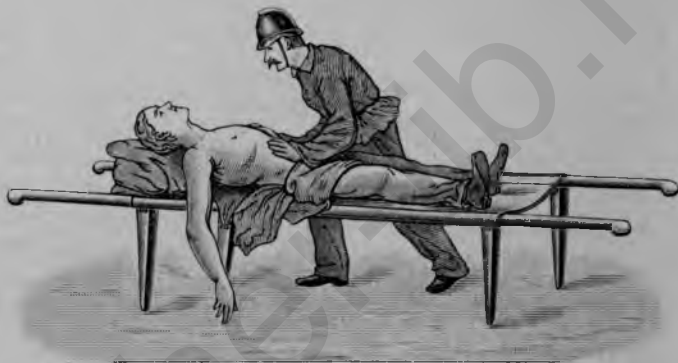


Рис. 211. Массажъ сердца по Франку.

съ одной стороны, попеременно суженіе и расширеніе грудной клѣтки. Съ другой стороны, такимъ образомъ производится *массажъ сердца*, что имѣетъ огромное значеніе въ смыслѣ оживленія (Рис. 211). Дыханіе всегда и постоянно должно быть *полнымъ*, т. е. грудная клѣтка всегда должна расширяться до крайнихъ предѣловъ, чтобы втянуть въ себя какъ можно больше воздуха. Дышать полной грудью слѣдуетъ *всѣмъ*. При нѣкоторыхъ болѣзняхъ, влекущихъ за собой сильную одышку, мышцы верхней части грудной клѣтки и шеи инстинктивно принимаютъ дѣятельное участіе въ актѣ вдыханія, такъ какъ человѣкъ пускаетъ въ ходъ всѣ средства, чтобы втянуть въ себя какъ можно больше живительнаго воздуха. Наблюдается это, напр., при **астмѣ** (см.), выпотахъ въ грудной полости и пр., всего же рѣзче—при **крупѣ** (см.). Въ нормальномъ состояніи эти мышцы не должны, однако, принимать ни малѣйшаго участія въ актѣ дыханія, такъ какъ и остальныхъ мышцъ, имѣющихся для этой цѣли въ нашемъ распоряженіи, исполнѣтъ насъ достаточно. Къ сожалѣнію, какъ сказано, женщины искусственными мѣрами лишаютъ себя возможности пускать



въ ходъ съ надлежащей силой наиболѣе могущественную вдыхательную мышцу: грудобрюшную преграду. Само собой разумѣется, что это наблюдается только въ среднихъ и высшихъ классахъ, и притомъ преимущественно въ городахъ. Почти всѣ деревенскія дѣвушки и женщины дышатъ постоянно полной грудью, что даетъ возможность грудной клѣткѣ надлежащимъ образомъ развиваться. Правильное развитие грудной клѣтки, несомнѣнно, значительно увеличиваетъ между тѣмъ ихъ естественную привлекательность. То же самое наблюдается и у городскихъ жительницъ, посвящающихъ много времени спорту и играмъ на открытомъ воздухѣ, а главное, не уродующихъ своего тѣла съ раннихъ лѣтъ панцыремъ, именуемымъ корсетомъ.

Приложенныя къ предыдущей статьѣ рис. 206 и 207— по Ранке—наглядно указываютъ намъ на тѣ измѣненія, которыя происходятъ въ нашемъ тѣлѣ при вдыханіи и выдыханіи. Мы можемъ легко убѣдиться, что въ правильномъ дыханіи принимаютъ одновременно участіе *всѣ*, а не отдѣльныя только части грудной клѣтки. Если мы начнемъ съ праваго рисунка, то увидимъ, что при *вдыханіи* позвоночникъ сильнѣе изгибается, грудная полость расширяется и удлиняется, грудина подымается, грудобрюшная преграда опускается. Передняя стѣнка живота при вдыханіи выпячивается впередъ, между тѣмъ какъ при выдыханіи она втягивается. Итакъ, дышать полной грудью слѣдуетъ *всѣмъ*, особенно же тщательно должно приучать къ этому дѣтей.



Рис. 212. Вращеніе рукъ.  
(По Вальзеру).

**Дыханіе — затрудненное.** Затрудненное дыханіе можетъ явиться непосредственнымъ послѣдствіемъ заболѣванія дыхательныхъ органовъ. Во многихъ случаяхъ оно является, однако, послѣдствіемъ заболѣванія сердца и аппарата кровообращенія. Во многихъ случаяхъ затрудненіе дыханія обуславливается скопленіемъ газовъ въ желудкѣ или кишкахъ, вслѣдствіе чего производится давленіе на діафрагму, а также на легкія и сердце. Опухоли органовъ, заключенныхъ въ полости живота, также вызываютъ затрудненіе дыханія. Само собой разумѣется, что **леченіе** находится въ тѣснѣйшей зависимости отъ основной причины, которую и слѣдуетъ, по возможности, устранить или, въ крайнемъ случаѣ, облегчить. Въ большинствѣ случаевъ разумное примѣненіе **дыхательной**

гимнастики (см.) отражается очень благоприятно на затрудненномъ дыханіи.

**Дыхательная гимнастика.** Къ такой гимнастикѣ должны бы прибѣгать все малокровныя лица, а также лица, страдающія сердечными болѣзнями и слабостью легкихъ. Очень хорошо дѣйствуетъ также легочная гимнастика при застояхъ крови.

Она ведетъ не только къ усилению грудной мускулатуры и расширенію грудной клѣтки, но также къ укрѣпленію самой *легочной ткани* и къ значительному оживленію кровообращенія, что объясняется слѣдующимъ образомъ. При медленномъ глубокомъ вдыханіи кровь сильно присасывается къ сердцу; при столь же сильнымъ и глубокомъ выдыханіи съ меньшей силой выжимается артеріальная кровь. Ближайшими послѣдствіями являються: уменьшеніе

застоевъ крови въ головѣ или тѣлѣ, оживленіе кровообращенія, улучшеніе цвѣта лица, улучшеніе дыханія, болѣе энергичная дѣятельность сердца и пр.

Эти дыхательныя движенія слѣдуетъ производить слѣдующимъ образомъ. Выпрямивши станъ и заложивши руки, при выпяченной впередъ груди, за голову, медленно втягиваютъ въ себя носомъ, при плотно сжатыхъ губахъ, какъ можно больше воздуха. Въ такомъ положеніи остаются нѣ-



Рис. 213. Сведеніе рукъ (съ преодоленіемъ сопротивленія).

сколько секунд; затѣмъ, опустивши руки, столь же медленно выдуваютъ изъ себя—опять-таки черезъ носъ—воздухъ до тѣхъ поръ, пока это только возможно. Такимъ путемъ наилучшимъ образомъ осуществляется грудобрюшное дыханіе и вентиляція нижнихъ долей легкихъ, каковая при поверхностномъ дыханіи совершается крайне неудовлетворительно.

Упражненіе это слѣдуетъ производить преимущественно въ атмосферѣ очищеннаго воздуха, сбросивши съ себя стѣснительное платье, разъ 5, 10, 15 подъ рядъ. Немедленно послѣ упражненія испытывается обыкновенно чрезвычайно пріятное ощущеніе. На рис. 206 и 207 нами изображена грудная клѣтка въ положеніи вдыханія и выдыханія.

Выбрасываніе рукъ въ стороны и вверхъ, вращеніе руками, сгибаніе туловища въ стороны и назадъ при одновременномъ глубокомъ вдыханіи и выдыханіи представляютъ собой столь же простые,

сколь и дѣйствительныя средства для развитія грудной клѣтки и дыхательныхъ мышцъ. Было бы желательно, чтобы всѣ рѣшительно лица, которыя лишены возможности предаваться физическому труду и движенію на открытомъ воздухѣ, продѣлывали утромъ и вечеромъ такого рода упражненія.

Еще разъ повторяемъ: чѣмъ больше грудобрюшная преграда принимаетъ участія въ актѣ дыханія, и тѣмъ глубже



Рис. 214. Разведеніе рукъ (съ преодоленіемъ сопротивленія).

и основательнѣе совершается втягиваніе свѣжаго воздуха въ легкія и удаленіе наружу воздуха испорченнаго. Основательно упражняется діафрагма только въ томъ случаѣ, когда мы медленно втягиваемъ и удаляемъ воздухъ, причемъ это непременно должно дѣлаться при *закрытомъ* ртѣ, а не при открытомъ, какъ это многіе дѣлають. Мы не должны забывать, что воздухъ долженъ проникать въ легкія только черезъ *носъ*, а отнюдь не черезъ ротъ.

Помимо только - что указанныхъ нами дыхательныхъ упражненій, существуютъ и другія. Укажемъ прежде всего на кругообразное раскачиваніе рукъ (рис. 212), которое вызываетъ расширеніе грудной кѣтки и вмѣстѣ съ тѣмъ укрѣпляетъ и мышцы верхней конечности.

Наилучшими, слѣдуетъ, однако, считать упражненія съ *противодѣйствіемъ* (преодоленіемъ сопротивленія). На рис. 213 и 214 нами изображены сведеніе и разведеніе рукъ, каковыя движенія могутъ быть выполняемы только при содѣйствіи вполнѣ подготовленной помощницы. Закрывши ротъ, пациентка старается втягивать въ себя воздухъ до тѣхъ поръ, пока уже „больше ничего не входитъ“. Тогда стараются — при задержанномъ дыханіи развести соединенныя впереди руки, чему помощница оказываетъ сильное сопротивленіе. Послѣ того — все при закрытомъ ртѣ — стараются медленно выдохнуть изъ себя воздухъ, причемъ всѣ мышцы расслабляются. При повторномъ вдыханіи руки



Рис. 215. Приподниманіе грудной кѣтки.

снова при сильномъ сопротивленіи соединяются, и остатокъ воздуха медленно удаляется. Упражнение это, которое для новичковъ оказывается чрезвычайно утомительнымъ, повторяется раза 3—5, всего лучше при открытыхъ окнахъ.

Огромную пользу приноситъ и слѣдующее упражненіе (рис. 215). При глубокомъ вдыханіи плечи сильно приподымаются, между тѣмъ, какъ грудь, вслѣдствіе нажатія колѣномъ, сильно выпячивается впередъ и голова запрокидывается назадъ. При выдыханіи плечи спускаются внизъ.

При *односторонней* слабости груди прибѣгаютъ къ **одностороннему глубокому дыханію**. Продѣлывается это слѣдующимъ образомъ. Соотвѣтствующей рукой плотно прижимаютъ здоровый бокъ, другую же руку кладутъ на голову; затѣмъ сильно вдыхаютъ въ себя воздухъ, удерживаютъ его нѣкоторое время въ себѣ, и затѣмъ снова его выдыхаютъ. Приподнятіе руки облегчаетъ работу больному боку и даетъ ему возможность шире расправиться. Упражнение это повторяютъ отъ 5 до 10 разъ.

## Е.

**Евпаторія** — уѣздный городъ таврической губ. Расположена на западномъ берегу Чернаго моря. Тихое море, слабый прибой волны и чудное ровное дно обязываютъ насъ отнести Евпаторію къ лучшимъ купаньямъ Чернаго моря. Грязи въ *Мойнакскомъ* заведеніи. Пароходное сообщеніе съ Одессой и Севастополемъ. Жизнь довольно однообразная, но не особенно дорогая.

**Егеровское бѣлье**. Нѣтъ сомнѣнія въ томъ, что видѣть спасеніе только въ томъ бѣльѣ, которое носитъ марку Егера, и платить за такое бѣлье дороже—нѣтъ никакого основанія. Очень мало защитниковъ встрѣчаетъ въ настоящее время и утверженіе Егера, что только овечья шерсть должна служить матеріаломъ для человѣческаго бѣлья. Тѣмъ не менѣе, за Егеромъ слѣдуетъ признать и нѣкоторыя заслуги: однимъ изъ первыхъ обратилъ онъ вниманіе на нецѣлесообразность современной одежды и попытался ввести въ нее нѣкоторыя реформы. Однимъ изъ первыхъ указалъ онъ на то, что проницаемость (скважность) и способность всасывать испаренія составляютъ главныя условія цѣлесообразнаго бѣлья. Въ этихъ въ общемъ немаловажныхъ заслугахъ мы не можемъ отказать Егеру.



Корь



Скарлатина

## Ж.

**Жаба**, см. „Ангина“.

**Жажда.** По существу ощущение это уже было нами изучено во 2-ой главѣ I части. Здѣсь намъ остается указать только на нѣкоторыя болѣзненные проявленія жажды. Наблюдаются такого рода ощущенія у нѣкоторыхъ нервныхъ особъ, у нѣкоторыхъ желудочныхъ больныхъ (чрезмѣрное выдѣленіе или сильная кислотность желудочнаго сока), при воспаленіи слизистой оболочки желудка, при сахарной болѣзни, холерѣ и пр. Если только злоупотребленіе жидкостями не является слѣдствіемъ просто дурной привычки, чрезмѣрная жажда должна зависѣть отъ какихъ-либо болѣзненныхъ причинъ, которыя въ каждомъ отдѣльномъ случаѣ должны быть тщательно отыскиваемы. Чрезмѣрное потребленіе жидкостей отражается на организмѣ неблагоприятно во многихъ отношеніяхъ. Прежде всего появляется въ большинствѣ случаевъ распиреніе и ослабленіе желудка, а также и кишекъ. Болѣе отдаленными послѣдствіями является переполненіе кровяного русла и—послѣдовательно—переутомленіе сердца. За нимъ слѣдуетъ обыкновенно переутомленіе почекъ, которыя должны выдѣлить изъ организма избытокъ жидкости.

Чрезмѣрная жажда, часто испытываемая нами лѣтомъ, является нерѣдко выраженіемъ рѣзкой сухости горла. Въ такомъ случаѣ она гораздо лучше утоляется прополаскиваніемъ рта, чѣмъ погребленіемъ даже большихъ количествъ жидкости. Теплые напитки даже лѣтомъ гораздо лучше утоляютъ жажду, чѣмъ холодные \*), и это свойство теплыхъ напитковъ (чая) отлично извѣстно нашимъ кушцамъ и простонародью.

На возбужденіе жажды имѣетъ также огромное вліяніе и нецѣлесообразная *пища*. Таковой можно считать пищу, въ которой преобладаютъ пряности, жиры, соль и входитъ слишкомъ много мучнистыхъ веществъ. Очень сильно возбуждаютъ жажду и спиртные напитки.

**Железы.** То, что современная медицина понимаетъ подъ общимъ названіемъ *железы*, несомнѣнно, въ самомъ недалекомъ будущемъ получитъ гораздо болѣе опредѣленную и научную классификацію. Въ настоящее время всѣ железы имѣютъ между собой общаго только то, что всѣ онѣ получаютъ матеріалъ для своей дѣятельности изъ крови и служатъ для

\*) См. по этому предмету мою ст. въ «Спутникъ здоровья» за 1901 г.

выдѣленія опредѣленнаго вещества. Нѣкоторыя железы выдѣляютъ изъ крови и удаляютъ наружу *вредные* органическіе продукты. Къ таковымъ мы можемъ причислить, напр., потовыя и сальныя железы кожи; главнымъ же образомъ *почки*, которыя выдѣляютъ чрезвычайно ядовитый для нашего организма продуктъ: мочу. На ряду съ этими железами существуютъ другія, которыя выдѣляютъ продукты не только полезныя, но *необходимыя* для правильнаго выполненія главнѣйшихъ органическихъ функцій. Такихъ железъ существуетъ очень много, преимущественно въ пищеварительномъ каналѣ, который буквально устланъ ими сверху до низу. Начиная съ слюнныхъ железъ, находящихся во рту, мы находимъ железы на всемъ протяженіи желудка и кишечъ. Огромнѣйшими железами являются поджелудочная железа и печень, роль которой очень значительна, и притомъ не только въ актѣ пищеваренія.

Къ железамъ же мы причисляемъ и *лимфатическія*, которыя, въ свою очередь, также имѣютъ совершенно спеціальныя задачи, изъ числа коихъ нѣкоторыя нами еще не достаточно изучены. Нѣтъ никакого сомнѣнія въ томъ, что одна изъ ихъ важнѣйшихъ задачъ состоитъ въ томъ, чтобы стоять на стражѣ организма и посредствомъ населяющихъ ихъ бѣлыхъ кровяныхъ шариковъ вступать въ непосредственную борьбу съ микробами, какъ только послѣдніе проникли въ наше тѣло. Онѣ постоянно выдерживаютъ первый натискъ врага, и по ихъ состоянію мы всего вѣрнѣе судимъ о томъ, какъ далеко успѣлъ проникнуть неприятель. Роль ихъ въ этомъ отношеніи чрезвычайно важна, и не разъ уже приходилось сожалѣть объ ихъ преждевременномъ удаленіи при золотухѣ, напр., при которой онѣ задерживаютъ, повидимому, вторженіе въ организмъ коховскихъ палочекъ. Весьма вѣроятно, что этимъ роль ихъ въ организмѣ еще не ограничивается. По крайней мѣрѣ, относительно наиболѣе значительной лимфатической железы—селезенки у насъ имѣются очень серьезныя основанія думать, что она принимаетъ важное участіе въ процессѣ кровотоенія.

Существуютъ, наконецъ, железы, роль которыхъ намъ почти совершенно неизвѣстна, несмотря на то, что значеніе ихъ подчасъ бываетъ очень велико. Давно ли, напр., бернскій профессоръ Кохеръ и женевскій Реверденъ замѣтили, что удаленіе щитовидной железы при зобѣ влечетъ за собой идиотизмъ! Очевидно, что функція этой железы очень тѣсно связана съ нашими *духовными* отправлениями. Между тѣмъ, какихъ-нибудь 20 лѣтъ всего тому назадъ одна уже мысль объ этомъ показалась бы несурзадной. Нѣтъ, поэтому,



никакого сомнѣнія въ томъ, что въ отношеніи изученія строенія и отправленій железъ наука даже недалекаго будущаго готовитъ намъ важныя открытія.

**Желтуха.** Причины желтухи—многочисленны. Всѣ онѣ находятся въ косвенной или прямой связи съ заболѣваніемъ печени, въ которой образуется желчь. Наиболѣе частой причиной желтухи являются **желчные камни** (см.), которые закупориваютъ выходъ желчи изъ желчнаго пузыря въ кишку. Вслѣдствіе этого желчь скопляется въ печени, откуда переходитъ въ кровь. Въ такомъ случаѣ желчь окрашиваетъ собой всѣ ткани организма, начиная съ соединительной оболочки глазъ, на которой она появляется прежде всего, и заканчивая кожей, которую она окрашиваетъ въ особенный желто-соломенный, въ рѣзкихъ же случаяхъ—въ оливковый цвѣтъ. Дальнѣйшія свѣдѣнія относительно желтухи напш читательницы найдутъ въ главѣ „Печень“ и „Желчные камни“ (см.), къ которымъ мы ихъ и отсылаемъ.

**Желудка—острое разстройство.** Острое разстройство желудка является послѣдствіемъ злоупотребленія пищей. Поглощаемъ ли мы здоровые продукты въ неумѣренномъ количествѣ или же отправляемъ въ желудокъ какой-либо несвѣжій или недоброкачественный продуктъ, намъ одинаково грозитъ острое разстройство желудка. Въ скоромъ времени появляется головная боль, боль подъ ложечкой, тошнота, а затѣмъ и рвота. Современная наука смотритъ на эти явленія, какъ на выраженіе самоотравленія организма особенными ядами. Вслѣдствіе вполнѣ понятныхъ причинъ, острое разстройство желудка наблюдается, преимущественно, всего чаще у дѣтей, и притомъ въ лѣтнее время, въ сезонъ плодовъ, которыми дѣти такъ охотно злоупотребляютъ.

Что касается до **рвоты** (см.), которой острое разстройство желудка черезъ нѣкоторое время обыкновенно сопровождается, то мы на нее должны смотрѣть, какъ на актъ самопомощи, который организмъ пускаетъ въ ходъ съ цѣлью освободиться отъ вредныхъ веществъ, скопившихся въ пищеварительномъ каналѣ. Этимъ объясняется также значительное облегченіе, которое больные обыкновенно испытываютъ послѣ рвоты. Часто врачъ видитъ себя вынужденнымъ помочь въ этомъ отношеніи природѣ, прописавъ **рвотное** (см.), съ цѣлью облегчить больного. Во всякомъ случаѣ, больного слѣдуетъ уложить въ постель, прописать слабительное или, еще лучше, поставить клизму; на желудокъ—согрѣвающій компрессъ; полная діета до тѣхъ поръ, пока больной не ощутитъ истинной потребности нѣсколько подкрѣпиться. Въ такомъ случаѣ—бульонъ или молоко въ умѣренномъ количествѣ. Покой и свѣжій воздухъ!

**Желудка—болѣзни.** Болѣзни желудка отличаются разнообразіемъ, и мы лишены возможности разсмотрѣть ихъ всѣ. О наиболѣе важныхъ изъ ихъ числа у насъ будетъ рѣчь особо. Здѣсь же мы дадимъ лишь общій обзоръ ихъ. *Катарръ* желудка характеризуется воспаленіемъ слизистой оболочки. *Острый* катарръ появляется подъ влияніемъ какого-либо остраго раздраженія и легко проходитъ подъ влияніемъ покоя и легкой діеты. *Хроническій* катарръ наживается въ теченіе болѣе или менѣе продолжительнаго времени вслѣдствіе употребленія пищи въ излишнемъ количествѣ или же пищи острой, несовсѣмъ свѣжей или раздражающей. На первомъ планѣ должны въ этомъ отношеніи быть поставлены спиртные напитки. Леченіе хроническаго катарра требуетъ продолжительнаго соблюденія надлежащей діеты. Изъ пищи слѣдуетъ изгнать, по возможности, жирныя и мучнистыя, а также всѣ острыя и раздражающія вещества.

*Расширеніе желудка* образуется при *вялости* желудочныхъ стѣнокъ, когда пища задерживается въ желудкѣ дольше, чѣмъ это требуется при нормальныхъ условіяхъ. Въ такомъ случаѣ очень часто появляется въ желудкѣ также и *броженіе*, послѣдствіемъ котораго является обильное развитіе газовъ. Сказывается это тяжестью подъ ложечкой, вздутіемъ желудка, отрыжкой, сквернымъ вкусомъ во рту, головной болью, ощущеніемъ общей слабости и пр. Въ такомъ случаѣ слѣдуетъ избѣгать веществъ, вызывающихъ броженіе, особенно же сахаристыхъ веществъ и пшеничныхъ напитковъ, которые еще больше растягиваютъ желудокъ. Слѣдуетъ вообще уменьшить потребленіе жидкостей. Въ рѣзко выраженныхъ случаяхъ

требуется промываніе желудка (см.), которое нерѣдко приноситъ быстрое и рѣзкое облегченіе. Въ тѣхъ случаяхъ, когда желудочныя разстрой-



Рис. 216. Обливаніе желудка въ лежачемъ положеніи.

ства сопровождаются болями, излюбленнымъ и очень дѣйствительнымъ средствомъ является согрѣвающий компрессъ, горячая бутылка или же грѣлка (см.) на животъ. Очень хорошо помогаетъ въ нѣкоторыхъ случаяхъ и обливаніе желудка, которое производится такъ, какъ это у насъ изображено на рис. 216.

Температура воды мѣняется отъ 16° до 30° Ц., въ зависимости отъ особенностей каждаго даннаго случая и отъ того, какія именно цѣли въ каждомъ отдѣльномъ случаѣ преслѣдуются.

Въ другихъ случаяхъ бываютъ показаны полуванны, иногда съ послѣдующимъ холоднымъ обливаніемъ вдоль позвоночника. Діета всегда играетъ, само собой разумѣется, преобладающую роль. Въ нѣкоторыхъ случаяхъ требуется соблюденіе даже болѣе или менѣе строгаго поста. Частота приемовъ пищи также имѣетъ огромное значеніе. Въ тѣхъ случаяхъ, когда желудокъ слабъ, пищи не слѣдуетъ принимать большими количествами сразу, и предпочтительнѣе бываетъ кушать чаще, но небольшими количествами. Не слѣдуетъ принимать пищи ни слишкомъ горячей (могутъ образоваться язвы!), ни слишкомъ холодной. Въ случаѣ рвоты помогаютъ пшпучіе напитки, принимаемые въ небольшихъ количествахъ, и еще лучше глотаніе льда мелкими кусками.

Что же касается до болѣе тяжелыхъ страданій желудка, какъ то: язвы или рака, то эти болѣзни нами будутъ рассмотрѣны въ специальныхъ главахъ.

**Желудка — массажъ.** При отсутствіи аппетита, а также слабости и вялости желудочныхъ стѣнокъ, образованіи газовъ и пр. очень хорошо дѣйствуютъ во многихъ случаяхъ поглаживанія желудка, которыя производятся съ большей или меньшей силой, но всегда въ одномъ и томъ же направленіи: слѣва направо по направленію мышечныхъ волоконъ желудка. Очень хорошо дѣйствуетъ также и вибраціонный массажъ, для котораго требуется, однако, специальный инструментъ. Во всякомъ случаѣ, массажъ можетъ быть примѣняемъ только въ томъ случаѣ, если существуетъ абсолютная увѣренность въ томъ, что въ желудкѣ не имѣется какой-либо опухоли, а также не существуетъ наклонности къ кровотечениямъ.

**Желудка — промываніе.** Промываніе желудка, изобрѣтеніемъ котораго человечество обязано Куссмаулю, представляетъ собой очень полезную, а въ нѣкоторыхъ случаяхъ прямо благотѣльную операцію. Состоитъ она въ краткихъ чертахъ въ слѣдующемъ: каучуковая трубка извѣстнаго калибра опускается черезъ пищеводъ въ желудокъ. Когда нижній конецъ трубки достигъ дна желудка, верхній конецъ трубки

соединяется съ лейкой, въ которую наливается вода. Затѣмъ лейка приподымается, и вода проникаетъ въ желудокъ. Когда въ желудокъ проникло уже достаточно воды, лейка опускается внизъ и тогда желудочное содержимое — по закону сифона —



Рис. 217. Промываніе желудка.

вытекаетъ обратно, увлекая съ собой все, что только находилось въ желудкѣ. Вся описанная операція очень наглядно представлена на прилагаемомъ при семь рис. 217.

Операція эта въ дѣйствительности далеко не является такой страшной, какъ это себѣ нѣкоторые читательницы, быть можетъ, представляютъ. У простыхъ неизбалованныхъ людей, напр., у крестьянъ и рабочихъ промываніе желудка продѣлывается очень легко. Слѣдуетъ, впрочемъ, сказать, что очень легко продѣлываютъ ее на самихъ себѣ и многіе больные изъ интеллигентныхъ классовъ. Для быстрого и безболѣзненнаго введенія кишки слѣдуетъ соблюдать, главнымъ образомъ, слѣдующія правила: головы не слѣдуетъ запрокидывать назадъ, какъ это каждый инстинктивно склоненъ бываетъ сдѣлать; дышать слѣдуетъ какъ можно шире и вообще все время слѣдуетъ соблюдать возможное спокойствіе; тогда все отлично обойдется. Прямымъ противопоказаніемъ къ промыванію желудка считается проявленіе крови на зондѣ, что указываетъ на то, что въ пищеводѣ или желудкѣ имѣется какая-то язва, ранка или опухоль, которую мы еще болѣе можемъ разбередить каучуковой трубкой. Въ такихъ случаяхъ къ промыванію желудка больше не прибѣгаютъ.

Если промываніе приноситъ при нѣкоторыхъ болѣзняхъ желудка большую пользу, то оно оказывается положительно незамѣнимымъ при *отравленіяхъ*. Въ такихъ случаяхъ про-

мываніе желудка оказывается наиболѣе простымъ и вмѣстѣ съ тѣмъ наиболѣе вѣрнымъ средствомъ для удаленія яда изъ желудка. Можно сказать съ увѣренностью, что изобрѣтеніе Куссмауля дало возможность спасти жизнь не одной тысячѣ людей.

**Желчные камни, см. „Камни—желчные“.**

**Желчь** представляетъ собой, какъ всѣмъ извѣстно, продуктъ выдѣленія самой крупнѣйшей железы нашего тѣла—печени.

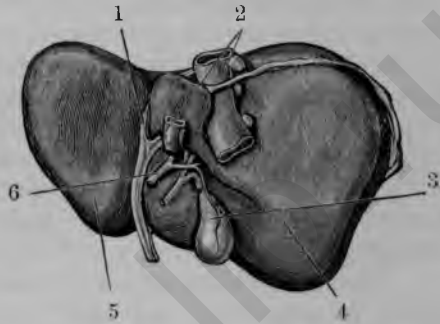
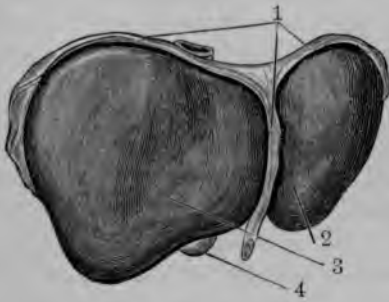


Рис. 218. Печень (видъ сверху).

1. Связки печени. 2. Лѣвая доли.  
3. Правая доли. 4. Желчный пузырь.

Рис. 219. Печень (видъ снизу).

1. Связка. 2. Вены. 3. Желчный пузырь. 4. Правая доли. 5. Лѣвая доли. 6. Сосуды печени.

Изъ *желчного пузыря*, который вмѣстѣ съ печенью изображенъ на прилагаемыхъ при семъ рисункахъ, желчь во время пищеваренія изливается въ 12-перстную кишку и оказываетъ надлежащее дѣйствіе на пищу. Желчь имѣетъ очень важное назначеніе. Прежде всего она содѣйствуетъ всасыванію жировъ пищи, обращая послѣдніе въ такъ-называемую эмульсію. Кромѣ того, она очищаетъ и дезинфицируетъ кишечникъ, который порядкомъ загрязняется безчисленными происходящими въ немъ процессами. Она вмѣстѣ съ тѣмъ сообщаетъ и характерный желтоватый цвѣтъ нашимъ испражненіямъ. Потому-то въ случаѣ задержки желчи въ организмѣ (напр., при желчныхъ камняхъ) испражненія принимаютъ темноватый *спрый* цвѣтъ и вмѣстѣ съ тѣмъ отпачаются столь рѣзкимъ—часто невыносимымъ запахомъ.

Желчь образуется, какъ сказано, въ желчныхъ путяхъ печени и во время пищеваренія изливается изъ послѣдней въ 12-перстную кишку. Поэтому въ случаѣ прешаствія къ истеченію желчи изъ пузыря, вслѣдствіе закупорки послѣдняго желчнымъ камнемъ, напр., или вслѣдствіе катарра желчныхъ путей желчь собирается въ крови, которая разноситъ ее по всему тѣлу. Такъ какъ желчь представляетъ собой несомнѣнно ядовитое вещество, то и понятно, почему она, скопляясь въ крови, вызываетъ нѣкоторыя явленія отгра-

вления. Желчь попадает во всё почти жидкости организма, и въ мочѣ, напр., ее очень легко бываетъ открытъ, чѣмъ и пользуются для скорѣйшаго распознаванія болѣзни.

**Желѣзо.** Объ этомъ веществѣ у насъ уже была рѣчь, когда мы въ I части говорили про „**Наше питаніе**“. Здѣсь скажемъ нѣсколько словъ о значеніи желѣза, какъ *лекарства*. Желѣзо представляетъ собой одно изъ наиболѣе цѣнныхъ веществъ для кровотоверенія, такъ какъ оно составляетъ необходимую принадлежность гемоглобина, существенной составной части краснаго кровяного шарика. Тѣмъ не менѣе, каждому врачу приходится, несомнѣнно, указывать на то, что желѣзо, которое является, такъ сказать, специфическимъ средствомъ при малокровіи, только тогда можетъ приносить надлежащую пользу, когда при этомъ соблюдаются нѣкоторыя существенныя гигиеническія условія, изъ которыхъ на первомъ планѣ ставимъ достаточный *сонъ, покой и пользованіе солнечнымъ свѣтомъ и тепломъ*.

Желѣзо прописывается врачами во всѣхъ видахъ, и самихъ препаратовъ желѣза существуетъ такое множество, мимъ что въ нихъ не всегда въ пору бываетъ разобраться и саврачамъ. Помимо того, существуютъ и воды, содержащія желѣзо, которыя очень хорошо переносятся больными. Въ общемъ, повторяемъ, желѣзо должно считаться однимъ изъ наиболѣе драгоценныхъ лекарствъ медицинскаго арсенала.

**Желѣзноводскъ** извѣстенъ, преимущественно, своими минеральными водами, хотя можетъ служить одновременно и прекрасной горной станціей. Воды его принадлежатъ къ разряду желѣзисто-щелочныхъ и примѣняются не только внутренне, но и наружно. Выпиваютъ, обыкновенно, не больше 4 стакановъ въ день. Курсъ леченія продолжается не менѣе 6 недѣль. Показанъ Желѣзноводскъ при малокровіи и блѣдный немочи, хроническихъ катаррахъ пищеварительнаго тракта, хроническихъ страданій почекъ и женской половой сферы, послѣ изнурительныхъ болѣзней и пр. Сезонъ—съ конца мая по конецъ августа. Примѣняются всевозможные вспомогательные методы леченія (водолеченіе, массажъ, электризація, леченіе кумысомъ, кефиромъ, гимнастикой и пр.). Что касается до стоимости проѣзда въ Желѣзноводскъ, то соответствующія свѣдѣнія приведены нами въ статьѣ „**Кавказскія минеральныя воды**“, въ которой мы и отсылаемъ интересующихся этимъ вопросомъ.

**Женщина-врачъ.** Послѣ довольно продолжительнаго перерыва женщинамъ вновь открыта у насъ въ Россіи врачебная профессія, и въ этомъ году состоялся уже первый вы-

пускъ *новыхъ* женщинъ-врачей. Заслуги женщинъ на врачебномъ поприщѣ, особенно у насъ въ Россіи, очень значительны. Вообще можно сказать, что женщины съ присущими имъ любовью и сердечностью, внимательностью и добросовѣстностью, какъ бы самой судьбой предназначены для нѣкоторыхъ врачебныхъ специальностей, изъ которыхъ мы на первомъ планѣ ставимъ дѣтскія и глазныя болѣзни. Это нисколько не исключаетъ, само собой разумѣется, заслугъ женщинъ также и на другихъ поприщахъ, не исключая и хирургическаго, на которомъ г-жа Архангельская, напр., приобрѣла у насъ даже всеобщую извѣстность. Въ ряду другихъ специальностей слѣдуетъ указать также и на женскія болѣзни, съ которыми большинство женщинъ, особенно молодыхъ, столь неохотно обращаются къ мужчинамъ-врачамъ. Это, впрочемъ, и понятно: трудно повѣрять интимности половой и семейной жизни постороннему человѣку вообще. Тѣмъ болѣе трудно сдѣлать это по отношенію къ человѣку другого пола. Поэтому слѣдуетъ думать, что современемъ и эта специальность всецѣло отойдетъ къ женщинамъ.

**Жженіе въ наружныхъ половыхъ частяхъ.** Отчасти вслѣдствіе нарушенія правильнаго обмѣна веществъ, отчасти же вслѣдствіе половыхъ раздраженій, ближайшія причины которыхъ еще не достаточно изслѣдованы, появляется изъ влагалища истечение, которое производитъ сильное жженіе въ наружныхъ половыхъ частяхъ, а также вызываетъ на прилегающихъ частяхъ бедеръ воспаленіе кожи съ производящимъ зудъ и мокнущимъ отдѣлимымъ. Истечение это можетъ длиться много недѣль подъ рядъ, причиняя сильное жженіе. Помочь этому состоянію можно частыми теплыми полуваннами, осторожнымъ выборомъ пищи и ежедневными ножными ваннами въ 35° Ц. безъ послѣдовательнаго охлажденія. Кромѣ того, раздѣденныя мѣста на кожѣ посыпаются рисовой пудрой; ихъ можно также прикрывать полотняными тряпочками, пропитанными ланолиномъ или миндальнымъ масломъ. Средства эти приносятъ значительное облегченіе и постепенно ведутъ къ излеченію.

**Живосѣченіе,** см. „Вивисекція“.

**Живота — вздутіе.** Когда поглощенная пища начинаетъ разлагаться и бродить, тогда образуются въ кишкахъ въ большомъ количествѣ газы, которые вздуваютъ животъ и причиняютъ иногда также острые колющіе боли. Всего больше страдаютъ этимъ нервныя больныя и тѣ лица, которыя ведутъ, преимущественно, сидячій образъ жизни. Вслѣдствіе этого кишечникъ начинаетъ вяло работать и пища застаивается.

вается. Между тѣмъ, при значительномъ количествѣ газовъ страдаетъ также и дыханіе, такъ какъ стѣсняется дѣятельность грудобрюшной преграды. Нерѣдко обнаруживаются при этомъ также разстройства дѣятельности сердца. Само собой разумѣется, что при такихъ условіяхъ нарушаются также болѣе или менѣе и нѣкоторыя другія отправленія организма. Наблюдается это состояніе чаще въ качествѣ осложненія нѣкоторыхъ кишечныхъ страданій; иногда, однако, и самостоятельно.

= **Леченіе.** Діету слѣдуетъ соответствующимъ образомъ измѣнить. Рекомендуются массажъ живота и накладываніе горячихъ бутылокъ или грѣлокъ на животъ. Діета сводится къ преимущественному употребленію въ пищу простокваши, тощаго мяса, рису, овсяной крупы. Изъ плодовъ рекомендуются яблоки и апельсины. Въ тяжелыхъ случаяхъ остается ввести какъ можно выше въ толстую кишку каучуковую трубку и при помощи шприца высосать газы, что тотчасъ же и доставляетъ огромное облегченіе больному.

Само собой разумѣется, что, какъ только главная причина образованія газовъ открыта, тотчасъ же слѣдуетъ устранить ее. слѣдуетъ изгнать изъ пищи вещества, которыя способствуютъ обильному образованію газовъ. Къ таковымъ причисляютъ: стручковые плоды, капусту простую и цвѣтную, тяжелые пироги, сливы, груши, рѣдьку и пр.

Для устраненія вздутія живота, которое получило хроническое теченіе и находится въ тѣсной зависимости отъ сидячаго образа жизни, рекомендуются нѣкоторыя гимнастическія упражненія, какъ то: сгибаніе и вращеніе туловища въ стоячемъ, сидячемъ, а также и колѣнопреклоненномъ положеніи. Медленно и методически производятъ эти движенія разъ 5—10 утромъ и вечеромъ. Какимъ образомъ ихъ слѣдуетъ производить, всего лучше указываютъ рисунки, приложенные нами къ главѣ о „Шведской гимнастикѣ“ (см.). На рисункахъ этихъ нами изображена женщина, которая уже позаботилась о томъ, чтобы удалить съ себя стѣснительную одежду и которая вообще твердо задалась повидимому цѣлью избавиться отъ вялости кишечника, доставляющей ей не мало страданій. Нельзя сомнѣваться въ томъ, что стремленія ея увѣнчаются успѣхомъ.

Изъ простыхъ домашнихъ средствъ анисъ, мята, укропъ и тминъ пользуются репутаціей вѣтрогонныхъ. Употребляютъ ихъ въ видѣ чая (настоя).

**Животъ — отвислый.** Отвислый животъ наблюдается преимущественно у женщинъ, у которыхъ, вслѣдствіе ихъ образа жизни, всегда имѣется нѣкоторая склонность къ



ожирѣнію; особенно же часто наблюдается онъ у женщинъ многорожавшихъ. Къ концу беременности плодъ становится довольно тяжелымъ и оттягиваетъ животъ внизъ, что, въ томъ случаѣ, когда стѣнки живота не отличаются особенной упругостью, легко ведетъ къ появленію отвислаго живота.

= **Лечение** сводится къ общему укрѣпленію организма прежде всего; затѣмъ—къ воздѣйствію на стѣнки живота. Простой и вибраціонный массажъ живота; холодныя обливанія бедеръ и живота; полуванны съ прибавленіемъ отвара дубовой коры; наконецъ, ношеніе пояса Юноны, изображеннаго на иллюстраціи № 3—чаще всего значительно облегчаютъ страданіе. Въ крайнемъ случаѣ приходится прибѣгнуть къ специальному леченію, имѣющему цѣлью уменьшить тучность, таковы средства, которыми мы располагаемъ въ борьбѣ съ отвислымъ животомъ.

**Жировая опухоль**, см. „Жировикъ“.

**Жировикъ**.—**Липома**. Жировикъ представляетъ собой въ общемъ опухоль довольно невиннаго свойства. При давленіи она оказывается не особенно плотной. Она не причиняетъ болей. Такъ какъ она, однако, имѣетъ сильную склонность къ безпрестанному увеличенію и такъ какъ въ нѣкоторыхъ мѣстахъ она можетъ казаться не только очень уродливой, но вовлекать въ страданіе и сосѣдніе органы, то всего лучше вылущить ее какъ можно раньше, тѣмъ болѣе, что эта маленькая операція не представляетъ обыкновенно никакой опасности.

**Жолуди**. Какъ плоды и листья, такъ и кора дуба находятъ себѣ примѣненіе съ лечебной цѣлью. Лечебное значеніе ихъ обуславливается содержащейся въ нихъ дубильной кислотой. Большое употребленіе имѣетъ также и кофе изъ жолудей. Его пьютъ съ молокомъ и сахаромъ въ теченіе болѣе или менѣе продолжительнаго времени при склонности къ поносамъ. Одновременно этотъ кофе способствуетъ и ожирѣнію, вслѣдствіе чего рекомендуется тощимъ особамъ.

### 3

**Заболѣванія колѣннаго сустава**, см. „Колѣнный суставъ“.

**Заболѣванія костей**, см. „Кости“.

**Заболѣванія мочеиспускательнаго канала**, см. „Мочеиспускательный каналъ“ и т. д.

**Заведенія для умалишенныхъ** имѣютъ огромное значеніе въ дѣлѣ усиленнаго леченія душевныхъ болѣзней (см.). Они должны отвѣчать извѣстнымъ условіямъ и располагаться по

возможности *внѣ* городовъ, на лонѣ природы. Въ послѣднее время начинаютъ все болѣе и болѣе отрѣшаться отъ системы „закрытыхъ дверей“, при которой съ душевно-больными обращаются, приблизительно, какъ съ преступниками. Все болѣе ихъ повсюду начинаютъ замѣнять „открытыя двери“ и стараются занять душевно-больного здоровымъ трудомъ, преимущественно на вольномъ воздухѣ. Для этого устраиваются спеціальныя мастерскія, а также земледѣльческія колоніи. О томъ, какъ далеки современныя заведенія для умалишенныхъ у насъ въ Россіи даже отъ наиболѣе снисходительныхъ требованій, и какъ мало ихъ вообще у насъ для 130-милліоннаго населенія, объ этомъ мы уже говорили подробно въ вышеназванной статьѣ.

**Завтракъ.** Многія лица, преимущественно пожилыя женщины, имѣютъ обыкновеніе кушать, и притомъ довольно плотно, утромъ за чаемъ, несмотря на то, что онѣ при этомъ не испытываютъ особеннаго аппетита. Это приноситъ имъ скорѣе вредъ, нежели пользу. Не слѣдуетъ забывать, что утромъ пищевареніе бываетъ довольно вялымъ и отдѣленіе пищеварительныхъ соковъ — незначительнымъ. Усиливается оно только къ полудню. Поэтому слишкомъ ранній завтракъ, при отсутствіи истинной потребности въ пищѣ, ведетъ только къ усталости и утомленію и часто лишаетъ насъ возможности провести утро въ производительномъ трудѣ. Не слѣдуетъ забывать, что завтракать рано поутру и притомъ довольно плотно, какъ это вошло, напр., въ обычай у англичанъ, далеко не всѣмъ можетъ быть рекомендуемо.

Скажемъ два слова и о *школьныхъ завтракахъ* въ *учебныхъ заведеніяхъ*, каковому вопросу въ настоящее время совершенно справедливо удѣляютъ много вниманія. На голодный желудокъ не идетъ на умъ ни пѣсня, ни ученіе. Поэтому занятія, которыя ведутся въ то время, когда ученики лишены были возможности подкрѣпить себя сколько-нибудь питательной горячей пищей, не отличаются особенной производительностью. Еще серьезнѣе вопросъ, съ точки зрѣнія нормальнаго роста и развитія организма, къ которому школа предъявляетъ обыкновенно очень значительные запросы, очень слабо заботясь въ то же время о пополненіи затрачиваемой энергіи. Можно только радоваться тому, что наконецъ-то вопросъ о школьныхъ завтракахъ поставленъ на очередь.

**Задержка мочи, см. „Моча“.**

**Задняго прохода—болѣзни.** Болѣзни задняго прохода обусловливаются, преимущественно, его функціей—удалять наружу каловыя массы. Такъ какъ въ послѣднихъ заключается немало вредныхъ и даже ядовитыхъ веществъ, то понятно, что

въ нѣкоторыхъ случаяхъ они оказываютъ раздражающее вліяніе на задній проходъ. Разсмотримъ теперь главнѣйшія заболѣванія задняго прохода въ отдѣльности.

— **Воспаленіе задняго прохода.** Задній проходъ заканчивается особенной „запирательной“ мышцей—жомомъ, который имѣетъ назначеніемъ препятствовать самопроизвольному выступленію испражнений изъ задняго прохода. При скопленіи нечистотъ въ складкахъ этой мышцы, отъ присутствія круглыхъ глистовъ, при ѣдкомъ потѣ и пр., появляются пузырьки, задній проходъ воспаляется. Сказывается это прежде всего ощущеніемъ зуда и жженія, а также и краснотой въ окружности прохода. Мало-по-малу воспаленіе можетъ распространиться на значительное пространство вокругъ задняго прохода. Въ нѣкоторыхъ случаяхъ испытывается при воспаленіи и болѣе или менѣе сильный зудъ.

— **Леченіе.** Начать слѣдуетъ съ того, чтобы ежедневно обмывать проходъ тепловатой водой. На ночь слѣдуетъ вкладывать ватный шарикъ (пропитанный слабымъ борнымъ растворомъ), который бы воспринимать и всасывать въ себя ѣдкія отдѣленія задняго прохода. Вмѣстѣ съ тѣмъ ослабляется и ощущеніе ѣдкаго зуда и жженія. Діету слѣдуетъ соблюдать самую легкую. Послѣ cadaго испражненія, которое обыкновенно вызываетъ сильное раздраженіе прохода, слѣдуетъ дѣлать небольшіе клистиры, въ одну или двѣ ложки, при температурѣ воды въ 18°—24° Р. Эти клизмы производятъ очищающее и вмѣстѣ съ тѣмъ успокаивающее дѣйствіе. Такое же дѣйствіе производятъ теплыя полуванны. Воспаленныя мѣста слѣдуетъ смазывать масломъ. При движеніи вкладываніе ватныхъ шариковъ ни къ чему не ведетъ, такъ какъ они все равно скоро выпадаютъ.

— **Выпаденіе задняго прохода** состоитъ въ томъ, что большая часть слизистой оболочки, покрывающей прямую кишку, выступаетъ при испражненіи наружу. Часть эта, величиной обыкновенно съ орѣхъ, вздувается въ видѣ пузыря, особенно въ тѣхъ случаяхъ, когда испражненіе совершается съ напряженіемъ. Выступаетъ она также при запорахъ, кашлѣ и всякаго рода усиляхъ. При помощи слегка смазанныхъ масломъ пальцевъ удается безъ труда вправить выпавшую часть, и тогда снаружи нельзя замѣтить ничего особеннаго. Главнѣйшими причинами выпаденія задняго прохода слѣдуетъ считать хроническіе запоры, вызывающіе ослабленіе нижняго отдѣла задняго прохода, а также и извѣстное нервное состояніе. Очень легко появляется выпаденіе задняго прохода у дѣтей послѣ продолжительныхъ поносовъ, Появляется оно также у дѣтей при рѣзко выраженной слабости.

— **Лечение.** Не слѣдуетъ запускать выпаденія задняго прохода, особенно въ тѣхъ случаяхъ, когда оно соединяется съ замѣтнымъ исхуданіемъ. Чѣмъ больше больной истощенъ, тѣмъ большее значеніе пріобрѣтаетъ общее леченіе. Что же касается до мѣстнаго леченія, то общія правила, само собой разумѣется, давать довольно трудно, такъ какъ оно зависитъ отъ особенностей каждаго случая въ отдѣльности.

Укажемъ прежде всего на *массажъ*, который производится смазанными жиромъ пальцами. Укажемъ затѣмъ на полуванны съ отваромъ дубовой коры 35° Ц. 10-минутной продолжительности съ послѣдовательнымъ охлажденіемъ до 24°; на массажъ живота; на небольшія холодныя клизмы на ночь, которыя дѣйствуютъ на прямую кишку стягивающимъ и вяжущимъ образомъ, и, наконецъ, на соответствующую діету. *Слѣдуетъ избѣгать*: всѣхъ блюдъ, ведущихъ къ вздутію живота и къ запорамъ, такъ какъ малѣйшее напряженіе задняго прохода уничтожаетъ иногда плоды довольно продолжительнаго и настойчиваго мѣстнаго леченія. Слѣдуетъ также избѣгать плотныхъ суповъ, какао, пироговъ, чернаго хлѣба, капусты, каши и пр. Нѣкоторые болѣе деликатные виды плодовъ и овощей, наоборотъ, разрѣшаются (см. также „діету“ при „запорахъ“). Хорошо дѣйствуютъ иногда также холодныя души на промежность.

Въ крайнихъ случаяхъ, когда всѣ указанныя средства леченія были испытаны безуспѣшно, слѣдуетъ прибѣгнуть къ операціи, которая, не представляя особенной опасности, способна въ то же время доставить больному радикальное излеченіе.

— **Зудъ задняго прохода.** Всего чаще причиной его служатъ **круглыя глисты** (см.). Будучи очень маленькими, онѣ въ то же время очень подвижны и легко выползаютъ, благодаря своимъ быстрымъ движеніямъ, на поверхность слизистой оболочки и вызываютъ болѣе или менѣе сильный зудъ. Наблюдается это явленіе какъ среди женщинъ, такъ и среди мужчинъ, всего же больше, однако, у дѣтей. Зудъ этотъ дѣлаетъ человѣка очень нервнымъ. Движенія глистовъ на поверхности слизистой оболочки можно наблюдать и самому, если надлежащимъ образомъ приспособить ручное зеркало. Такимъ же образомъ можно непосредственно убѣдиться въ томъ, что холодъ убиваетъ этихъ червячковъ. Что касается до зуда, вызываемаго легкимъ *воспаленіемъ задняго прохода*, то о немъ была уже рѣчь выше, въ статьѣ подъ указаннымъ названіемъ.

Слѣдуетъ упомянуть еще объ одномъ видѣ зуда задняго прохода, который долженъ почитаться наиболѣе мучительнымъ, такъ какъ онъ заставляетъ больного безпрестанно че-

саться, отчего зудъ, само собою разумѣется, только усиливается. Причиной его должны считаться общія разстройства въ области тазовыхъ органовъ и нервной системы. Наблюдается этого рода зудъ при истеріи, при нѣкоторыхъ хроническихъ запорахъ, а также, какъ самостоятельное нервное страданіе. У женщинъ этого рода зудъ очень легко распространяется и на влагалище, въ каковомъ случаѣ причиняетъ еще болѣе тяжкія физическія и нравственныя страданія; чаще же онъ распространяется съ влагалища на задній проходъ.

= **Леченіе.** Наиболѣе простымъ, но вмѣстѣ съ тѣмъ и наиболѣе дѣйствительнымъ средствомъ являются иногда небольшіе холодные клистиры въ 1—2 ложки; они легко убиваютъ глистовъ и вмѣстѣ съ тѣмъ доставляютъ успокоеніе больному. Ватные шарики, вкладываемые на ночь, приносятъ большое облегченіе. Затѣмъ идутъ полуванны, соответствующія измѣненія въ діетѣ, физическія упражненія и т. д.

Что касается до *нервного* зуда, то прежде всего слѣдуетъ, по возможности, воздержаться отъ расчесыванія: для этого смазываютъ болѣзненную область миндальнымъ масломъ. Хорошо помогаютъ теплыя ванны въ 40° Ц. Само собою разумѣется, что изъ пищи должны быть удалены разнаго рода раздражающія вещества, какъ то: алкоголь, пряности, острый сыръ.

— **Разслабленіе задняго прохода.** Наблюдается оно при общей слабости организма, преимущественно же при расслабленіи тканей тазоваго дна. Кромѣ того—при раненіяхъ задняго прохода, при разрывѣ промежности во время тяжелыхъ родовъ и послѣ операций надъ заднимъ проходомъ. На расслабленіе задняго прохода слѣдуетъ смотрѣть, какъ на страданіе довольно серьезное, такъ какъ оно указываетъ, съ одной стороны, на общее ослабленіе организма; съ другой же стороны, оно и само по себѣ создаетъ состояніе довольно тягостное, такъ какъ ведетъ иногда къ непроизвольному испражненію. Безконечно хуже обстоитъ дѣло въ томъ случаѣ, когда запирательная мышца (sphincter) задняго прохода утратила свою силу. Въ такомъ случаѣ жизнь обращается въ пытку для несчастнаго больного, у котораго испражненія всегда выступаютъ непроизвольно. Что же касается до приспособленій, предназначенныхъ для собиранія испражнений и для устраненія дурнаго запаха, то они рѣдко въ совершенствѣ достигаютъ цѣли.

Намъ остается указать еще на одну частую причину расслабленія задняго прохода, а именно: на *параличи*, которые появляются на нервной почвѣ и которыми неизбежно

заканчиваются нѣкоторыя болѣзни центральной нервной системы. Точно такъ же получается расслабленіе жема (запирательной мышцы) и послѣ операции, предназначенной для устраненія фистулы задняго прохода, такъ какъ при ней означенныя мышцы перерѣзываются. У сильно малокровныхъ женщинъ, которыхъ окончательно истощили предшествовавшіе многочисленные роды, на ряду съ общей слабостью организма наблюдается и особенная дряблость задняго прохода.

Перейдемъ къ **леченію**. Само собой разумѣется, что начать слѣдуетъ, какъ мы это всегда настойчиво рекомендуемъ, съ того, чтобы по возможности точно установить причину. Если мы имѣемъ дѣло съ мѣстнымъ параличомъ, то мы, помимо другихъ приѣмовъ, на которые сейчасъ укажемъ, прибѣгнемъ къ электризаціи. Если параличъ находится въ зависимости отъ страданія центральной нервной системы, то мы постараемся воздѣйствовать на основное страданіе, улучшеніе котораго непременно повлечетъ за собою и улучшеніе въ состояніи задняго прохода. Если мы имѣемъ дѣло съ расслабленіемъ, появившимся на почвѣ общаго ослабленія организма, то постараемся укрѣпить весь организмъ, чѣмъ улучшимъ и мѣстное страданіе. Питаніе слѣдуетъ строго урегулировать. Кромѣ того, показаны сидячія ванны въ 35° Ц., съ прибавленіемъ отвара дубовой коры—продолжительностью въ 10 минутъ, съ послѣдовательнымъ охлажденіемъ до 16° Ц. Иногда бывають показаны и обливанія нижней части живота водой въ 16° Ц. въ теченіе 5 мин.; мѣстные души—всего лучше—переменной температуры, напр., 40° и 16° Ц.; небольшіе холодные клистиры (1—2 ложки). слѣдуетъ стремиться къ тому, чтобы испражненія не были твердыми. Можно прибѣгнуть также къ тазовой гимнастикѣ. Бываетъ иногда показано и массированіе кишечника опытной рукой. Пребываніе на свѣжемъ воздухѣ, преимущественно на степи или въ лѣсу, часто приноситъ облегченіе.

— **Трещины задняго прохода.** При слабости кишечника и ослабленіи слизистой задняго прохода—у взрослыхъ, особенно же у дѣтей, при сильномъ напряженіи, которое вызывается твердымъ стуломъ и выдѣленіемъ объемистыхъ каловыхъ массъ, очень легко образуются трещины задняго прохода. Трещины эти кровоточатъ, непрерывно загрязняются и, несмотря на свои крайне незначительные размѣры, причиняють сильныя страданія. Происходитъ это отъ того, что пациентъ, особенно же ребенокъ, инстинктивно избѣгаетъ испражненія изъ боязни сильной боли, которую оно обыкновенно вызываетъ. Вслѣдствіе этого каловыя массы еще дольше застаиваются въ кишечникѣ, становятся еще тверже и еще болѣе

раздражающимъ образомъ дѣйствуютъ при прохожденіи на больное мѣсто. Такимъ образомъ получается своего рода заколдованный кругъ.

— **Лечение** этого страданія зиждется на слѣдующихъ началахъ. Трещины прижигаются какимъ-либо вяжущимъ веществомъ; вслѣдствіе этого образуется тонкая защитительная пленка. Для того, чтобы пленка имѣла время сколько-нибудь окрѣпнуть, даютъ нѣкоторое время при самой легкой діетѣ опій съ цѣлью задержать испражненія. На ряду съ этимъ стремятся къ тому, чтобы стулъ не былъ твердымъ и не вызывалъ раздраженія и разрыва успѣвшихъ уже образоваться пленокъ. Очень успокоительно дѣйствуетъ въ такихъ случаяхъ молоко. Въ тѣхъ случаяхъ, когда по какой-либо причинѣ нежелательно или невозможно прибѣгнуть къ прижиганіямъ, дѣлаютъ больному раза 2—3 на день теплыя сидячія ванны, послѣ которыхъ смазываютъ пораненное мѣсто миндальнымъ масломъ (свободнымъ отъ какихъ-либо примѣсей). Послѣ каждаго испражненія дѣлаютъ небольшія клизмочки, которыя имѣютъ цѣлью очистить задній проходъ и успокоить боль. На ночь вкладываютъ небольшіе влажные ватные шарики. Согрѣвающий компрессъ на животъ дополняетъ мѣстное лечение, на ряду съ которымъ не должно быть упускаемо изъ виду и *общее*.

**Заиканіе** представляетъ собой, какъ всѣмъ извѣстно, довольно тягостное страданіе. Оно не имѣетъ никакого вліянія на физическое состояніе, но причиняетъ довольно сильныя нравственныя страданія. Въ противоположность тому, что думали раньше, въ настоящее время убѣдились, что оно не связано съ органическимъ разстройствомъ звукового аппарата, но представляетъ собой преимущественно *нервное* страданіе. Состоитъ заиканіе въ томъ, что заика, произнося довольно свободно *отдѣльные* звуки, не въ состояніи произнести сразу цѣлое слово. Чаще всего мы имѣемъ дѣло со спазмомъ выдыхательныхъ мышцъ, которыя имѣютъ назначеніемъ регулировать токъ воздуха при произношеніи словъ. Вслѣдствіе сильнаго напряженія при желаніи произнести какое-либо слово, начинаютъ у заики играть также мышцы лица и шеи, и эти гримасы усиливаютъ то тягостное впечатлѣніе, которое обыкновенно производитъ его рѣчь. Къ этому нервному разстройству присоединяется обыкновенно и рѣзкое нервное состояніе, такъ какъ больной непрерывно терзается мыслью о томъ, что окружающимъ очень тяжело слышать его несвязную рѣчь. Мысль эта угнетаетъ больного, вслѣдствіе этого заиканіе обыкновенно еще больше усиливается.

Между тѣмъ, заиканіе никоимъ образомъ нельзя считать неизлечимымъ страданіемъ. Намъ извѣстно еще изъ древней исторіи, что Демосѣенъ въ молодости былъ заикой, что нисколько не помѣшало ему сдѣлаться впослѣдствіи величайшимъ ораторомъ. Въ настоящее время леченіе заиканія сводится въ существенныхъ чертахъ къ систематической гимнастикѣ звукопроизношенія совмѣстно съ гимнастикой дыханія. вмѣстѣ съ тѣмъ и нравственному воздѣйствію отводится очень видное мѣсто. Въ больномъ стремятся поднять духъ и вѣру въ свои силы. Очень важное значеніе имѣеть и отношеніе окружающихъ, которые ни въ какомъ случаѣ не должны—ни прямо, ни косвенно—какимъ бы то ни было образомъ дать замѣтить заикающемуся, что ихъ тяготитъ его недостатокъ. Въ большинствѣ случаевъ леченіе требуетъ руководства опытныхъ специалистовъ. Нѣсколько такихъ заведеній существуетъ въ настоящее время въ Москвѣ. Читательницамъ, специально интересующимся этимъ вопросомъ, можемъ рекомендовать сочиненіе проф. Сикорскаго.

**Закаливаніе** представляетъ собой одинъ изъ наиболѣе важныхъ элементовъ сохраненія здоровья. Особенно же важное мѣсто должно ему быть отведено въ *воспитаніи* ребенка. Разъ навсегда мы должны придти къ убѣжденію, что всевозможныя вредныя условія окружаютъ нашу жизнь такимъ тѣснымъ кольцомъ, что пѣтъ рѣшительно никакой возможности уберечь себя отъ нихъ. Говоримъ мы это въ назиданіе, главнымъ образомъ, тѣмъ черезчуръ заботливымъ и чадолюбивымъ матерямъ, которыя въ глубинѣ души убѣждены въ томъ, что надлежащимъ уходомъ и вниманіемъ имъ всегда удастся уберечь своихъ дѣтей отъ всякихъ напастей. Повторяемъ, онѣ въ данномъ случаѣ сильно ошибаются, причѣмъ эта ошибка грозитъ ихъ дѣтямъ въ будущемъ большими неприятностями. Въ концѣ концовъ, природа возьметъ свое, и такъ какъ невозможно же человѣку жить постоянно, такъ сказать, подъ стекляннымъ колпакомъ, то каждый человѣкъ рано или поздно неизбѣжно долженъ быть предоставленъ исключительно своимъ силамъ и вести борьбу съ окружающими условіями на свой страхъ и рискъ. Какъ часто нѣкоторыя матери укутываютъ своихъ дѣтей до того, что послѣднія лишены возможности не только производить сколько-нибудь свободныя движенія, но почти-что и дышать не могутъ свободно. Вслѣдствіе этого кожа ихъ становится воспріимчивой къ малѣйшему холоду, и достаточно имъ сколько-нибудь раскрыться, чтобы въ легкихъ случаяхъ отдѣлаться ангиной или насморкомъ; въ болѣе же тяжелыхъ случаяхъ дѣло мо-



жетъ окончиться воспаленіемъ легкихъ или плевритомъ (воспаленіемъ легочной плевы).

Къ сожалѣнію, мы слишкомъ слабо знакомы съ тѣми почти неограниченными средствами самозащиты, которыми обладаетъ нашъ организмъ. Все же поведеніе культурнаго человѣка часто ведетъ только къ притупленію того драгоценнаго оружія, которымъ снабдила его природа. Въ этомъ отношеніи культурный человѣкъ, несомнѣнно, отсталъ не только отъ первобытнаго человѣка, но и отъ крестьянина, который въ этомъ смыслѣ находится въ гораздо болѣе благопріятныхъ условіяхъ. Культура для современнаго человѣка очень часто олицетворяется разрывомъ съ естественными условіями жизни, за каковой разрывъ природа очень часто жестоко намъ мститъ.

Подъ закаливаніемъ слѣдуетъ понимать и общее укрѣпленіе организма и усиленіе нашей естественной сопротивляемости вреднымъ условіямъ окружающей жизни. Закаливаніе должно одновременно касаться *всѣхъ* органовъ и аппаратовъ нашего тѣла. Особенное же значеніе имѣетъ закаливаніе *кожи*, такъ какъ она прежде всего приходитъ въ непосредственное столкновеніе съ окружающими насъ условіями и измѣненіями въ условіяхъ внѣшней среды. Весьма вѣроятно, что отъ кожи, да еще и отъ слизистой оболочки дыхательныхъ путей, которые также приходятъ въ непосредственное столкновеніе съ внѣшними условіями, берутъ начало большинство какъ полезныхъ, такъ и вредныхъ вліяній на нашъ организмъ. На эти-то органы и слѣдуетъ прежде всего обратить вниманіе при стремленіи закалить организмъ. Главнѣйшимъ условіемъ правильнаго закаливанія является *постепенность* и умѣніе разсчитывать силы организма. Къ этимъ условіямъ слѣдуетъ присокупить настойчивость и мужество въ перенесеніи маленькихъ непріятностей, съ которыми почти неизбѣжно сопряжена на первыхъ порахъ практика закаливанія. Передъ этимъ останавливаться не слѣдуетъ. Главнымъ элементомъ закаливанія кожи слѣдуетъ считать *холодную воду*. Общихъ правилъ мы въ этомъ отношеніи давать не можемъ, такъ какъ очень многое зависитъ отъ индивидуальности. Очевидно, что человѣкъ малокровный и слишкомъ изнѣженный найдетъ слишкомъ холодной и комнатную воду, между тѣмъ, какъ другой очень легко переноситъ и почти ледяную воду. Съ термометромъ въ рукѣ слѣдуетъ мало-по-малу понижать температуру и, если послѣ обмыванія свѣжей водой непосредственно идти и сильное растираніе жесткимъ полотенцемъ до-красна, то можно черезъ нѣкоторое время приучить себя къ воздѣйствію довольно холодной воды.

Въ томъ же направленіи дѣйствуютъ и постепенно охлаждаемыя ванны. Начинаютъ, напр., съ 35° Ц. и черезъ нѣкоторое время охлаждають ванну до 25°. Вначалѣ въ такой ваннѣ не слѣдуетъ оставаться дольше 10—15 минутъ. Подъ конецъ и получасовое пребываніе въ ней не представляется особенно неприятнымъ.

На ряду съ воздѣйствіемъ холодной воды слѣдуетъ позаботиться и о прочихъ мѣрахъ закаливанія. Слѣдуетъ избѣгать чрезчуръ тяжелой и теплой одежды: согрѣвать себя слѣдуетъ какъ можно больше кровью—не одеждой. Въ смыслѣ закаливанія мы можемъ считать нашу цѣль достигнутой только въ томъ случаѣ, если организмъ нашъ одинаково хорошо переноситъ *всякую* погоду: и слишкомъ жаркую и холодную, и дождь и вѣтеръ. Закаливши въ такой мѣрѣ наше тѣло, мы получимъ совершенно новый и притомъ очень обильный источникъ пріятныхъ и бодрящихъ ощущеній, о которыхъ не имѣютъ понятія люди изнѣженные и трусливые.

Только въ томъ случаѣ, если мы достаточно закалили наше тѣло, можемъ мы себя считать сколько-нибудь застрахованными отъ всякихъ невзгодъ, которыя, какъ изъ рога изобилія, сыплются на людей изнѣженныхъ. Только тогда можемъ мы до извѣстной степени располагать собой, не находясь въ такой сильной зависимости отъ множества случайностей. Между тѣмъ случайности эти держатъ, какъ въ тискахъ, людей, организмъ которыхъ отвыкъ отъ сопротивленія внѣшнимъ неблагоприятнымъ условіямъ. То, что имѣетъ значеніе въ состояніи здоровья, пріобрѣтаетъ еще большее значеніе во время болѣзни. Закаленный организмъ оказываетъ болѣзни очень сильное и стойкое сопротивленіе. Онъ въ состояніи выдержать очень продолжительную и упорную борьбу съ врагомъ, передъ которымъ изнѣженный организмъ вынужденъ былъ бы давнымъ-давно сложить оружіе.

Итакъ, какъ видятъ наши читательницы, закаливаніе не только даетъ намъ наибольшія гарантіи въ смыслѣ сохраненія здоровья, но всего вѣрнѣе гарантируетъ намъ и благоприятный исходъ въ случаѣ заболѣванія.

То, что мы говорили относительно кожи, примѣнимо и ко всѣмъ прочимъ нашимъ органамъ. „Закаливайте, говорили мы въ другомъ мѣстѣ \*) о закаливаніи дѣтей, *ест* органы ребенка: закаливайте его легкія и кожу и научите ихъ не бояться простуды; закаливайте его пищеварительную систему несовсѣмъ вкусными и удобоваримыми блюдами, которыя вы ему будете предлагать время отъ времени; зака-

\*) «Основы личной гигиены».—«Гигіена дѣтства».

ливайте его мышцы—физическимъ трудомъ и характеръ—различными препятствіями“.

Въ заключеніе мы можемъ резюмировать начала закаливанія въ слѣдующихъ немногихъ словахъ: поменьше одежды, побольше воздуху. Привыкайте ко всякой погодѣ; не бойтесь лишеній. Дѣти, которыя съ такимъ багажомъ вступаютъ въ жизнь, могутъ не особенно бояться различныхъ случайностей жизни и превратностей судьбы.

**Закупорка вены** нижней конечности наблюдается иногда у родильницъ. Внѣшнимъ образомъ выражается она въ появленіи сильной боли и въ опуханіи нижней конечности, которая принимаетъ бѣловатый оттѣнокъ. *Абсолютный покой*— вотъ первое условіе, которое необходимо свято соблюдать. При сколько-нибудь рѣзкомъ движеніи частица пробки, закупорившей вену, можетъ оторваться и вмѣстѣ съ кровянымъ токомъ попасть въ легкія, гдѣ и вызываетъ иногда закупорку, ведущую къ скоростижной смерти. Помимо покоя слѣдуетъ соблюдать самую легкую діету. На болѣзненное мѣсто накладываютъ влажные теплые компрессы.

**Запоры** представляютъ собой одно изъ наиболѣе частыхъ и наиболѣе упорныхъ страданій современнаго городского человѣчества. Среди причинъ этого явленія первыя мѣста занимаютъ: несоотвѣтствующая пища, недостаточное пользованіе свѣжимъ воздухомъ, сидячій образъ жизни и недостатокъ физическаго труда. Всѣ эти причины ведутъ къ недостаточному отдѣленію желудочно-кишечныхъ соковъ и къ ослабленію мускулатуры кишечника, которой принадлежитъ главная роль въ актѣ испражненія. Довольно видное мѣсто должно быть отведено и привычкѣ подавлять потребность и позывъ къ испражненію. Эта вредная привычка, основанная на чувствѣ ложнаго стыда, очень распространена, къ сожалѣнію, въ настоящее время, особенно среди женщинъ. Въ этомъ отношеніи намъ не мѣшало бы взять примѣръ съ з.-европейскихъ женщинъ, которыя уже успѣли въ значительной степени освободиться отъ этого вреднаго предрассудка. Привычку сдерживать позывъ къ испражненію и мочеиспусканію слѣдуетъ въ себѣ искоренять всѣми силами. Функции, состоящей въ удаленіи изъ организма наиболѣе вредныхъ веществъ нашей жизнедѣятельности, должно быть всегда удѣляемо самое серьезное вниманіе.

Какъ бы то ни было, въ настоящее время не рѣдкость видѣть людей, которые не только не имѣютъ стула ежедневно, какъ то должно быть при нормальныхъ условіяхъ, но у которыхъ стулъ появляется только разъ въ нѣсколько дней или даже только разъ въ недѣлю. При такихъ условіяхъ

понятно, что каловыя массы, которыя представляют собой твердые небольшіе комки, причиняють своимъ происхожденіемъ очень сильную боль. Нельзя, однако, сказать, чтобы боль эта представляла собой наиболѣе тяжелое явленіе при запорѣ. Гораздо больше вниманія заслуживаютъ другія явленія, которыя должны быть приписываемы, главнымъ образомъ, самоотравленію ядовитыми веществами. Вещества эти въ изобиліи содержатся въ каловыхъ массахъ и, будучи всосаны въ кровь, отравляютъ наши органы. Изъ этихъ явленій мы должны на первомъ планѣ поставить: потерю аппетита, нервное разстройство и дурное настроеніе духа, которое въ нѣкоторыхъ случаяхъ принимаетъ характеръ очень опасной меланхолии.

Какъ бороться съ хроническими запорами?—Мѣры должны быть приняты самыя разнообразныя и при томъ одновременно въ различныхъ направленіяхъ. Начать слѣдуетъ съ того, чтобы опредѣлить, нѣтъ ли какихъ-либо особенныхъ причинъ для появленія постоянныхъ запоровъ (сѣуженіе пищевого канала, спазмъ или параличъ кишечника, нервная слабость, давленіе тазовой опухоли и пр.). Затѣмъ устанавливаютъ надлежащую *діету*. Количество мяса такъ же, какъ и мучнистыхъ веществъ, должно быть ограничено. Слѣдуетъ, наоборотъ, увеличить количество растительной пищи, преимущественно свѣжихъ овощей и фруктовъ, особенно же яблокъ, сливъ и пр. Иногда благоприятно дѣйствуютъ фрукты съ обильнымъ содержаніемъ клетчатки, какъ то: груши, компотъ изъ чернослива и пр. Хорошимъ средствомъ оказывается въ нѣкоторыхъ случаяхъ черный хлѣбъ. Сыворожка и простокваша и однодневный кефиръ также оказываются очень полезными. У нѣкоторыхъ лицъ стаканъ молока, выпитый натощакъ, легко вызываетъ стулъ.

На достаточное движеніе и пребываніе на свѣжемъ воздухѣ также слѣдуетъ обратить серьезное вниманіе. Показаны также массажъ живота и соответствующія гимнастическія упражненія (см. рис. 199 и 200), преимущественно сгибаніе туловища, повторенное разъ 15—20 подъ рядъ. Послѣднія мѣры могутъ быть приняты, конечно, только въ томъ случаѣ, когда врачебнымъ изслѣдованіемъ установлено, что причиной запора не является, напр., опухоль тазовой полости, въ какомъ случаѣ мы гимнастикой вызвали бы только обостреніе болѣзни. Противопоказаніемъ служатъ также и кровотечения. Чаще всего приносятъ огромную пользу и общій массажъ.

Къ запорамъ ни въ коемъ случаѣ не слѣдуетъ относиться легко и, чѣмъ раньше съ ними начать систематическую борьбу, тѣмъ лучше.

**Зараженіе.** Причина зараженія въ настоящее время твердо установлена. Зараженіе производится микробами, которые, правда, еще не для всѣхъ заразныхъ болѣзней открыты, (см. „Болѣзни — заразныя“). Помимо заразнаго начала, для зараженія необходимо еще извѣстное *предрасположеніе* къ воспріятію данной болѣзни. Нѣкоторыя изъ условій *воспримчивости* въ настоящее время уже выяснены; другія еще ждутъ своей очереди. Нѣкоторыя заразныя болѣзни, будучи разъ перенесенными, гарантируютъ намъ невоспримчивость по отношенію къ этимъ болѣзнямъ на всю жизнь; къ таковымъ относятся: сифились, брюшной и сыпной тифъ, оспа и пр. Другія сообщаютъ намъ временную невоспримчивость; третьи увеличиваютъ, наоборотъ, воспримчивость организма къ данной болѣзни. Къ таковымъ относится, напр., дифтеритъ. Помимо перенесенія данной болѣзни, въ отношеніи большей или меньшей воспримчивости играетъ важную роль и *возрастъ*. Такъ, дѣти обнаруживаютъ чрезвычайную воспримчивость къ нѣкоторымъ болѣзнямъ, которыя и носятъ поэтому названіе „*дѣтскихъ*“ (см.), и къ которымъ взрослые обнаруживаютъ воспримчивость очень слабую.

Имѣетъ значеніе также и *полъ* и то или иное физиологическое состояніе, напр., менструаціонный періодъ и пр. Наибольшее значеніе должно, однако, быть приписываемо состоянію *самого организма*. Организмъ крѣпкій и закаленный оказываетъ зараженію очень сильное сопротивленіе, въ противоположность организму, истощенному страданіями или болѣзнью. Что касается до прочихъ условій зараженія, то мы отсылаемъ нашихъ читательницъ къ статьѣ „*Заразныя болѣзни*“, въ которой вопросъ этотъ былъ нами болѣе подробно обсужденъ.

**Заразныя болѣзни**, см. „Болѣзни — заразныя“.

**Зародышь** развивается изъ оплодотвореннаго яйца и носитъ это названіе до тѣхъ поръ, пока его очертанія не примутъ сходства съ человѣческимъ тѣломъ. На многочисленныхъ рисункахъ, изображенныхъ нами въ III части настоящаго сочиненія, читательницы имѣютъ полную возможность прослѣдить постепенное развитіе зародыша и плода. Дольше мы на этомъ предметѣ въ этомъ мѣстѣ останавливаться не станемъ и отошлемъ читательницъ къ III части, въ которой вопросъ этотъ изучается специально.

**Засыпаніе членовъ.** Ощущеніе это знакомо, вѣроятно, всѣмъ. Состоитъ оно въ томъ, что, когда мы сдѣлаемъ движеніе „заснувшимъ“ членомъ, то ощущаемъ довольно неприятное чувство, въ родѣ ползанія мурашекъ. Ощущеніе это особенно часто наблюдается у лицъ малокровныхъ и нѣко-

торыхъ сердечныхъ больныхъ. Ощущеніе это, конечно, нервнаго свойства; ближайшей же его причиной служитъ задержка кровообращенія въ данномъ членѣ, что всего лучше видно изъ того, что ощущеніе это появляется, главнымъ образомъ, тогда, когда кровообращеніе въ данномъ членѣ было задержано, напр., вслѣдствіе давленія или прижатія. Вѣрнѣйшимъ средствомъ для устраненія этого довольно тягостнаго чувства, является движеніе. Поэтому уснувшій членъ слѣдуетъ сильно растирать или продѣлывать имъ различныя движенія, что вначалѣ довольно болѣзненно.

**Заячья губа.** На раскрашенной таблицѣ № 9 (рис. 6) нами изображена заячья губа, которую мы воспроизводимъ также и на рисункѣ 220. Раздвоеніе губы, составляющее особенность такъ-наз. заячьей губы, представляетъ собой на второмъ мѣсяцѣ внутриутробнаго развитія совершенно нормальное явленіе, наблюдаемое у всякаго зародыша.



Рис. 220. Заячья губа.

Объясняется это тѣмъ, что человѣческій зародышъ (какъ и всякій иной) развивается симметрично *изъ двухъ половинъ*, которыя мѣстами такъ и остаются раздвоенными, образуя парные органы; мѣстами же соединяются вмѣстѣ, образуя одинъ ненарный органъ. Такъ бываетъ оно и съ губами. Если же въ

нормальномъ развитіи появляется задержка, то губа такъ и остается раздвоенной въ видѣ заячьей. Когда—въ болѣе раннемъ періодѣ развитія—пріостанавливается соединеніе обѣихъ частей нѣба, то получается однородный, но гораздо болѣе глубокой порокъ, который носитъ названіе „волчьей пасти“. Заячью губу не трудно исправить при помощи небольшой операціи. Такимъ образомъ устраняется это довольно тягостное уродство.

**Здоровыя женскія лица.** На таблицѣ № 3 мы изобразили Венеру Медицейскую, которая и по настоящее время считается образцомъ высшей красоты; на той же иллюстраціи мы изобразили болѣзненныя женскія лица, чтобы рѣзче отбѣнить контрастъ между ними. На иллюстраціи № 10 мы вновь изобразили женскія лица, которыя на этотъ разъ представляютъ собой, однако, не фантазію художника, но взяты нами изъ дѣйствительной жизни. Они служатъ наилучшимъ доказательствомъ того, что намъ еще рано отчаиваться и что лица, сверкающія здоровьемъ, молодостью и красотой все же встрѣчаются еще, время отъ времени, среди насъ. Будемъ же стремиться къ тому, чтобы какъ можно меньше напоминать собой болѣзненныя лица, изображенныя

на таблицѣ № 3, и какъ можно больше приближаться къ лицамъ, изображеннымъ на иллюстраціи № 10.

**Земляника** представляетъ собой не только очень вкусную, но также и очень питательную ягоду, въ которой содержится порядочное количество желѣза и сахару. Если сварить ее въ собственномъ соку и сохранять въ герметически закупоренныхъ банкахъ, то ею, слабымъ лицамъ, можно лакомиться и зимой. У нѣкоторыхъ особенно воспримчивыхъ лицъ земляника вызываетъ сыпь, преимущественно въ области подбородка. [См. также главу „Фрукты“ (стр. 124) въ I части].

**Змѣиные укусы.** Ядъ выдѣляется у змѣи изъ особенныхъ железъ во рту и стекаетъ въ ранку по особеннымъ желобоватымъ зубамъ на верхней челюсти. Въ Европѣ водятся слѣдующія ядовитыя змѣи: гадюка (обыкновенная, рыжеватая и черноватая), кавказская кудія или щитомордникъ и козюлька. Черезъ короткое время послѣ укушенія кожа становится багровою, появляются кровоподтеки, укушенное мѣсто сильно припухаетъ; опухоль и лимфатическія железы. Въ тяжелыхъ случаяхъ скоро появляется головокруженіе, головная боль, общая слабость и разбитость. Дыханіе затруднено. Сердце слабѣетъ. Наблюдается помутнѣніе сознанія и появляются иногда параличи.

— **Леченіе:** поддерживать кровотеченіе изъ раны, дабы дать вытечь яду. Высосать рану можно только въ томъ случаѣ, если не имѣется никакихъ ранокъ во рту. Прижечь укушенное мѣсто каленымъ желѣзомъ или крѣпкой кислотой (хромовой, азотной). Больного стараются согрѣть и поддержать въ немъ силы. Передъ ампутаціей мелкихъ членовъ (пальцевъ, напр.) останавливаться не слѣдуетъ. *Противоядіями* считаются впрыскиванія свѣжеприготовленнаго 2% раствора хлорной извести и особенно 1—1% раствора марганцево-кислаго калия. *Не медлитъ* принятіемъ соответствующихъ мѣръ и приглашеніемъ врача!

**Зобъ** представляетъ собой очень уродливое и часто болѣзненное явленіе, которое довольно рѣдко встрѣчается у насъ въ Россіи, но которое очень распространено въ Германіи. Въ нѣкоторыхъ же мѣстностяхъ Швейцаріи зобъ встрѣчается чуть ли не поголовно. Чему именно слѣдуетъ приписать появленіе зоба, до сихъ поръ недостаточно выяснено наукой. Весьма вѣроятно, что народное мнѣніе, которое ставитъ появленіе его въ зависимость отъ качества воды, не совсѣмъ лишено основаній. Такъ, замѣчено, что на высокихъ горахъ въ Альпахъ, гдѣ вода изъ замерзающихъ озеръ содержитъ, быть можетъ, недостаточное количество воздуха, жители въ бѣльшей степени подвержены зобу. Въ нѣкото-

рыхъ случаяхъ зобъ представляетъ собой только *уродство*. Съ этимъ уродствомъ, однако, очень тяжело бываетъ мириться женщинамъ, которыя къ тому же въ бôльшей степени подвержены этому страданію. Въ другихъ случаяхъ зобъ представляетъ одновременно и тяжкое *страданіе*, такъ какъ вызываетъ бôлѣзненныя явленія со стороны сердца, центральной нервной системы и другихъ органовъ. Случалось, что зобы, которые по своей ничтожной величинѣ были почти незамѣтны наружно, вызывали неожиданно очень тягостныя явленія, удушія ночью.

О леченіи зоба мы не станемъ особенно распространяться. Выше (см. „Железы“) мы уже упоминали о томъ, что полное удаленіе щитовидной железы, чрезмѣрное увеличеніе которой и образуетъ чаще всего зобъ, вызывало черезъ нѣкоторое время явленія идиотизма, что прежде всего было замѣчено швейцарскими хирургами, которымъ всего больше приходилось—по мѣстнымъ условіямъ—имѣть дѣло съ зобомъ. Поэтому стали при операціяхъ удалять не всю железу, но оставляли часть ея на мѣстѣ для выполненія какихъ-то, хотя и неизвѣстныхъ, но, повидимому, довольно важныхъ отправленій щитовидной железы. Слѣдуетъ указать также на леченіе зоба вытяжкой щитовидной железы. Въ случаѣ острыхъ припадковъ удушія слѣдуетъ тотчасъ же раскрыть настѣжь окна, освободить отъ всякаго давленія шею, посадить больного въ горячую ванну (35° P.); на зобъ же класть холодныя компрессы.

Въ смыслѣ соблюденія необходимыхъ предосторожностей при зобѣ укажемъ на то, что всѣми силами слѣдуетъ стремиться къ тому, чтобы дыханіе было совершенно свободнымъ и чтобы пищевыя отправленія совершались правильно. Слѣдуетъ также избѣгать хотя бы малѣйшаго давленія на область шеи, такъ какъ это можетъ только ухудшить положеніе и вмѣстѣ съ тѣмъ вызвать столь же нежелательныя, сколь и тяжелыя осложненія. Что же касается до прочихъ мѣропріятій, то они относятся всецѣло къ компетенціи врача.

**Золотуха.** И по настоящее время сущность этой бôлѣзни не можетъ считаться окончательно выясненной. Тѣмъ не менѣе, все позволяетъ думать, что она имѣетъ тѣсную связь съ наследственной чахоткой. Многіе признаки указываютъ на то, что соки, такъ сказ., у золотушныхъ не совсѣмъ нормальнаго состава. Золотушнаго ребенка не трудно узнать и по внѣшнему виду: бôльшей частью бѣлокурые волосы, одутловатое лицо, оттопыренныя губы, наклонность къ нарывамъ, опухшія железы, красноватыя вѣки, сонность и



апатія—таковы отличительные наружные признаки золотушнаго. На ряду съ этимъ идетъ восприимчивость къ нѣкоторымъ болѣзнямъ, изъ которыхъ чахоткѣ должно быть отведено первое мѣсто.

== **Леченіе** золотухи дѣликомъ сводится къ гигиеническимъ предосторожностямъ. Слѣдуетъ кореннымъ образомъ перевоспитать въ физическомъ отношеніи золотушнаго ребенка. Необходимо доставить ему какъ можно больше движенія на свѣжемъ воздухѣ. Пища его не должна быть обильной (поменьше мучнистыхъ веществъ), но достаточно питательна. Закаливать его слѣдуетъ съ особеннымъ стараніемъ. Рыбий жиръ бываетъ показанъ почти во всѣхъ случаяхъ точно такъ же, какъ и соляныя ванны. Что всего лучше отражается, однако, на золотушномъ ребенкѣ, такъ это — пребываніе въ деревнѣ или же на морскомъ берегу. Морской воздухъ производитъ на золотушныхъ дѣтей особенно возбуждающее дѣйствіе, и въ нѣкоторыхъ случаяхъ золотушные дѣти послѣ трехмѣсячнаго пребыванія на морскомъ берегу почти совершенно перерождаются. Ни на минуту не слѣдуетъ упускать изъ виду опасности, которая грозитъ золотушнымъ въ видѣ *чахотки*, отъ которой ихъ слѣдуетъ охранять съ особенной заботливостью!..

**Зубы.** Какъ извѣстно, существуютъ двойные зубы: *молочные* и *постоянные*. Первые начинаютъ прорѣзываться у ребенка обыкновенно на 7 — 8 мѣсяцѣ. Первыми появляются нижніе рѣзцы; черезъ мѣсяць (на 9 — 10 мѣсяцѣ) появляются 4 верхнихъ рѣзца. Еще черезъ мѣсяць (11 — 12) оба нижнихъ боковыхъ рѣзца, такъ что къ концу года у ребенка должны быть налицо всѣ рѣзцы. Затѣмъ антракты становятся длиннѣе, но къ концу второго года у ребенка должны быть налицо всѣ 20 молочныхъ зубовъ. Когда ребенку исполняется 5—6 лѣтъ, молочные зубы по очереди начинаютъ выпадать, замѣняясь постоянными. На рис. 221 нами изображены молочные зубы, позади которыхъ видны уже корни постоянныхъ зубовъ, являющихся имъ на смѣну.

Перейдемъ теперь къ *постояннымъ* зубамъ. Каково назначеніе зубовъ, всѣмъ извѣстно. Къ сожалѣнію, въ современномъ человѣчествѣ зубы, какъ и нѣкоторые другіе органы, начинаютъ атрофироваться, и можно думать, что если наше питаніе будетъ идти въ томъ же направленіи, наступитъ время, когда зубы будутъ имѣть только одно назначеніе: болѣть (какъ въ наше время уже червеобразный отростокъ имѣетъ одно только назначеніе: воспалиться). Въ погонѣ за все болѣе и болѣе изысканной и тонкой пищей, которая доставляла бы намъ какъ можно меньше труда не только при

перевариваніи, но и при жеваніи, мы совершенно отучаемъ зубы отъ дѣятельности. Этимъ объясняется также, почему крестьяне, которые не имѣютъ никакого представленія ни о зубныхъ щеткахъ, ни о зубныхъ порошкахъ, имѣютъ такіе чудные зубы, которые они къ тому же сохраняютъ до поздняго возраста, между тѣмъ какъ культурные классы, несмотря на всѣ свои заботы, имѣютъ большей частью такіе скверные зубы и теряютъ ихъ въ такомъ раннемъ возрастѣ.

Наиболѣе скверные зубы замѣчаются у наиболѣе культурнаго народа: американцевъ.

Само собой разумѣется, что плохое состояніе зубовъ очень чувствительно отражается и на нашемъ пищевареніи: недостаточно хорошо прожеванная пища не имѣетъ времени пропитаться слюной, вслѣдствіе чего она слабо подготовлена и для воздѣйствія желудочнаго сока. Вслѣдствіе этого пищевареніе совершается неудовлетворительно. Плохо мы пережевываемъ пищу и въ томъ случаѣ, когда у насъ болѣные зубы, вслѣдствіе чего актъ жеванія причиняетъ намъ страданіе. Намъ поэтому необходимо разсмотрѣть причины наиболѣе частыхъ

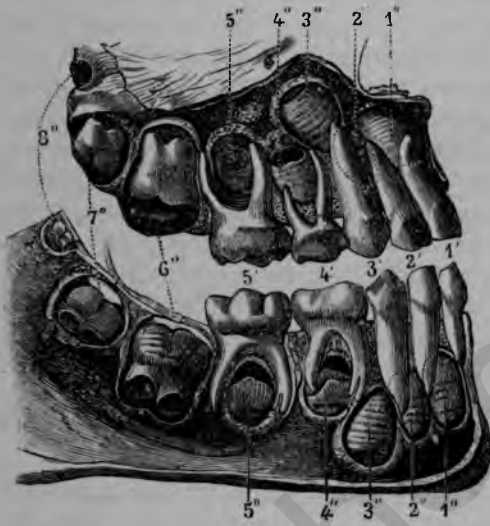


Рис. 221. Молочные зубы.

Корни ихъ обнажены съ цѣлью показать скрытые за ними постоянные зубы. Цифры и соединительныя пунктированные линіи указываютъ на одноименные зубы въ верхней и нижней челюсти и соответствующіе имъ зародыши постоянныхъ зубовъ.

1, 2.—Рѣзцы. 3.—Клыки. 4, 5.—Малые коренные. 6, 7.—Большие коренные. 8.—Зубы мудрости. (По Кеннгу).

заболѣваній зубовъ. Для этого считаемъ нужнымъ дать предварительно читателямъ понятіе о *строеніи нормальнаго зуба*. Каждый зубъ имѣетъ *корень*, которымъ онъ углубляется въ соответствующую челюсть; *коронку* (вѣнчикъ), выступающую и видимую для насъ часть зуба, и *шейку*, которой первая часть отдѣляется отъ второй. Помимо того, каждый зубъ имѣетъ *зубную полость*, въ которую углубляется нервъ, и сосуды, которые его питаютъ и образуютъ вмѣстѣ *зубную мякоть* (пульпу). Самый зубъ состоитъ изъ *зубнаго вещества*, которое покрыто на корешкѣ *цементомъ* и на коронкѣ — *эмалью*. Таковы—главнѣйшія составныя части

каждаго зуба, паглядно видныя и на приложенныхъ при семь рисункахъ.

Изъ сказаннаго ясно, что въ непосредственное соприкосновеніе съ элементами пищи приходитъ одна только *эмаль*, которая отличается необыкновенной твердостью и которая предназначена для непосредственнаго охраненія цѣлости зуба. Если же эмаль гдѣ-либо треснула, а произойти это можетъ вслѣдствіе различныхъ причинъ: попаданія на эмаль какого-либо остраго предмета, воздѣйствія слишкомъ горячей пищи и пр., то въ этомъ мѣстѣ обнажается зубное вещество, которое довольно легко поддается разрушенію. Тогда начинается

работа микробовъ, которые мириадами кишатъ въ полости рта, но которые не были въ состояніи воздѣйствовать на зубную эмаль, пока она была цѣла. Они начинаютъ раздѣлывать зубное вещество, и постепенно все больше и больше углубляютъ образовавшееся въ зубѣ отверстіе. На рис. 222 и 223, нами изображено дупло въ два различныя момента его существованія. На первомъ—мы видимъ дупло, которое не причиняетъ пока мѣстъ никакихъ болей, такъ какъ оно не проникло еще до зубной мякоти. Но, если не приняты надлежащія мѣры, микробы продолжаютъ свою разрушительную дѣятельность и дупло все больше и больше увеличивается, пока оно не достигнетъ зубной мякоти—рис. 223 и не начнетъ дѣйствовать непосредственно на зубной нервъ. Тогда-то и появляются ужасныя зубныя боли, которыя, навѣрное, знакомы многимъ нашимъ читательницамъ по личному грустному опыту.



Рис. 222. Образованіе дупла въ зубѣ. Первая ступень (мякоть еще не задѣта).

1. Отверстіе въ эмали, черезъ которое проникаютъ микробы.
2. Дупло въ зубномъ веществѣ.
3. Полость. 4. Нервы и сосуды.



Рис. 223.

То же—вторая ступень (дупло достигло мякоти).

1. Дупло въ зубѣ, проникающее до зубной пульпы.

Поэтому-то и необходимо *пломбировать* зубы, т. е. давать имъ искусственную покрывку, которая предохраняла бы ихъ отъ раздраженія. Такой пломбой можетъ служить отчасти и ватный шарикъ, но, само собой разумѣется, что онъ только въ теченіе очень короткаго времени можетъ исполнять эту

функцию. Такъ какъ дальнѣйшее развитіе дупла никоимъ образомъ не можетъ само собой остановиться, то очевидно, что необходимо какъ можно раньше прибѣгнуть къ пломбировкѣ зуба, съ одной стороны, для того, чтобы избавить себя отъ болей,—съ другой стороны, для того, чтобы сохранить свой зубъ. Плохой и даже варварскій способъ бороться съ зубной болью представляетъ собой вырываніе зубовъ, котораго мы никоимъ образомъ не можемъ рекомендовать нашимъ читательницамъ. Къ этому способу можно прибѣгать только въ томъ случаѣ, если зубъ окончательно погибъ и сохранить его не представляется никакой возможности.

Не слѣдуетъ также упускать изъ виду, что наши зубы предназначены не только для пищеваренія. Они имѣютъ и другое важное назначеніе—эстетическое. Зубы являются, несомнѣнно, необходимымъ условіемъ красиваго рта. Чѣмъ

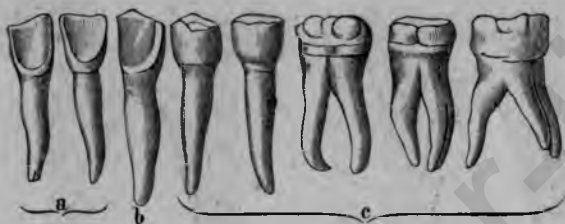


Рис. 224. Зубы.  
а—Рѣзцы. б—Клыки. в—Коренные зубы.

красивѣе ротъ и лицо, и тѣмъ рѣзче бросается въ глаза пробѣлъ въ челюсти, на мѣстѣ вырваннаго или выпавшаго зуба. Точно также недостатокъ зуба очень рѣзко бываетъ замѣтнымъ и при разговорѣ, такъ

какъ нѣкоторые звуки вслѣдствіе этого пріобрѣтаютъ непріятный свистъ.

Рядъ зубовъ въ ихъ натуральномъ порядкѣ изображенъ нами на рис. 224.

Дальнѣйшія подробности относительно молочныхъ зубовъ читательницы найдутъ въ III части настоящаго сочиненія, въ главѣ „О прорѣзываніи зубовъ“.

Изъ сказаннаго ясно, насколько важно заботиться о сохраненіи зубовъ, что можетъ быть достигнуто только правильнымъ уходомъ за ними. Этому вопросу нами было удѣлено надлежащее вниманіе въ I части сочиненія (см. „Уходъ за полостью рта“ стр. 296). Здѣсь же мы вновь укажемъ только на главнѣйшія основы сохраненія зубовъ. Ротъ слѣдуетъ полоскать тепловатой водой послѣ каждаго приема пищи. Не слѣдуетъ давать остаткамъ пищи возможности разлагаться во рту и портить зубы. Не слѣдуетъ кушать пищи слишкомъ холодной или слишкомъ горячей: вслѣдствіе этого трескается эмаль и появляются дырочки, которыя постепенно все болѣе и болѣе увеличиваются и губятъ зубы. Помимо всего, состояніе зубовъ находится въ тѣснѣйшей зависимости отъ

общаго состоянія нашего здоровья. Здоровая кровь—хорошіе зубы, и обратно.

**Зудъ** представляет собой не столько болѣзненное, сколько неприятное ощущеніе, которое каждый изъ насъ иногда испытываетъ. Можетъ оно появиться на любой части кожи и инстинктивно влечетъ за собой актъ самозащиты, вытекающій изъ желанія удалить раздражающую причину—расчесываніе. Зудъ наблюдается, какъ постоянное явленіе, при нѣкоторыхъ кожныхъ и нервныхъ болѣзняхъ. Испытываемъ мы его также въ томъ случаѣ, если гдѣ-либо на кожѣ накопится грязь, которая раздражаетъ нервныя окончанія. Появляется онъ и въ случаѣ нарушенія отправления кожи. При зудящемъ лишаѣ зудъ является наиболѣе тягостнымъ симптомомъ, который даже наиболѣе спокойныхъ людей способенъ привести въ полное отчаяніе. У пожилыхъ женщинъ зудъ въ области наружныхъ половыхъ частей представляетъ относительно нерѣдкое явленіе и иногда ведетъ къ расцарапыванію ими кожи до крови. Сильный и продолжительный зудъ дѣлаетъ, само собой разумѣется, человѣка чрезвычайно нервнымъ и ставитъ его иногда въ самое тяжелое положеніе.

= **Леченіе** зуда сводится прежде всего, разумѣется, къ устраненію основной причины, которая должна быть тщательно разыскиваема. Къ сожалѣнію, ее не всегда легко бываетъ открыть. Успокоительно дѣйствуютъ теплыя сидячія ванны, смазываніе зудящихъ мѣстъ миндальнымъ масломъ, осторожный и нѣжный массажъ; въ нѣкоторыхъ случаяхъ—согрѣвающіе компрессы. Холодная вода дѣйствуетъ успокоительно только вначалѣ; черезъ нѣкоторое время зудъ еще больше усиливается, такъ какъ холодъ дѣйствуетъ въ общемъ возбуждающимъ образомъ.

**Зѣва—болѣзни.** Къ наиболѣе частымъ—слѣдуетъ причислить *катарръ* зѣва. Куреніе, злоупотребленіе спиртными напитками, необходимость много говорить, простуды, нарушеніе правильнаго обмѣна веществъ въ организмѣ—таковы наиболѣе частыя причины этого страданія. Прежде всего—устранить причину, затѣмъ—полосканіе антисептическими растворами, согрѣвающіе компрессы, устраненіе острыхъ и раздражающихъ веществъ изъ пищи. См. также табл. 9

„**Болѣзни рта и зѣва**“.

**Зѣвота.** Зѣвота представляетъ собой естественное выраженіе усталости и потребности во снѣ. Состоитъ она въ глубокомъ вдыханіи, за которымъ слѣдуетъ спазмодическое толчкообразное выдыханіе. Возможно, что зѣвота вызывается нарушеніемъ равновѣсія въ составѣ крови и указываетъ на обѣднѣніе крови кислородомъ. Существуетъ и **нервная зѣвота**,

которая находится въ зависимости отъ раздраженія центральной нервной системы. Наблюдается иногда зѣвота передъ паденіемъ въ обморокъ, въ начальномъ періодѣ лихорадки и пр. Противъ частаго появленія зѣвоты наиболѣе вѣрными средствами являются дыхательная гимнастика на свѣжемъ воздухѣ, мышечный трудъ и общее согрѣваніе тѣла. Такимъ образомъ улучшается качество и составъ крови и устраняется кислородное голоданіе, выраженіемъ котораго является, всего вѣроятнѣе, зѣвота.

## И.

**Игра на рояли**, представляющая собой одно изъ высшихъ наслажденій, когда ею занимаются лишь лица, дѣйствительно одаренныя любовью къ музыкѣ и музыкальными способностями, обратилась въ наше время въ истинную пытку для многихъ лицъ, условіями жизни вынужденныхъ часами слушать бездарную музыку. Игрѣ на піанино учатъ безъ разбора всѣхъ и каждую, нисколько не заботясь о томъ, имѣется ли у дѣвушки слухъ или склонность къ музыкѣ. Можно поэтому утверждать съ увѣренностью, что плохая музыка, которую мы слышимъ со всѣхъ сторонъ, и которой при современныхъ условіяхъ жизни, въ большинствѣ случаевъ, совершенно не имѣемъ возможности избѣжать, не мало способствуетъ разстройству нашихъ нервовъ. Между тѣмъ нервы наши находятся и безъ того уже не въ завидномъ состояніи.

Во всякомъ случаѣ, съ медицинской точки зрѣнія, игра на рояли совершенно возбраняется дѣвушкамъ слабымъ, малокровнымъ, нервнымъ и легко возбудимымъ.

Гораздо большей симпатіей пользуется въ нашихъ глазахъ *пѣніе*, которое способствуетъ развитію грудной клѣтки. Если пѣніемъ пользоваться въ мѣру, то оно способствуетъ общему укрѣпленію организма и отвлекаетъ отчасти кровь отъ таза. Итакъ, гораздо предпочтительнѣе учить слабыхъ дѣвушекъ пѣнію, нежели игрѣ на рояли.

**Излишества.—Экцессы.** Все, что въ области отправленій нашего организма выходитъ за предѣлы его истинныхъ потребностей, можно назвать излишествомъ. Въ большинствѣ случаевъ, удовольствіе, которое они намъ доставляютъ, далеко не вознаграждается тѣмъ вредомъ, который они намъ причиняютъ. Излишества возможны во всевозможныхъ направленіяхъ: будемъ ли мы ѣсть лишнее, пить возбуждающіе напитки, злоупотреблять половыми наслажденіями, проводить ночи въ танцахъ, попойкахъ или за картами,—за всѣ эти излишества мы должны платиться болѣе или менѣе дорогой

цѣной. Говорятъ, „природа—строгий счетчикъ“, и это совершенно справедливо. За излишествами въ пищу слѣдуетъ острое или хроническое разстройство желудка; за злоупотребленіе спиртными напитками мы платимся тяжелыми хроническими страданіями пищеварительнаго канала и нервной системы. За злоупотребленіемъ половыми наслажденіями слѣдуетъ нервное истощеніе, преимущественно у мужчинъ, и хроническое воспаленіе полового аппарата у женщинъ. (См. по этому поводу 7-ую главу I части настоящаго сочиненія „Половая жизнь“, стр. 301). Итакъ—никакихъ излишествъ, но вмѣстѣ съ тѣмъ—доставлять удовлетвореніе всѣмъ естественнымъ потребностямъ организма.

**Избыточное образованіе кислотъ, см. „Кислоты“.**

**Измѣренія температуры, см. „Температура“.**

**Изслѣдованіе** имѣетъ цѣлью опредѣлить, какой именно болѣзнью страдаетъ данный больной. Пути изслѣдованія очень многочисленны и разнообразны и находятся въ непосредственной зависимости отъ того, какой именно органъ заболѣлъ. Общій ходъ изслѣдованія, котораго врачи придерживаются въ большинствѣ случаевъ, приблизительно таковъ. Начинаютъ съ *разспроса* больного, чтобы узнать, на что именно онъ жалуется и что у него не въ порядкѣ. На этомъ заканчивается субъективное изслѣдованіе, послѣ котораго переходятъ къ объективному. Начинаютъ съ *наружнаго осмотра* больного. Затѣмъ переходятъ къ *ощупыванію* больного мѣста (живота, сердца и пр.). Слѣдующей ступеню является при болѣзняхъ легкихъ и сердца *постукиваніе* и *выслушиваніе* (см.). При болѣзняхъ нервной системы изслѣдуютъ ея чувствительность и т. д.

Полости (ухо, носъ, влагалище, пузырь и пр.) изслѣдуются по возможности непосредственно зрѣніемъ при помощи специальныхъ *зеркалъ*.

Заключеніемъ является во многихъ случаяхъ *микроскопическое изслѣдованіе*, которое, въ свою очередь, распадается на нѣсколько отдѣловъ. При помощи микроскопа мы открываемъ болѣе крупныхъ паразитовъ (яйца глистовъ, чужеродныя крови) и отдаемъ себѣ отчетъ въ особенностяхъ различныхъ тканей. Кромѣ того, микроскопическій анализъ служитъ къ открытію *микробовъ* (бактеріологическій анализъ), чѣмъ подтверждается или устанавливается распознаваніе той или иной болѣзни.

Само собой разумѣется, что въ этихъ нѣсколькихъ строкахъ мы могли дать лишь общее и поневолѣ очень поверхностное понятіе о медицинскомъ изслѣдованіи, методы котораго, повторяемъ, до чрезвычайности разнообразны, такъ какъ по отношенію къ каждому органу и каждому аппарату при-

мѣняются способы изслѣдованія, строго приуроченные къ ихъ особенностямъ. Умѣнье правильно сообразить, къ какимъ именно методамъ изслѣдованія слѣдуетъ прибѣгнутьъ въ каждомъ отдѣльномъ случаѣ, и умѣнье правильно пользоваться этими методами для выясненія сущности болѣзни составляютъ важнѣйшія достоинства каждаго практическаго врача.

**Изслѣдованіе горла**, см. „Горло“.

**Изслѣдованіе матки**, см. „Матка“.

**Изслѣдованіе мочи**, см. „Моча“.

**Икота** является слѣдствіемъ раздраженія блуждающаго нерва. Икоту могутъ вызвать различныя причины. У маленькихъ дѣтей икота очень часто вызывается объѣданіемъ и ощущеніемъ внезапнаго холода. Вызывается она и нервными впечатлѣніями. Состоитъ икота въ судорожныхъ сокращеніяхъ діафрагмы, вслѣдствіе чего воздухъ изъ легкихъ выталкивается толчками. Наилучшими средствами для воздѣйствія на икоту служитъ пребываніе и глубокое дыханіе на свѣжемъ воздухѣ. Если причиной служатъ желудочныя причины, то особенное вниманіе должно быть обращено на урегулированіе діеты. Прибѣгаютъ къ холоднымъ компрессамъ на животъ и отвлекающимъ средствамъ.

**Икра** является очень лакомымъ, но вмѣстѣ съ тѣмъ и очень дорогимъ питательнымъ веществомъ. Къ ней охотно прибѣгаютъ во всѣхъ случаяхъ, когда необходимо бываетъ усиленно откармливать больныхъ, при чахоткѣ, напр., выздоравливаніи отъ тяжелыхъ болѣзней и пр.

**Импотенція**, см. „Мужское безсиліе“.

**Инфекціонныя болѣзни**, см. „Заразныя болѣзни“.

**Инфлюэнца**.—Гриппъ. Болѣзнь эта извѣстна, собственно говоря, съ давнихъ поръ. Съ нѣкотораго времени она стала появляться у насъ особенно часто, причемъ и характеръ ея значительно измѣнился къ худшему. Это и побуждаетъ насъ остановиться на ней болѣе подробно. Инфлюэнца особенно любитъ, повидимому, сырыя мѣста. Такъ, она на сѣверѣ встрѣчается чаще, чѣмъ на югѣ; любимымъ же мѣстомъ ея пребыванія является Англія, гдѣ инфлюэнца похищаетъ не мало жертвъ. Нѣтъ никакого сомнѣнія въ томъ, что гриппъ представляетъ собой болѣзнь заразительную, которая передается къ тому же съ поразительной быстротой на огромныя разстоянія. Въ ноябрѣ 1889 г. инфлюэнца въ короткое время охватила *третью часть Россіи*. Въ 1833 г. эпидемія въ теченіе нѣсколькихъ дней передалась изъ Москвы въ Одессу, Константинополь, Александрію и Парижъ. Все позволяетъ думать, что микробъ инфлюэнцы живетъ въ воздухѣ.

Гриппъ характеризуется множествомъ признаковъ, и



формы его бывают до чрезвычайности разнообразны. Одна эпидемія рѣдко походитъ на другую. Наибольше частой формой инфлюэнцы слѣдуетъ считать *легочную*, такъ какъ безъ легочныхъ осложнений не обходится почти ни одинъ гриппъ. Начинается дѣло съ насморка, сильной головной боли и лихорадки; часто бываетъ ознобъ. Что особенно характерно для гриппа, такъ это—необычайная *слабость*, которую испытываютъ пациенты съ первыхъ же дней болѣзни. Въ нѣкоторыхъ случаяхъ больные подкашиваются, такъ сказать, сразу, причемъ при изслѣдованіи не находятъ никакихъ объективныхъ признаковъ, которыми это состояніе могло бы сколько-нибудь удовлетворительно быть объяснено. Остается допустить, что микробъ инфлюэнцы обладаетъ какимъ-то особеннымъ дѣйствіемъ на нервную систему.

Итакъ, какъ мы указали, начинается дѣло съ насморка, головной боли и высокой температуры. Очень скоро къ этимъ признакамъ присоединяется обыкновенно сильный *кашель* и выдѣленіе *мокроты*, а также сильная *одышка*. Въ благопріятныхъ случаяхъ дѣло на этомъ и заканчивается, и, прохворавши съ недѣлку, больной встаетъ на ноги, причемъ ощущение слабости даетъ себя очень сильно чувствовать еще довольно продолжительное время спустя. Такъ благополучно дѣло заканчивается, однако, далеко не всегда. Рѣдко инфлюэнца протекаетъ безъ какихъ-либо осложнений, причемъ осложнения эти могутъ появиться положительно со всѣхъ сторонъ. Въ одномъ случаѣ это будетъ *плевритъ* (см.) или *воспаленіе легенхъ* (см.); въ другомъ случаѣ появляются осложнения со стороны сердца: воспаленіе внутренней или наружной сердечной сорочки, или на-мѣчаются *пороки сердца* (см.). Въ третьемъ случаѣ появляются осложнения со стороны почекъ. Въ четвертомъ—появляются серьезные осложнения со стороны нервной системы; въ пятомъ—мы имѣемъ дѣло съ гнойнымъ воспаленіемъ уха и пр., и пр. Поэтому инфлюэнца требуетъ особенно внимательнаго надзора, чтобы во-время успѣть замѣтить и принять надлежащія мѣры противъ появляющагося осложнения, которое въ противномъ случаѣ можетъ черезъ короткое время причинить не малыя бѣды.

== **Предохранять**, поскольку возможно, отъ гриппа слѣдуетъ съ особенной тщательностью *дѣтей и стариковъ*, которые проявляютъ особенную восприимчивость къ гриппу и у которыхъ всего чаще появляются очень тяжелыя осложнения, могущія оказаться для нихъ роковыми. Ихъ непременно слѣдуетъ отдѣлять отъ гриппозныхъ больныхъ.

При появленіи у кого-либо гриппа слѣдуетъ почаще полоскать ротъ борнымъ растворомъ, такъ какъ нѣтъ никакого

сомнѣнія въ томъ, что появленіе гриппознаго микроба сообщаетъ особенную ядовитость гноероднымъ микробамъ и микробамъ, вызывающимъ воспаленіе легкихъ и постоянно обитающимъ въ полости рта. Необходимо поэтому позаботиться о томъ, чтобы антисептическими полосканіями ослабить ихъ жизнѣдѣтельность. Тотъ, кто исполняетъ эту простую мѣру, можетъ быть увѣренъ въ томъ, что онъ уже очень многое сдѣлалъ для того, чтобы предохранить себя отъ нѣкоторыхъ тяжелыхъ сюрпризовъ, которыми такъ богата эта болѣзнь.

Что касается до самого **леченія**, то прежде всего слѣдуетъ позаботиться о сохраненіи силъ больного. Всего вѣрнѣе сразу же смотрѣть на инфлюэнцу, какъ на болѣзнь очень тяжелую, какой бы легкой она ни показалась вначалѣ. слѣдуетъ позаботиться о правильномъ провѣтриваніи комнаты больного. Діета должна быть самой легкой и необременительной для желудка. Пить больной долженъ какъ можно больше по причинамъ, которыя нами уже были высказаны въ статьѣ, посвященной „**заразнымъ болѣзнямъ**“, къ которой мы и отсылаемъ читательницъ. Въ началѣ болѣзни обыкновенно бываютъ показаны очистительныя клизмы. При лихорадкѣ прибѣгаютъ къ обмываніямъ тѣла прохладной водой, къ которой прибавляютъ водки и уксуса, и къ холоднымъ обертываніямъ. Если лихорадка подымается значительно, бываютъ показаны ванны въ 24° или въ 20° Ц., которыя постепенно охлаждаются въ первомъ случаѣ до 20°, во второмъ до 16°. Въ періодѣ выздоровленія большое облегченіе приносятъ тепловатыя полуванны. Само собой разумѣется, что во все время болѣзни больной долженъ соблюдать по возможности полный покой и оставаться въ постели даже въ легкихъ случаяхъ. Инфлюэнца обнаруживаетъ особенное тяготѣніе къ легкимъ, которыя и слѣдуетъ поэтому съ особенной тщательностью оберегать. Не забывайте также, что инфлюэнца оставляетъ послѣ себя значительную слабость, какъ физическую, такъ и умственную, а потому, если есть возможность, хорошо отправить выздоравливающихъ, хотя бы на время, въ лѣсъ или деревню. Еще лучше поправляться послѣ инфлюэнцы на морскомъ берегу. Во всякомъ случаѣ, не слѣдуетъ забывать, что гриппъ есть болѣзнь въ высшей степени коварная, которой никогда не слѣдуетъ довѣрять, и потому по отношенію къ ней всегда слѣдуетъ быть насторожѣ. Особенно же опасной оказывается она для слабогрудыхъ и чахоточныхъ.

**Ипохондрія** представляетъ собой довольно тяжелое душевное страданіе, которое способно сдѣлать несчастнымъ не только самого больного, но и всю его семью. Человѣкъ пе-

рестаетъ интересоваться чѣмъ бы то ни было и начинаетъ все видѣть въ самомъ черномъ свѣтѣ. Обычные интересы и удовольствія жизни теряютъ для него всякую привлекательность. На ряду съ этимъ наблюдаются и расстройства органическихъ отправленій, и на первомъ планѣ расстройства пищеваренія: пропадаетъ аппетитъ, пищевареніе совершается вяло. Въ то время, какъ одни склонны считать эти явленія послѣдствіемъ ипохондріи, другіе отчасти склонны видѣть въ нихъ *причину* страданія. Таковой взглядъ, несмотря на всю кажущуюся его парадоксальность, подтверждается отчасти тѣмъ, что урегулированіемъ пищеваренія (напр., повторными желудочными промываніями) удается значительно улучшить теченіе болѣзни. На ряду съ расстройствами пищеваренія наблюдаются и расстройства кровообращенія. Наблюдается ипохондрія чаще у мужчинъ, чѣмъ у женщинъ. Появленію этого душевнаго страданія благоприятствуютъ сидячій образъ жизни, однообразіе занятій, умственное переутомленіе, печальныя впечатлѣнія и грустныя событія въ жизни; очень видную роль играетъ и наслѣдственность.

При **леченіи** ипохондріи должны одновременно быть приняты мѣры, какъ физическаго, такъ и духовнаго свойства. Слѣдуетъ позаботиться о томъ, чтобы урегулировать пищевареніе больного, чтобы оживить въ немъ кровообращеніе (ваннами, душами, растираніями и пр.). Слѣдуетъ позаботиться объ усиленіи обмѣна веществъ. Хорошо дѣйствуютъ воздушныя ванны. Изъ средствъ *духовнаго воздѣйствія* укажемъ на перемѣну мѣстопробыванія, на временное прекращеніе профессиональныхъ занятій, на общество, которое должно быть по возможности интереснымъ, веселымъ и разнообразнымъ. Скажемъ вообще, что *перемѣна обстановки и среды* играетъ въ данномъ случаѣ огромную роль. Большую ошибку совершаютъ окружающіе, выказывая больному недобѣріе на томъ основаніи, что болѣзнь его наружно ничѣмъ не проявляется. Этимъ они совершаютъ двоякую несправедливость: съ одной стороны, они неправы, такъ какъ ипохондрія, несомнѣнно, представляетъ собой страданіе, и притомъ довольно серьезное; съ другой стороны, они подобнымъ отношеніемъ только вооружаютъ противъ себя больного. То же самое слѣдуетъ сказать и про истерію, о которой у насъ скоро будетъ рѣчь.

**Ирригаторъ**—въ русскомъ переводѣ „ороситель“—представляетъ собой кружку, въ которую налита та или иная жидкость, которая по каучуковой трубкѣ стекаетъ внизъ и соотвѣтствующимъ наконечникомъ направляется, смотря по надобности, во влагалище или задній проходъ. Дольше мы

здѣсь на этомъ вопросѣ останавливаться не станемъ, такъ какъ обстоятельно разберемъ его въ статьѣ „**Эсмархова кружка**“ (см.), къ которой и отсылаемъ читательницъ.

**Искривленія позвоночника**, см. „**Позвоночникъ**“.

**Истерическій шаръ** представляетъ собой ощущение, которое очень часто испытываютъ истеричныя особы. Имъ кажется, что съ живота вверхъ по тѣлу какъ бы подымается шаръ, который и останавливается въ горлѣ. Иногда онѣ вслѣдствіе этого ощущенія испытываютъ даже чувство удушенья, такъ какъ имъ кажется, что шаръ этотъ плотно сжимаетъ имъ шею. Обстоятельное врачебное изслѣдованіе должно выяснить, не существуетъ ли какой-либо болѣзни матки или полового аппарата вообще. О леченіи этого болѣзненнаго явленія мы ничего говорить не станемъ, такъ какъ оно сливается съ леченіемъ основного страданія *истеріи*, къ описанію которой теперь и перейдемъ.

**Истерія.** Истерія представляетъ собой довольно распространенное страданіе, истинныя причины котораго для насъ и по сію пору остаются темными. Несмотря на безчисленныя изысканія, до сихъ поръ не удалось открыть въ центральной нервной системѣ какихъ-либо измѣненій, которыя можно было бы поставить въ опредѣленную связь съ истеріей. Встрѣчается истерія преимущественно среди женщинъ въ большихъ центрахъ. Тѣмъ не менѣе, должно сказать, что истерія довольно распространена и въ деревенскомъ быту: истеричками являются несомнѣнно такъ-называемыя „кликуши“. Истерія создаетъ также почву для самыхъ разнообразныхъ и самыхъ фантастическихъ религіозныхъ сектъ. Мужской полъ также не совсѣмъ застрахованъ отъ истеріи. Бывали даже случаи освобожденія солдатъ отъ военной службы вслѣдствіе того, что они страдали истеріей.

Намъ нѣтъ возможности вдаваться здѣсь въ сколько-нибудь подробное описаніе истерическихъ симптомовъ, такъ какъ нѣтъ *ни одного* болѣзненнаго признака, по заявленію одного глубокаго знатока этой болѣзни, который не встрѣчался бы при истеріи. Сколько есть, можно сказать, истеричныхъ, и столько же есть и формъ истеріи. Поэтому задача наша сводится въ данномъ случаѣ къ тому, чтобы указать на наиболѣе часто встрѣчающіеся и наиболѣе характерныя признаки этого столь же распространеннаго, сколько и тяжкаго страданія.

Различаютъ двѣ формы истеріи: *судорожную* и *простую*. Первая, въ свою очередь, распадается на *большую* и *малую* истерію; большая истерія наблюдается довольно рѣдко. Судорожная истерія характеризуется припадками, которые могутъ быть болѣе или менѣе жестоки и возвращаться болѣе или

менѣе часто. Больная начинаетъ неудержимо смѣяться или сильно рыдать и вмѣстѣ съ тѣмъ начинаетъ биться въ судорогахъ. Въ то же время испытывается ощущение подкатыванія къ горлу **истерическаго шара** (см.). Что служитъ наиболѣе вѣрнымъ отличіемъ истерическаго припадка отъ падучаго, такъ это—то, что истеричка ни на минуту не утрачиваетъ окончательно сознанія и отдаетъ себѣ полный отчетъ во всемъ, что вокругъ нея происходитъ.

*Простая*—несудорожная—истерія характеризуется безконечно разнообразными признаками: параличами, мышечными атрофіями, судорожнымъ стягиваніемъ конечностей, анестезіями, невралгіями, расстройствами дыхательнаго, пищеварительнаго и мочеполоваго аппарата и психическими расстройствами. Ужъ изъ одного приведеннаго перечня видно, насколько разнообразны могутъ быть проявленія истеріи. Скажемъ по нѣскольку словъ о наиболѣе важныхъ изъ нихъ.

Истерическіе *параличи* имѣютъ ту особенность, что они появляются безъ всякой видимой причины и, существуя иногда годами, исчезаютъ также внезапно и неожиданно, какъ и появились.

Встрѣчается при истеріи и *атрофія*, т. е. постепенное исхуданіе какой-либо группы мышцъ. Очень часто наблюдается, что атрофія эта вдругъ пріостанавливается, и совершенно-было исхудавшій и истончившійся членъ начинаетъ мало-по-малу принимать первоначальную форму. Въ другихъ случаяхъ наблюдается стягиваніе (контрактуры) членовъ, которое иногда бываетъ чрезвычайно болѣзненнымъ.

Какъ правило, при истеріи наблюдается *потеря чувствительности* въ отдѣльныхъ участкахъ или даже на одной половинѣ тѣла. Безчувственныя мѣста обыкновенно бываютъ блѣднаго цвѣта, такъ какъ въ нихъ замѣчается нѣкоторое замедленіе кровообращенія. Относительно нечувствительности, наблюдаемой при истеріи, имѣются чрезвычайно интересныя наблюденія, касающіяся такъ-называемаго *переноса* нечувствительности съ одной стороны тѣла на другую. Если какую-либо металлическую пластинку подержать въ теченіе нѣкотораго времени на потерявшемъ чувствительность мѣстѣ, то мы черезъ нѣкоторое время будемъ свидѣтелями того, какъ кровообращеніе въ данномъ мѣстѣ постепенно оживляется и большой участокъ становится болѣе розовымъ. Вмѣстѣ съ тѣмъ, въ этомъ мѣстѣ возстановливается и натуральная чувствительность. Въ то же время соотвѣтствующій участокъ кожи на *противоположной* сторонѣ тѣла становится блѣднымъ и утрачиваетъ свою нормальную чувствительность. Такимъ об-

разомъ нечувствительность съ одной стороны тѣла *перенеслась* на противоположную.

*Невралийи* появляются въ различныхъ мѣстахъ кожи и на различныхъ органахъ. Всего чаще острая боль испытывается въ области вершунки головы (истерической гвоздь), въ нѣкоторыхъ точкахъ позвоночника и въ видѣ упорныхъ головныхъ болей. Существуютъ нѣкоторыя мѣста и точки, къ которымъ достаточно бываетъ *прикоснуться* съ нѣкоторой силой, чтобы вызвать припадокъ судорожной истеріи. При появленіи припадка прикосновеніе къ тѣмъ же точкамъ вызываетъ пріостановку припадка. Всего чаще къ такимъ участкамъ относится область яичниковъ.

Нѣкоторыя истеричныя женщины становятся—вслѣдствіе паралича гортанныхъ мышцъ—совершенно *нѣмыми*, и нѣмота можетъ продолжаться довольно значительное время, пока какое-нибудь чрезвычайное обстоятельство (сильная радость, испугъ и пр.) не вернетъ большой дара рѣчи столь же неожиданно, сколь неожиданно она ее утратила. Несомнѣнно, къ области истеріи слѣдуетъ отнести фактъ, который всѣмъ намъ извѣстенъ изъ исторіи. У персидскаго царя Артаксеркса сынъ внезапно онѣмѣлъ, причемъ ему было предсказано жрецами (которые имѣли, видно, ужъ и въ тѣ времена довольно точное представленіе объ истеріи), что онъ вновь заговоритъ, когда его отцу будетъ угрожать большая опасность. Предсказаніе жрецовъ сбылось въ точности.

Истеричныя женщины представляются обыкновенно очень воспріимчивыми къ *гипнозу*, но болѣе упорными къ внушеніямъ наяву. Что же касается до *душевныхъ проявленій истеріи*, то они не менѣе многочисленны и разнообразны. Истеричныя женщины бываютъ обыкновенно очень склонными къ преувеличенію; пуще же всего онѣ стремятся къ тому, чтобы о нихъ *говорили*, чтобы ими занимались, чтобы онѣ всегда были у всѣхъ на виду. При всемъ томъ, онѣ мало заботятся о томъ, какими средствами достигъ имъ этой цѣли. Нерѣдко истерички обвиняютъ не только другихъ, но и самихъ себя въ самыхъ ужасныхъ и совершенно вымысленныхъ преступленіяхъ, лишь бы попасть въ героини дня. Часто онѣ заявляютъ, что будутъ покушаться на свою жизнь, и даже дѣлаютъ иногда къ тому надлежащія приготовленія, но въ подавляющемъ большинствѣ случаевъ онѣ нисколько не думаютъ объ этомъ серьезно, и все это—одна сценическая игра. Истерички являются во всѣхъ странахъ героинями многихъ сенсационныхъ романовъ и громкихъ судебныхъ процессовъ.

За всѣмъ тѣмъ, очень ошибочно было бы судить истеричекъ съ точки зрѣнія нормальнаго человѣка: истерія есть

*болѣзнь*, и болѣзнь притомъ очень серьезная. Нельзя смотрѣть на истеричку только, какъ на притворщицу, хотя многіе факты и побуждаютъ насъ къ тому. Истеричка прежде всего есть *больная* женщина. Истерія часто бываетъ наследственной; въ другихъ случаяхъ она иногда задолго подготавливается условіями жизни. Поэтому на нее важно обратить вниманіе какъ можно раньше. Иногда подготовленіе ея можно предвидѣть задолго до того, какъ она обнаружится опредѣленными признаками. Особеннаго вниманія заслуживаютъ, съ этой точки зрѣнія, дѣвочки впечатлительныя, нервныя и подверженныя припадкамъ одышки, сердцебиеніямъ, головнымъ болямъ, съ очень непостояннымъ и капризнымъ характеромъ и пр.

Что касается до *лечения* истеріи, то оно представляетъ собой очень большія трудности для врача и больше, быть можетъ, чѣмъ какая-либо иная болѣзнь, испытываетъ его терпѣніе. Въ данномъ случаѣ должны быть пущены въ ходъ самыя разнообразныя *физическія* и духовныя мѣры воздѣйствія. Изъ первыхъ укажемъ на примѣненіе водолеченія и электричества, которое оказываетъ иногда удивительное дѣйствіе при истерическихъ параличахъ. Прочія физическія мѣры (водолеченіе, массажъ, медикаменты и пр.) примѣняются по мѣрѣ надобности, въ зависимости отъ особенностей болѣзни.

Изъ мѣръ *духовнаго воздѣйствія* укажемъ прежде всего на соотвѣтствующее *воспитаніе*, которое должно быть примѣняемо къ дѣтямъ, выказывающимъ предрасположеніе къ истеріи. Больше, чѣмъ кому-либо, нужно имъ простое и безхитростное воспитаніе на лонѣ природы, причемъ онѣ должны исполнять довольно тяжелыя физическія работы въ саду, огородѣ и по хозяйству. По отношенію ко взрослымъ лицамъ, у которыхъ истерія уже проявилась, должно, по возможности, исполнять ихъ законныя желанія и требованія и устранять причины недовольства и раздраженія. Слѣдуетъ стараться воздѣйствовать столько же на ихъ волю, сколько и на разумъ. Слѣдуетъ позаботиться о томъ, чтобы занять ихъ соотвѣтствующей дѣятельностью и не оставлять ихъ праздными, такъ какъ праздность есть почва, на которой истерія всего легче развивается. Вопросъ о *замужествѣ* является очень сложнымъ и отвѣтственнымъ: поскольку удачное и счастливое замужество способно благотворно воздѣйствовать на истеричную, настолько же неудачное—способно пробудить и дать сильный толчокъ развитію скрытой истеріи. Если вопросъ этотъ заслуживаетъ самаго внимательнаго и всесторонняго обсужденія по отношенію ко всѣмъ дѣвушкамъ, то съ тѣмъ большимъ вниманіемъ къ нему слѣдуетъ отнестись, когда

дѣло касается дѣвушки истеричной. Слѣдуетъ также внимательнымъ врачебнымъ изслѣдованіемъ выяснитъ, не зависятъ ли истерическія проявленія отъ какихъ-либо разстройствъ въ области *половой сферы*. Въ такомъ случаѣ мѣстное лечение оказалось бы, очевидно, наиболѣе подходящимъ. Въ крайнихъ случаяхъ остается прибѣгнуть къ *шипитическому внушенію*, которое иногда оказываетъ прямо чудеса.

**Истеченіе сѣмени**, см. „Сѣмя“.

**Источники — минеральные.** Вода, получающаяся изъ минеральныхъ источниковъ, бываетъ чрезвычайно различна, какъ по своему составу, такъ и по температурѣ. Нѣкоторые источники оказываютъ очень опредѣленное и вмѣстѣ съ тѣмъ очень благотворное вліяніе на нѣкоторыя болѣзни и очень высоко цѣнятся поэтому въ медицинѣ. Богатѣйшіе наши минеральные источники расположены на **Кавказѣ** (см.), куда и привлекаютъ ежегодно многія тысячи больныхъ, страдающихъ самыми разнообразными болѣзнями. (См. также статью „**Курорты**“). Помимо того, главнѣйшіе источники описываются нами каждый *въ отдѣльности*. Соотвѣтственно составу, различаютъ шесть группъ минеральныхъ источниковъ: щелочные, поваренной соли (крѣпкіе и слабые), горькіе (сѣрно-кислый натръ и магнезію), сѣрнистые, желѣзные, известковые или землистые. Особое мѣсто занимаютъ воды, отличающіяся своей высокой температурой.

Составъ воды минеральныхъ источниковъ находится почти всегда въ непосредственной зависимости отъ состава почвы, черезъ которую они протекаютъ. Что же касается до горячихъ ключей, то они берутъ начало на большой глубинѣ. Всѣхъ цѣлебныхъ источниковъ насчитывается въ нашемъ отечествѣ до 400. Каждый изъ минеральныхъ источниковъ обладаетъ особенностями, которыя должны быть хорошо извѣстны пользующему врачу для того, чтобы больной могъ извлечь изъ даннаго минеральнаго источника наибольшую пользу. Нами разсматриваются отдѣльно не только каждая группа кавказскихъ водъ, но также и наиболѣе извѣстные источники, расположенные въ другихъ мѣстахъ нашего отечества.

**Истощеніе** наступаетъ въ томъ случаѣ, когда траты, производимыя нашимъ организмомъ, не пополняются—потому ли, что траты эти слишкомъ значительны, или потому, что питаніе оказывается недостаточнымъ. Наблюдается оно послѣ усиленныхъ трудовъ и тяжкихъ заботъ; а также при тяжелыхъ болѣзняхъ. Если дѣло не идетъ о какомъ-либо тайномъ страданіи, состояніе больного удается быстро поправить здоровой питательной пищей, въ которой видное мѣсто должно быть отведено яйцамъ, молоку, кефиру, маслу, фруктамъ и пр.;



кромѣ того, предписывается полный покой и пребываніе въ деревнѣ или лѣсу.

Совсѣмъ иное значеніе должны мы придавать истощенію въ томъ случаѣ, когда мы въ условіяхъ жизни больного вовсе не находимъ къ тому достаточныхъ причинъ. Въ такомъ случаѣ ближайшая обязанность наша представить данное лицо врачу съ тѣмъ, чтобы онъ подвергъ его внимательному и обстоятельному изслѣдованію. Даже въ томъ случаѣ, если врачебное изслѣдованіе ничего не открыло и данное лицо чувствуетъ себя совершенно здоровымъ, оно все же должно въ теченіе нѣкотораго времени оставаться подъ бдительнымъ наблюденіемъ врача. Не слѣдуетъ упускать изъ виду, что нѣкоторыя болѣзни протекаютъ нѣкоторое время совершенно скрытно не только для окружающихъ, но и для самого больного, который продолжаетъ себя вполне хорошо чувствовать. Къ такимъ болѣзнямъ мы должны прежде всего причислить **чахотку** и **рагъ** (см.).

Лишнимъ считаемъ указывать на то, что предпочтительнѣе нѣсколько разъ показать больного врачу для того, чтобы тотъ констатировалъ, что ничего опаснаго нѣтъ, и указалъ бы, какой именно образъ жизни слѣдуетъ вести данному лицу, чтобы поправиться, нежели утѣшать себя сомнительнаго достоинства объясненіями и дать болѣзни укорениться. Не даромъ же говорится, что „береженаго и Богъ бережетъ“.

**Исхуданіе** представляетъ собой **истощеніе** (см.), о которомъ у насъ только-что шла рѣчь, въ ослабленной степени. Сказанное нами въ предыдущей статьѣ, вполне примѣнимо поэтому и къ исхуданію. Конечно, если исхуданіе замѣчается у тучной особы, то это служитъ только благопріятнымъ признакомъ, такъ какъ указываетъ на то, что обмѣнъ веществъ принялъ болѣе благопріятное направленіе, а на это едва ли кто станетъ жаловаться. Иное дѣло, если оно проявляется у особы и безъ того худой и идетъ параллельно съ упадкомъ силъ. Въ такомъ случаѣ, повторяемъ, слѣдуетъ самымъ тщательнымъ образомъ поискать *причину* этого явленія.

Исхуданіе начинается съ того, что жиръ, который въ большемъ или меньшемъ количествѣ находится въ запасѣ у каждаго изъ насъ, „сгораетъ“ и такимъ образомъ исчезаетъ. Затѣмъ наступаетъ очередь циркулирующаго въ крови бѣлка. На послѣднемъ планѣ стоитъ такъ-называемый „органическій бѣлокъ“, который входитъ въ образованіе нашихъ тканей и растрата котораго возстанавливается только съ величайшимъ трудомъ. Въ этомъ отношеніи существуетъ какъ бы очередь между тканями и органами. Такъ, въ то время, какъ мышцы могутъ въ значительной степени уменьшиться въ объемѣ безъ того, чтобы организмъ испытывалъ отъ этого

особенный ущербъ, исчезновеніе нервной ткани даже въ незначительномъ количествѣ оказывается для организма роковымъ.

При сильномъ исхуданіи тѣло становится тощимъ и слабымъ; кожа виситъ; кости рѣзко выдаются, остаются „только, кожа да кости“, по народному выраженію. Исхуданіе происходитъ или отъ того, что принятая пища не покрываетъ расходовъ организма, или же, чаще, вслѣдствіе того, что принятая пища не надлежащимъ образомъ усваивается. Обыкновенно исхуданію предшествуетъ потеря аппетита.

Существуетъ конституція, при которой человѣку почти невозможно бываетъ пополнить, чего бы онъ для этого ни дѣлалъ. Большею частью это бываютъ люди съ крѣпкой мускулатурой и значительной нервной силой. Всего чаще такія лица встрѣчаются въ англо-саксонской, а также латинской расѣ. Такія лица чувствуютъ себя обыкновенно совершенно здоровыми, несмотря на свою худобу, и, навѣрное, находятся въ гораздо болѣе завидномъ положеніи, чѣмъ большинство тучныхъ людей.

Тѣмъ не менѣе, нѣкоторыя худыя лица, особенно же дѣвушки и молодыя женщины, считаютъ свою худобу большимъ недостаткомъ и готовы на всякія жертвы, чтобы хотя немного пополнить. Чтобы помочь въ нѣкоторой степени ихъ горю, укажемъ режимъ, который всего больше способствуетъ отложенію жира въ тѣлѣ. Поменьше рѣзкихъ движеній; побольше отдыха и спокойствія. При здоровомъ пищеварительномъ аппаратѣ кушать почаще и притомъ пищу, способствующую отложенію жира. Къ таковой можно причислить: сметану, мучнистыя вещества, сласти, жирное мясо, сало, сыръ, кукурузу, какао, сладкіе плоды, особенно финики и каштаны, и пр. Послѣ приема пищи отдыхать. Легкія умственные развлеченія. Поменьше жить половой жизнью; побольше проводить времени на свѣжемъ воздухѣ въ небольшихъ и неутомительныхъ прогулкахъ.

Если бы всѣ эти мѣропріятія въ отдѣльныхъ случаяхъ не оправдали возлагаемыхъ на нихъ надеждъ, то заинтересованнымъ лицамъ остается утѣшить себя тѣмъ, что изъ двухъ золъ: худобы и тучности—первое, несомнѣнно, является меньшимъ.

**Ихтиозъ.**—**Рыбья чешуя.** Ихтиозъ представляетъ собой страданіе, при которомъ кожа принимаетъ видъ рыбьей чешуи. Въ большинствѣ случаевъ, состояніе это бываетъ врожденнымъ; въ нѣкоторыхъ случаяхъ оно, однако, можетъ и пріобрѣтаться. Причины этого страданія не совсѣмъ выяснены. Одни думаютъ, что ихтиозъ представляетъ собой только страданіе кожи; другіе же полагаютъ, что причина должна находиться

въ центральной нервной системѣ, такъ какъ лица, одержимыя этимъ страданіемъ, страдаютъ одновременно чрезвычайной нервностью и ослабленіемъ пищеваренія. Въ то же время они отличаются особенной зябкостью. Отправленія кожи совершаются крайне неправильно. При помощи втиранія жирныхъ веществъ и массажа удастся въ нѣкоторыхъ случаяхъ достигъ блестящихъ результатовъ. Кромѣ того, бываютъ показаны воздушно-горячія ванны, горячія водяныя ванны, растительная діета, физическій трудъ до появленія пота и пр. Въ нѣкоторыхъ случаяхъ приходится, однако, вооружиться терпѣніемъ на долгіе мѣсяцы.

## I.

**Idées fixes**, см. „Навязчивыя идеи“.

**Іодъ** довольно часто употребляется какъ въ домашнемъ быту, такъ и въ медицинѣ при различныхъ воспаленіяхъ. Употребляется, конечно, не чистый іодъ, но іодная *настойка*, которая, однако, носитъ въ общежитіи названіе іода. Іодъ обычно служитъ для смазыванія при воспаленіи миндалинъ, при флюсѣ, при колотѣ въ боку, воспаленіи суставовъ и пр., и пр. Въ медицинѣ употребленіе его также очень распространено. Не слѣдуетъ намазывать іода толстымъ слоемъ, такъ какъ вслѣдствіе этого въ данномъ мѣстѣ начинаетъ сползати кожа довольно замѣтнымъ образомъ. Между тѣмъ, эффектъ получается одинаковый, если смазать іодомъ—кисточкой или перышкомъ—только разъ—другой. Послѣ этого слѣдуетъ обождать, пока спиртъ выдохнется и іодъ высохнетъ (для чего требуется, впрочемъ, очень мало времени). Въ противномъ случаѣ іодъ марааетъ бѣлье. Смазывать іодомъ большое мѣсто также не слѣдуетъ очень часто. Обыкновенно процедуру эту слѣдуетъ повторять не чаще, чѣмъ разъ въ два дня, а то и еще рѣже.

Помимо наружнаго, іодъ имѣетъ также очень широкое употребленіе въ медицинѣ, какъ внутреннее средство. Онъ входитъ составнымъ веществомъ въ наиболѣе распространенныя и вмѣстѣ съ тѣмъ очень цѣнныя медицинскія лекарства, каковы, напр., іодистый калий, считающійся специфическимъ средствомъ противъ сифилиса (въ третичномъ періодѣ), іодистый натрій и пр.

**Іодное отравленіе.** Не всѣ одинаково хорошо переносятъ іодъ. У нѣкоторыхъ лицъ іодъ (принятый въ видѣ какой-либо соли) даже въ самомъ умѣренномъ количествѣ вызываетъ признаки отравленія, которое является довольно серьез-

нымъ препятствіемъ къ употребленію этого драгоценнаго средства. Іодное отравленіе выражается въ слѣдующихъ явленіяхъ: легкой лихорадкѣ, насморкѣ и особенной сыпи на кожѣ. Іодъ, какъ летучее вещество, удаляется наружу дыхательнымъ аппаратомъ, на который онъ и производитъ извѣстное раздражающее вліяніе. Этимъ воспользовались для того, чтобы въ нѣкоторыхъ сомнительныхъ случаяхъ точнѣе распознать чахотку. При приѣмѣ какой-либо іодистой соли въ болѣе значительномъ количествѣ воспаленіе въ бронхахъ—въ томъ случаѣ, когда таковое имѣется—усиливается и уху выслушивающаго врача становятся слышными такіе хрипы, которые до того совершенно не доходили до его уха.

## К.

**Кавказскія минеральныя воды.** Годъ отъ году Кавказъ пріобрѣтаетъ все большее и большее значеніе въ медицинскомъ отношеніи. Нѣкоторыя мѣстности Кавказа обладаютъ всѣми необходимыми данными для того, чтобы создать въ нихъ чудныя климатическія станціи. Къ таковымъ мы можемъ причислить Абасъ-Туманъ, Боржомъ, Гагры и пр. Особенной же извѣстностью пользуются *кавказскія минеральныя воды*. Главнѣйшія группы этихъ водъ будутъ нами—въ виду ихъ выдающагося значенія—разсмотрѣны каждая въ отдѣльности. Здѣсь же мы ограничимся немногими общими свѣдѣніями. Съ тѣхъ поръ, какъ на Кавказъ было обращено должное вниманіе, курорты его начинаютъ все больше и больше выигрывать въ смыслѣ благоустройства и вмѣстѣ съ тѣмъ привлекать все больше и больше больныхъ. Въ этомъ направленіи усилія нашего министерства земледѣлія, въ вѣдѣніи котораго находятся въ настоящее время кавказскія минеральныя воды, увѣнчиваются замѣтнымъ успѣхомъ; это тѣмъ болѣе отрадно, что кавказскія воды, по единодушному отзыву специалистовъ, отличаются соотвѣтственно своему составу высокими цѣлебными свойствами.

Приводимъ здѣсь практическія свѣдѣнія относительно стоимости проѣзда на Кавказъ изъ главнѣйшихъ городовъ имперіи. Изъ Петербурга проѣздъ обходится около 21 р. (вторымъ) и 14 р. (третьимъ классомъ); изъ Москвы—17 и 12 р.;—Кіева—16 и 11 р.; Варшавы—21 и 14 р. Цѣны указаны до станціи „Минеральныя воды“, откуда пассажиры и направляются по соотвѣтствующимъ группамъ. См. также **Жельзноводскую, Бисловодскую, Пятигорскую и Эссенгуевскую** группы минеральныхъ водъ.

Помѣщаемъ здѣсь нѣкоторыя официальные свѣдѣнія, иллюстрирующія развитіе кавказскихъ минеральныхъ водъ за послѣдніе годы. Число отпущенныхъ *ваннъ* равнялось въ 1892 г. 165.000; въ 1900—360.000; въ 1902—свыше полу-милліона. Число отпущенныхъ бутылокъ минеральной воды равнялось въ 1892 г. 92.000; въ 1900—свыше 1 $\frac{1}{2}$  милліона и въ 1902 г.—6 милліоновъ. Въ 1892 г. число больныхъ достигло 5.400; въ 1900—13.000; въ 1902 г.—25.000 чело-вѣкъ. Эти цифры наглядно указываютъ на то, что кавказ-скія минеральныя воды начинаютъ приобретать твердыя сим-патіи публики.

**Камни—желчныя.** Прежде, чѣмъ говорить отдѣльно о желч-ныхъ и о почечныхъ камняхъ, скажемъ нѣсколько словъ объ общихъ условіяхъ образованія камней въ организмѣ, съ точки зрѣнія современной науки. На образованіе камней смо-трать, въ настоящее время, какъ на ненормальное явленіе, вызываемое, главнымъ образомъ, недостаточно энергичнымъ обмѣномъ веществъ. Вслѣдствіе этого извѣстныя вещества, которыя при нормальныхъ условіяхъ должны бы быть уда-ляемы изъ организма, задерживаются. Обратившись посте-пенно въ довольно твердую массу, они и образуютъ собой камни. Пока камни эти не достигли еще сколько-нибудь зна-чительнаго объема (а до того въ видѣ песку), они свободно проходятъ черезъ соответствующіе каналы. Наступаетъ, однако, періодъ, когда камни становятся настолько объеми-стыми, что не могутъ уже пройти черезъ каналъ. Тогда-то и наступаютъ тѣ ужасныя мученія, которыя носятъ названіе **коликъ** (см.).

Перейдемъ теперь къ разсмотрѣнію желчныхъ камней. Образуются они вслѣдствіе задержки въ организмѣ нѣкото-рыхъ составныхъ частей желчи. Когда они токомъ желчи увлекаются изъ желчнаго пузыря въ желчный протокъ (ка-наль), черезъ который желчь изливается въ 12-перстную кишку, то камень въ немъ застреваетъ. Мышечныя стѣнки канала вслѣдствіе раздраженія, производимаго камнемъ, сжи-маются, что и вызываетъ ужасныя боли: желчныя колики. Въ нѣкоторыхъ случаяхъ камень черезъ нѣкоторое время возвращается обратно въ пузырь, и тогда больному грозитъ новый приступъ коликъ. Въ болѣе благоприятныхъ случаяхъ камень выталкивается въ кишечникъ и, если пациентъ соблю-даетъ предписанныя ему врачомъ мѣры, то онъ можетъ раз-считывать на то, что ему удастся въ болѣе или менѣе близ-комъ будущемъ избавить себя отъ дальнѣйшихъ приступовъ желчекаменной болѣзни. Помимо болей, застреваніе камня въ желчномъ протокѣ характеризуется еще тѣмъ, что пре-

граждается доступъ желчи въ кишечникъ и появляется **желтуха** (см.) со всѣми вышеописанными послѣдствіями.

— **Леченіе** больного, страдающаго желчекаменной болѣзнию, значительно разнится въ зависимости отъ того, находится ли они въ періодѣ приступа коликъ, или же въ періодѣ безболѣзненномъ. Въ первомъ случаѣ задача наша сводится, главнымъ образомъ, къ тому, чтобы облегчить его боли и облегчить проходъ камня въ кишечникъ. Мѣры, которыя мы съ этой цѣлью примѣняемъ, чрезвычайно разнообразны. Начинаютъ съ теплыхъ припарокъ, согрѣвающихъ компрессовъ, смазыванія іодомъ, теплыхъ ваннъ и пр. Нерѣдко врачъ вынужденъ бываетъ, въ виду невыносимыхъ мукъ, испытываемыхъ пациентомъ, прибѣгнуть къ впрыскиванію морфія. Оливковое масло считается довольно дѣйствительнымъ средствомъ для изгнанія желчныхъ камней. Даютъ его чайными ложками; въ нѣкоторыхъ же случаяхъ его приходится, однако, принимать и стаканами. Во время леченія очень внимательно слѣдятъ за испражненіями. Когда камень прошелъ, наконецъ, въ кишечникъ, испражненія утрачиваютъ свой сѣрый землистый цвѣтъ и ужасный запахъ и вновь принимаютъ нормальную желтоватую окраску. Въ то же время, при внимательномъ изслѣдованіи, нетрудно бываетъ открыть въ испражненіяхъ и самый камень (или чаще—*камни*), который послужилъ причиной столькихъ страданій. Что же касается до желтухи, то она проходитъ довольно медленно. Не скоро также забываетъ и больной про тѣ муки, которыя ему пришлось претерпѣть.

*Предохранить* себя отъ желчныхъ камней можно соотвѣтствующей діетой и образомъ жизни. Что касается до *діеты*, то на нѣкоторое время слѣдуетъ оставить мясо и перейти на молоко и на растительную пищу. Какъ можно больше слѣдуетъ ограничить потребленіе жирныхъ веществъ. Slѣдуетъ заботиться о томъ, чтобы какъ можно больше времени проводить на открытомъ воздухѣ и побольше работать физически. Такимъ образомъ удастся оживить обмѣнъ веществъ въ организмѣ. Большое значеніе имѣетъ и воздѣйствіе на кожу при помощи водолеченія и растираній. Непосредственное дѣйствіе на кожу имѣютъ *щелочи*, къ которымъ и прибѣгаютъ преимущественно въ видѣ минеральныхъ водъ. Воды эти всего лучше пить на мѣстѣ (Виши, Эссентуки № 17). Если это невыполнимо, то можно употреблять щелочи въ видѣ медикаментовъ.

**Камни — почечные.** То, что сказано нами въ предыдущей статьѣ относительно образованія камней вообще, избавляетъ насъ отъ необходимости останавливаться долго на почечныхъ

камняхъ. Скажемъ поэтому вкратцѣ, что причиною послѣднихъ является въ большинствѣ случаевъ мочеваѣ кислота, которая не успѣла окислиться въ мочевиноу, въ какомомъ видѣ она свободно выдѣлилась бы изъ организма. Появляются почечные камни, какъ и желчные, вслѣдствіе замедленія обмѣна веществъ при сидячемъ образѣ жизни и злоупотребленія мясной пищей и спиртными напитками, принимаемыми хотя бы и въ незначительномъ количествѣ.

Въ данномъ случаѣ колики вызываются прохожденіемъ камней черезъ мочеточникъ, который обыкновенно совершенно закупоривается камнемъ, такъ что моча въ теченіе нѣкотораго времени выдѣляется только изъ одной почки.

Мѣры предохраненія и въ данномъ случаѣ въ основѣ тѣ же, что и по отношенію къ желчнымъ камнямъ, съ той разницей, что слѣдуетъ еще больше значенія придавать преимущественно растительной пищѣ. *Щелочи* и въ данномъ случаѣ играютъ огромную роль въ леченіи. Изъ минеральныхъ водъ, показанныхъ при почечныхъ камняхъ, упомянемъ о Контрексевилѣ (во Франціи) и Ессентукахъ (№ 17) у насъ. Болѣе или менѣе специфическимъ средствомъ противъ почечныхъ камней считается литій. Все, что сказано было относительно образа жизни, воздѣйствія на кожу и пр. въ предыдущей счастѣ, остается въ полной силѣ и относительно почечныхъ камней.

**Карбункулъ**, см. „Сибирская язва“.

**Каннъ**. Прекрасная климатическая станція въ часѣ ѣзды отъ Ницы на южномъ берегу Франціи у Средиземнаго моря. Чрезвычайно мягкій теплый климатъ. Чудныя купанья. Большой съѣздъ страдающихъ болѣзнями дыхательныхъ органовъ, ревматизмомъ, малокровіемъ и пр. Сезонъ съ начала октября по конецъ мая.

**Карлсбадъ** — извѣстный источникъ въ Богеміи, куда ежегодно съѣзжаются также тысячами и русскіе. Главнѣйшими составными частями источниковъ являются глауберова соль, углекислый натрій, поваренная соль, углекислая известь, углекислота и пр. Наиболѣе прославленнымъ источникомъ изъ всей группы является *Штрудель*, который даетъ ежедневно огромное количество воды (въ нѣсколько тысячъ бутылокъ), температурой въ 58° Р. Многіе больные, страдающіе болѣзнями печени, почекъ, ожирѣніемъ, подагрой, сахарной болѣзнию и пр., находятъ тамъ значительное облегченіе, а то и полное исцѣленіе. Изъ нашихъ источниковъ къ Карлсбаду всего ближе подходятъ *Эссентуки* (см.) (№№ 4, 29 и 21), температура которыхъ равна 10—11° Р.

**Карцинома**, см. „Ракъ“.

**Касторовое или рициное масло.** Касторовое масло служитъ излюбленнымъ слабительнымъ въ семейномъ быту. Дѣти его гораздо охотнѣе принимаютъ, однако, чѣмъ взрослые, особенно, если нѣсколько замаскировать его вкусъ вареньемъ, фруктовымъ сокомъ или чѣмъ-нибудь въ этомъ родѣ. У каждой матери имѣется для этого, впрочемъ, свой способъ. Что касается до взрослыхъ, то одинъ видъ его вызываетъ во многихъ отвращеніе. Укажемъ на нѣсколько способовъ замаскировать вкусъ кастороваго масла и сдѣлать его примѣннымъ въ большинствѣ случаевъ. Прибавляютъ къ нему нѣсколько мятныхъ капель или коньяку; прибавляютъ сахару въ такомъ количествѣ, что образуется густая масса, и принимаютъ его въ черномъ кофе или же въ пивѣ. Если всѣ эти мѣры не въ состояніи преодолѣть отвращенія, то остается принять его въ желатиновыхъ капсулькахъ, каковыхъ требуется проглотить штукъ 8, чтобы получилась столовая ложка масла. Взрослымъ масло это дается столовыми, маленькими дѣтямъ—чайными, дѣтямъ постарше—десертными ложками. У лицъ, въ которыхъ касторовое масло вызываетъ отвращеніе, можно въ случаѣ надобности воспользоваться имъ, какъ рвотнымъ (см.).

**Кастрація.—Холощеніе.** Кастрація, которая у мужчинъ сводится къ вырѣзыванію яичекъ, у женщинъ же—къ удаленію яичниковъ, является операціей очень тяжелой, и притомъ не только въ физическомъ, но и въ духовномъ отношеніи. Какъ на мужчинахъ (наши скопцы, восточные евнухи), такъ и на женщинахъ было замѣчено, что удаленіе половыхъ железъ рѣзко измѣняетъ весь ихъ физическій и духовный складъ, обращая ихъ въ какія-то безполыя существа. Внѣшнимъ образомъ это выражается въ измѣненіи голоса, въ склонности къ ожирѣнію, въ обѣднѣніи растительности и пр. Въ духовномъ же отношеніи—въ черствости, себялюбіи, жадности къ деньгамъ и пр. Какъ бы то ни было, такая операція можетъ быть оправдываема только истинной *необходимостью*, и не только больная и больной, но и всякій сколько-нибудь добросовѣстный хирургъ должны глубоко призадуматься прежде, нежели рѣшиться на эту операцію. Не слѣдуетъ забывать, что операція эта *неоправима*, такъ какъ удаленные органы ничѣмъ замѣнить нельзя.

**Катаракта.** Катарактой называютъ особенную болѣзнь глаза, которая зависитъ отъ помутнѣнія хрусталика (см. рис. 22 въ I части сочиненія, въ главѣ: „**Наши органы чувствъ**“ (стр. 54). Такого рода помутнѣніе можетъ происходить отъ разнообразныхъ причинъ, но мы будемъ имѣть въ виду только наиболѣе частую причину: *преклонный возрастъ*. Хрусталикъ начи-



наетъ мутнѣть; вслѣдствіе этого онъ становится непроницаемымъ для лучей; больной начинаетъ различать предметы все менѣе и менѣе ясно; затѣмъ совершенно перестаетъ различать ихъ очертанія. Черезъ нѣкоторое время онъ способенъ различать только день отъ ночи. Наконецъ, онъ и на это оказывается неспособнымъ. Несчастный больной погружается въ безпросвѣтную тьму.

Чѣмъ катаракта отличается, однако, отъ всякой иной слѣпоты, такъ это тѣмъ, что состояніе это далеко не безнадежно. Наоборотъ, въ-время предпринятой и удачно выполненной операціей мы можемъ возвратитъ человѣку зрѣніе. Для того, чтобы приступить къ операціи, слѣдуетъ обождать, чтобы катаракта *созрѣла*, т. е. совершенно утратила свою прозрачность. Самая же операція состоитъ (у стариковъ) въ вылущеніи помутнѣвшаго хрусталика, вслѣдствіе чего лучи, не встрѣчая по пути темнаго тѣла (въ видѣ помутнѣвшаго хрусталика), вновь получаютъ способность достигать сѣтчатой оболочки. Непремѣннымъ условіемъ успѣха служитъ пребываніе больного послѣ операціи въ теченіе нѣкотораго времени въ темной комнатѣ—при сохраненіи полного *покоя*. Въ противномъ случаѣ можетъ вытечь глазъ.

Добавимъ, что послѣ операціи катаракты глазъ утрачиваетъ способность приспособляться, по надобности, къ различнымъ разстояніямъ, а потому появляется необходимость въ ношеніи очковъ.

**Катарръ.** Въ виду того, что мы по поводу важнѣйшихъ органовъ (обладающихъ внутреннимъ слизистымъ покровомъ) разбираемъ повсюду и ихъ катарральныя воспаленія; въ виду того, что катарръ является одной изъ наиболѣе распространенныхъ болѣзней слизистыхъ оболочекъ, мы считаемъ необходимымъ дать нашимъ читательницамъ нѣкоторыя общія понятія относительно сущности катарра. Катарръ появляется вслѣдствіе раздраженія слизистой оболочки и выражается въ усиленномъ отдѣленіи слизи. Катарръ можетъ появиться на любой слизистой оболочкѣ: носа, уха, влагалища, желудка, кишечника, мочевого пузыря и т. д. Всюду, однимъ словомъ, гдѣ только имѣется *слизистая оболочка*. Истеченіе бываетъ слизистымъ (при простомъ катаррѣ) или гнойнымъ (при гнойномъ катаррѣ). На первыхъ порахъ катарръ проявляется также жаромъ, жженіемъ, лихорадкой и болями.

Что касается до общаго **леченія** катарровъ, то прежде всего слѣдуетъ позаботиться о томъ, чтобы уменьшить воспалительный притокъ крови къ больной слизистой оболочкѣ. Затѣмъ слѣдуетъ подумать о томъ, чтобы постепенно удалять отдѣлимое слизистой оболочки, такъ какъ въ противномъ слу-

чаѣ оно дѣйствуетъ раздражающимъ образомъ. Въ заключеніе слѣдуетъ позаботиться объ успокоеніи боли и объ охлажденіи воспаленнаго мѣста. Цѣли эти достигаются при помощи тепловатыхъ мѣстныхъ полосканій легкими антисептическими растворами. Помимо того, бываетъ показано водолеченіе въ видѣ переменныхъ ручныхъ и ножныхъ ваннъ, а также мѣстныхъ или общихъ обертываній. На ряду съ этимъ слѣдуетъ позаботиться о легкой пищѣ, равномерной температурѣ и содержаніи желудка въ надлежащемъ порядкѣ. Таковы—основныя условія, которыя должны быть выполняемы при катаррѣ какой бы то ни было слизистой оболочки.

Нѣкоторыя болѣзненные женщины и дѣти (преимущественно золотушныя) обладаютъ большою склонностью къ катаррамъ, которые появляются у нихъ по самому ничтожному поводу. Напуганныя этимъ, они стараются избѣгать какихъ бы то ни было раздраженій, и этимъ еще больше себя изнѣживаютъ и увеличиваютъ свою склонность къ катаррамъ. Само собой разумѣется, что сопротивляемость организма вреднымъ вліяніямъ вслѣдствіе этого значительно понижается. Что такимъ особамъ всего больше нужно и что всего вѣрнѣе поможетъ ихъ предохранить себя отъ безконечныхъ катарровъ, такъ это—**закаливаніе** (см.), и преимущественно при помощи воздушныхъ ваннъ: сначала на солнцѣ, а потомъ и въ тѣни. Очень благотворно дѣйствуетъ на нихъ также и продолжительное пребываніе на солнцѣ. Какъ только имъ удастся усилить дѣятельность кожи и улучшить обмѣнъ веществъ, они въ значительной степени могутъ себя считать застрахованными отъ частыхъ катарровъ. Имѣетъ большое значеніе и питаніе. Само собой разумѣется, что слѣдуетъ совершенно избѣгать спиртныхъ напитковъ. Не слѣдуетъ также злоупотреблять азотистой (мясной) пищей и пряностями.

**Катарръ** отдѣльныхъ слизистыхъ оболочекъ, см. названіе соответствующаго органа, напр., **катарръ уха**, см. „Ухо“, **катарръ мочевого пузыря**, см. „Мочевой пузырь“ и т. д.

**Катетеръ** представляетъ собой каучуковую или металлическую полую трубку, предназначенную преимущественно для извлеченія жидкости изъ какой-либо полости тѣла. Наибольшее употребленіе имѣютъ катетеры, предназначенныя для извлеченія *мочи* изъ мочевого пузыря при задержкѣ послѣдней. Катетеризація мочевого пузыря у женщинъ не представляетъ особенныхъ затрудненій, такъ какъ у нихъ мочеиспускательный каналъ широкъ и коротокъ. У женщинъ приходится прибѣгать къ катетеризаціи, преимущественно, во время родовъ и послѣродового періода, а также во время тяжкихъ болѣзней. Безконечно чаще приходится прибѣгать

къ этой операци у мужчинъ, главнымъ образомъ потому, что вслѣдствіе половыхъ болѣзней (перелой) въ мочеиспускательномъ каналѣ часто обнаруживаются суженія, и моча перестаетъ выдѣляться самопроизвольно, что создаетъ состояніе довольно тягостное. Катетеризація пузыря у мужчинъ часто представляетъ довольно много трудностей и требуетъ нерѣдко значительнаго искусства. Само собой разумѣется, что сдѣлать его правильно можетъ только врачъ. Существуетъ нѣсколько десятковъ №№ катетеровъ различныхъ величинъ, начиная съ самыхъ тонкихъ, съ почти микроскопическимъ отверстіемъ, предназначенныхъ для грудныхъ дѣтей, и кончая катетерами, диаметромъ съ мизинець. Однимъ изъ главнѣйшихъ условій катетеризаціи является соблюденіе строжайшей *чистоты*. Въ противномъ случаѣ не трудно загрязнить мочевой пузырь, послѣдствіемъ чего въ легкихъ случаяхъ можетъ быть упорный катарръ мочевого пузыря, въ худшихъ — (такъ наз., восходящее) воспаленіе почекъ.

**Кашель.** Вотъ страданіе, которое не требуетъ никакихъ поясненій. Нѣтъ человѣка, который лично не испыталъ бы, что такое кашель. Но, если всѣ знаютъ, что такое кашель, то очень немногіе знаютъ, однако, его причины, происхожденіе и значеніе. Состоитъ кашель въ судорожныхъ сокращеніяхъ выдыхательныхъ мышцъ и самый кашель является въ большинствѣ случаевъ указаніемъ на заболѣваніе слизистой оболочки дыхательныхъ путей. Не слѣдуетъ, однако, упускать изъ виду, что органы, входящіе въ составъ дыхательнаго аппарата, очень многочисленны, и потому разобраться въ томъ, какой именно изъ нихъ боленъ, не всегда бываетъ легко. Такъ, кашель появляется при заболѣваніи гортани, дыхательнаго горла, бронховъ, легкихъ, легочной плевы, не говоря уже объ *отраженномъ* кашлѣ, который наблюдается и при заболѣваніяхъ, съ дыхательнымъ аппаратомъ ничего общаго не имѣющихъ.

Въ однихъ случаяхъ кашель обусловливается стремленіемъ дыхательнаго аппарата освободиться отъ инороднаго тѣла, попавшаго въ горло (пыль, вода и пр.); въ другомъ — стремленіемъ освободиться отъ слизистыхъ массъ (мокроты), загромаждающихъ легкія. Въ нѣкоторыхъ случаяхъ кашель является слѣдствіемъ нервнаго раздраженія. По вполнѣ понятнымъ причинамъ мы обнаруживаемъ гораздо больше склонности къ кашлю въ холодное, чѣмъ въ теплое время года. Если кашель имѣетъ цѣлью освободить легкія отъ мокроты, то мы не только ему не должны препятствовать, но




Рис. 225.  
Катетеръ.

должны даже помочь организму въ этомъ стремленіи. Иное дѣло—нервный кашель, тѣмъ болѣе, что обыкновенно онъ очень сильно истощаетъ организмъ.

— **Лечимъ** мы кашель посредствомъ покоя, пребыванія во влажной атмосферѣ при равномерной температурѣ и хорошемъ провѣтриваніи. Ничто не успокаиваетъ такъ вѣрно кашель, какъ пребываніе въ чистой атмосферѣ, какъ это давно замѣчено въ санаторіяхъ для легочныхъ больныхъ. На ряду съ указанными мѣрами, которымъ должно быть отведено почетное мѣсто, слѣдуетъ прибѣгать также, смотря по условіямъ, къ согрѣвающимъ или теплымъ компрессамъ, къ тепловатымъ ваннамъ, къ питью грудного чая или, еще лучше, теплаго молока на ночь. Вообще примѣненіе тепла, съ цѣлью вызвать потоотдѣленіе и регулировать дѣятельность слизистыхъ оболочекъ, очень благопріятно отражается на кашлѣ.

**Квасцы** (сѣрно-кислый глиноземъ) представляютъ собой излюбленное народное средство, которое еще очень недавно пользовалось широкимъ примѣненіемъ и въ научной медицинѣ. Значеніе свое они и по сію пору, впрочемъ, не окончательно утратили. Прежде квасцами производили всѣ прополаскиванія и промыванія матки въ виду того, что они обладаютъ нѣкоторыми антисептическими и вяжущими свойствами. Очень широко употреблялись они также и для полосканія горла при подозрительныхъ заболѣваніяхъ. Въ настоящее время квасцы, какъ въ женской, такъ и въ дѣтской практикѣ вытѣснены другими средствами, которымъ приписывается болѣе вѣрное дѣйствіе. Что касается до примѣненія квасцовъ при женскихъ болѣзняхъ, то по этому вопросу мы отсылаемъ читательницъ къ статьѣ „**Катарральное воспаленіе матки**“ (см.).

**Кеммернъ**—морскія купанья на Балтійскомъ побережьѣ въ 4 верст. отъ Риги. Холодные сѣрные источники; помимо того—сѣрно-торфяныя грязи и морскія купанья. Чрезвычайно благоустроенный курортъ. Жизнь очень дешевая. Рекомендуются при тѣхъ же болѣзняхъ, что и **Пятигорскъ** (см.). Сезонъ съ конца мая по конецъ августа.

**Кесарево сѣченіе.** При очень узкомъ тазѣ ребенокъ никоимъ образомъ не можетъ родиться живымъ и вообще не можетъ оставить лона матери въ естественномъ (цѣломъ) состояніи. Тогда прибѣгаютъ къ раздробленію младенца и извлеченію его по частямъ. Въ тѣхъ случаяхъ, однако, когда мать непремѣнно хочетъ имѣть живого ребенка, прибѣгаютъ къ Кесареву сѣченію. Состоитъ эта операція въ слѣдующемъ: разрѣзаютъ переднюю брюшную стѣнку и переднюю стѣнку матки и извлекаютъ младенца живымъ. Затѣмъ по удаленіи

послѣда, вновь спиваютъ сначала матку, а затѣмъ и животь. Въ настоящее время къ этой операциіи приходится прибѣгать гораздо рѣже, чѣмъ въ прежнія времена, такъ какъ придумана операциія **лоносѣченія** (см.), которой удается извлечь младенца живымъ даже при довольно значительномъ сѣуженіи таза. Тѣмъ не менѣе, окончательно обойтись безъ этой операциіи акушерство не имѣетъ возможности. Получило Кесарево сѣченіе свое названіе отъ того, что, по преданіямъ, римскій императоръ Цезарь именѣно такимъ путемъ былъ извлеченъ изъ утробы матери.

**Кефиръ** есть не что иное, какъ коровій кумысъ. Несмотря на то, что онъ сравнительно недавно вошелъ въ употребленіе, онъ успѣлъ завоевать себѣ всеобщую любовь и въ настоящее время получилъ у насъ въ Россіи очень широкое распространеніе. Такъ какъ онъ, съ другой стороны, является во многихъ случаяхъ очень дѣйствительнымъ и могущественнымъ средствомъ леченія, то мы поэтому и считаемъ необходимымъ остановиться на немъ нѣсколько подробнѣе. Кефиръ представляетъ собой продуктъ броженія коровьяго молока при посредствѣ особенныхъ грибовъ (*Dispora Caucasia*), которые съ давнихъ поръ разводятся нѣкоторыми туземными племенами на Кавказѣ, отъ которыхъ мы и позаимствовали способъ приготовленія и самое употребленіе кефира.

Кефиръ можно готовить въ любомъ мѣстѣ и во всякое время года. Для этого нужны только хорошаго качества грибки и такого же качества молоко, которое не должно быть особенно жирнымъ или густымъ. Въ противномъ случаѣ ему слѣдуетъ дать отстояться. Молоко слѣдуетъ предварительно прокипятить.

Укажемъ здѣсь *бутылочный способъ* приготовленія кефира, который оказывается наиболѣе пригоднымъ въ домашнемъ быту. Прежде всего готовятъ *закваску*. Въ стеклянную банку кладутъ около столовой ложки грибовъ и наливаютъ стакана два молока. Закупоривши банку, ставятъ ее въ прохладное мѣсто, температура котораго не должна превышать 12° Р. Сначала грибки падаютъ на дно, но черезъ нѣкоторое время они начинаютъ понемногу всплывать наверхъ. Тогда банку слѣдуетъ время отъ времени встряхивать. Черезъ сутки закваска готова. Получившуюся жидкость процеживаютъ, и такимъ образомъ отдѣляютъ грибки, которые обдаютъ новой порціей молока, чтобы получить закваску на слѣдующій день.

Получивъ такимъ путемъ закваску, ее разбавляютъ вдвое большимъ количествомъ молока и разливаютъ въ сельтерскія бутылки, которыя плотно обвязываютъ проволокой или же

снабжаютъ механическими пробками. Въ противномъ случаѣ кефиръ, когда начнется усиленное броженіе, легко можетъ выбѣжать. Время отъ времени бутылки встряхиваютъ, чтобы дать возможность обѣимъ жидкостямъ тѣсно перемѣшаться между собой. Разлитое по бутылкамъ молоко оставляется при низкой температурѣ (8 — 12° Р.), при которой черезъ 24 часа получается *односуточный* или слабый кефиръ. Если тотъ же кефиръ оставить бродить еще на сутки, получается *двухсуточный* или средній кефиръ. Еще черезъ сутки получается *трехдневный* или крѣпкій кефиръ. Кефиры различной крѣпости отличаются другъ отъ друга содержаніемъ спирта и углекислоты, которыхъ имѣется въ кефирѣ тѣмъ больше, чѣмъ кефиръ старше.

Составъ кефира довольно сложный: въ него входятъ вода, углекислота, алкоголь, молочный сахаръ, молочная кислота, жиры и бѣлки. *Слабый* кефиръ дѣйствуетъ *ослабляющимъ* образомъ и находитъ себѣ, слѣдовательно, примѣненіе при запорахъ. *Крѣпкій* кефиръ задерживаетъ, наоборотъ, стулъ и находитъ себѣ показаніе къ употребленію при наклонности къ *поносамъ*. Кефиръ усиливаетъ аппетитъ, а также отдѣленіе желудочнаго сока и способствуетъ пищеваренію.

Къ употребленію кефира приучаютъ себя обыкновенно понемногу. Начинаютъ съ одного стакана и, прибавляя ежедневно по одному стакану, доходятъ обыкновенно стакановъ до 6. Нѣкоторые желудки, однако, отлично переносятъ кефиръ и въ значительно большихъ количествахъ. Кефиръ слѣдуетъ пить не залпомъ, но небольшими глотками, по возможности во время прогулки, такъ какъ это значительно способствуетъ надлежащему усвоенію кефира. Суточная порція кефира обыкновенно выпивается въ три приема: изъ нихъ первая выпивается натошакъ, вторая—черезъ часъ послѣ легкаго завтрака, третья—черезъ два часа послѣ обѣда. Кефиръ слѣдуетъ пить не холоднымъ, но слегка подогрѣтымъ (налитый стаканъ ставятъ въ горячую воду).

Въ заключеніе скажемъ, что кефиръ является отличнымъ и очень легко усвояемымъ питательнымъ средствомъ, которое находитъ себѣ показаніе при самыхъ разнообразныхъ болѣзняхъ, характеризующихся слабостью и истощеніемъ. Кефиръ пьютъ съ отличными результатами при чахоткѣ, малокровіи, золотухѣ, катаррахъ желудочно-кишечнаго канала, водянкѣ, а также въ періодъ выздоровленія отъ тяжелыхъ болѣзней. Рекомендуемъ поэтому нашимъ читателямъ, имѣющимъ къ тому малѣйшую возможность, не задумываясь прибѣгать къ кефиру, если къ употребленію его имѣются показанія. Нѣтъ сомнѣнія въ томъ, что всѣ

наши деревенскія и провинціальныя читательницы, которыя имѣютъ къ своимъ услугамъ холодный подвалъ и свѣжее молоко, могутъ безъ особенныхъ трудностей готовить его сами. Между тѣмъ, удовольствіе и польза, приносимыя этимъ напиткомъ, съ избыткомъ вознаграждаютъ трудъ по его приготовленію.

**Кисловодскъ** расположенъ довольно высоко (ок. 2.700 ф. надъ уровнемъ моря) и, благодаря тому, что онъ хорошо защищенъ отъ вѣтровъ, имѣетъ большое значеніе, какъ горная и зимняя климатическая станція. Столь извѣстный кисловодскій источникъ „Нарзанъ“ принадлежитъ къ углекислымъ. При наружномъ употребленіи углекислота дѣйствуетъ на кожу; при внутреннемъ—на слизистую оболочку желудка и кишекъ. Кисловодскъ показанъ при выздоровленіи отъ острыхъ болѣзней, при нѣкоторыхъ хроническихъ страданіяхъ сердечнаго, полового и нервнаго аппарата; при золотухѣ, англійской болѣзни и чахоткѣ. Не подходитъ Кисловодскъ больнымъ съ пороками сердца, съ аневризмами, съ склонностью къ кровотечениямъ и съ далеко зашедшей чахоткой. Сезонъ— съ 1 іюня по 1 октября. Примѣняются всевозможные методы леченія: водолеченіе, массажъ, электризація, гимнастика, кумысъ, кефиръ и пр.

**Кислоты.** Различаютъ растительныя и минеральныя кислоты. Въ сконцентрированномъ (сгущенномъ) видѣ кислоты представляютъ собой очень ѣдкія вещества, которыя производятъ сильныя ожоги на всѣ ткани, съ которыми онѣ приходятъ въ соприкосновеніе. Такъ, при отравленіи кислотами констатируютъ очень сильныя ожоги на всемъ протяженіи пищеварительнаго канала, особенно же на слизистой рта, пищевода и желудка. Въ разведенномъ видѣ кислоты имѣютъ нѣкоторое примѣненіе въ медицинѣ (для усиленія, наприм., кислотности, желудочнаго сока, и въ видѣ кровоостанавливающихъ).

**Кислотъ — избыточное образованіе.** У нѣкоторыхъ особъ замѣчается избытокъ образованія кислоты въ желудкѣ; въ такихъ случаяхъ кислота производитъ очень сильное жженіе на слизистую оболочку желудка и вызываетъ изжогу. Состояніе это довольно тягостное. Съ нѣ котораго же времени установлено, что избыточное образованіе кислоты не остается безъ вліянія и на образованіе **язвы желудка** (см.), которую слѣдуетъ считать довольно опаснымъ страданіемъ.

Среди публики излюбленнымъ средствомъ леченія при избыточномъ образованіи кислоты въ желудкѣ является сода, которой очень часто сильно злоупотребляютъ. Самое главное вниманіе слѣдуетъ, однако же, обратить на *диету*. Въ теченіе

нѣкотораго времени больная (страдаютъ этой болѣзнью въ большей мѣрѣ женщины, нежели мужчины) должна быть посажена на молоко, чтобы дать больной слизистой возможность зажить (если же имѣются язвочки, то дать имъ возможность зарубцеваться). Обыкновенно больнымъ даютъ по чашкѣ молока каждые два часа. Затѣмъ переходятъ къ мяснымъ порошкамъ и пептонамъ. Постепенно переходятъ къ обыкновенному мясу. Самымъ тщательнымъ образомъ слѣдуетъ избѣгать жировъ, мучнистыхъ, сладкихъ и кислыхъ веществъ; всего же больше—спиртныхъ напитковъ, такъ какъ ихъ раздражающее вліяніе на слизистую желудка ни для кого не представляетъ ни малѣйшихъ сомнѣній. На ряду съ этимъ, врачемъ прописываются обыкновенно щелочи, конечно, не въ столь значительныхъ количествахъ, въ какихъ принимаютъ ихъ нѣкоторыя больныя. вмѣстѣ съ тѣмъ, не слѣдуетъ упускать изъ виду и общаго леченія: частыя восхожденія на горы, работы по хозяйству или въ саду и пр., часто оказываютъ очень хорошее дѣйствіе, благопріятствуя тому, чтобы органическіе соки получили нормальный составъ. Въ смыслѣ мѣстнаго наружнаго леченія болѣзную пользу оказываетъ иногда массажъ желудка (если дѣло не дошло еще до образованія язвъ!) и грѣлка на животѣ на ночь, за отсутствіемъ которой можно положить согрѣвающій компрессъ.

**Кишечная фистула.** Фистулой называютъ противоестественное отверстіе, соединяющее какой-нибудь внутренній каналъ съ сосѣдней полостью или наружной поверхностью тѣла. Бѣльшей частью фистулы являются результатомъ вскрытія внутреннихъ нарывовъ. На самопроизвольное вскрытіе внутренняго гнойника и излітіе гноя наружу мы должны въ общемъ смотрѣть, какъ на очень благодѣтельный для организма естественный актъ самопомощи. Тѣмъ не менѣе, фи-

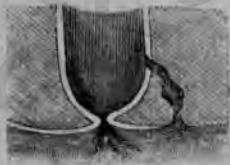


Рис. 226.  
Полная фистула прямой кишки.

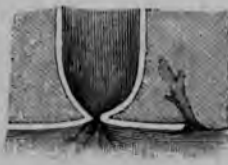


Рис. 227.  
Неполная наружная фистула.  
(По Гильмансу).



Рис. 228.  
Неполная внутренняя фистула прямой кишки.

стула, которая является его послѣдствіемъ, должна быть разсматриваема, какъ непріятное и во многихъ случаяхъ даже тяжелое страданіе.

Что касается до леченія, то въ тѣхъ случаяхъ, когда



организмъ совершенно здоровъ и крѣпокъ, наблюдается самоисцѣленіе фистулы путемъ ея постепеннаго затяженія. Во многихъ случаяхъ предпочтительнѣе бываетъ, однако, прибѣгнуть къ небольшой операци, чтобы устранить это страданіе. На приложенныхъ рисункахъ нами изображены три различныя фистулы. На рис. 226 изображена *полная*—сквозная фистула, соединяющая внутренній каналъ съ наружной поверхностью тѣла. На рис. 227 и 228 нами изображены двѣ неполныя—частичныя фистулы: изъ нихъ первая—*наружная*, т. е. исходитъ изъ кожи и не успѣла еще дойти до слизистой оболочки; вторая—*внутренняя*, т. е. имѣетъ отправной точкой слизистую оболочку и не успѣла еще соединиться съ кожей.

**Кишечника — язвы.** При нѣкоторыхъ заразныхъ заболѣваніяхъ очень легко развиваются въ кишечникѣ язвы, иногда очень быстро ведущія больного къ смерти. Изъ нихъ мы на первомъ планѣ поставимъ *бугорчатая* язвы и *тифозная*. Брюшной тифъ и состоитъ, главнымъ образомъ, въ томъ, что сначала опухаютъ, а затѣмъ изъязвляются железы почти на всемъ пространствѣ кишечника. Иногда изъязвленіе идетъ настолько быстро и заходитъ такъ далеко, что образуется прободеніе въ брюшину. Брюшина заражается микробами, которые постоянно въ чрезмѣрномъ изобиліи обитаютъ на всемъ протяженіи кишечника, слѣдствіемъ чего бываетъ **острое воспаленіе брюшины** (см.), которое можетъ въ самое короткое время привести къ смерти. Въ такомъ случаѣ одна только неотложная операци (вскрытіе живота, очищеніе полости и удаленіе язвы) съ послѣдовательнымъ закрытіемъ отверстия кишечника еще и способна спасти больного. Въ другихъ случаяхъ вслѣдствіе изъязвленія вскрывается крупный кровеносный сосудъ и больной можетъ въ самое короткое время истечь кровью. Иногда кровь выходитъ въ такомъ значительномъ количествѣ, что ею бываетъ пропитана вся постель больного. Къ несчастью, въ такихъ случаяхъ помощь наша часто оказывается безсильной, хотя борются и слѣдуетъ до конца, преимущественно при помощи впрыскиваній физиологическаго раствора соли.

При язвахъ желудка прежде всего слѣдуетъ соблюдать самый строгій покой. Изъ пищи разрѣшается только молоко и легкіе слизистые супы небольшими количествами за разъ. Затѣмъ только самымъ постепеннымъ образомъ разрѣшается перейти къ обыкновенной пищѣ.

**Кишечника — ракъ.** О „ракѣ“ у насъ въ своемъ мѣстѣ будетъ рѣчь особо. Здѣсь же мы укажемъ только на особенности рака кишечника. Помимо всѣхъ прочихъ причинъ,

которыя могутъ вызвать появленіе рака и на которыя будетъ указано въ упомянутой статьѣ, въ кишечникѣ, какъ и въ желудкѣ, ракъ, по новѣйшимъ изслѣдованіямъ, можетъ образоваться изъ язвы. Лишній поводъ къ тому, чтобы мы никогда не смотрѣли на язву желудка или кишечника, которая можетъ переродиться въ раковую, какъ на болѣзнь легкую.

До тѣхъ поръ, пока раковая опухоль не приняла значительныхъ размѣровъ, она имѣетъ только общее истощающее вліяніе на организмъ. Дѣло, однако, рѣзко мѣняется въ томъ случаѣ, когда опухоль совершенно закрыла просвѣтъ (проходъ) кишечника. Въ такомъ случаѣ испражненіе не можетъ больше происходить естественнымъ путемъ, и каловыя массы скопляются въ кишечникѣ до тѣхъ поръ, пока больной не извергнетъ ихъ рвотой. Ужаснѣе этого состоянія трудно себѣ что-либо представить, на что указываетъ и характерное латинское названіе этого состоянія: *miserege*. Къ этому вопросу мы еще вернемся въ слѣдующей статьѣ.

Что касается до леченія рака кишечника, то о немъ намъ приходится говорить немного. Само собой разумѣется, что пока возможно, слѣдуетъ поддерживать силы больного питательной и необременительной пищей. Испражненію слѣдуетъ помогать тепловатыми клизмами. Мясо воспрещается, и кормятъ больного преимущественно молокомъ. Когда же положеніе больного оказывается совершенно безнадежнымъ, уже ничто не можетъ особенно повредить, и ему разрѣшаютъ все. Въ томъ случаѣ, когда діагнозъ твердо установленъ съ самаго начала и ракъ, по всѣмъ даннымъ, ограниченъ извѣстнымъ мѣстомъ, предпочтительнѣе, если только общее состояніе больного не служитъ тому препятствіемъ, прибѣгнуть къ операціи. Къ сожалѣнію, и операція въ большинствѣ случаевъ имѣетъ только палліативное значеніе и облегчаетъ больного только на время. Въ самой послѣдней стадіи болѣзни, когда больной лишентъ возможности питаться нормальнымъ образомъ, прибѣгаютъ къ **питательнымъ клизмамъ** (см.), для успокоенія же болѣе—къ морфію, который даетъ несчастнымъ страдалцамъ хоть временное успокоеніе.

**Кишекъ — непроходимость.** Въ простонародьѣ и общежитіи болѣзнь эта носитъ названіе *заворота кишекъ*. Причины этой болѣзни многочисленны и разнообразны. Какова бы, однако, причина ни была, во всѣхъ случаяхъ дѣло сводится къ тому, что просвѣтъ кишекъ въ томъ или иномъ мѣстѣ закрывается, и такимъ образомъ исчезаетъ возможность удаленія естественнымъ путемъ каловыхъ массъ, которыя вслѣдствіе этого остаются въ кишечникѣ и отравляютъ больного. Скажемъ теперь нѣсколько словъ о наиболѣе частыхъ *причинахъ* этого

въ высшей степени тягостнаго страданія. Въ одномъ случаѣ причиной являются новообразованія и опухоли, которыя закупориваютъ просвѣтъ кишечника. Въ другомъ—причиной служить склеиваніе кишечныхъ петель вслѣдствіе слипчиваго воспаленія; въ третьемъ—*заворотъ кишекъ* (другъ на дружку) въ истинномъ смыслѣ этого слова; въ четвертомъ—внѣдреніе одной части кишки въ другую (всего чаще верхней въ нижнюю; особенно часто наблюдается у дѣтей); въ пятомъ случаѣ—инородное тѣло, попавшее въ кишечникъ, закупорило его просвѣтъ. Такъ, намъ въ нашей деревенской практикѣ приходилось наблюдать нѣсколько случаевъ непроходимости кишекъ, вызванной тѣмъ, что больные крестьяне съѣдали сразу слишкомъ большое количество свѣжеиспеченнаго ржаного хлѣба, считающагося въ деревнѣ большимъ лакомствомъ. Хлѣбъ этотъ сбивается въ плотную массу, которая совершенно закупориваетъ кишечный каналъ и вызываетъ непроходимость кишокъ. Наблюдались также случаи, когда непроходимость вызывалась большимъ желчнымъ камнемъ, скопленіемъ глистовъ и т. д., и т. д.

Чѣмъ бы, однако, непроходимость кишокъ ни вызывалась, она во всѣхъ случаяхъ обнаруживается нѣкоторыми чрезвычайно характерными *симптомами*, которые, въ общемъ, даютъ намъ возможность довольно скоро съ увѣренностью рѣшить, что мы имѣемъ дѣло съ непроходимостью кишечника. Прежде всего прекращается испражненіе, причѣмъ не выдѣляются не только каловыя массы, но не проходятъ даже газы (вѣтры): это служитъ лучшимъ доказательствомъ того, что кишечникъ совершенно непроходимъ. Спустя нѣкоторое время, животъ начинаетъ вздувать, такъ какъ его распираетъ газами, которые скопились въ кишечникѣ и которымъ нѣтъ исхода. Затѣмъ появляется *рвота*, которая отличается своимъ упорствомъ. Сначала больного рветъ пищевыми массами; затѣмъ, когда запасъ пищи въ желудкѣ и верхней части кишекъ истощился, больного начинаетъ рвать желчью, которая оставляетъ ужасное ощущеніе во рту своимъ отвратительно горькимъ вкусомъ. Худшее ждетъ, однако, несчастнаго больного еще впереди. Черезъ нѣкоторое время его начинаетъ рвать каломъ. Страданія больного въ этотъ періодъ болѣзни съ трудомъ поддаются описанію. Къ этому времени больной окончательно производитъ впечатлѣніе умирающаго. Глаза ввалились и окружены глубокими темными кругами; исхуданіе достигаетъ иногда крайнихъ предѣловъ. Температура—обыкновенно понижена. Дыханіе слабое, между прочимъ, также и потому, что вздутіе живота отгѣсняетъ кверху какъ легкія, такъ и сердце. Дѣятельность сердца находится въ сильномъ упадкѣ.

Если нѣтъ возможности оказать больному дѣйствительную помощь, то онъ черезъ нѣкоторое время почти неизбѣжно умираетъ, чаще всего въ безсознательномъ состояніи.

Что же *предпринять* при непроходимости кишекъ? Излишне указывать, что очень важно выиграть время и приступить къ леченію *какъ можно раньше*. Въ такихъ случаяхъ многіе даютъ слабительныя, отъ которыхъ мы, однако, предпочитаемъ воздерживаться, такъ какъ, по нашему мнѣнію, они способны только ухудшить положеніе, но никакъ не улучшить его: преодолѣть сопротивленіе, закупорившее кишечникъ, такимъ путемъ почти никогда не удастся, между тѣмъ спазмодическимъ сокращеніемъ кишечныхъ петель мы можемъ только увеличить опасность. Мы предпочитаемъ дѣйствовать на препятствіе не сверху, но *снизу*. Поэтому мы прибѣгаемъ ко всякаго рода простымъ и лекарственнымъ клизмамъ, преимущественно *высокимъ*, т. е. проникающимъ далеко въ кишечникъ. Въ нѣкоторыхъ случаяхъ удается такимъ путемъ уничтожить и восстановить проходимость кишекъ, что въ данномъ случаѣ равносильно спасенію больного. Въ то же время приходится обыкновенно прибѣгать и къ *промыванію желудка*. Такимъ путемъ мы не только отдаляемъ наступленіе рвоты и облегчаемъ ее въ томъ случаѣ, когда она уже наступила, но и выводимъ изъ пищеварительнаго канала массу ядовитыхъ веществъ, которыя, въ противномъ случаѣ, отравляютъ организмъ. Почти во всѣхъ случаяхъ промываніе желудка облегчаетъ больныхъ. Въ то же время мы заботимся о поддержаніи ихъ силъ посредствомъ питательныхъ клизмъ.

Года два тому назадъ былъ однимъ нѣмецкимъ врачомъ рекомендованъ новый способъ леченія непроходимости кишекъ при помощи значительныхъ (относительно, конечно) дозъ *атропина* (см.). Способъ этотъ оказался очень дѣйствительнымъ, и такимъ путемъ также удалось уже спасти много больныхъ. Если бы и атропинъ не оказалъ ожидаемаго дѣйствія, то, какъ послѣднее средство, остается *операция*. Вскрываютъ полость живота, взрѣзываютъ въ надлежащемъ мѣстѣ кишечникъ, находятъ препятствіе и удаляютъ его. Затѣмъ все вновь приводится въ первоначальное состояніе. Не слѣдуетъ, однако, упускать изъ виду, что отъ операціи мы въ правѣ ожидать успѣха только тогда, когда она предпринята *во время*, т. е., главнымъ образомъ, тогда, когда силы больного еще не окончательно истощены. Поэтому ею особенно медлить въ тяжелыхъ случаяхъ не слѣдуетъ: этимъ мы уменьшаемъ шансы больного на спасеніе. Ждать же, чтобы спасеніе наступило само собой, естественнымъ путемъ, въ высшей сте-

пени рискованно, такъ какъ естественное выздоровленіе наступаетъ только въ исключительныхъ случаяхъ.

**Кишечный катарръ.** Различаютъ *острый* и *хроническій* кишечный катарръ. Въ большинствѣ случаевъ страдаетъ не весь кишечный трактъ, но его отдѣльныя части: тонкія или толстыя кишки. Укажемъ общіе признаки перваго и втораго. При катаррѣ *тонкихъ кишекъ* ощущаются довольно сильныя боли въ животѣ; стулъ бываетъ водянистымъ и частымъ; испражненія, часто перемѣшанныя со слизью и кровью, также болѣзненны. вмѣстѣ съ тѣмъ наблюдается отсутствіе аппетита, а также, особенно у дѣтей, повышеніе температуры. При катаррѣ *толстыхъ кишекъ* каловыя массы покрываются слизью: въ однихъ случаяхъ только снаружи, въ другихъ случаяхъ они и внутри бываютъ тѣсно перемѣшаны со слизью. Во время испражненія чувствуется жженіе въ области задняго прохода. Довольно быстро наступаетъ при катаррѣ кишечника исхуданіе и истощеніе. Такова въ общихъ чертахъ картина *остраго* катарра.

Перейдемъ теперь къ *хроническому катарру*. Если кишечный катарръ тянется болѣе или менѣе продолжительное время, то организмъ истощается, кожа принимаетъ блѣдный отбѣнокъ, силы падаютъ. Изъ мѣстныхъ явленій можно отмѣтить чередованіе поносовъ съ запорами. Аппетитъ также бываетъ непостояненъ. Можно сказать, что только тотъ, кто страдалъ кишечнымъ катарромъ, научается по достоинству цѣнить правильное пищевареніе. Прибавимъ тутъ же, что никогда не слѣдуетъ слишкомъ легко относиться къ кишечному катарру и смотрѣть на него, какъ на что-то не особенно важное: въ подобномъ легкомысленномъ отношеніи позже приходится нерѣдко довольно сильно раскаиваться.

= **Леченіе.** Прежде всего необходимо, само собою разумѣется, строго урегулировать діету и въ этомъ отношеніи слѣдуетъ соблюдать самую строгую постепенность. Въ общемъ можно сказать, что основой питанія при кишечномъ катаррѣ должно служить молоко, какъ наилучшее усваиваемый и наиболѣе удобоваримый видъ пищи. Къ молоку можно прибавить легкіе супы изъ рису, крупы, овсянки. Хорошо переносится манная каша, которую слѣдуетъ густо сварить въ молокѣ (безъ масла и сахару). Сухой тушеный рисъ и миндальное молоко также хорошо переносится. Пищи никогда не слѣдуетъ принимать сразу большими количествами: предпочтительнѣе кушать почаще да поменьше. Помимо пищи слѣдуетъ позаботиться о надлежащемъ согрѣваніи живота, что можно сдѣлать различными способами, начиная съ согрѣвающихъ компрессовъ (особенно на ночь) и кончая грѣлкой или

бутылками съ теплою водою на животъ. Слѣдуетъ усердно заботиться объ оживленіи кровообращенія. Для этого часто приходится прибѣгать къ массажу и прогулкамъ, которыя, однако, ни въ какомъ случаѣ не должны быть утомительными. Какъ можно дольше слѣдуетъ оставаться на вольномъ воздухѣ и на солнцѣ.

При *хроническомъ* катаррѣ тѣлесныя упражненія должны занять еще болѣе видное мѣсто въ леченіи. Слѣдуетъ по долгу гулять или же подыматься на горы, пока не появится болѣе или менѣе чувствительная испарина. Діета мѣняется въ зависимости отъ того, имѣемъ ли мы дѣло преимущественно съ поносомъ или запоромъ. Внимательно слѣдуетъ изслѣдовать и поискать, нѣтъ ли въ данномъ случаѣ **соли-тера** (см.). Само собою разумѣется, что если бы таковой былъ найденъ, то леченіе слѣдовало бы начать съ изгнанія его. Въ другихъ случаяхъ упорный катаррѣ зависитъ отъ образования язвъ въ кишечникѣ. Во всѣхъ этихъ сложныхъ вопросахъ можетъ однако же разобраться только врачъ.

**Клептоманія.** Этимъ именемъ обозначаютъ болѣзненную страсть къ похищенію, которой больной не въ силахъ бываетъ противостоять. Что отличаетъ клептоманію отъ обыкновеннаго воровства, такъ это—помимо имущественнаго и общественнаго положенія, а также уровня развитія даннаго лица—то, что обыкновенно похищаемые предметы представляютъ для него очень мало интереса. Такъ, у одного высокопоставленнаго атташе при посольствѣ въ Вѣнѣ цѣлыхъ двѣ комнаты были набиты кухонными принадлежностями, которыя были добыты исключительно путемъ похищенія. Изъ извѣстныхъ лицъ, страдавшихъ въ нѣкоторой степени клептоманіей, укажемъ только на Наполеона, который постоянно пряталъ въ карманъ табакерки своихъ министровъ, у которыхъ онъ одолжался понюшкой табаку. Такъ какъ послѣдніе стали находить клептоманію императора очень разорительной для себя, то они и стали обзаводиться особенными бумажными табакерками, которыя и захватывали съ собою, когда отправлялись на докладъ къ Наполеону. Табакерки такъ и стали носить названіе „императорскихъ“ (*les tabatières de l'Empereur*). Въ нѣкоторыхъ случаяхъ клептоманія проявляется, какъ самостоятельное и большей частью невинное душевное страданіе. Въ такомъ случаѣ можно удовольствоваться домашнимъ надзоромъ. Въ другихъ случаяхъ она является звеномъ въ ряду другихъ болѣе серьезныхъ проявленій душевнаго страданія. Въ такомъ случаѣ требуется настоятельно участіе психіатра (врача по душевнымъ болѣзнямъ).

**Клизмы.—Клистиры.—Lavements.**—Воздѣйствіе на прямую кишку, какъ на окончаніе пищева- рительнаго канала, чрез-вычайно распространено въ обыденной жизни, и можно сказать, что во многихъ случаяхъ имъ даже злоупотребляютъ. Впрочемъ, современное злоупотребленіе клизмами совершенно блѣднѣетъ передъ тѣмъ, какъ ими злоупотребляли въ доброе старое время, особенно при французскомъ дворѣ „короля—солнца“ Людовика XIV. Лѣтописецъ его (Кольсонъ) пишетъ: „Трудно себѣ представить, какую массу клизмъ заставляла себѣ ставить король“; по его примѣру, конечно и придворные стали сильно злоупотреблять клизмами.

Какихъ невѣроятныхъ размѣровъ достигало въ тотъ вѣкъ пользованіе клизмами, показываетъ процессъ одной сидѣлки съ нѣкимъ каноникомъ Буржуа въ Труа. Она искала съ него вознагражденія ни болѣе, ни менѣе, какъ за... 2130 клизмъ, которыя она ему поставила въ теченіе 2-хъ лѣтъ!...

Въ наше время и понятія, конечно, не имѣютъ о томъ, чтобы такъ часто ставить клистиры; тѣмъ не менѣе, ими и теперь, какъ сказано, нерѣдко злоупотребляютъ. Съ другой стороны, невозможно, однако, отрицать, что результаты, получаемые нами при помощи воздѣйствія на прямую кишку, оказываются въ нѣкоторыхъ случаяхъ положительно незамѣнимыми. Въ прямую кишку мы вводимъ обыкновенно ту или иную жидкость, въ зависимости отъ цѣли, которую мы въ каждомъ отдѣльномъ случаѣ преслѣдуемъ.

Различаютъ три главнѣйшихъ рода клистировъ: маленькіе, слабительные (опоражнивающіе) и вливанія. *Маленькіе* клистиры состоятъ всего изъ одной-двухъ ложекъ жидкости: они не выходятъ обратно, а непосредственно всасываются прямой кишкой. Температура воды при этомъ можетъ быть свѣжей, холодной или же приближаться къ температурѣ тѣла. Они имѣютъ цѣлью возбуждать и укрѣплять кишечникъ.

*Опоражнивающіе* клистиры имѣютъ наибольшее распространеніе и наиболѣе широкое примѣненіе въ обыденной жизни. Для взрослыхъ берется стаканъ два съ половиной воды. Во многихъ случаяхъ берутъ и литръ (пять стакановъ) воды. Для дѣтей берутъ, смотря по возрасту, соотвѣтственно меньшія количества. Такъ, напр., для новорожденнаго пользуются спринцовкой въ одну унцію (30 граммъ) =  $\frac{1}{7}$  часть стакана. Чаще всего употребляютъ простую воду. При этомъ слѣдуетъ постоянно имѣть слѣдующія соображенія: чѣмъ больше мы вольемъ въ прямую кишку воды, и тѣмъ скорѣе выйдетъ она обратно. То же самое можно сказать и про температуру: чѣмъ температура воды сильнѣе разнится отъ температуры тѣла, и тѣмъ дольше способны мы удерживать

воду. Клизмы эти имѣютъ цѣлью воздѣйствовать на каловыя массы, скопившіяся въ кишечникѣ и которыя онѣ оказываются не въ состояніи изгнать собственными силами. Въ тѣхъ случаяхъ, когда употребляется простая вода, она дѣйствуетъ разжижающимъ образомъ на каловыя массы. Иногда къ клистирамъ прибавляютъ небольшое количество масла или глицерину. Дѣлается это съ той цѣлью, чтобы поверхность каловыхъ массъ стала болѣе скользкой: въ такомъ видѣ, онѣ, понятно, легче изгоняются. Глицерину подбавляютъ чайную или столовую ложку.

Нерѣдко къ клизмѣ прибавляютъ небольшое количество мыла, которое дѣйствуетъ на кишечникъ возбуждающимъ образомъ и вмѣстѣ съ тѣмъ дѣлаетъ каловыя массы болѣе скользкими. При этомъ необходимо принимать во вниманіе слѣдующія практическія соображенія, которыя, несмотря на всю ихъ простоту, не лишены значенія. Изъ-за несоблюденія ихъ, мы часто лишены бываемъ возможности успѣшно довести дѣло до конца. Мыло должно быть наскоблено самыми тонкими стружками. Всего лучше растворить наскобленное мыло въ горячей водѣ (можно прибавить немного водки), и затѣмъ мыльный растворъ влить въ кружку. Въ противномъ случаѣ стружки, особенно въ томъ случаѣ, когда онѣ крупны, закупориваютъ просвѣтъ трубки и приостанавливаютъ дальнѣйшее истеченіе жидкости. Если трубку прочистить, то черезъ короткое время все-таки повторится то же самое. При такихъ условіяхъ постановка клизмы сопряжена съ большими неприяностями для окружающаго, особенно же для больного.

Клизмы ставятся при помощи различныхъ инструментовъ, о которыхъ у насъ сейчасъ будетъ рѣчь. При постановкѣ клистировъ слѣдуетъ принимать слѣдующія мѣры: прежде всего слѣдуетъ подостлать простыню или клеенку, такъ какъ нѣкоторое количество жидкости всегда вытекаетъ наружу и не только причиняетъ неприяныя ощущенія больному, но косвеннымъ путемъ вызываетъ и преждевременныя сокращенія кишечника. Смоченная простыня или клеенка удаляются тотчасъ же послѣ того, какъ клизма поставлена. **Кружка Эсмарха** (см.), при помощи которой обыкновенно ставится клизма, не должна быть повѣшена черезчуръ высоко. Въ противномъ случаѣ давленіе будетъ слишкомъ велико и вызоветъ преждевременныя сокращенія кишечника. Струя воды не должна быть черезчуръ широкой. Больному всего лучше лежать на лѣвомъ боку. Ноги должны быть согнуты въ тазобедренныхъ суставахъ. Въ то время, когда ставится клизма, больному рекомендуется широко и спокойно дышать. При такихъ условіяхъ жидкость равномерно проникаетъ въ пря-



мую кишку, и цѣль всего вѣрнѣе достигается. Время отъ времени слѣдуетъ приостанавливать истеченіе жидкости изъ трубки и дать больному, такъ сказать, возможность передохнуть.

Бываютъ случаи, когда, несмотря на соблюденіе всѣхъ необходимыхъ условій, жидкость все же не проникаетъ въ прямую кишку. Въ такихъ случаяхъ слѣдуетъ пальцемъ, введеннымъ въ задній проходъ, удостовѣриться, нѣтъ ли тамъ какого-либо препятствія. Очень часто оказывается, что каловыя массы склепились тамъ въ такомъ огромномъ количествѣ и обратились притомъ въ такую плотную массу, что жидкость не имѣетъ возможности проникать дальше. Бываютъ иногда и другія причины. Такъ, мы припоминаемъ одного крестьянскаго мальчика, который былъ намъ привезенъ отцомъ, заявившимъ, что мальчикъ уже въ теченіе нѣсколькихъ дней не имѣлъ стула. При ближайшемъ изслѣдованіи дѣйствительно обнаружались нѣкоторыя признаки непроходимости кишечника. Повторная попытка поставить клизму оказывалась неудачной. При непосредственномъ изслѣдованіи оказалось,



Рис. 229.  
Спринцовка.

что вся прямая кишка плотно набита арбузными сѣмечками (дѣло было лѣтомъ—на югѣ). Отецъ удостовѣрилъ, что дѣти послѣдніе дни дѣйствительно очень много лакомились арбузами. Только послѣ того, какъ помощью различныхъ инструментовъ

удалось удалить не менѣе двухъ фунтовъ сѣмечекъ, вода получила воз-



Рис. 230. Клизма въ боковомъ положеніи.

можность проникать въ прямую кишку и способствовать окончательному ея очищенію.

Переходимъ къ *инструментамъ*, при помощи которыхъ ставятся клизмы. Самымъ простымъ и употребляемымъ всего чаще у дѣтей является *спринцовка*, размѣръ которой находится, понятно, въ зависимости отъ возраста и другихъ причинъ. Наиболѣе удобнымъ слѣдуетъ при этомъ считать положеніе на боку, какъ это изображено на рис. 230. У взрослыхъ спринцовки употребляются, преимущественно, для

впрыскивания небольшихъ количествъ жидкости, которыя должны всосаться въ прямой кишкѣ. Жидкость въ такомъ случаѣ вгоняется сразу сильнымъ нажатіемъ спринцовки. Во всѣхъ остальныхъ случаяхъ употребляются эсмарховскія кружки (см.).

Бываютъ случаи, когда желательно, чтобы жидкость останавливалась не въ прямой кишкѣ, какъ это бываетъ при обыкновенной клизмѣ, но чтобы она проникла гораздо выше — въ толстыя кишки. Въ такихъ случаяхъ прибѣгаютъ къ *высокимъ клизмамъ*. Для этого, вмѣсто обыкновеннаго короткаго наконечника, приспособляютъ длинный полый бужъ (трубка) изъ эластической, но довольно твердой резины. Вмѣстѣ съ тѣмъ требуется при-

мѣнить и довольно значительную силу давленія на жидкость. Съ этой цѣлью кружку подвѣшиваютъ очень высоко, чтобы давленіе жидкости было болѣе значительно, или же приходится прибѣгнуть къ особеннымъ спринцовкамъ-клизопомпамъ, которыя прежде были въ большомъ употребленіи, но въ настоящее время употребляются только въ исключительныхъ случаяхъ.

Нѣтъ сомнѣнія въ томъ, что клизмы представляютъ собой въ нѣкоторыхъ случаяхъ не только драгоценное, но и прямо незамѣнимое средство. Тѣмъ не менѣе, мы уже въ началѣ этой статьи указали на то, что ими слишкомъ часто злоупотребляютъ въ обыденной жизни, а потому на нашей обязанности предостеречь отъ этого нашихъ читательницъ. Какъ бы то ни было, не слѣдуетъ упускать изъ виду, что клизмы являются чѣмъ-то постороннимъ, чуждымъ и даже насильственнымъ для нашего организма. Поэтому очень вредно приучать себя къ клизмамъ. Неизбѣжными результатами подобной привычки являются растя-



Рис. 232.  
Резиновый бужъ для высокихъ клизмъ.



Рис. 231. Металлическая клистирная кружка.  
(По Рибемонъ-Дессанъ).



Рис. 233.  
Клизопомпа.  
(По Цинну).

женіе прямой кишки и расслабленіе ея мышечныхъ стѣнокъ. Наименѣе вредными должны быть признаны, съ этой точки

зрѣнія, холодныя клизмы, особенно, когда количество воды, вводимой въ прямую кишку, невелико. Холодныя клизмы въ теченіе очень продолжительнаго времени не утрачиваютъ своего дѣйствія. Наибольше же вредными являются *теплыя* клизмы съ введеніемъ значительнаго количества жидкости. Маленькіе клистиры въ двѣ-три ложки холодной воды также не могутъ считаться особенно вредными.

Всего больше является соблазнъ прибѣгать къ клизмамъ при **привычныхъ запорахъ** (см.). Но и въ такомъ случаѣ расчетъ обыкновенно оказывается очень ошибочнымъ. Сразу клизмы дѣйствуютъ, правда, отлично и пациентка бываетъ въ восторгѣ отъ нихъ, но черезъ нѣкоторое время устанавливается по отношенію къ нимъ привычность. Еще хуже, однако, прибѣгать въ такихъ случаяхъ къ разнымъ слабительнымъ порошкамъ и пилюлямъ. Мы не можемъ рекомендовать ни того, ни другого. Всего вѣрнѣе, поэтому, дѣйствовать въ такихъ случаяхъ на самую причину и усилить сократительную энергію мышечныхъ стѣнокъ кишечника. Съ этой цѣлью слѣдуетъ обратиться къ гимнастикѣ, физическому труду, прогулкамъ на открытомъ воздухѣ и водолеченію. вмѣстѣ съ тѣмъ самое строгое вниманіе должно, само собой разумѣется, быть обращено и на діету.

**Клизмы — питательныя.** Бываютъ случаи, когда больные не могутъ питаться естественнымъ путемъ (непроходимость кишекъ, ракъ или кровотеченіе изъ желудка, неукротимыя рвоты беременныхъ и пр.). Такъ какъ человѣку все же питаться необходимо, ибо въ противномъ случаѣ ему грозитъ неизбѣжная смерть, то въ такихъ случаяхъ питаютъ больныхъ искусственнымъ образомъ черезъ задній проходъ. Само собою разумѣется, что пища употребляется только жидкая и наибольше удобоваримая. Въ большинствѣ случаевъ прибѣгаютъ къ молоку, къ которому прибавляютъ яичныхъ желтковъ соли, пептоновъ, а иногда и краснаго вина. Всѣ эти вещества тщательно размѣшиваются и нагрѣваются до температуры тѣла (38° Ц.). Предварительно ставятъ опоражнивающую клизму. Въ такомъ случаѣ питательная клизма всасывается гораздо легче и вѣрнѣе.

**Клизмы — лекарственныя.** Часто онѣ имѣютъ чисто мѣстное назначеніе, когда желательно бываетъ, напр., подѣйствовать на большую слизистую оболочку прямой кишки или же на паразитовъ, которые гнѣздятся въ ней (острицы). Въ другихъ случаяхъ примѣшиваютъ къ водѣ нѣкоторыя особенныя вещества, напр., настой александрійскаго листа, кофе и пр.). Иногда къ клизмамъ прибавляются вещества, которыя должны подѣйствовать, всосавшись въ кишечникъ (напр.,

хлораль-гидратъ, опій и пр.). Въ нѣкоторыхъ случаяхъ посредствомъ клизмъ даютъ возможность всосаться въ организмъ извѣстному количеству жидкости, чѣмъ удается повысить кровяное давленіе. Повышеніе кровяного давленія имѣетъ между тѣмъ огромное значеніе, напр., при обильныхъ кровотеченияхъ, когда больному вслѣдствіе значительнаго пониженія кровяного давленія грозитъ сильнѣйшая опасность, ибо теченіе крови въ жилахъ слишкомъ замедляется.

**Клистиръ**, см. „Клизма“.

**Клозетъ — комнатный.**



Рис. 234.  
Комнатный (передвижной) клозетъ.

Лицамъ, выздоравливающимъ отъ тяжелыхъ болѣзней, а тѣмъ болѣе тяжело больнымъ, невозможно бываетъ отправляться въ общій клозетъ для отправленія своихъ потребностей. При такихъ условіяхъ является необходимость обзавестись комнатнымъ клозетомъ, модель котораго изображена у насъ на рис. 234. При желаніи очень легко замѣнить подобный клозетъ простымъ низенькимъ табуретомъ, въ которомъ вышпиливаютъ круглое отверстіе. Подъ табуретъ подставляютъ ведро, и комнатный клозетъ готовъ.

**Клѣтчатка.** Клѣтчатка представляетъ собой главную составную часть растений. Клѣтчатка вообще должна считаться крайне неудобоваримымъ веществомъ. Съ особенной тщательностью слѣдуетъ избѣгать присутствія значительныхъ количествъ клѣтчатки въ пищѣ стариковъ. Что же касается молодыхъ и крѣпкихъ желудковъ, то на нихъ клѣтчатка оказываетъ даже отчасти благотворное дѣйствіе, такъ какъ возбуждаетъ желудокъ и кишечникъ.

**Кнайповскій методъ леченія.** Въ сущности, пасторъ Кнайпъ никакого новаго метода леченія не изобрѣталъ, такъ какъ основа его метода—водолеченіе—задолго до него введено было въ науку Присницею. Тѣмъ не менѣе, ему нельзя отказать въ той заслугѣ, что онъ значительно способствовалъ широкой популяризаціи въ народныхъ массахъ началъ водолеченія и закалыванія, къ которымъ, очевидно, и сводится проповѣдуемое имъ хожденіе босикомъ, особенно по свѣжей утренней росѣ или же по лужамъ послѣ дождя. Мы, однако, неоднократно указывали уже на то, что закалываніе, представляя собой самый надежный способъ борьбы со всевозможными болѣзнями или даже вообще со всѣми невзгодами

жизни, должно быть проводимо въ жизнь съ большою постепенностью, приче́мъ особенное вниманіе должно быть обращено на силы даннаго организма. Именно вслѣдствіе несоблюденія этихъ необходимыхъ предосторожностей, кнайповскій методъ леченія и приводитъ ко многимъ несчастьямъ. Не удивительно, что изнѣженный и совершенно непривычный къ воздѣйствию холодной воды, организмъ можетъ схватить смертельную простуду при несоблюденіи указанныхъ условій. Увѣряютъ, впрочемъ, что Кнайпъ лично придерживался тѣхъ же соображеній; что же касается до крайностей, то онѣ лежатъ на совѣсти нѣкоторыхъ его слишкомъ увлекающихся учениковъ, недостаточно проникшихся его ученіемъ. Удержимъ поэтому изъ кнайповскаго метода то, что въ немъ есть хорошаго, и воздержимся отъ его крайностей и увлеченій.

**Кожная испарина** играетъ очень видную роль въ жизни организма въ здоровомъ состояніи. Роль эта становится гораздо болѣе значительной при нѣкоторыхъ заболѣваніяхъ. Не слѣдуетъ забывать, что кожей выдѣляются изъ крови въ видѣ пота не только жидкія, но и газообразныя вещества, задержка которыхъ въ организмѣ должна почитаться очень вредной. Намъ далеко не все извѣстно относительно назначеній кожи. Несомнѣнно, тѣмъ не менѣе, одно, что кожа должна считаться самой дѣятельной помощницей легкихъ и почекъ. Отсюда понятно, какое значеніе слѣдуетъ придавать правильною ея функционированію. Правильная дѣятельность кожи достигается посредствомъ частыхъ обмываній, растираній и воздушныхъ ваннъ, которыя въ то же время должны считаться и наиболѣе вѣрными способами *закаливанія* кожи.

**Кокаинъ** извлекается изъ американскаго растенія—кока. Растеніе это обладаетъ замѣчательными свойствами, которыя давнымъ-давно извѣстны индѣйцамъ. При жеваніи листьевъ кока совершенно исчезаетъ чувство голода, и человѣкъ получаетъ возможность въ теченіе нѣсколькихъ дней обходиться безъ пищи, приче́мъ не чувствуется даже особеннаго упадка силъ.

Что касается до кокаина, то его слѣдуетъ считать однимъ изъ наиболѣе драгоценныхъ медицинскихъ средствъ, такъ какъ онъ даетъ возможность производить довольно серьезныя операціи совершенно безболѣзненно, приче́мъ больной не подвергается и риску, съ которымъ неизбѣжно сопряжено примѣненіе хлороформа. Нельзя, правда, сказать, чтобы кокаинъ былъ совершенно безопасенъ. Съ его именемъ даже связана утрата одного изъ выдающихся профессоровъ военно-медицинской академіи—Коломнина. Потерявъ больную, которой былъ впрыснутъ во время операціи кокаинъ, онъ приписалъ

это тому, что впрыснутая доза была слишком велика. Обвинивъ себя въ смерти больной, онъ застрѣлился. Между тѣмъ дѣло объяснилось особенной восприимчивостью организма, которой никто никогда не можетъ предвидѣть. Что же касается до дозы, то ее никакъ нельзя было признать особенно высокой. Всего лучше доказывается это тѣмъ, что въ настоящее время хирурги сплошь да рядомъ впрыскиваютъ и гораздо болѣе значительныя дозы кокаина, причемъ смертныя случаи наблюдаются, однако, чрезвычайно рѣдко.

Въ настоящее время стало возможнымъ предпринимать подъ кокаиномъ, особенно при шлайховскомъ методѣ впрыскиванія очень маленькихъ дозъ въ область спинного мозга, и довольно крупныхъ операций, какъ то: удаленіе опухолей и пр.

**Коклюшъ.** Многимъ матерямъ очень хорошо извѣстно, что такое коклюшъ. Главная особенность этой болѣзни состоитъ въ припадкахъ кашля, которые имѣютъ судорожный характеръ и иногда совершенно истощаютъ дѣтей. При наступленіи такого рода припадка лицо ребенка синѣетъ и лобъ покрывается нерѣдко холоднымъ потомъ. Послѣ нѣсколькихъ сильныхъ кашлевыхъ толчковъ слѣдуетъ глубокое судорожное вдыханіе съ особеннымъ характернымъ свистомъ, который даетъ возможность легко узнать коклюшъ на разстояніи, не видя даже пациента. Въ нѣкоторыхъ случаяхъ припадки кашля повторяются до того часто и съ такой силой, что въ короткое время истощаютъ ребенка. Съ давнихъ поръ уже была извѣстна заразительность коклюша. Недавно только, однако, былъ открытъ нашимъ русскимъ ученымъ проф. М. И. Афанасьевымъ микробъ этой болѣзни. Коклюшъ продолжается обыкновенно 6 недѣль. Болѣзнь серьезна не только сама по себѣ, но также и по своимъ послѣдствіямъ. Нерѣдко коклюшъ осложняется воспаленіемъ легкихъ. Онъ предрасполагаетъ также въ очень сильной степени къ чахоткѣ.

Помимо чисто медицинскихъ средствъ, въ разсмотрѣніе которыхъ намъ нѣтъ надобности входить, очень видную роль при леченіи играютъ свѣжій воздухъ, который долженъ быть доставляемъ ребенку въ изобиліи какъ днемъ, такъ и ночью. Діета должна быть самой легкой, но вмѣстѣ съ тѣмъ и питательной: молоко, легкіе супы, яйца. Острыхъ и возбуждающихъ веществъ въ пищѣ слѣдуетъ тщательно избѣгать. Внимательно слѣдить за правильнымъ опорожненіемъ кишечника. Теплыя ножныя ванны часто оказываются очень полезными. На ночь—согрѣвающий компрессъ на все тѣло. Возбуждать дѣятельность кожи легкими растираніями. Въ виду несомнѣнной заразительности болѣзни отдѣлять здоровыхъ дѣтей.

**Колбасный ядъ.** Что животные продукты, въ которыхъ начался процессъ гніенія, отличаются большою ядовитостію, извѣстно съ древнихъ временъ. Между тѣмъ, истинная причина ихъ ядовитости открыта только очень недавно итальянскимъ профессоромъ Сельми и французскимъ ученымъ А. Готье. Причина эта заключается въ томъ, что при гніеніи образуются особенные продукты, такъ-называемые *птомаины*, которые отличаются своей чрезвычайной ядовитостію. Такихъ птомаиновъ открыто уже довольно много. Въ ихъ числѣ рыбный птомаинъ былъ открытъ проф. В. А. Анрепомъ. Особенной ядовитостію отличается ливерная и кровяная колбасы, которыя очень легко разлагаются, особенно въ лѣтнее время. Ближайшими признаками отравленія являются тошнота, позывъ ко рвотѣ, разсѣянные боли, общее недомоганіе. Во рту ощущается особенная сухость. Позже наступаютъ болѣе серьезные явленія, какъ то: изъязвленія слизистыхъ оболочекъ, вздутіе живота, запоры, опущеніе вѣкъ, расширеніе зрачковъ; появляются припадки одышки. Въ затяжныхъ случаяхъ наблюдается общее истощеніе и исхуданіе, причемъ сознаніе нерѣдко сохраняется до самой смерти.

Само собой разумѣется, что никогда не слѣдуетъ медлить принятіемъ соотвѣствующихъ мѣръ. Какъ только появились первые симптомы отравленія, больному слѣдуетъ дать **рвотное** (см.). Рвотными могутъ служить рвотный камень и рвотный корень. Рвотнаго камня берутъ 10 центиграммовъ (около 2 граммъ), которые растворяютъ въ горячей водѣ (полстакана) Дозу эту дѣлятъ на двѣ равныя части, которыя и даютъ съ 15-минутнымъ промежуткомъ. Какъ только послѣдовала рвота, слѣдуетъ давать больному теплую воду въ возможно большемъ количествѣ. Рвотнаго корня берутъ два грамма (полдрахмы) и тщательно разводятъ порошокъ въ водѣ. Дозу эту дѣлятъ на три равныя части, которыя даютъ съ промежутками въ  $\frac{1}{4}$  часа. За отсутствіемъ того или другого, даютъ—въ качествѣ рвотнаго—сѣрно-кислый цинкъ:  $\frac{1}{2}$  грамма (10 гранъ) на полстакана воды въ два приѣма, съ промежуткомъ въ  $\frac{1}{4}$  часа. Пока мѣсть будетъ доставлено одно изъ упомянутыхъ средствъ, можно прибѣгнуть къ наиболѣе простому и общедоступному средству: ввести палецъ поглубже въ глотку, чѣмъ почти неизбѣжно вызывается рвота.

Одновременно съ рвотнымъ даютъ и слабительное, всего лучше—касторовое масло, которое чаще всего служитъ одновременно и рвотнымъ, такъ какъ многими плохо переносится. Часто бывають показаны клизмы. вмѣстѣ съ тѣмъ слѣдуетъ заботиться о согрѣваніи больного и о поддержаніи его силъ. Хорошо дѣйствуютъ растиранія, а также и теплыя ванны.

Всего лучше, однако, не подвергать себя риску отравленія и не ѣсть колбасы, такъ же, какъ и прочихъ продуктовъ, которые внушаютъ намъ хотя бы малѣйшее подозрѣніе. Не слѣдуетъ допускать, чтобы мы въ этомъ отношеніи стояли ниже животныхъ, которые всегда повинуются внушеніямъ здороваго инстинкта.

**Колики.** Коликами называютъ рѣзкія судорожныя сокращенія кишечника. Появляются онѣ вслѣдствіе скопленія въ кишечникѣ газовъ, твердыхъ каловыхъ массъ или инородныхъ тѣлъ (крупныя зерна). Наблюдаются колики также при нѣкоторыхъ хроническихъ отравленіяхъ (преимущественно свинцомъ), при употребленіи шипучихъ напитковъ и при нѣкоторыхъ нервныхъ страданіяхъ. Чаше всего такія колики наблюдаются у грудныхъ дѣтей; причиной ихъ является обыкновенно перекармливаніе. Вслѣдствіе обильнаго принятія молока, газы въ изобиліи развиваются въ кишечникѣ и причиняютъ сильныя страданія ребенку, который начинаетъ кричать благимъ матомъ. Дѣтскія колики являются, вѣроятно, одной изъ наиболѣе частыхъ причинъ, лишаящихъ врачей ночного отдыха: одно это показываетъ, насколько часто онѣ наблюдаются. За коликами обыкновенно слѣдуетъ въ скоромъ времени и поносъ. Испражненія часто бываютъ въ такихъ случаяхъ кровянисто-слизистыми и сопровождаются потугами и сильной болью въ области задняго прохода: жилиемъ. При частомъ повтореніи колики быстро ведутъ къ общему истощенію.

Предохранить себя можно отъ коликъ прежде всего соблюденіемъ соответствующей *діеты*. Тщательнѣе всего слѣдуетъ избѣгать потребленія шипучихъ напитковъ (содержащихъ газы), а также пищевыхъ веществъ, имѣющихъ склонность къ броженію. Къ таковымъ должны преимущественно быть отнесены сахаристыя вещества.

При появленіи коликъ слѣдуетъ прибѣгнуть къ клизмамъ, чтобы опорожнить, по возможности, кишечникъ. На животъ кладутъ **грѣлку** (см.), рис. которой нами приведенъ подъ № 203. За отсутствіемъ грѣлки кладутъ бутылку съ горячей водой или же просто согрѣвающій компрессъ. При болѣе сильныхъ коликахъ бываетъ показана горячая ванна. Если же въ кишечникѣ скопились въ изобиліи газы (урчаніе, отрыжка, выходъ газовъ низомъ), прибѣгаютъ къ вѣтругонному чаю, каковой репутаціей пользуются настои изъ укропа и анису. Мягкій массажъ живота чаще всего также приноситъ облегченіе. У дѣтей большое облегченіе приноситъ, по нашимъ наблюденіямъ, мягкое натираніе живота нагрѣтымъ масломъ, которое живо унимаетъ въ нѣкоторыхъ случаяхъ



и очень болѣзненные колики. Немалое вліяніе имѣеть и душевное состояніе больного, и каждая любящая мать имѣеть *свой* способъ успокоить страдающаго ребенка, на котораго нерѣдко теплая ласка матери дѣйствуетъ лучше всякихъ лекарствъ. Само собой разумѣется, что послѣ прекращенія припадка, діета должна въ теченіе нѣсколькихъ дней оставаться еще очень легкой: слизистымъ супамъ (отваръ изъ овсянки, рису или ячменя) и миндальному молоку и пр. должно быть отведено видное мѣсто. При коликахъ, имѣющихъ болѣе или менѣе хроническій характеръ (разстройства пищеваренія или же нервныя страданія: истерія и пр.) слѣдуетъ позаботиться объ *общемъ* леченіи.

**Коллапсъ.** Такъ называютъ въ медицинѣ состояніе, которое наблюдается у очень слабыхъ больныхъ послѣ тяжелыхъ операцій, обильныхъ кровотеченій, а также при истощающихъ болѣзняхъ. Причиной коллапса, какъ и простого обморока, является сердечная слабость, вслѣдствіе чего появляется острая анемія (малокровіе) мозга. Мѣры, въ существенныхъ чертахъ, должны быть приняты тѣ же, что и при **обморокѣ** (см.). Больного тотчасъ же слѣдуетъ уложить такимъ образомъ, чтобы голова приходилась какъ можно ниже. Въ нѣкоторыхъ случаяхъ бываетъ даже необходимо, чтобы голова больного свѣшивалась *внизъ*. Въ то же время слѣдуетъ сильно растирать конечности больного сухой или же смоченной въ спирту или одеколонѣ фланелькой. Шею и грудь немедленно слѣдуетъ освободить отъ стѣсняющаго дыханіе платья и бѣлья. Окна должны быть раскрыты настежь. Къ икрамъ прикладываютъ горячія бутылки. Больному даютъ черный кофе съ цѣлью оживить дѣятельность сердца. Указанными средствами всего чаще удается вернуть больному сознаніе, если, конечно, коллапсъ не является предвѣстникомъ смерти. Такъ какъ мы этого, впрочемъ, никогда съ увѣренностью утверждать не можемъ, то мы и должны не щадить усилій и принимать всѣ зависящія отъ насъ мѣры къ тому, чтобы оживить больного.

**Колтунъ.** Быть можетъ, не всѣмъ читательницамъ извѣстно, что такое колтунъ. Подъ этимъ именемъ разумѣютъ страданіе, которое особенно сильно распространено среди бѣднаго населенія въ Бѣлороссіи. Состоитъ оно въ томъ, что волосы на головѣ сбиваются въ густую плотную массу, которой нѣтъ никакой возможности расчесать. Причиною болѣзни является какой-то грибокъ.

Лучшимъ средствомъ *предохранить* себя отъ этого страданія является *чистота*. Тамъ, гдѣ волосы время отъ времени моются горячей водой съ мыломъ, гдѣ избѣгаютъ при-

ходить въ близкое соприкосновеніе съ больными, у которыхъ имѣются колтуны, страданіе это можетъ появиться только въ исключительныхъ случаяхъ. Тѣ же мѣры должны быть примѣнены и въ томъ случаѣ, когда колтунъ уже имѣется, приче́мъ начать слѣдуетъ съ того, чтобы выстригать тѣ пучки волосъ, которые сбились въ кучу.

**Колотье въ боку** наблюдается иногда въ очень острой формѣ, и тогда причиной его—между прочими—могутъ быть воспаленіе легочной плевы — **плевритъ** (см.), или же начало **воспаленія легкихъ** (см.). Въ менѣе остромъ видѣ покальванье въ боку наблюдается нерѣдко среди женщинъ. Въ такомъ случаѣ оно обязано своимъ происхожденіемъ тѣсной одеждѣ, ношенію корсета, неравномѣрному дыханію, застою крови въ печени и селезенкѣ или же ревматизму межкостныхъ мышцъ. Слѣдуетъ устранить или, по крайней мѣрѣ, сдѣлать болѣе свободными корсетъ и шнуровку; въ теченіе нѣкотораго времени дѣлать легочную гимнастику, массировать себѣ животъ и спину, и слѣдить за правильностью пищеваренія. Въ такомъ случаѣ колотье въ боку исчезаетъ, большей частью, безслѣдно. Если бы, несмотря на принятія мѣры, колотье продолжалось прежнимъ порядкомъ, то можно опасаться существованія болѣе глубокаго страданія, и въ такомъ случаѣ сомнѣніе должно быть разрѣшено врачомъ.

**Колѣннаго сустава — заболѣванія**, см. „Суставы“.

**Компрессы** бываютъ холодные и теплые, сухіе и влажные, и согрѣвающие. Каждый видъ компрессовъ имѣетъ свои показанія, основанныя на ихъ физиологическомъ дѣйствіи. *Холодные* компрессы, если ихъ часто мѣнять, отнимаютъ теплоту и понижаютъ, слѣдовательно, температуру тѣла. Они бываютъ поэтому показаны при лихорадочныхъ заболѣваніяхъ. Если же ихъ мѣнять не такъ часто, то они дѣйствуютъ возбуждающимъ образомъ и привлекаютъ кровь къ больному органу. *Теплые* компрессы дѣйствуютъ успокаивающимъ образомъ. Поэтому ихъ примѣняютъ при боляхъ, судорогахъ, спазмахъ, а также застояхъ крови. *Сухіе теплые* компрессы примѣняются въ тѣхъ случаяхъ, когда намъ нѣтъ надобности охлаждать данный органъ и мы желаемъ воздѣйствовать на него только высокой температурой. Наболѣе простой способъ готовить такого рода компрессы состоитъ въ томъ, чтобы обкладывать салфетками горячій самоваръ и прикладывать салфетки къ больному мѣсту по мѣрѣ того, какъ онѣ нагрѣваются. Всего чаще такіе компрессы бываютъ показаны при судорожныхъ боляхъ.

Перейдемъ теперь къ *согрѣвающимъ компрессамъ*, которые такъ часто находятъ себѣ примѣненіе въ домашнемъ быту. Правильно сдѣланный и наложенный согрѣвающий компрессъ

состоить изъ *четырёхъ словъ*, и если желаютъ изъ согрѣвающего компресса извлечь всю пользу, которую онъ способенъ принести, то слѣдуетъ строго соблюдать слѣдующія правила. Непосредственно на больное мѣсто кладется кусокъ чистаго полотна достаточной величины, который предварительно былъ погруженъ въ холодную воду и выжатъ настолько, чтобы вода съ него не капала. На полотно кладется какая-нибудь непромокаемая ткань, всего лучше тонкая клеенка или кусокъ гуттаперчи, которые продаются совершенно готовыми съ этой цѣлью въ аптекахъ и аптечныхъ магазинахъ. Размѣры клеенки должны быть таковы, чтобы со всѣхъ сторонъ пальца на два быть шире полотна. Клеенка имѣетъ цѣлью не давать водѣ испаряться черезчуръ быстро и вмѣстѣ съ тѣмъ удерживать отъ излученія и теплоту тѣла, которая подъ согрѣвающимъ компрессомъ достигаетъ довольно высокой температуры. На клеенку кладется какая-нибудь теплая, но вмѣстѣ съ тѣмъ и легкая ткань—вата или фланель, которая преслѣдуетъ ту же цѣль: согрѣвать больное мѣсто. Все, вмѣстѣ взятое, обвязывается бинтомъ такъ, чтобы компрессъ, не производя особенно сильнаго давленія, вмѣстѣ съ тѣмъ все же держался довольно плотно. Согревающий компрессъ не долженъ мѣняться чаще, чѣмъ каждые три-четыре часа (когда онъ совершенно высохнетъ). Ночью компресса обыкновенно не мѣняютъ, чтобы не тревожить больного. Имѣются въ продажѣ также и совершенно готовые согрѣвающие компрессы, которые обыкновенно бываютъ четырехъ различныхъ размѣровъ: для тѣла и шеи—для взрослыхъ и дѣтей.

Въ видѣ компресса на животъ употребляютъ также четырехъугольный кусокъ полотна, на который нашить болѣе широкій кусокъ фланели. Употреблять его можно двояко: если пространство, которое желаютъ согрѣть, невелико, то его употребляютъ—сложеннымъ вчетверо. Въ то же время имъ можно обернуть всю грудь и животъ. Такой компрессъ оказывается очень полезнымъ при разнаго рода боляхъ и расстройствахъ желудка. Употребляютъ его и для **обертываній** (см.), какъ это изображено нами на раскрашенной таблицѣ № 11. Особенно рекомендуется примѣненіе компресса у дѣтей при головныхъ боляхъ, расстройствахъ желудка, легкомъ жарѣ, безсонницѣ, беспокойствѣ и пр. Во многихъ случаяхъ компрессъ оказывается средствомъ положительно незамѣнимымъ по своей простотѣ и дѣйствительности. См. также рис. 173—брюшной компрессъ—при статьѣ „**Брюшные бинты**“.

**Кормилицей** мы называемъ женщину, которая за вознагражденіе соглашается замѣнить въ отношеніи кормленія родную мать и которая для этой цѣли вынуждена бываетъ пожерт-

бовать интересами собственного ребенка. Подробнѣе вопросъ этотъ разработанъ нами въ III части („Мать и дитя“).

**Короткое дыханіе**, см. „Дыханіе — короткое“.

**Корь.** Корь представляетъ собой болѣзнь до того распространенную, что многіе думаютъ даже, что *каждый* рано или поздно непременно долженъ болѣть ею. Болѣзнь эта, несомнѣнно, заразительнаго свойства. Заразительность ея притомъ очень велика. Въ нормальной кори различаютъ *четыре періода*, каждому изъ которыхъ мы удѣлимъ нѣсколько словъ. *Скрытый періодъ*, который внѣшнимъ образомъ ровно ничѣмъ себя не проявляетъ, несмотря на то, что ребенокъ уже заразился, продолжается дней 9. Затѣмъ наступаетъ *періодъ предвестниковъ*, который характеризуется лихорадочнымъ состояніемъ, краснотой глазъ, насморкомъ, кашлемъ. Въ такомъ положеніи дѣло остается дня три. Если на третій день взглянуть ребенку въ горло, то мы на нѣбѣ можемъ увидѣть сыпь, которая имѣетъ большое значеніе въ смыслѣ распознаванія болѣзни. Затѣмъ появляется *сыпь* на тѣлѣ, которая состоитъ изъ ярко-красныхъ пятенъ различной величины. Если осторожно провести рукой по кожѣ, то можно убѣдиться, что каждое пятнышко нѣсколько *возвышается* надъ поверхностью кожи.

Прежде всего сыпь появляется *на лицѣ* и въ теченіе двухъ послѣдующихъ дней распространяется на грудь, спину и конечности. *Періодъ высыпанія* также тянется дня три, причемъ лихорадочное состояніе и кашель достигаютъ высшей точки своего развитія. Въ это время сыпь мало-по-малу начинаетъ блѣднѣть въ томъ же порядкѣ, въ какомъ и появлялась. Затѣмъ наступаетъ четвертый и послѣдній *періодъ шелушенія*. Шелушеніе при кори имѣетъ ту особенность, что кожа никогда не отходитъ большими пластами, какъ при **скарлатинѣ** (см.), но *мелкими чешуйками* въ видѣ отрубей (Н. Филатовъ).

Что отличаетъ корь отъ прочихъ сыпныхъ болѣзней у дѣтей, такъ это — преимущественно *катарры*, которые при этой болѣзни развиваются съ особенной силой. Наблюдается катарръ носа, дыхательной трубки и бронховъ. Вмѣстѣ съ тѣмъ наблюдается и катарръ глазъ, вслѣдствіе чего они начинаютъ слезиться. Слѣтъ причиняетъ ребенку страданіе. На эти признаки слѣдуетъ обратить особенное вниманіе. Что касается до температуры, то ея обычное теченіе нами изображено на прилагаемомъ при семь рис. 235.

Опасная ли болѣзнь корь? — Въ общемъ, нѣтъ, и извѣстно, что при легкой кори многія матери принимаютъ всѣ зависящія отъ нихъ мѣры къ тому, чтобы болѣзнь передалась и тѣмъ дѣтямъ, которыя еще не болѣли ею, чтобы предохра-

нить ихъ въ послѣдствіи отъ болѣе тяжелой и болѣе опасной формы. Тѣмъ не менѣе, при нѣкоторыхъ условіяхъ корь должна считаться довольно опасной болѣзью. Относится это прежде всего къ очень маленькимъ дѣтямъ (до 2-хъ лѣтъ). Затѣмъ она довольно опасна для тѣхъ дѣтей, у которыхъ существуетъ наследственное предрасположеніе къ *чахоткѣ*. Что же касается до осложненій кори, то однимъ изъ наиболѣе частыхъ и вмѣстѣ съ тѣмъ наиболѣе опасныхъ слѣдуетъ считать **воспаленіе легкихъ** (см.).

Въ отношеніи *предохраненія* отъ кори, важно имѣть въ виду слѣдующее: если эпидемія тяжелая, отличается, напр., тяжкими осложненіями и высокой смертностью, то, конечно, слѣдуетъ приложить всѣ старанія къ тому, чтобы предохранить отъ нея дѣтей. Что же касается до отдѣленія дѣтей въ одной и той же семьѣ, то эта мѣра очень рѣдко достигаетъ цѣли, такъ какъ дѣти, которыя обнаруживаютъ къ ней предрасположеніе, большей частью уже все равно успѣли заразиться; прочія же дѣти, вѣроятнѣе всего, и не заразятся ею. Братья и сестры больного не должны посѣщать школы въ теченіе 15 дней.

Укажемъ тутъ же на то, что корь обыкновенно не повторяется. Въ отношеніи *леченія*, наибольшее значеніе имѣетъ соблюденіе гигиеническихъ условій. Въ комнатѣ больного долженъ быть полусвѣтъ, такъ какъ яркій свѣтъ дѣйствуетъ слишкомъ раздражающимъ образомъ на глаза. Діета должна быть самая легкая. Внимательно слѣдитъ за правильнымъ опорожненіемъ кишечника. Пить больному слѣдуетъ какъ можно больше, какъ мы это рекомендуемъ по отношенію ко всѣмъ заразнымъ болѣзнямъ. Вопросъ о томъ, что именно пить, имѣетъ второстепенное значеніе: будетъ ли это теплое молоко, жидкій чай, отварная вода съ сиропомъ, кисленькій лимонадецъ—безразлично, лишь бы больной поглощалъ побольше жидкостей. Жидкости могуче способствуютъ оживленію дѣятельности почекъ, при помощи которыхъ удаляются изъ организма ядовитые продукты жизнедѣятельности бактерій.

Если температура очень высока, то бывають показаны холодныя обертыванія или ванны, которыя у маленькихъ дѣтей должны быть замѣнены тепловатыми. На глаза должны быть положены компрессы со свѣжей водой. О чистотѣ воздуха слѣдуетъ заботиться во все время болѣзни съ особенной тщательностью. Когда началось шелушеніе, ребенку слѣдуетъ ежедневно дѣлать тепловатые ванны.

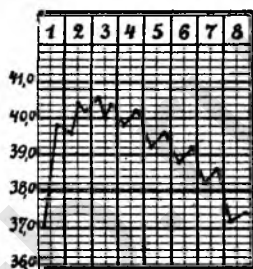


Рис. 235. Кривая лихорадки при кори.

Въ заключеніе лишній разъ напоминаемъ о томъ, что при кори главная опасность грозитъ со стороны *катарровъ*, преимущественно дыхательныхъ путей, на которые и должно поэтому быть обращено особенное вниманіе. Ребенокъ, болѣвшій корью, долженъ вновь начать посѣщать школу только по истеченіи мѣсяца со дня появленія сыпи и если исчезли всякіе слѣды шелушенія.

**Конвульсіи.** Такъ называемъ мы непроизвольныя сокращенія отдѣльныхъ мышцъ или же цѣлыхъ мышечныхъ группъ вслѣдствіе какого-либо раздраженія. Наблюдаются онѣ при различныхъ заболѣваніяхъ: эклампсіи, пляскѣ св. Витта, падучей, воспаленіяхъ и опухоляхъ мозга, истеріи и пр.

Что касается до **леченія** самаго припадка, то оно сводится къ душевному успокоенію и къ воздѣйствію на тотъ органъ, въ которомъ появились конвульсіи. Обыкновенно цѣль всего лучше достигается при помощи теплоты. Еще большее вниманіе должно, однако, быть обращено на леченіе *основнаго страданія*, котораго конвульсіи являются только однимъ изъ внѣшнихъ проявленій.

**Косоглазіе.** При нормальныхъ условіяхъ оба глаза принимаютъ, при разсматриваніи какого-либо предмета, одно и то же направленіе. При косоглазій же, вслѣдствіе укороченія которой-либо изъ глазныхъ мышцъ, одинъ глазъ отклоняется болѣе кнаружи или кнутри. Такимъ-то образомъ и получается косоглазіе—наружное или внутреннее. Помочь этому горю можно при посредствѣ операции, при которой чрезчуръ короткая мышца перерѣзывается. Къ этой операциіи рекомендуется прибѣгнуть особенно въ томъ случаѣ, когда косоглазіе рѣзко бросается въ глаза и такимъ образомъ создаетъ слишкомъ замѣтное уродство. Помимо того, косоглазіе вредно отражается и на зрѣніи.



Рис. 236. Косолапость.

**Косолапость** представляетъ собой довольно рѣзкое и тягостное уродство, которое наживается обыкновенно въ раннемъ дѣтствѣ. Причиной его служитъ односторонній параличъ ножныхъ мышцъ. Здоровыя мышцы противоположной стороны ноги понемногу притягиваютъ ступню на свою сто-

рону, слѣдствіемъ чего и является косолапость. Само собой разумѣется, что, какъ только замѣчена малѣйшая склонность къ измѣненію нормальнаго положенія ступни, должны быть приняты соотвѣтствующія мѣры, какъ то: массажъ, электризація или же приспособленіе спеціальнаго ортопедическаго аппарата.

**Костей — переломы.** Кости представляютъ собой, несомнѣнно, наиболѣе твердые органы нашего тѣла. Бываютъ, тѣмъ не менѣе, случаи, когда вслѣдствіе воздѣйствія слишкомъ большой силы, кость не въ состояніи выдержать давленія, и происходитъ переломъ. Условія, при которыхъ случаются переломы, неисчислимы: въ одномъ случаѣ кость ломается вслѣдствіе толчка о слишкомъ твердое тѣло, другой разъ вслѣдствіе удара слишкомъ сильнаго мышечнаго напряженія, паденія съ большой высоты, при обвалахъ зданія и пр. Въ общемъ можно сказать, что переломы костей наблюдаются гораздо чаще у мужчинъ, нежели у женщинъ, что объясняется тѣмъ, что мужчины ведутъ гораздо болѣе дѣятельный и подвижной образъ жизни и вслѣдствіе этого чаще подвергаются различнымъ опасностямъ. Всего больше подвержены переломамъ костей *старіки*, у которыхъ костная ткань отличается особенной хрупкостью. Существуютъ также нѣкоторыя лица, у которыхъ существуетъ вслѣдствіе той же причины поразительная склонность къ переломамъ. У такихъ лицъ переломы происходятъ иногда при малѣйшихъ движеніяхъ. Такъ, недавно въ медицинской печати сообщалось объ одномъ сравнительно молодомъ человѣкѣ, который перенесъ въ своей жизни *десятки* переломовъ самыхъ различныхъ костей. Длинные трубчатыя кости чаще, конечно, ломаются, чѣмъ плоскія и короткія.

По частотѣ переломовъ различныхъ костей слѣдуетъ на первомъ планѣ поставить *ключицу*, затѣмъ предплечье и голень.

*Узнать переломъ* въ большинствѣ случаевъ бываетъ очень не трудно даже для лицъ совершенно незнакомыхъ съ хирургіей. Прежде всего довольно рѣзко измѣняется наружный видъ конечности, въ которой произошелъ переломъ кости, какъ это видно изъ приложенныхъ къ этой статьѣ рисунковъ. Помимо того, больной не въ состояніи произвести какое-либо движеніе переломанной костью, и соотвѣтствующая часть конечности безпомощно свѣшивается. Малѣйшая попытка произвести движеніе, въ которомъ участвовала бы переломанная кость, сопровождается болью. При ощупываніи кости замѣчаются выступы и бугры, которыхъ не существуетъ при нормальныхъ условіяхъ. Всѣ эти признаки намъ даютъ возможность съ увѣренностью заключить о переломѣ даже въ

томъ случаѣ, когда онъ бываетъ *закрытымъ*, т. е. внутреннимъ. Что же касается до наружнаго—открытаго перелома, то при немъ мы имѣемъ возможность непосредственно видѣть выступающіе наружу черезъ разрывы кожи переломанные концы кости.

Что дѣлать при переломахъ костей?—Прежде всего слѣ-



Рис. 237. Переломъ предплечья. Ненормальный видъ этой части конечности, напоминающій спинку вилки.

дуетъ укрыть мѣсто перелома чистой влажной полотняной тряпкой. Затѣмъ слѣдуетъ, по возможности, привести переломанный членъ въ его первоначальное естественное положеніе. Придавъ кости возможно естественное положеніе, заботятся о томъ, чтобы приданное кости положеніе сохранилось и чтобы кость не смѣщалась. Достигается это при помощи тоненькихъ дощечекъ, которыя обертываютъ какой-либо матеріей.

Такъ какъ такія дощечки не всегда имѣются подъ руками, больного же слѣдуетъ перенести неотложно для оказанія ему правильной медицинской помощи, то можно замѣ-

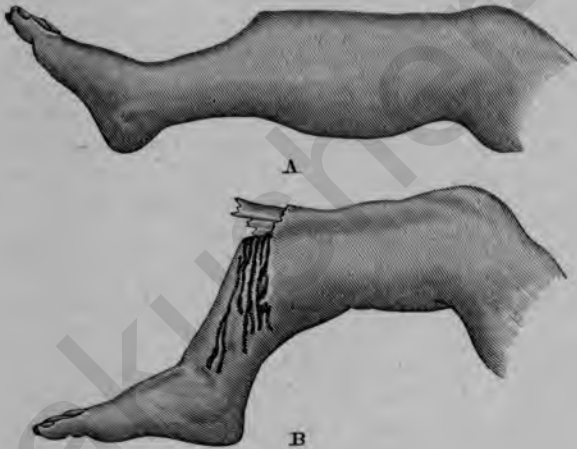


Рис. 238. Переломъ голени.

А—Закрытый переломъ. В—Открытый переломъ.  
(По ф. Эсмарху).

нить дощечки какими-либо твердыми и прямолинейными предметами, напр., палками, зонтиками и пр., какъ это представлено на приложенныхъ при семъ рисункахъ. На войнѣ прибѣгаютъ въ такихъ случаяхъ къ штыкамъ или ружьямъ. Короче говоря, для этой цѣли

вполнѣ подходит *любой* предметъ, который лишаетъ переломанные части возможности *смѣщаться*.

Послѣ того, какъ переломанной конечности придано болѣе или менѣе правильное положеніе, причѣмъ обломки лишены возможности смѣщаться, надо озаботиться о томъ, чтобы какъ можно спокойнѣе уложить раненаго на носилки и перенести его — сообразно обстоятельствамъ — домой



или въ больницу. Укладывая больного на носилки, слѣдуетъ съ особенной осторожностью относиться къ *переломанному члену*, который кѣмъ-либо изъ присутствующихъ долженъ поддерживаться особо. На носилкахъ переломанному члену предпочтительнѣе придать нѣсколько возвышенное положеніе.

Всѣ описанные нами до сихъ поръ приемы должны бы быть достояніемъ *любого лица* изъ публики. Каждый изъ насъ долженъ бы уметь оказать первую помощь раненому.

Въ дальнѣйшихъ строкахъ мы указываемъ на тѣ начала которыхъ придерживается *научная* медицина при леченіи переломовъ. Задачей врача при *леченіи*

переломовъ костей является соединеніе обоихъ обломковъ переломанной кости, которымъ онъ старается придать, по возможности, первоначальное *естественное* положеніе. Когда эта цѣль достигнута, слѣдуетъ позаботиться о томъ, чтобы не произошло вновь смѣщенія переломанныхъ частей вслѣдствіе движеній больного. Съ этой цѣлью на переломанную конечность накладывается повязка, для которой употребляются самые различные матеріалы, въ зависимости отъ условій cadaго случая въ отдѣльности, начиная съ картона и лубка и кончая гипсомъ и металлическими шинами. Картонная шина представлена нами на рис. 242.

Такимъ образомъ обломки кости подлежащимъ образомъ соединены и неподвижность ихъ обезпечена. Затѣмъ больному въ теченіе болѣе или менѣе продолжительнаго

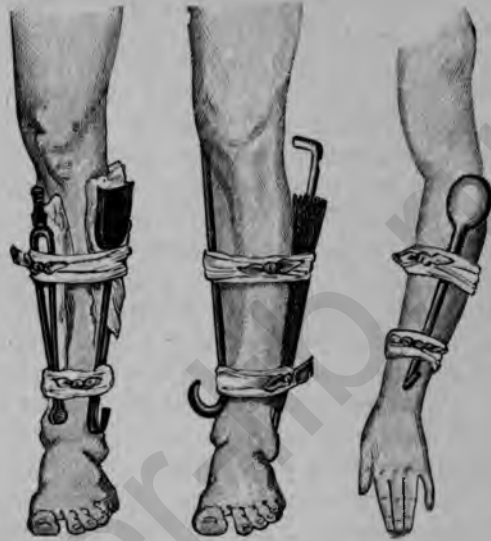


Рис. 239—241. Импровизированныя шины.  
(По ф.-Эсмарху).



Рис. 242. Картонная шина для верхней конечности.  
(По ф.-Мозетигъ-Мооргофу).

времени, въ зависимости, главнымъ образомъ, отъ характера перелома и отъ того, какая именно кость повреждена, приходится оставаться въ постели, соблюдая *полный покой*, чтобы дать обломкамъ возможность правильно сростись. Въ противномъ случаѣ сращеніе получается уродливое. Изъ этого правила, по которому послѣ перелома необходимо соблюдать покой, существуютъ, однако, и исключенія, а именно у *стариковъ*. Замѣчено, что, если люди въ преклонномъ возрастѣ въ теченіе болѣе или менѣе продолжительнаго времени остаются неподвижно въ постели, то у нихъ очень легко развивается **воспаленіе легкихъ** (см.), которое очень скоро можетъ свести ихъ въ могилу. Изъ двухъ золъ выбираютъ поэтому меньшее и держатъ стариковъ съ переломомъ костей въ постели *какъ можно меньше*.

Всего труднѣе заживаютъ переломы костей у стариковъ; всего легче—у дѣтей. Послѣ того, какъ переломъ почти окончательно сросся и повязка снята, рекомендуется въ большинствѣ случаевъ **массажъ** (см.) переломанной конечности; нѣкоторое же время спустя и соотвѣтствующія **гимнастическія упражненія** (см.). Само собой разумѣется, что и заботамъ о поддержаніи силъ больного и его общаго состоянія также должно быть отведено видное мѣсто.

**Костоѣда.** Костоѣда наступаетъ вслѣдствіе раненія кости или же при нѣкоторыхъ общихъ болѣзняхъ, при которыхъ ткани отличаются крайне слабой жизненной устойчивостью. Къ таковымъ мы можемъ причислить прежде всего бугорчатку и сифились. Костоѣда принадлежитъ къ тяжелымъ и затяжнымъ заболѣваніямъ, которыя истощаютъ терпѣніе какъ больного, такъ и врача. Наблюденія послѣднихъ лѣтъ съ особенной убѣдительностью доказали, что при костоѣдѣ гораздо болѣе помощи, чѣмъ самыя хитрыя хирургическія операціи, приносятъ общее *шіено-діетическое леченіе*, которое особенно блестящіе результаты даетъ у дѣтей. Основами этого леченія должно служить усиленное питаніе и постоянный притокъ свѣжаго воздуха. Наилучшіе результаты получены въ *приморскихъ колоніяхъ*. Инициатива устройства этихъ колоній принадлежитъ Англій. Особенно много ихъ теперь устроено во Франціи. По инициативѣ проф. Вельямина и д-ра Шабановой устроилось нѣсколько такихъ колоній и у насъ въ Россіи. Польза, приносимая этими колоніями-санаторіями, повторяемъ, очень значительна.

**Кошмаръ.** Тягостное ощущеніе кошмара многія изъ нашихъ читательницъ, несомнѣнно, испытывали лично или же наблюдали на своихъ дѣтяхъ. Причины его бываютъ очень различными. Въ одномъ случаѣ она лежитъ въ переполне-

ни желудка, въ другомъ—въ возбуждающихъ напиткахъ, принятыхъ незадолго передъ сномъ; въ третьемъ—въ слабости и разстройствѣ сердечной дѣятельности, въ общемъ возбужденіи, въ раздраженіи блуждающаго нерва и пр. Во многихъ случаяхъ ближайшей причиной служитъ давленіе, оказываемое на грудь спящаго (преимущественно на сердечную область) одѣяломъ или рукой. Кошмаръ производитъ на спящаго очень тяжелое впечатлѣніе, и сны, которые онъ видитъ, до того сильно на него дѣйствуютъ, что иногда онъ болѣзненно стонетъ, не будучи въ то же время въ силахъ шевельнуть членомъ или проснуться.

Начать слѣдуетъ съ того, чтобы разбудить спящаго, которому мы этимъ оказываемъ истинную услугу. Нерѣдко спящій пробуждается въ холодномъ поту и сообщаетъ, что ему все время казалось, что его душатъ. Проходитъ обыкновенно не мало времени, пока онъ окончательно успокоится и сможетъ вновь спокойно уснуть. Всего же важнѣе принять всѣ мѣры къ тому, чтобы кошмаръ *не повторялся*. Съ этой цѣлью слѣдуетъ избѣгать плотныхъ ужиновъ и всякихъ возбуждающихъ напитковъ. Одѣяло не должно быть тяжелымъ. Если мы замѣтили, что спящій положилъ руку на грудь, то ее слѣдуетъ осторожно снять. Передъ сномъ—небольшая прогулка на воздухѣ и во всякомъ случаѣ тщательно провѣтривать спальню.

**Крапивница** представляетъ собой заболѣваніе, при которомъ на кожѣ появляются маленькія красныя пятнышки, которыя въ нѣкоторыхъ случаяхъ занимаютъ довольно большое пространство. Сыпь сопровождается очень сильнымъ зудомъ. Въ нѣкоторыхъ случаяхъ появленіе крапивницы сопровождается лихорадкой и довольно рѣзкими общими явленіями. Причиной появленія крапивницы бываютъ у однихъ ягоды (преимущественно земляника), у другихъ—устрицы, у третьихъ—рыба, у четвертыхъ—сыръ и т. д. Во многихъ случаяхъ появленіе этой сыпи находится въ несомнѣнной зависимости отъ ненормальности половыхъ процессовъ.

Въ смыслѣ *леченія* можно рекомендовать тепловатые влажные компрессы, легкую діету и правильное опорожненіе кишечника. Гораздо большее значеніе имѣетъ, конечно, *предохраненіе*, которое состоитъ въ томъ, чтобы избѣгать тѣхъ веществъ, которыя вызываютъ у насъ крапивницу и которыя дѣлаются намъ извѣстными по опыту.

**Красавка**, см. „Атронинъ“.

**Кровавая моча**, см. „Моча—кровавая“.

**Кровавая рвота**, см. „Рвота—кровавая“.

**Кровавый поносъ**.—Дизентерія. Кровавый поносъ пред-

ставляетъ собой, по крайней мѣрѣ, въ нашихъ краяхъ, болѣзнь преимущественно *дѣтскую*, которая проявляется почти исключительно въ *лѣтнее* время года. Она значительно болѣе распространена въ жаркихъ странахъ, гдѣ похищаетъ не мало жертвъ и среди взрослога населенія. Несмотря на то, что болѣзнь, обуславливается, вѣроятно же всего, присутвіемъ какого-то микроба, не можетъ быть также никакого сомнѣнія въ томъ, что появленію ея сильно способствуетъ несоотвѣтствующая пища: у грудныхъ дѣтей, питаемыхъ искусственно—молоко, которое стало бродить; у болѣе взрослыхъ дѣтей—злоупотребленіе фруктами и овощами. Больного ребенка очень часто—разъ 10—20 въ день позываетъ на низъ, причемъ каждый разъ выдѣляется только незначительное количество слизи, перемѣшанной съ кровью. Испражненіе сопровождается жиленіемъ, которое причиняетъ большія страданія ребенку. Жиленіе ведетъ въ тяжелыхъ случаяхъ къ выпаденію прямой кишки. При кровавомъ поносѣ наблюдается обыкновенно и болѣе или менѣе тяжелая *лихорадка*, которая можетъ дойти и до 39°, причемъ держится на этомъ уровнѣ недѣлями. Кровавый поносъ, если только онъ тянется болѣе или менѣе продолжительное время, неизбѣжно ведетъ къ сильному истощенію ребенка, а потому къ леченію его слѣдуетъ приступить неотложно.

Въ чемъ должно состоять **леченіе**?—Прежде всего въ устраненіи причинъ, вызвавшихъ появленіе кроваваго поноса. Въ началѣ леченія бываетъ обыкновенно показано слабительное (касторовое масло). Затѣмъ, особенное вниманіе должно быть обращено на *дѣту* ребенка. Если ребенокъ грудной, то слѣдуетъ пунктуально соблюдать всѣ предосторожности относительно молока и посуды, на которыхъ мы съ особеннымъ вниманіемъ остановимся въ III части. Молоко слѣдуетъ давать дѣтямъ болѣе разбавленнымъ, нежели то, которое они получали до появленія поноса. Если же молоко вообще плохо переносится, то слѣдуетъ перейти къ слизистымъ супамъ изъ овсянки, рису, ячменя и пр. Старшимъ дѣтямъ строго воспрещается потребленіе не только плодовъ и зелени, но даже мяса и хлѣба. Молоко и супъ должны даваться небольшими порціями: черезъ часъ по столовой ложкѣ. Кромѣ того, показаны также разные отвары и чай. На животъ долженъ быть положенъ согрѣвающий компрессъ. Въ болѣе острыхъ случаяхъ бываютъ показаны тепловатая ванны. При сильномъ жиленіи—небольшіе успокаивающіе клистиры съ крахмаломъ, которые приготовляются слѣдующимъ образомъ. Берется отваръ изъ ложки крахмала на стаканъ воды. Процѣдивъ этотъ отваръ, мы

беремъ его на клистиръ двѣ-три ложки, которыя прежде, чѣмъ быть впрыснуты, должны быть нагрѣты до 35°—36° Ц. Повторяютъ такіе клистиры раза 2—3 въ день.

**Крови — зараженіе.** Зараженіе крови происходитъ различнымъ путемъ. Въ наиболѣе простомъ случаѣ оно называется отравленіемъ минеральными ядами, которые изъ пищеварительнаго канала проникаютъ въ кровь, вызываютъ въ ней нерѣдко разложеніе и вмѣстѣ съ ней разносятся по всѣмъ органамъ, которые и отравляютъ. Въ другихъ случаяхъ въ кровь проникаютъ особенныя гноеродныя бактеріи (стрептококки), которыя вызываютъ гнойное зараженіе крови. Наблюдается это, напр., при родильной горячкѣ, нагноеніи ранъ и пр. Въ третьихъ случаяхъ происходитъ *самоотравленіе* организма, ядовитыми продуктами его собственной жизнедѣятельности. Такого рода отравленіе наблюдаемъ мы, напр., при непроходимости кишекъ, когда ядовитые продукты не удаляются наружу, но всасываются кровью. Въ еще болѣе рѣзкомъ видѣ мы наблюдаемъ такого рода отравленіе при **мочекровіи** (см.), когда ядовитые продукты крови не удаляются наружу почками, но остаются въ крови и отравляютъ организмъ.

Отравленіе крови наблюдается также при отравленіи гнилыми продуктами (мясомъ, рыбой, колбасой и пр.), а также при укушеніи бѣшенными животными.

*Признаки отравленія* не всегда бываютъ одинаковы. Они находятся въ непосредственной зависимости отъ характера и нѣкоторыхъ прочихъ условій отравленія. Въ одномъ случаѣ мы наблюдаемъ потрясающіе ознобы съ значительнымъ подъемомъ температуры (при гнойномъ зараженіи, напр., крови); въ другомъ — полную апатію и пассивность (при всасываніи ядовитыхъ продуктовъ обмѣна изъ кишечника); въ третьемъ — возбужденіе (при мочекровіи) и т. д.

Борьба съ зараженіемъ крови очень трудна. Если существуютъ *противоядія*, то начинаютъ съ нихъ. Затѣмъ задача сводится, главнымъ образомъ, къ поддержанію силъ больного. Помимо чисто медицинскихъ средствъ (камфара, эфиръ, впрыскиванія искусственной сыворотки и пр.), мы должны заботиться о питаніи больного, о поддержаніи дѣятельности сердца, почекъ и кожи и пр. Въ большинствѣ случаевъ бываютъ показаны теплыя или холодныя ванны, въ зависимости отъ состоянія больного.

**Крови — приливъ.** Приливъ крови представляетъ собой, собственно говоря, совершенно нормальное фізіологическое явленіе. Въ виду того, что кровь олицетворяетъ собой энергію въ организмѣ и содержитъ въ себѣ вещества, необхо-

димья для проявленія дѣятельности всѣхъ органовъ, вполне понятно, что дѣятельность каждаго органа вызываетъ приливъ крови къ нему. Совершается ли пищевареніе, кровь въ значительномъ количествѣ приливаетъ къ желудку и кишкамъ; совершаемъ ли мы какую-либо физическую работу, кровь приливаетъ къ работающимъ мышцамъ; упорно ли мы предаемся умственной дѣятельности, кровь приливаетъ къ мозгу. Въ такого рода приливѣ ничего болѣзненнаго видѣть нельзя.

На ряду съ этимъ наблюдаются, однако, также приливы, которые имѣютъ, несомнѣнно, *болѣзненный* характеръ. Относится это къ тѣмъ приливамъ, которые вызываются не нормальной дѣятельностью даннаго органа, но иными причинами, напр., появленіемъ воспаления, развитіемъ опухоли въ данномъ органѣ и т. д. Въ другихъ случаяхъ переполненіе даннаго органа кровью обусловливается застоемъ, такъ какъ существуютъ условія, препятствующія правильному оттоку крови. При такихъ условіяхъ намъ, конечно, необходимо внимательно поискать причину прилива, которую и слѣдуетъ устранить. Массажъ и водолеченіе, способствуя болѣе правильному распредѣленію крови въ организмъ, чаще всего даютъ очень хорошіе результаты, если, понятно, причина зла не коренится болѣе глубоко (порокъ сердца, напр.).

**Кровообращенія — разстройства.** Намъ извѣстно уже изъ первой части сочиненія, что нормальная дѣятельность организма возможна только при правильномъ кровообращеніи. Только въ такомъ случаѣ всѣ наши ткани и органы имѣютъ возможность почерпнуть, съ одной стороны, матеріалы для обмѣна и, съ другой стороны, отдавать крови негодные продукты своей жизнедѣятельности. Главнымъ условіемъ правильнаго кровообращенія является здоровое *сердце*, которое, какъ намъ уже извѣстно, гонитъ кровь по всему тѣлу. Если же сердце, вслѣдствіе какихъ-либо **пороковъ** (см.) въ своемъ устройствѣ или вслѣдствіе своего ослабленія, лишено возможности выполнять съ надлежащей силой свою задачу, то теченіе крови въ сосудахъ замедляется и питаніе тканей страдаетъ. Во всѣхъ органахъ обнаруживаются застои крови. Изъ сказаннаго видно, къ какимъ пагубнымъ послѣдствіямъ ведутъ разстройства кровообращенія, если не приняты во-время надлежащія мѣры къ ихъ устраненію и облегченію.

Мѣры, при помощи которыхъ мы *боремся* съ разстройствами кровообращенія, очень многочисленны: всѣ онѣ сводятся, главнымъ образомъ, къ укрѣпленію сердца и къ облегченію его работы. Съ этой цѣлью мы должны обратить

вниманіе на всѣ органы и внимательно изслѣдовать, въ чемъ могло бы выразиться ихъ участіе въ общей борьбѣ. Начиная съ пищеваренія, которое не должно быть особенно затруднительнымъ, и кончая почками, которыя особенно тщательно должны выполнять свое назначеніе, всѣ органы должны быть нами изслѣдованы съ этой специальной точки зрѣнія и на всѣ должны быть возложены соответствующія задачи.

**Кровоусканіе.** Извѣстно, что въ началѣ прошлаго—XIX столѣтія кровопусканія представляли излюбленный способъ леченія множества болѣзней. И въ настоящее время еще кровопусканія находятъ въ большой части среди крестьянъ и простыхъ классовъ населенія. Трудно себѣ представить, какую массу зла причинилъ этотъ способъ леченія, который къ тому же примѣнялся многими ко всѣмъ болѣзнямъ безъ различія. О липахъ, павшихъ жертвой зараженія крови, мы здѣсь говорить не станемъ. Коснемся только вопроса — къ чему можетъ привести кровопусканіе у больного слабого, истощеннаго и малокровнаго? — Отвѣтъ напрашивается самъ собой. Съ тѣхъ поръ кровопусканіе научной медициной было окончательно заброшено. Въ самое послѣднее время выяснилось, однако, что кровопусканіе можетъ быть примѣняемо съ отличнымъ успѣхомъ при нѣкоторыхъ заболѣваніяхъ. Къ нему, поэтому, вновь стали прибѣгать при нѣкоторыхъ заболѣваніяхъ крови (мочекровіи, напр., сильномъ жарѣ, застоѣ крови, тяжелыхъ случаяхъ воспаленія легкихъ и пр.). На рис. 243 нами отмѣчены точки, въ которыхъ производятся надрѣзы при кровопусканіи изъ венъ, расположенныхъ въ области локтевого сгиба. Рука забинтована выше локтя, съ цѣлью усилить застой венозной крови ниже перевязки, вслѣдствіе чего оттокъ крови, въ свою очередь, при надрѣзѣ усиливается. См. также таблицу 27 „Область локтевого сгиба“.

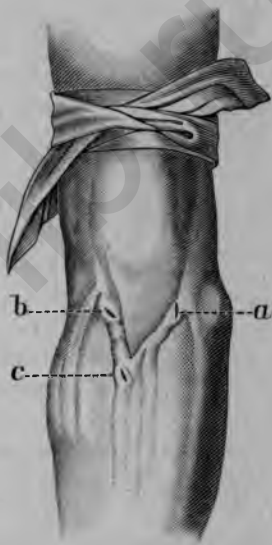


Рис. 243. Локтевой сгиб.  
a, b, c—точки, въ которыхъ производятся надрѣзы при кровопусканіи.  
(По Руффу).

**Кровотеченіе.** Различаютъ три рода кровотеченій: артеріальное, венозное и капиллярное (изъ волосныхъ сосудовъ). Укажемъ въ краткихъ чертахъ особенности каждаго изъ этихъ видовъ кровотеченія. При *раненіи артерій* кровь обык-

повенно брызжетъ фонтаномъ, особенно въ томъ случаѣ, если раненію подвергся сколько-нибудь крупный сосудъ, но струя брызжущей крови попеременно то увеличивается, то уменьшается. Струя усиливается въ тотъ моментъ, когда происходитъ толчокъ сердца, и ослабъваетъ во время сердечной паузы. Кровь въ такомъ случаѣ бываетъ *алаго цвѣта*. При *венозномъ* кровоточеніи кровь течетъ ровной и однообразной струей, причемъ цвѣтъ ея бываетъ *темнымъ*.

При *капиллярномъ* кровоточеніи струя замъняется просачиваніемъ крови, причемъ далеко не всегда легко бываетъ узнать въ точности пунктъ, изъ котораго она сочится. На приложенныхъ при семъ рисункахъ ясно представлены различія между артеріальнымъ и венознымъ кровоточеніемъ.

Намъ нѣтъ надобности указывать, что каждое кровоточеніе представляетъ для насъ нѣкоторую опасность и что мы должны остановить его поэтому какъ можно скорѣе. Въ томъ случаѣ, когда пораненъ болъе крупный сосудъ, каждая минута промедленія можетъ грозить смертельной опасностью раненому. Въ ближайшей статьѣ мы поэтому подробно остано-

Рис. 244.  
Артеріальное  
кровоточеніе.

вливаемся на болъе дѣйствительныхъ способахъ приостановить кровоточеніе.

**Кровоточенія — остановка.** Въ предыдущей статьѣ уже было указано на то, что, въ общемъ, можно кровоточенія по степени ихъ опасности классифицировать слѣдующимъ образомъ: капиллярныя (или тканевыя), венозныя и артеріальныя. Наименъе опасны первыя; болъе — послѣднія. Соответственно этому распредѣленію мы и рассмотримъ остановку кровоточеній. При капиллярномъ (волосномъ) кровоточеніи обыкновенно бываетъ достаточно прижатія или наложенія повязки. То же относится и къ венозному кровоточенію, причемъ повязка должна быть наложена болъе туго. Гораздо серьезнѣе обстоитъ дѣло при *артеріальныхъ* кровоточеніяхъ, на которыхъ мы поэтому и остановимся съ особеннымъ вниманіемъ.

Ни на минуту не слѣдуетъ упускать изъ виду, что артеріи представляютъ собой сосуды, исходящіе непосредственно или посредственно *изъ сердца*. Этимъ объясняется какъ



Рис. 245. Венозное  
кровоточеніе.  
(По Эмарху).



характеръ артеріальнаго кровотока, такъ и тѣ особенныя приемы, къ которымъ мы прибѣгаемъ для его остановки при раненіи этихъ сосудовъ. Если рана не особенно широка и раненый сосудъ не особенно великъ, то мы также можемъ остановить кровотечение при помощи повязки. Для этого мы прежде всего стараемся затампонировать рану при помощи ватныхъ или марлевыхъ шариковъ, а то и просто полотна (чистымъ носовымъ платкомъ); затѣмъ мы перевязываемъ рану довольно плотно при помощи бинта или платка.



Рис. 246.  
Эсмарховскій бинтъ.

Хорошимъ средствомъ для остановки кровотока служатъ также и полотняныя компрессы, сложенные въ восемь, которые мы погружаемъ въ горячую воду и прикладываемъ затѣмъ къ ранѣ. Гораздо вѣрнѣе прибѣгнуть къ эластическому бинту Эсмарха, изображенному на рис. 246, который всего туже забинтовываетъ рану. Проф. ф.-Эсмархъ, который всего больше способствовалъ не только въ Германіи, но и во всемъ мірѣ, популяризаціи среди публики свѣдѣній о подачѣ первой помощи, предложилъ ввести въ употребленіе особыя помочи изъ эластическаго ремня. При необходимости остановить кровотечение, остается только снять помочи, и мы располагаемъ вѣрнѣйшимъ средствомъ для остановки крови. Въ томъ случаѣ, когда при помощи указанныхъ средствъ не удалось остановить кровотечение, прибѣгаютъ къ *нажатію* раненой артеріи *повыше* мѣста раненія, т. е. между раной и сердцемъ. Для этого необходимо точно знать *направленіе* артеріи. Направленіе главнѣйшихъ артерій на верхней и нижней конечности представлено нами на рисункахъ 247 и 248, а также на табл. 26 и 27 „Правая подмышечная впадина“ и „Область локтевого сгиба“, къ которымъ мы и отсылаемъ читателей.

Рис. 247. Направленіе артеріи по внутренней сторонѣ правой верхней конечности.

При необходимости остановить кровотечение, остается только снять помочи, и мы располагаемъ вѣрнѣйшимъ средствомъ для остановки крови. Въ томъ случаѣ, когда при помощи указанныхъ средствъ не удалось остановить кровотечение, прибѣгаютъ къ *нажатію* раненой артеріи *повыше* мѣста раненія, т. е. между раной и сердцемъ. Для этого необходимо точно знать *направленіе* артеріи. Направленіе главнѣйшихъ артерій на верхней и нижней конечности представлено нами на рисункахъ 247 и 248, а также на табл. 26 и 27 „Правая подмышечная впадина“ и „Область локтевого сгиба“, къ которымъ мы и отсылаемъ читателей.

Хорошимъ средствомъ для остановки кровотока служатъ также и полотняныя компрессы, сложенные въ восемь, которые мы погружаемъ въ горячую воду и прикладываемъ затѣмъ къ ранѣ. Гораздо вѣрнѣе прибѣгнуть къ эластическому бинту Эсмарха, изображенному на рис. 246, который всего туже забинтовываетъ рану. Проф. ф.-Эсмархъ, который всего больше способствовалъ не только въ Германіи, но и во всемъ мірѣ, популяризаціи среди публики свѣдѣній о подачѣ первой помощи, предложилъ ввести въ употребленіе особыя помочи изъ эластическаго ремня. При необходимости остановить кровотечение, остается только снять помочи, и мы располагаемъ вѣрнѣйшимъ средствомъ для остановки крови. Въ томъ случаѣ, когда при помощи указанныхъ средствъ не удалось остановить кровотечение, прибѣгаютъ къ *нажатію* раненой артеріи *повыше* мѣста раненія, т. е. между раной и сердцемъ. Для этого необходимо точно знать *направленіе* артеріи. Направленіе главнѣйшихъ артерій на верхней и нижней конечности представлено нами на рисункахъ 247 и 248, а также на табл. 26 и 27 „Правая подмышечная впадина“ и „Область локтевого сгиба“, къ которымъ мы и отсылаемъ читателей.

Рис. 248. Направленіе артерій по внутренней сторонѣ лѣвой нижней конечности — отъ пахового сгиба до колѣна.  
(По Феррану и Дельпешу).

Въ какомъ мѣстѣ слѣдуетъ сжимать артерію въ случаѣ

раненія артерій на головѣ и лицѣ, изображено на рис. 249. О томъ же даетъ понятіе и табл. 22 „Передняя область шеи“.



Рис. 249.  
Прижатіе сонной артеріи на шеѣ.

Какимъ именно образомъ производится прижатіе артерій на верхней и нижней конечности, показываютъ съ полной наглядностью рис. 250 и 251.

Итакъ, въ случаѣ сильнаго кровоточенія, первое, о чемъ слѣдуетъ подумать, такъ это о томъ, *какой* именно *сосудъ* пробѣгаетъ въ данномъ мѣстѣ и въ *какомъ* именно *направленіи*. Бываютъ, однако, случаи, когда мѣсто это бываетъ не легко найти, и рана продолжаетъ кровоточить, несмотря на производимое прижатіе. Въ такомъ случаѣ необходима помощь вра-

ча. Прежде всего врачъ старается захватить и зажать кровоточащій сосудъ особыми кровоостанавливающими щипцами, заслуга изобрѣтенія которыхъ принадлежитъ французскому хирургу Пеану. Щипцы эти нами изображены на рис. 252. Не всегда, однако, удается это сдѣлать. Въ крайнемъ случаѣ врачъ прибѣгаетъ къ перевязкѣ артеріи, что, несомнѣнно, является одновременно и наиболѣе вѣрнымъ средствомъ для остановки кровоточенія (особенно въ томъ случаѣ, когда перевязаны оба конца кровоточащаго сосуда). Ученіе о томъ, въ какомъ именно мѣстѣ слѣдуетъ произвести разрѣзъ, чтобы въ кратчайшій срокъ и съ полной увѣренностью найти кровоточащую артерію, занимаетъ очень видное мѣсто въ хирургіи.



Рис. 250. Прижатіе пальцами плечевой артеріи.

Что касается до прочихъ средствъ, которыя лица изъ публики могутъ, въ случаѣ надобности, примѣнить для остановки кровоточенія, то мы укажемъ еще только на слѣдующія. Сильный холодъ, а также сильный жаръ останавливаютъ кровоточеніе. Съ этой цѣлью примѣняютъ ледъ и очень горячіе компрессы. При кровоточеніяхъ изъ матки примѣняютъ очень горячіе маточные души (такъ-



Разрѣзъ нормальной матки въ  $\frac{1}{2}$  натуральной величины



Внутренніе женскіе половые органы — при трубной беременности въ лѣвомъ яйцеводѣ

1. Разрѣзъ женскаго тѣла въ послѣдній періодъ беременности



3-хъ мѣсячный человѣчскій зародышъ  $\frac{2}{3}$  натуральной величины

II. Разрѣзъ таза во время родовъ въ періодъ изгнанія плода

наз. ошпариванія). Очень вѣрнымъ кровоостанавливающимъ средствомъ является также полуторахлористое желѣзо. Въ аптекахъ продается вата, пропитанная растворомъ полуторахлористаго желѣза. Къ этимъ средствамъ лучше, однако, прибѣгать только въ крайности. Примѣняется также и танинъ. Для того, чтобы произвести сжатіе сосудовъ, впрыскиваютъ иногда эрготинъ. Нѣсколько лѣтъ тому назадъ было рекомендовано и съ тѣхъ поръ примѣняется съ полнымъ успѣхомъ, впрыскиваніе желатины въ растворѣ.

Одновременно съ примѣненіемъ какого-либо кровоостанавливающаго средства, слѣдуетъ позаботиться также о томъ, чтобы придать конечности, на которой находится кровоточащая рана, какъ можно болѣе *возвышенное положеніе*. Такимъ образомъ значительно уменьшается напоръ крови.

Раненому слѣдуетъ предоставить полный *покой*. Въ случаѣ, если потеря крови очень велика и вызываетъ обморочное состояніе (помутнѣніе въ глазахъ, шумъ въ ушахъ, потеря сознанія), слѣдуетъ голову больного положить какъ можно *ниже*. Если состояніе больного становится еще болѣе угрожающимъ, прибѣгаютъ къ бинтовкѣ конечностей и живота. Кровь изъ этихъ органовъ направляется тогда къ мозгу и оживляетъ больного. Въ крайнемъ случаѣ прибѣгаютъ къ впрыскиванію искусственной сыворотки, но эта операція можетъ, конечно, быть произведена только врачомъ.

Рис. 251. Прижатіе двумя пальцами бедренной артеріи въ паховомъ сгибѣ.

(По ф. Мозетигъ-Мооргофу).

При *носовыхъ* кровотеченияхъ прибѣгаютъ къ тампонированію ноздри ватой, причѣмъ ватный шарикъ долженъ затѣмъ быть извлекаемъ съ величайшей осторожностью. Въ противномъ случаѣ пробка, которая успѣла образоваться на кровоточащемъ сосудѣ изъ свернувшейся крови, можетъ легко огорваться и кровотеченіе возобновится съ прежней силой.

При *носовыхъ* кровотеченияхъ прибѣгаютъ къ тампонированію ноздри ватой, причѣмъ ватный шарикъ долженъ затѣмъ быть извлекаемъ съ величайшей осторожностью. Въ противномъ случаѣ пробка, которая успѣла образоваться на кровоточащемъ сосудѣ изъ свернувшейся крови, можетъ легко огорваться и кровотеченіе возобновится съ прежней силой.



Рис. 252. Пеановскіе (кровоостанавливающіе) щипцы.

Прибѣгать къ полуторахлористой ватѣ при носовыхъ кровоте-  
ченіяхъ мы не должны въ виду того, что наблюдались



Рис. 253. Давящая повязка на спину.

слѣдствіемъ смерть. Можно прибѣ-  
гнуть къ холоднымъ компрессамъ  
между лопатокъ, къ подвѣшиванію  
на рукахъ, къ сильнымъ жеватель-  
нымъ движеніямъ и, наконецъ, также  
къ прижатію кровоточащей ноздри съ  
одновременнымъ поднятіемъ руки съ  
противоположной стороны кверху.  
Если всѣ эти средства не достигли  
цѣли, врачи прибѣгаютъ къ тампони-  
рованію носа одновременно черезъ  
соотвѣтствующую ноздрю и ротъ при  
помощи особеннаго инструмента, кото-  
рый носитъ названіе Беллоковского  
зонда.

До сихъ поръ мы говорили толь-  
ко о томъ, что слѣдуетъ *дѣлать* при кровоте-  
ченіяхъ. Намъ остается сказать нѣсколь-  
ко словъ еще о томъ, чего *дѣлать*  
*не слѣдуетъ*. Мы имѣемъ въ виду способъ, который довольно  
распространенъ въ провинціи и который состоитъ въ томъ,  
что къ кровоточащему мѣсту прикладываютъ паутину. Пау-



Рис. 254.

Шнуровка верхней конечности при кровотеченіи.

тина, какъ и вата,  
служитъ отличнымъ  
кровоостанавливаю-  
щимъ средствомъ. Къ  
несчастью, паутина,  
которая вообще мо-  
жетъ заводиться толь-  
ко въ неопытныхъ и  
грязныхъ углахъ, ча-  
ще всего служитъ  
пристанищемъ всевоз-  
можнымъ бактеріямъ,  
которыя отлично при-  
виваются къ крови.  
Такимъ образомъ не-  
однократно привива-  
лись стрептококки

(микробы гнойной ли-  
хорадки), а также и палочки столбняка. Соотвѣтствующія  
заболѣванія заставляютъ себя, къ несчастью, иногда не долго  
ждать.



**Кровотеченія — кишечныя.** Кровотеченія изъ кишечника наблюдаются при многихъ заболѣваніяхъ, изъ которыхъ мы назовемъ только главнѣйшія: **язву (см.)** и **ракъ желудка (см.)** или кишочкъ, **геморрой (см.)** и тифозныя язвы. Насколько можетъ быть опасно кровотеченіе при тифѣ, мы уже указывали выше (см. „**Брюшной тифъ**“). Иногда больной въ теченіе нѣсколькихъ минутъ можетъ скончаться на глазахъ близкихъ; онъ иногда почти въ буквальномъ смыслѣ слова плаваетъ въ крови. Что касается до **леченія**, то оно зависитъ отъ основного страданія. Здѣсь же укажемъ на главнѣйшіе *признаки*, по которымъ можно узнать внутреннее кровотеченіе. Больной внезапно блѣднѣетъ и ощущаетъ значительную слабость. Если кровотеченіе болѣе обильно, то появляется звонъ въ ушахъ, передъ глазами какъ будто стелется туманъ, сознаніе утрачивается ясность и больной впадаетъ въ болѣе или менѣе глубокой **обморокъ (см.)**. О чемъ всего прежде слѣдуетъ въ такихъ случаяхъ подумать, нами было указываемо уже неоднократно. Не теряя ни одной минуты, позаботиться о томъ, чтобы доставить кровь мозгу, такъ какъ малокровіе мозга является главной причиной обморока. Для этого больного слѣдуетъ уложить. Объ этомъ часто заботится, впрочемъ, уже и благодѣтельная природа, такъ какъ человекъ, потерявшій сознаніе, непременно *падаетъ*. Въ нѣкоторыхъ случаяхъ приходится положить самого больного на возвышеніе, голову же свѣсить внизъ. Въ нѣкоторыхъ случаяхъ приходится приобѣгнуть къ *бинтованію* конечностей. Больному предоставляютъ полный покой и стараются устранить всякій поводъ къ волненію. Даютъ глотать кусочками ледъ. Въ теченіе ближайшихъ дней только жидкая и притомъ *холодная* пища.

Намъ нѣтъ, полагаемъ мы, надобности указывать на то, что появленіе даже незначительныхъ количествъ крови въ испражненіяхъ должно почитаться явленіемъ, достаточно серьезнымъ для того, чтобы за выясненіемъ его немедленно обратиться къ врачу.

**Кровотеченія — маточныя.** Прежде чѣмъ приступить къ ознакомленію съ этой статьей, рекомендуемъ читательницамъ вновь прочесть седьмую главу I части, въ которой шла рѣчь о половыхъ органахъ. Внимательно слѣдуетъ изучить также и соотвѣтствующіе рисунки.

Маточныя кровотеченія естественнымъ образомъ распадаются на четыре группы: кровотеченія, которыя наблюдаются во время менструацій, въ промежуткахъ между ними, въ періодъ беременности и тотчасъ же послѣ родовъ. Каждому изъ этихъ видовъ мы посвятимъ нѣсколько словъ.

Истеченіе крови во время *менструацій* никогда, при нор-

мальныхъ условіяхъ, не бываетъ особенно значительнымъ. Если же крови теряется много; то менструація, несомнѣнно, имѣютъ ненормальный и болѣзненный характеръ. О нихъ рѣчь будетъ нѣсколько ниже (см. „Менструація — болѣзненная“).

Истечение крови изъ родовыхъ путей въ *промежуткахъ* между менструаціями представляетъ безусловно болѣзненное явленіе, природа котораго должна быть выяснена какъ можно скорѣе. Оно можетъ зависѣть отъ различныхъ заболѣваній (полиповъ, міомъ, рака и пр.). Въ такомъ случаѣ большаго вниманія заслуживаетъ *основная* болѣзнь, на лечение которой и должно быть обращено *главное* вниманіе.

Во время *беременности* также никогда не должна показываться кровь. Если же она появляется, то это указываетъ или на одно изъ заболѣваній предыдущаго разряда, или же кровотеченіе зависитъ отъ неправильнаго прикрѣпленія послѣда. Иногда кровотеченіе принимаетъ при такихъ условіяхъ столь угрожающіе размѣры, что вынуждаетъ насъ искусственнымъ образомъ прервать беременность, вызвавъ преждевременные роды.

То же можно сказать и про обильное кровотеченіе во время *родовъ* и непосредственно послѣ того, какъ младенецъ изгнанъ изъ утробы матери. Повторяемъ, неправильное прикрѣпленіе плаценты представляетъ собой, въ общемъ, очень серьезное страданіе, которое свело уже въ могилу не одну роженицу. Къ нему никогда не слѣдуетъ поэтому относиться легко.

Въ данномъ случаѣ особенно важно во-время обратить вниманіе на болѣзненное явленіе. Что же касается того, какъ остановить появившееся кровотеченіе, то намъ трудно дать на этотъ счетъ общія указанія. Слишкомъ многое зависитъ отъ природы основнаго страданія. Можемъ, однако, сказать вообще, что отвлеченіе крови отъ больнаго органа къ здоровымъ частямъ тѣла оказывается обыкновенно очень полезнымъ. Съ этой цѣлью мы прибѣгаемъ къ горячимъ ножнымъ ваннамъ. Хорошо дѣйствуютъ и общія горячія ванны, но при нѣкоторыхъ болѣзняхъ сердца и пр. онѣ могутъ оказаться вредными. Очень важно позаботиться о правильномъ опорожненіи кишечника. Запоръ очень вредно отражается на кровотеченияхъ изъ половыхъ путей, такъ какъ при немъ усиливается приливъ крови къ тазовымъ органамъ; потому-то съ запорами надлежитъ въ такихъ случаяхъ бороться съ особеннымъ усердіемъ.

Что касается до *мѣстныхъ* средствъ, то при обильныхъ кровотеченияхъ мы можемъ прибѣгнуть къ промыванію влагалища горячей водой (45° Ц.). Иногда очень хорошо дѣй-

ствують попере́мѣнныя впрыскиванія очень горячей и очень холодной воды. Затѣмъ примѣняютъ *тампонированіе влагалища* ватными шариками. Каждый изъ шариковъ долженъ быть невеликъ, но такими шариками слѣдуетъ набить влагалище какъ можно плотнѣе и туже. Лучше каждый изъ вводимыхъ во влагалище шариковъ пере-вязывать ниточкой.

Конецъ которой долженъ выводиться наружу. За эти ниточки мы, по миновеніи надобности, т. е. когда кровотеченіе остановилось, — легко можемъ извлечь ватные шарики наружу. Въ противномъ случаѣ приходится прибѣгать къ щипцамъ, которые имѣются только у врача, или же къ содѣйствию пальцевъ, чего по возможности слѣдуетъ избѣгать. Ни въ какомъ случаѣ ватные шарики не должны оставаться во влагалищѣ долѣе 24 часовъ; предпочтительнѣе удалять (или мѣнять) ихъ черезъ 12 часовъ.

Въ противномъ случаѣ кровь на шарикахъ начинаетъ разлагаться, а этого, понятно, слѣдуетъ всѣми мѣрами избѣгать.

Само собой разумѣется, что при тампонированіи влагалища слѣдуетъ соблюдать педантическую *чистоту*: обмыть мыломъ и щеткой руки, проспринцевать влагалище. По возможности—свѣжій пакетъ стерилизованной ваты изъ аптеки.

Во многихъ случаяхъ кровотеченіе останавливается только послѣ производства соотвѣтствующей операціи, изъ

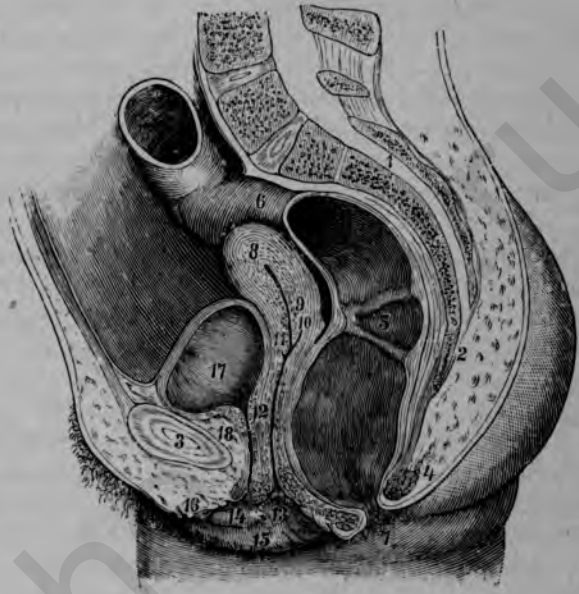


Рис. 255. Продольный разръзъ таза замороженнаго женскаго трупa.

1. Крестецъ.—2. Копчикъ.—3. Лонное сращеніе.—4. Наружная запирающая мышца (жомъ) задняго прохода.—5. Мышечные пучки, образующіе такъ-назыв. третью запирающую мышцу.—6. Переходъ S-образнаго искривленія толстой—въ прямую кишку.—7. Задній проходъ.—8. Дно матки.—9. Маточная шейка.—10. Задняя губа наружнаго зѣва.—11. Тоже—передняя губа.—12. Влагалище.—13. Входъ во влагалище.—14. Малая (внутренняя) срамная губа.—15. Большая (наружная) срамная губа.—16. Похотникъ (клиторъ).—17. Мочевой пузырь.—18. Мочепускательный каналъ.—По Рауберу.



числа которыхъ всего чаще приходится прибѣгать—при хроническихъ болѣзняхъ—къ **выскабливанію матки** (см.).

**Кровоточивость.** Кому не извѣстно, что кровотечения, при легкихъ раненіяхъ, напр., обыкновенно скоро останавливаются сами собой (если не примѣнять даже никакой перевязки) вслѣдствіе свертыванія крови при соприкосновеніи ея съ воздухомъ. Существуютъ, тѣмъ не менѣе, лица, у которыхъ и самое пустое кровотеченіе останавливается съ величайшимъ трудомъ, и такимъ лицамъ грозитъ иногда опасность изойти кровью вслѣдствіе самаго ничтожнаго раненія. Отъ чего это зависитъ, до сихъ поръ не выяснено еще съ точностью. Весьма возможно, что эта болѣзненная склонность къ кровотечениямъ зависитъ отъ нѣсколькихъ причинъ: отъ слабости сосудистыхъ стѣнокъ, отъ слишкомъ жидкаго состава крови, что въ значительной степени уменьшаетъ ея природную свертываемость, отъ недостатка солей въ крови и пр. Какъ бы то ни было, лица, страдающія кровоточивостью, съ величайшей тщательностью должны избѣгать малѣйшаго повода къ раненію, такъ какъ у нихъ даже порѣзъ пальца или удаленіе зуба, мы не говоримъ уже о родахъ, легко можетъ осложниться смертельнымъ кровотеченіемъ. Кровоточивость представляетъ собой страданіе, которое очень упорно передается по *наследству*. Дѣвушки, которыя страдаютъ этой болѣзью, не должны бы никогда выходить замужъ, такъ какъ роды легко могутъ свести ихъ въ могилу. Что же касается до **леченія** этого страданія, то—помимо общаго укрѣпленія организма дыхательной гимнастикой, восхожденіемъ на горы, массажемъ, ваннами и пр.—рекомендуется потреблять въ пищу побольше растительной пищи, такъ какъ въ ней содержится довольно значительное количество минеральныхъ солей.

**Кровохарканье.** Рѣдко насъ что-либо такъ пугаетъ, какъ внезапное появленіе крови въ мокротѣ. Часто уже по одной растерянности, тревожному и перепуганному выраженію на лицѣ больного и окружающихъ врачъ можетъ отгадать, что появилось кровохарканье; эти опасенія далеко не лишены основанія. Дѣйствительно, во многихъ случаяхъ кровохарканье служитъ признакомъ очень тяжелой болѣзни: чахотки легкихъ. Слѣдуетъ, однако, сказать, что далеко не во всѣхъ случаяхъ кровохарканье указываетъ на бугорчатку. Нерѣдко оно имѣетъ совершенно иную причину. Тутъ же считаемъ нужнымъ утѣшить и легочныхъ больныхъ, въ мокротѣ которыхъ оказалась кровь, что часто повергаетъ ихъ въ полное отчаяніе. Кровохарканье далеко не всегда служитъ указаніемъ на безнадежное состояніе больного, какъ это многіе больные себѣ пред-

ставляютъ. Многіе ученые, преимущественно французской школы, даже считаютъ бугорчатку легкихъ, при когорой наблюдаются въ начальной ступени кровохарканья, въ очень сильной степени наклонной къ излеченію.

Не слѣдуетъ также упускать изъ виду, что кровь, которая показывается въ мокротѣ, далеко не всегда происходитъ изъ легкихъ. Въ нѣкоторыхъ случаяхъ она является ближайшимъ послѣдствіемъ разрыва небольшихъ расширенныхъ и переполненныхъ кровью (варикозныхъ) сосудовъ. Часто кровохарканье служить скорѣе указаніемъ на общую наклонность къ застоямъ крови въ организмѣ. Наклонность эта указываетъ на замедленіе кровообращенія вслѣдствіе сердечной слабости. У нѣкоторыхъ женщинъ появляются кровохарканія во время регулъ, при чемъ кровохарканія эти не влекутъ за собой никакихъ вредныхъ послѣдствій. То же самое наблюдается и у нѣкоторыхъ мужчинъ, страдающихъ геморроемъ: кровь у нихъ отходить не изъ задняго прохода, но изъ легкихъ. Какъ бы то ни было, причина кровохарканья должна быть тщательно установлена и противъ повторенія его должны быть приняты всѣ мѣры.

— **Что дѣлать при кровохарканьѣ?**—Прежде всего слѣдуетъ уложить больного и по возможности его успокоить. Ко лбу и на лицо должны быть положены холодные компрессы, причемъ ихъ слѣдуетъ мѣнять какъ можно чаще: какъ только они сколько-нибудь нагрѣлись. Давать больному глотать ледъ небольшими кусочками. Если кровохарканье — болѣе сильное (иногда сходить нѣсколько стакановъ; бываетъ при разрывѣ крупнаго сосуда, что больной тутъ же и умираетъ отъ слишкомъ значительной кровопотери), слѣдуетъ наложить на сердце холодные компрессы или даже пузырь со льдомъ. Очень хорошо дѣйствуетъ также въ такихъ случаяхъ ледъ, будучи приложенъ къ половымъ частямъ. Больной долженъ соблюдать *полный покой*. Онъ, по возможности, долженъ избѣгать малѣйшаго движенія, подъ опасеніемъ повторенія кровотеченія. Пищу слѣдуетъ принимать *жидкую* и притомъ исключительно въ *холодномъ* видѣ. Больному даже говорить слѣдуетъ шопотомъ. При болѣе же значительномъ кровохарканьѣ ему не слѣдуетъ говорить даже и шопотомъ. Для переговоровъ съ окружающими ему предпочтительнѣе вручить грифельную доску или бумагу съ перомъ. Какъ можно больше свѣжаго воздуха. Въ комнатѣ ни въ коемъ случаѣ не должно быть жарко нагрѣто. Грудь больного должна быть открыта и всякое давленіе на нее — одежды, одѣяла и пр., — должно быть устранено. — Окружающіе должны сохранить бодрость и не давать больному падать духомъ.

**Кровь.** Главныя свѣдѣнія относительно этой жизненной жидкости были нами даны въ первой главѣ I части этого сочиненія, къ которой мы и отсылаемъ читателей. Къ сказанному намъ остается добавить немного. Большинство веществъ, имѣющихъ то или иное вліяніе на нашъ организмъ, вліяютъ большей частью при посредствѣ крови. Вотъ почему правильный составъ ея имѣетъ для насъ первостепенное значеніе. Въ крови же гнѣздится и большинство бактерий, вызывающихъ заразныя заболѣванія. Кровь состоитъ, какъ

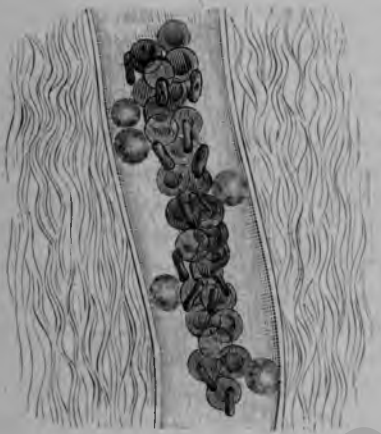


Рис. 256. Кровяные шарики. Бѣлые, какъ болѣе плотные, собираются у стѣнокъ; красные— посерединѣ.  
(По Вальтеру).

извѣстно, изъ жидкости и изъ шариковъ: бѣлыхъ и красныхъ. Одинъ бѣлый шарикъ приходится, приблизительно, на 400 красныхъ. Количество бѣлыхъ шариковъ значительно увеличивается при т.-наз. бѣлокровіи (лейкеміи). Количество красныхъ шариковъ, которыхъ на одинъ кубическій миллиметръ насчитывается около 5 милліоновъ, значительно уменьшается при малокровіи. Въ острыхъ случаяхъ малокровія количество ихъ падаетъ иногда даже до одного милліона на куб. мил. Для того, чтобы кровь всегда сохраняла правильный составъ и могла надлежащимъ образомъ выполнять свое назначеніе, необходимо,

чтобы всѣ органическія функціи совершались совершенно нормальнымъ образомъ. Трудно найти такую систему въ организмѣ, которая не могла бы прямо или косвенно оказать на составъ крови извѣстное вліяніе. Наболѣе же непосредственное вліяніе на составъ крови имѣетъ пища, которой мы питаемся, и воздухъ, которымъ мы дышимъ. Особенное значеніе слѣдуетъ придавать воздуху, за чистотой котораго мы поэтому постоянно должны слѣдить съ особенной тщательностью.

**Крови — переливаніе.** Мысль о возможности оживить при нѣкоторыхъ условіяхъ умирающій организмъ при помощи вливанія въ жилы его здоровой и свѣжей крови слѣдуетъ признать очень древней. Существуютъ указанія, позволяющія думать, что переливаніе крови практиковалось еще египетскими жрецами. Въ христіанскую эру операція эта была возобновлена въ Римѣ однимъ изъ врачей при Ватиканѣ, оставшимся анонимнымъ. Врачъ этотъ написалъ очень цѣнное ученое сочиненіе по этому вопросу. Съ тѣхъ поръ опе-

рація эта практикуется относительно довольно часто. Въ настоящее время она заняла постоянное мѣсто въ медицинѣ. Кровь можно переливать и отъ животнаго къ человѣку. Переливаніе этого рода далеко не всегда достигаетъ цѣли. Гораздо лучшіе результаты даетъ переливаніе человѣческой крови. Для того, чтобы операція могла быть правильно произведена, требуется не только самопожертвованіе какого-либо лица, но также и довольно сложные приборы. Вливаютъ обыкновенно не меньше стакана крови. *Самопереливаніе* сводится къ тому, что при появленіи угрожающихъ признаковъ остраго малокровія поднимаютъ кверху конечности и массируютъ или туго бинтуютъ ихъ по направленію къ туловищу. Одновременно нажимаютъ и на животъ. Вслѣдствіе этого кровь въ болѣе значительномъ количествѣ приливаетъ къ мозгу.

**Кровосмѣшеніе.** Вопросъ о кровосмѣшеніи принадлежитъ къ числу наиболѣе сложныхъ, и въ этомъ отношеніи можно встрѣтить въ наукѣ самые противорѣчивые взгляды. Одни находятъ, что кровосмѣшеніе грозитъ большими опасностями потомству и приписываютъ ему даже исчезновеніе нѣкоторыхъ царственныхъ династій. Не менѣе краснорѣчивы и обратные факты, которые доказываютъ, что иногда и самое тѣсное кровосмѣшеніе, наблюдаемое притомъ въ теченіе длиннаго ряда поколѣній, способствовало созданію очень крѣпкаго и здороваго рода. Изъ множества фактовъ, которыми наука располагаетъ въ этомъ направленіи, укажемъ только на единственный. Ближайшіе предки знаменитой Клеопатры, — и понынѣ слывущей образцомъ женской красоты: прадѣдъ, дѣдъ и отецъ были женаты на родныхъ сестрахъ. Въ настоящее время стало возможнымъ, въ виду новѣйшихъ успѣховъ біологіи и ученія о естественномъ подборѣ, взглянуть на браки между близкими родственниками съ болѣе широкой точки зрѣнія. Можно думать, что такой бракъ опасенъ для потомства только въ томъ случаѣ, если существуетъ какая-нибудь *семейная болѣзнь*, которая въ такомъ случаѣ имѣетъ всѣ шансы усилиться. Если же оба производителя здоровы, то такой бракъ никакой опасности не представляетъ.

Въ общемъ, однако, предпочтительнѣе, по возможности, избѣгать браковъ между близкими родственниками.

**Круглая глиста.**—**Аскарида.**—**Струнецъ.** Круглая глисты достигаютъ нерѣдко значительной длины (сант. до 40, съ полъгаршина). Попадаютъ онѣ къ намъ въ желудокъ, всего вѣроятнѣе, съ грязной водой или же съ овощами. Онѣ производятъ различныя расстройства въ организмѣ. Видъ у больныхъ бываетъ слабый и утомленный; подъ глазами — круги; полное отсутствіе аппетита перемежается съ волчьимъ

аппетитомъ; по ночамъ слышится скрежетаніе зубовъ; почесывается кончикъ носа. Наблюдаются иногда и болѣе серьезныя — рефлекторныя (см.) явленія, какъ то конвульсіи и пр., особенно у дѣтей. Наиболѣе вѣрнымъ средствомъ для изгнанія круглыхъ глисть изъ тонкихъ кишекъ—обыкновеннаго мѣста ихъ обитанія—слѣдуетъ читать сантонинъ.

**Кружка Эсмарха** представляетъ собой приборъ, который составляетъ въ настоящее время принадлежность почти каждаго дома. Кружки эти бываютъ металлическія и стеклянныя. Первые прочнѣе. — Тѣмъ не менѣе, мы охотнѣе рекомендуемъ нашимъ читательницамъ *стеклянныя*, такъ какъ онѣ гораздо легче поддаются чисткѣ, что имѣетъ въ данномъ случаѣ особенное значеніе. Съ другой стороны, стеклянная кружка представляетъ также и то удобство, что намъ постоянно видно, на какомъ уровнѣ находится жидкость. Кружка Эсмарха продается обыкновенно съ двумя наконечниками: однимъ прямымъ для клизмы, и другимъ изогнутымъ, предназначеннымъ для промыванія влагалища. Последний наконечникъ также предпочтительнѣе брать стеклянный, изъ тѣхъ же соображеній, по которымъ мы предпочитаемъ и стеклянную кружку. Въ статьѣ о **клизмахъ** (см.) мы уже указывали на то, что сила, съ которой вытекаетъ жидкость, находится въ прямомъ отношеніи къ высотѣ, на которой повѣшена кружка: этого не слѣдуетъ упускать изъ виду. Кружки Эсмарха бываютъ разныхъ величинъ. Всего практичнѣе брать кружку, вмѣстимостью въ одинъ литръ (пять стакановъ). Кружку слѣдуетъ чистить тотчасъ же послѣ употребленія.



Рис. 257. Круглая глиста—самка. а — половое отверстие.



Рис. 258. Кружка Эсмарха.



Рис. 259. Тоже.— Болѣе усовершенствованная модель.

**Крупъ** есть не что иное, какъ *дифтеритъ гортани*. Само собой разумѣется, что дифтеритъ гортани гораздо опаснѣе дифтерита вообще, такъ какъ онъ лишаетъ ребенка возможности дышать, и въ тяжелыхъ случаяхъ въ очень короткое время приводитъ къ удушенію ребенка. Какъ и при дифтеритѣ вообще, температура повышается *не сразу*, но постепенно. Въ то же время на миндалинахъ появляется зловѣщій желтовато-сѣрый грязноватый *налетъ* (см. табл. 9: „*Болѣни рта и гѣва*“). Затѣмъ появляется короткий, отрывистый, грубый, т.-наз. *лающий кашель* и хриплый голосъ. Дифтеритныя пленки все больше и больше закладываютъ и закупориваютъ гортань. День-отодня перечисленные симптомы усиливаются. Когда болѣзнь достигаетъ высшей точки своего развитія, что случается, въ среднемъ, на 5 — 7-ой день, то дыханіе производится съ шумомъ, такъ какъ воздуху приходится проходить черезъ суженную гортань. Въ то же время замѣчается втягиваніе уступчивыхъ мѣстъ грудной клѣтки (подъ и надъ ключицами, особенно же въ подложечной области). Объясняется это тѣмъ, что организмъ инстинктивно пускаетъ въ ходъ всѣ мышцы, которыя могутъ хоть сколько-нибудь содѣйствовать болѣе широкому доступу въ грудную клѣтку. Къ концу недѣли положеніе маленькаго больного становится безнадежнымъ. „Отъ недостатка воздуха ребенокъ мечется; лицо его выражаетъ тоску; нерѣдко оно покрывается обильнымъ потомъ“ (Н. Филатовъ). Въстѣ съ тѣмъ замѣчается сонливость, похолодѣніе конечностей, появляется синюха, и къ концу недѣли непосильная борьба съ палочкой Лѣффлера приводитъ къ трагическому исходу. По счастью, съ тѣхъ поръ, какъ изобрѣтена и стала широко примѣняться антидифтеритная сыворотка, подобный исходъ сталъ наблюдаться все рѣже и рѣже.

Будучи вприснутой во-время, противодифтеритная сыворотка очень часто спасаетъ больного и не даетъ болѣзни развиться. Наблюдаются, однако, и въ настоящее время случаи настолько тяжелые и протекающіе настолько быстро, что сыворотка не успѣваетъ произвести своего дѣйствія. Въ такомъ случаѣ, во избѣжаніе того, чтобы ребенокъ задохся, приходится прибѣгать къ *трахеотоміи* (см.) — горлосѣченію. Въ отверстіе горла вставляется трубка, черезъ которую маленькій больной и дышитъ. И эта операція стала, впрочемъ, производиться значительно рѣже съ тѣхъ поръ, какъ американскій врачъ О'Дуайеръ ввелъ операцію *трубкованія (интубаціи)*. Трубкованіе состоитъ въ томъ, что трубка проводится въ дыхательное горло не черезъ отверстіе, которое искусственнымъ образомъ продѣлывается въ гортани, но че-

резь ротъ и глотку. Ребенокъ получаетъ такимъ образомъ возможность дышать. Этотъ простой пріемъ избавляетъ насъ отъ необходимости прибѣгать къ довольно тяжелой и не лишенной опасности операциі горлосѣченія.

Относительно *леченія* крупа намъ остается повторить только то, что мы сказали относительно *дифтерита*, къ какой статьѣ мы и отсылаемъ читательницъ.

**Крупъ — ложный.** На ряду съ истиннымъ или дифтеритнымъ крупомъ, который мы только-что описали, существуетъ простой, т. е. не дифтеритный крупъ, который, однако, имѣетъ съ первымъ нѣкоторыя общія черты. Сходство ихъ состоитъ въ томъ, что при ложномъ крупѣ также наблюдается чрезвычайно затрудненное дыханіе и глухой, отрывистый, *лающий кашель*. Не легко бываетъ иногда разобраться, имѣемъ ли мы дѣло съ истиннымъ или ложнымъ крупомъ. Въ большинствѣ случаевъ, однако, картина довольно значительно разнится въ обоихъ случаяхъ. Въ то время, какъ дифтеритный крупъ обыкновенно развивается постепенно, ложный крупъ начинается большей частью сразу. Ребенокъ, который съ вечера легъ спать совершенно здоровымъ, просыпается около полуночи съ сильнымъ кашлемъ и чрезвычайно затрудненнымъ дыханіемъ. Приступъ продолжается не долго; тѣмъ не менѣе, онъ довольно тяжело отражается на маленькомъ больномъ. Въ большинствѣ случаевъ приступъ длится отъ получаса до часа; иногда онъ затягивается, однако, и на 3—4 часа. Затѣмъ ребенокъ спокойно засыпаетъ до утра. На слѣдующую ночь или черезъ нѣсколько ночей приступъ можетъ повториться.

При *леченіи* ложнаго крупа слѣдуетъ бороться, съ одной стороны, съ самымъ припадкомъ. Съ другой стороны, въ промежуткѣ между припадками слѣдуетъ принимать соотвѣтствующія мѣры, во избѣжаніе повторенія ихъ. При наступленіи *припадка*, слѣдуетъ озаботиться освѣженіемъ воздуха въ комнатѣ больного ребенка. Въ то же время готовятъ горячую (30° R.) ножную ванну, къ которой подбавляютъ горсть горчицы. Ребенокъ опускаетъ туда ноги до половины голени и держитъ ихъ тамъ въ теченіе  $\frac{1}{4}$ — $\frac{1}{2}$  часа, причемъ все время понемногу прибавляютъ горячей воды, дабы вода въ ваннѣ не остывала. Затѣмъ, обувши ребенка въ шерстяные чулки и напоивши горячимъ чаемъ, его тепло укутываютъ и укладываютъ въ постель.

Наилучшимъ средствомъ для того, чтобы *избѣжать* *возвратовъ*, служить *закаливаніе*. Ребенка слѣдуетъ приучить къ холодной водѣ. Для этого каждое утро обтираютъ все тѣло ребенка водой, температура которой постепенно понижается



съ 24° до 18° Р. и даже 16°. Начинать обтиранія слѣдуетъ съ лѣта. Такимъ образомъ, ребенку всего меньше грозитъ опасность простудиться.

**Кумысъ** есть напитокъ, который изготовляется киргизами и башкирами изъ кобыльаго молока. Кумысъ получается вслѣдствіе особеннаго броженія, продуктами котораго являются углекислота и алкоголь. Содержаніе спирта въ кумысѣ можетъ достигъ иногда и 3%. Известно, что киргизы пьются кумысу до-пьяна. Кумысъ, какъ и кефиръ, различается по своей силѣ, на однодневный—слабый, двухдневный—средній и трехдневный—крѣпкій. Въ общемъ, можно сказать, что различные сорта кумыса имѣютъ тѣ же свойства, что и соответствующіе сорта кефира, т. е. однодневный дѣйствуетъ, преимущественно, слабительнымъ образомъ, между тѣмъ, какъ трехдневный—скорѣе вызываетъ запоры. Главными составными частями кумыса является вода, которой кумысъ содержитъ до 80%; алкоголь, углекислота, молочная кислота, казеинъ, минеральныя соли и, въ небольшомъ количествѣ, желѣзо. Дѣйствіе кумыса на человѣческой организмъ довольно разносторонне и сказывается въ самыхъ различныхъ направленіяхъ. Кумысъ возбуждаетъ аппетитъ и регулируетъ дѣятельность кишечника. Онъ имѣетъ довольно рѣзкое моче- и потогонное дѣйствіе. Онъ облегчаетъ отхаркиваніе мокроты. Онъ дѣйствуетъ, въ общемъ, успокоительно и на нервную систему, особенно, если его пьютъ такъ, какъ его слѣдуетъ пить: на мѣстѣ изготовленія и при условіяхъ, о которыхъ мы сейчасъ будемъ говорить.

Въ общемъ, можно сказать, что кумысъ представляетъ собой очень вкусный напитокъ, къ употребленію котораго довольно быстро привыкаютъ настолько, что тоскуютъ по немъ по окончаніи курса леченія. Кумысъ долженъ во время питья имѣть комнатную температуру. Начинаютъ, какъ и при кефирѣ, съ малыхъ дозъ, которыя постепенно увеличиваются. Больше одной бутылки въ день никогда прибавлять не слѣдуетъ. Лучше еще медленнѣе увеличивать количество напитка. Само собой разумѣется, что при леченіи кумысомъ, употребленіе прочихъ напитковъ должно, по возможности, быть ограничено.

Сезонъ кумыса продолжается съ мая по конецъ августа, причемъ наибольшая польза изъ леченія кумысомъ получается только въ томъ случаѣ, если его пить на мѣстѣ: въ степи. Какъ бы хорошо ни готовился кумысъ при другихъ условіяхъ, леченіе никогда не можетъ принести и доли той пользы, которую оно приноситъ, когда его пьютъ въ степи, гдѣ на помощь ему является *природа*. Широкий просторъ, вольный



воздухъ, живительные лучи солнца, отсутствие городского шума и суеты,—вотъ тѣ элементы, благодаря которымъ кумысъ и даетъ во многихъ случаяхъ такіе благотворные результаты. Само собой разумѣется, что правильное леченіе кумысомъ не только дозволяетъ, но дѣлаетъ прямо *необходимыми* нѣкоторые вспомогательные методы леченія, которые всѣ можно, впрочемъ, характеризовать однимъ словомъ: *движеніе*. Къ таковымъ мы относимъ: различныя игры на открытомъ воздухѣ, прогулки, плаванье и купанье, греблю и пр.

Трудно перечислить всѣ болѣзни и разстройства, при которыхъ бываетъ показано леченіе кумысомъ. Укажемъ на главнѣйшія. На первомъ планѣ можно поставить легочную *чахотку*; затѣмъ идетъ малокровіе, нѣкоторыя болѣзни сердца, англійская болѣзнь, разстройства пищеваренія, воспаленія почекъ, болѣзни женской половой сѣры и пр. Существуютъ, однако же, болѣзни, при которыхъ леченіе кумысомъ не только не можетъ быть полезнымъ, но можетъ даже принести прямой вредъ больному. Къ таковымъ можно отнести тѣ пороки сердца, при которыхъ кровообращеніе окончательно нарушено (разстройство компенсаціи), ревматизмъ, геморрой, аневризмы, грудная жаба, полнокровіе, послѣдняя ступень легочной чахотки и пр.

Намъ нѣтъ возможности перечислить всѣ пункты, въ которыхъ производится леченіе кумысомъ, а потому мы укажемъ только на главнѣйшія *кумысолечебныя заведенія*, полный списокъ которыхъ приведенъ у д-ра Иванова \*). Перечислимъ кумысолечебныя курорты. Заведеніе д-ра Постникова, въ 6 верстахъ отъ Самары. Аннаевка—въ такомъ же разстояніи оттуда. Богдановка—въ 25 верстахъ отъ того же города. Хуторъ Курлина—въ Бузулукскомъ уѣздѣ, той же губерніи. Барбашина поляна (Военный Кумысъ)—въ 10 верстахъ отъ Самары. Заведеніе д-ра Каррика—среди степи, въ 40 верстахъ отъ Оренбурга. Заведеніе Танаева—въ 6 вер. отъ Елабуги, Вятской губ. Рыгинъ Хуторъ — Каменская станица, области Войска Донского. Помимо помянутыхъ заведеній существуетъ въ Самарской, Уфимской, Оренбургской, Саратовской, Симбирской, Пермской и Казанской губерніяхъ, а также въ Уральской обл. множество деревень, киргизскихъ кочевковъ и усадебъ, въ которыхъ также производится леченіе кумысомъ. Кромѣ того, кумысъ изготовляется и въ очень многихъ курортахъ, въ которыхъ леченіе кумысомъ является, однако, не самостоятельнымъ, но только вспомогательнымъ средствомъ леченія.

\*) Альманахъ по отечественнымъ водамъ.

**Курортами** въ широкомъ смыслѣ этого слова называются всѣ тѣ пункты, въ которыхъ имѣются на лицо тѣ или иныя естественныя условія для леченія нѣкоторыхъ группъ болѣзней. Въ одномъ случаѣ такимъ естественнымъ условіемъ является климатъ; въ другомъ—минеральные источники; въ третьемъ—морскія купанья; въ четвертомъ—грязи и т. д., и т. д. Въ общемъ, можно однако сказать, что однихъ естественныхъ условій—какъ бы благоприятны они ни были—недостаточно для того, чтобы курортъ удовлетворялъ требованіямъ, которыя къ нему предъявляютъ больные. Для этого необходимо, чтобы и искусственныя условія жизни были строго приурочены къ разумнымъ требованіямъ пациентовъ. Слишкомъ рѣзкая и крутая перемѣна въ обычныхъ условіяхъ существованія отражается обыкновенно неблагоприятно на больныхъ. Желательно поэтому, чтобы курорты были благоустроены, не были лишены нѣкоторыхъ разумныхъ развлеченій и комфорта; чтобы пути сообщенія были удобны, жизнь не была особенно дорога и пр. Благодаря, главнымъ образомъ, несоблюденію послѣднихъ условій и находились до послѣдняго времени въ такомъ пренебреженіи даже наши лучшіе кавказскіе курорты. Вообще слѣдуетъ сказать, что наши отечественные курорты очень слабо благоустроены и въ этомъ отношеніи находятся, — нерѣдко несмотря на превосходство естественныхъ условій — далеко позади заграничныхъ. Отдѣльные курорты разсматриваются нами отдѣльно.

„Кузальницкій лиманъ“, см. „Одесса“.

## Л.

**Легкія.** Объ этомъ столь важномъ органѣ мы уже говорили въ первой главѣ I части сочиненія (стр. 27), которую и рекомендуемъ читательницамъ вновь внимательно прочесть. Въ то же время слѣдуетъ внимательно изучить раскрашенную таблицу № 1. Легкія принадлежатъ къ органамъ, которые находятся въ очень незавидномъ состояніи у значительной части современнаго культурнаго человѣчества. Рѣдко легкія имѣютъ возможность пользоваться свѣжимъ и чистымъ воздухомъ. Большей же частью имъ приходится питаться застоявшимся спертымъ воздухомъ, что не можетъ не отражаться на нихъ самымъ неблагоприятнымъ образомъ. Много разъ уже указывали мы и не устанемъ повторять, что возможно могучему развитію легкихъ слѣдуетъ придавать, съ точки зрѣнія сохраненія нашего здоровья, самое важное зна-

ченіе, и съ самаго ранняго дѣтства слѣдуетъ приучить дѣтей широко пользоваться своими органами дыханія.

**Легкихъ—болѣзни.** Ничего нѣтъ удивительнаго въ томъ, что легкія, которыя поставлены въ столь неблагопріятныя условія, такъ часто заболѣваютъ у современнаго культурнаго человѣка. Легкія утратили ту силу и устойчивость, которыми они отличаются у первобытныхъ людей, живущихъ на свободѣ и широкомъ просторѣ. Они стали слабыми и восприимчивыми. Вполнѣ естественно поэтому, что они такъ часто у насъ заболѣваютъ. Мы не имѣемъ возможности рассмотреть здѣсь *всѣ* болѣзни легкиихъ, а потому остановимся только на *главнѣйшихъ*, къ каковымъ мы причисляемъ: легочную апоплексію, воспаленіе легкиихъ, омертвѣніе, отекъ, слабость и расширеніе легкиихъ и, наконецъ, легочную чахотку. Въ указанномъ порядкѣ мы и рассмотримъ перечисленныя болѣзни.

**Легочный ударъ.—Апоплексія легкиихъ.** Названіе это произошло отъ того, что грозныя явленія при этой болѣзни, а иногда и трагическій исходъ, наступаютъ съ такой же быстротой и внезапностью, какъ это наблюдается при мозговомъ ударѣ, апоплексіи (см.). Иногда въ легкиихъ разрывается крупный сосудъ, и значительное количество крови изливается наружу изъ горла и носа. Въ другихъ случаяхъ болѣной ощущаетъ внезапную одышку, чувствуетъ головокруженіе и извергаетъ мокротой болѣе или менѣе значительное количество черной тягучей крови. Затѣмъ, въ теченіе нѣсколькихъ дней еще кровь продолжаетъ выдѣляться, причемъ она день-о-дня становится чернѣе. Апоплексія легкиихъ наблюдается болѣею частью при болѣзняхъ сердца, воспаленіи почекъ и заразныхъ болѣзняхъ.

Больного тотчасъ же слѣдуетъ уложить въ постель. На грудь—холодные компрессы или пузырь со льдомъ, обернутый въ салфетку. На сердце также холодный компрессъ. Горячую ножную ванну съ горчицей. Глотать кусочками ледъ. Только жидкую и *холодную* пищу. Полный покой и неподвижность въ теченіе нѣсколькихъ дней.

**Легкиихъ—воспаленіе.—Пнеймонія.** Различаютъ два вида воспаленія легкиихъ: катарральное и крупозное. Каждому изъ нихъ мы удѣлимъ нѣсколько словъ. **Катарральное воспаленіе легкиихъ** наблюдается преимущественно у *дѣтей*. Рѣдко развивается оно, какъ самостоятельная болѣзнь. Въ большинствѣ случаевъ оно является осложненіемъ другой болѣзни: кори, гриппа, бронхита, крупа и пр. Начинается оно не сразу, но постепенно, и въ теченіе нѣкотораго времени оно обыкновенно маскируется, заслоняется основнымъ страданіемъ. Темпера-

тура повышается, иногда довольно значительно. У ребенка появляется сильная одышка и тяжелый кашель. Воспаление захватывает обыкновенно оба легкия. Длится обыкновенно недѣлями.

Покой; постоянно свѣжій и равномерной температуры воздухъ; согрѣвающей компрессъ на всю грудь; возможно теплые напитки; молоко съ сельтерской водой, чай, небольшими количествами вино (въ случаѣ слабости); легкая дѣта. Слѣдить за правильностью стула. При значительномъ повышеніи температуры—прохладныя, или, если ребенокъ ихъ плохо переноситъ, тепловатыя ванны.

— **Крупозное воспаление легкиихъ** наблюдается, преимущественно, у взрослыхъ. Въ то время, какъ катарральное воспаление почти всегда бываетъ обоюдостороннимъ, крупозное воспаление бываетъ *одностороннимъ*. Катарральное воспаление появляется, какъ осложненіе другой болѣзни; крупозное— всегда представляетъ собой самостоятельное страданіе. Катарральное воспаление развивается постепенно, крупозное обрушивается сразу. Причиной крупознаго воспаления является особенный микробъ, такъ-наз., пнеймококкъ, изображеніе котораго мы здѣсь и прилагаемъ на рис. 260.



Рис. 260.  
Пнеймококкъ.  
(По Дъелафу)

Любопытнѣе всего что микробъ этотъ, какъ доказали самыя обстоятельныя изслѣдованія, *постоянно* находится у насъ во рту въ здоровомъ состояніи. Тѣмъ не менѣе, большинство изъ насъ проживаетъ весь свой вѣкъ, не имѣвъ никогда воспаления легкиихъ. Вслѣдствіе какихъ-то неизвѣстныхъ еще намъ причинъ, микробъ этотъ становится особенно ядовитымъ и вызываетъ тогда означенную болѣзнь.

Укажемъ здѣсь на главнѣйшіе *признаки*, по которымъ можно узнать воспаление легкиихъ. Въ подавляющемъ большинствѣ случаевъ болѣзнь начинается сразу острымъ колотьемъ въ какомъ-либо боку. Въ то же время появляется и кашель, который еще значительно усиливаетъ страданія пациента. Температура сразу подымается очень высоко, часто до 40°, что видно и изъ температурной кривой, приводимой нами на рис. 261.

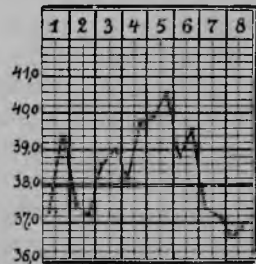


Рис. 261. Температурная кривая при воспаленіи легкиихъ.

Въ то же время появляется сильнѣйшая одышка. Лицо у больного пылаетъ, глаза лихорадочно блестятъ, нерѣдко

наблюдается бредъ. Со второго дня появляется ржавая мокрота, которая имѣетъ большое значеніе для правильнаго распознаванія болѣзни. Перечисленные симптомы въ теченіе ближайшихъ дней не только не облегчаются, но съ каждымъ днемъ усиливаются, пока, обыкновенно на 7-й день, не наступитъ *кризисъ*. Кризисъ иногда приходится, впрочемъ, и на 5-й, а также и на 10-й день.

При наступленіи кризиса (перелома) въ теченіи болѣзни картина рѣзко мѣняется. Температура сразу падаетъ на нѣсколько градусовъ и затѣмъ быстро приходитъ къ нормѣ. Послѣ того выздоровленіе больного идетъ быстрыми шагами.

Особенно опаснымъ представляется воспаленіе легкихъ у *стариковъ*.

*Что дѣлать* при воспаленіи легкихъ? Придать больному полусидячее положеніе: этимъ облегчается одышка. Какъ можно больше свѣжаго воздуха. Никакихъ занавѣсей у кровати, такъ чтобы доступъ воздуху былъ какъ можно болѣе свободенъ. Больному слѣдуетъ одѣть фланелевую фуфайку. Животъ и нижняя часть тѣла должны быть укрыты потеплѣе; что же касается до груди, то ее особенно стѣснять покрывалами не слѣдуетъ, дабы облегчить дыханіе больному. Больному непремѣнно слѣдуетъ дать сосудъ, въ который онъ отхаркивалъ бы мокроту. Мокрота при воспаленіи легкихъ отличается особенной заразительностью, и при несоблюденіи достаточныхъ мѣръ предосторожности болѣзнь легко передается.

*Легкая діета*. При симптомахъ слабости—вино или коньякъ небольшими количествами за разъ. Главное питаніе—молоко. Пить какъ можно больше: такимъ путемъ удаляются ядовитые продукты изъ организма. На водолеченіе должно быть обращено самое серьезное вниманіе. Въ большинствѣ случаевъ приходится прибѣгать къ *холоднымъ* компрессамъ, обертываніямъ и ваннамъ.

**Легкихъ—гангрена.**—**Омертвѣніе легкихъ** представляетъ собой страданіе столь же тяжелое для больного, сколь тягостное для окружающихъ. Не только мокрота, но и самое дыханіе больного приобретаетъ при этой болѣзни невыносимо противный и отвратительный запахъ. Помогаютъ нѣсколько вдыханія скипидарныхъ паровъ: наливаютъ скипидаръ въ сосудъ съ кипяткомъ, который помѣщаютъ подлѣ больного. Впрочемъ, необходима помощь врача.

**Легкихъ—отекъ.** Отекъ легкихъ рѣдко является самостоятельнымъ страданіемъ. Въ большинствѣ случаевъ оно осложняетъ другое страданіе, главнымъ образомъ, сердечное. Появляется преимущественно у пожилыхъ людей при долго

длящихся болѣзняхъ. Выражается, главнымъ образомъ, тяжелой одышкой, общей слабостью и синюхой. Симптомъ довольно опасный. Всѣми силами стараются поддержать дѣятельность сердца. Больного подкрѣпляютъ небольшими дозами вина, коньяку или кофе.

**Легкихъ—слабость.** Слабость легкихъ не представляетъ какой-либо опредѣленной болѣзни. Тѣмъ не менѣе, она предрасполагаетъ ко множеству легочныхъ заболѣваній, а потому на устраненіе ея должно быть обращено самое серьезное вниманіе. Особенно распространены слабыя легкія въ нашъ вѣкъ, когда комнатныя занятія заняли столь видное мѣсто въ нашей жизни и физическій трудъ на вольномъ воздухѣ составляетъ удѣлъ лишь очень немногихъ. Внѣшнимъ образомъ слабость легкихъ проявляется въ слабомъ поверхностномъ дыханіи. Всего чаще слабыя легкія наблюдаются у женщинъ и дѣтей. Какія мѣры слѣдуетъ принимать для устраненія слабости легкихъ, указывалось нами уже неоднократно.

— **Расширеніе легкихъ.—Эмфизема.** Расширеніе легкихъ появляется вслѣдствіе того, что легочные пузырьки утратили способность спадаться послѣ выдыханія. Легкія широко наполнены воздухомъ, но обмѣнъ воздуха въ высшей степени затрудненъ. Стѣнки между отдѣльными легочными пузырьками разрываются и образуютъ болѣе широкія отверстія, въ которыхъ процессъ дыханія не совершается. Внѣшнимъ образомъ эмфизема проявляется въ широкой бочкообразной груди и одышкѣ. Эмфизема влечетъ за собой неизбѣжно и расширеніе сердца, которое стремится усиленной дѣятельностью возмѣстить недостаточность легочной ткани, и такимъ путемъ улучшить обмѣнъ воздуха. Дальнѣйшимъ послѣдствіемъ является синюха, головокруженія, приступы сердечной жабы и проч.

Помимо различныхъ лекарствъ **помочь** при расширеніи легкихъ можно разумной дыхательной гимнастикой, холодными душами и пр. Тщательно слѣдуетъ избѣгать пищи, развивающей газы, такъ какъ вздутіе живота существенно ухудшаетъ состояніе больного.

**Легкихъ—бугорчатка.—Чахотка.** Чахотка представляетъ собой истинный бичъ современнаго человѣчества. Она похищаетъ у человѣчества гораздо больше жертвъ, чѣмъ самыя кровопролитныя войны, чѣмъ самыя опустошительныя эпидеміи и чѣмъ самыя ужасныя моровыя болѣзни. Смертность отъ нея въ Европѣ доходитъ, не считая Россіи, до 1 милліона въ годъ. Что касается Россіи, то у насъ на этотъ счетъ не существуетъ достовѣрныхъ статистическихъ дан-

ныхъ. Тѣмъ не менѣе, мы едва ли ошибемся, если предположимъ, что смертность отъ нея доходитъ въ Россіи до 400.000 человѣкъ въ годъ. Что же касается до числа больныхъ чахоткой въ Россіи, то оно едва ли меньше 2—2<sup>1</sup>/<sub>2</sub> миллионъ. Изъ сказаннаго видно, что трудно обрисовать, какое ужасное распространеніе приняла въ наше время чахотка. По вычислениямъ одного изъ лучшихъ знатоковъ вопроса о чахоткѣ, проф. Лайдена, можно принять, что ею страдаетъ, въ среднемъ, одинъ на каждые 50 человѣкъ. Иначе говоря, на каждыхъ 100 человѣкъ приходится, въ среднемъ, двое чахоточныхъ.

Необычайное распространеніе чахотки въ наше время объясняется условіями современной жизни. На первомъ планѣ слѣдуетъ поставить скученность населенія и недостатокъ свѣжаго чистаго воздуха. Вспомогательными обстоятельствами являются сидячій образъ жизни, недостатокъ физическаго труда, переутомленіе, сильное развитіе промышленности; занятія въ помѣщеніяхъ, переполненныхъ пылью, распространеніе бугорчатки среди рогатаго скота и пр. \*).

Отсылая читательницъ и читателей, болѣе глубоко интересующихся бугорчаткой, къ нашему сочиненію „Современная чума“ — чахотка“ \*\*), мы здѣсь остановимся только на главнѣйшихъ практическихъ сторонахъ этого вопроса.

*Какимъ образомъ передается чахотка?* Распространяется она нѣсколькими путями. Маленькія дѣти заражаются ею при посредствѣ *молока*. Происходитъ это въ томъ случаѣ, когда коровы страдаютъ *жемчужной болѣзью* (бугорчаткой вымени), при которой бациллы бугорчатки переходятъ въ молоко. Жемчужная болѣзнь довольно сильно распространена среди рогатаго скота; въ нѣкоторыхъ стадахъ <sup>1</sup>/<sub>5</sub> всѣхъ животныхъ оказывалась зараженной бугорчаткой. Заражаются маленькія дѣти также, ползая по полу, на который чахоточные отхаркиваютъ мокроту. Загрязняя мокротой руки, дѣти потомъ вмѣстѣ съ пищей заносятъ въ пищеварительный каналъ и коховскія палочки (микробовъ чахотки). Заражаются иногда и посредствомъ *мяса* бугорчатыхъ животныхъ. Наиболѣе распространеннымъ путемъ зараженія слѣдуетъ, однако, считать чахоточную *мокроту*, въ которой коховскія палочки кишатъ иногда мириадами. Такимъ путемъ заражается около <sup>9</sup>/<sub>10</sub> всѣхъ чахоточныхъ больныхъ.

Во влажномъ состояніи чахоточная мокрота не опасна, но въ *высушенномъ* состояніи она очень легко переходитъ въ

\*) См. мое предисловіе къ переводу соч. Шюке «Гигіена чахоточныхъ».

Ред.

\*\*) «Общераспространенныя болѣзни». — Сер. I. Вып. 1.

воздухъ, вмѣстѣ съ которымъ попадаетъ и въ легкія. *Предрасполагающими* къ заболѣванію условіями слѣдуетъ считать нѣкоторыя болѣзни, нарушающія цѣлость слизистой оболочки; между тѣмъ здоровая слизистая представляетъ собою преграду къ проникновенію коховскихъ палочекъ. Какъ только преграда эта разрушена, что наблюдается при нѣкоторыхъ легочныхъ болѣзняхъ (бронхитѣ и пр.), а также нѣкоторыхъ заразныхъ, преимущественно, кори и гриппѣ, какъ палочки эти получаютъ возможность утвердиться въ легкихъ и развиться тамъ.

Всего чаще чахотка передается *по наследству*. Передается она или въ видѣ чахотки же, или же въ видѣ золотухи, которая разсматривается въ настоящее время какъ ослабленная чахотка. Отсюда слѣдуетъ, что на дѣтей, родившихся отъ чахоточныхъ родителей, должно быть обращено особенное вниманіе, въ смыслѣ предохраненія ихъ отъ чахотки, такъ какъ они оказываются къ ней чрезвычайно предрасположенными.

Ближайшей причиной чахотки является *коховская палочка*, изображеніе которой нами и представлено на рис. 154 (с. 379), къ которой мы и отсылаемъ читательницъ. Палочка эта была открыта извѣстнымъ нѣмецкимъ бактериологомъ Р. Кохомъ въ 1882 г. Впрочемъ, заразительность чахотки была извѣстна съ очень давнихъ поръ, и еще въ средніе вѣка въ нѣкоторыхъ итальянскихъ провинціяхъ существовало обязательное постановленіе, въ силу котораго квартиры умершихъ отъ чахотки подвергались обеззараживанію—провѣтриваніемъ и окуриваніемъ; платье же и бѣлье покойниковъ подвергалось сожженію.

Коховская палочка очень быстро погибаетъ отъ непосредственнаго дѣйствія солнечныхъ лучей. Разсѣянный солнечный свѣтъ также убиваетъ ее, хотя и гораздо медленнѣе. Темныя сырыя квартиры со спертымъ воздухомъ могуче способствуютъ, наоборотъ, ея развитію. Она не особенно плодотворна, но отличается значительной устойчивостью и при неблагоприятныхъ условіяхъ развитіе ея приостанавливается, но не прекращается. Вредоносность ея пробуждается затѣмъ съ новой силой, когда условія ея существованія измѣняются къ лучшему. Самая болѣзнь состоитъ въ томъ, что сначала въ органѣ, пораженномъ бугорчаткой (каковымъ всего чаще бываетъ легкое), появляются *бугорки*. Мало-по-малу бугорки эти увеличиваются въ размѣрахъ. Затѣмъ въ центрѣ бугорка начинается размягченіе—распадъ ткани. Такимъ путемъ въ центрѣ бугорка образуется небольшая полость, которая носитъ названіе каверны—*пещеры*.



Пещеры эти мало-по-малу увеличиваются въ размѣрѣ, и черезъ нѣкоторое время значительная часть легочной ткани исчезаетъ, будучи замѣщена пещерами. Умираетъ больной отчасти отъ того, что ему нечѣмъ дышать, такъ какъ оставшееся въ его распоряженіи количество легочной ткани оказывается недостаточнымъ для необходимаго обмѣна воздуха. Въ другихъ случаяхъ, при „галопирующей“ чахоткѣ, напр., пещеры еще не успѣли образоваться; больной же умираетъ, отравленный, всего вѣроятнѣе, ядовитыми продуктами, выдѣляемыми коховской палочкой. Мы, конечно, не имѣемъ въ виду другихъ причинъ смерти, отъ разныхъ осложненій, которыми такъ богата чахотка и въ числѣ которыхъ мы на первомъ планѣ должны поставить **кровохарканья** (см.).

*Тѣмъ раньше* начать *лечить* чахотку, и тѣмъ больше шансовъ имѣемъ мы на ея излеченіе. Но для того, чтобы начать лечить болѣзнь въ тотъ періодъ, когда она не успѣла еще пустить глубокихъ корней въ организмъ, ее необходимо *какъ можно раньше распознать*. Современная медицина обладаетъ множествомъ средствъ для того, чтобы распознать чахотку въ очень раннемъ періодѣ, начиная съ изслѣдованія мокроты и кончая впрыскиваніями туберкулина. Въ ближайшихъ строкахъ мы укажемъ тѣ *признаки*, которые должны обратить на себя вниманіе какъ самого больного, такъ и окружающихъ, и побудить ихъ обратиться за выясненіемъ сомнѣній къ врачу.

Укажемъ прежде всего на то, что всего легче заражаются чахоткой въ *юношескомъ возрастѣ*, въ которомъ къ этой болѣзни обнаруживается особенная воспримчивость. *Признаками*, которые должны въ отношеніи зараженія чахоткой показаться особенно *подозрительными*, слѣдуетъ считать предрасположеніе къ простудамъ, появленіе кашля и мокроты, особенно же неопредѣленную боль въ какой-либо легочной верхушкѣ, колотье въ боку. Въ другихъ случаяхъ появляется ощущеніе безпричинной усталости и утомленія. Если къ тому же появляется еще и *повышеніе температуры* къ вечеру (часамъ къ 5-ти), которое внѣшнимъ образомъ проявляется въ возбужденіи, болтливости и такъ-называемомъ подозрительномъ румянцѣ на лицѣ, то подозрѣнія должны считаться очень основательными. То же можно сказать и про *кровохарканья*, которыя, впрочемъ, и безъ того внушаютъ слишкомъ много страху больнымъ, какъ мы на это указывали уже въ поименованной статьѣ. Повторяемъ, при появленіи малѣйшихъ подозрѣній, не слѣдуетъ медлить, и тотчасъ должно обратиться за выясненіемъ сомнѣній къ врачу: „одна

пропущенная въ началѣ болѣзни недѣля не вознаграждается впоследствии и мѣсяцами леченія“ \*).

**Какъ предохранить** себя отъ заболѣванія чахоткой?—Избѣгать непосредственныхъ сношеній съ чахоточными, особенно въ томъ случаѣ, если онъ недостаточно опрятенъ. При соблюденіи же надлежащихъ предосторожностей со стороны больного мы не подвергаемся никакой опасности въ томъ случаѣ, конечно, если, помимо того, и сами соблюдаемъ необходимыя предосторожности. Отъ зараженія чахоткой легче предохранить себя, въ сущности, чѣмъ отъ какой-либо иной заразной болѣзни.



Рис. 262. Простыя модели плевательницъ.

Слѣдуетъ только знать, *въ чемъ* именно заключается *опасность*. Избѣгать же опасности мы можемъ очень легко. По отношенію къ дѣтямъ—слѣдуетъ особенное вниманіе обратить на *молоко*. Если коровы сколько-нибудь подозрительны, слѣдуетъ давать молоко только кипяченымъ. Еще лучше выяснить дѣлю при помощи впрыскиванія коровамъ туберкулина, отъ котораго температура у больныхъ коровъ повышается. Мясо также слѣдуетъ употреблять въ пищу только хорошо провареннымъ. Главное же вниманіе мы должны обратить на *мокруту*, такъ какъ она представляетъ собой главный источникъ зараженія. Ни одинъ больной чахоткой ни на минуту не долженъ оставаться безъ *плевательницы*—ни дома, ни на улицѣ, ни у себя, ни въ гостяхъ, ни днемъ, ни ночью. Плевательницъ существуетъ множество различныхъ образцовъ. На ближайшихъ рисункахъ нами изображены различные типы плевательницъ, начиная съ самыхъ простыхъ и кончая наиболѣе усовершенствованными образцами модели Детвайлера. Послѣднія должны считаться наиболѣе удобными по слѣдующимъ причинамъ:



Рис. 263. Карманныя плевательницы системы Детвайлера.

\* ) См. «Современная «чума»—чахотка».

онѣ не занимаютъ большого объема и ихъ можно легко носить въ карманѣ. Онѣ герметически закрываются и не даютъ мокротѣ возможности выливаться наружу. Онѣ легко чистятся и кипятятся: для этого слѣдуетъ только отвинтить ихъ дно. Онѣ легко открываются одной рукой. Въ плевательницы, особенно постельныя, слѣдуетъ наливать небольшое количество обеззараживающаго раствора (на литръ воды одинъ граммъ сулемы и 20 граммъ поваренной соли). Растворъ этотъ сильно ядовитъ и его предпочтительнѣе окрашивать. Мы всегда окрашиваемъ эти растворы въ *красный* цвѣтъ (спиртнымъ растворомъ эозина).

Разъ въ день мокроту слѣдуетъ выливать (въ помойную яму или, въ крайнемъ случаѣ, въ клозетъ). Плевательницу же разъ въ день слѣдуетъ кипятить. Для этого въ нее наливаютъ воды, къ которой прибавляютъ немного соды. Плевательницу можно ставить также въ сосудъ съ водой, который кипятятъ. Кипятить плевательницу слѣдуетъ въ теченіе, по меньшей мѣрѣ, 10 минутъ.

*Бѣлья* больныхъ не слѣдуетъ складывать вмѣстѣ съ прочимъ, но его предварительно слѣдуетъ кипятить (прибавивъ немного соли) въ теченіе часа *отдѣльно*. Послѣ этого его можно стирать съ общимъ бѣльемъ.

Больной долженъ соблюдать величайшую осторожность въ обращеніи съ мокротой, которая столь же опасна для него (при глотаніи, напр.), какъ и для окружающихъ. Поэтому онъ долженъ отхаркивать только въ плевательницу. Онъ долженъ избѣгать не только поцѣлуетъ (очень часто мокрота съ бугорчатыми бактеріями засыхаетъ на бородѣ и усахъ), но и рукопожатій, если онъ не увѣренъ абсолютно въ чистотѣ своихъ рукъ. Передъ тѣмъ, какъ садиться къ столу, онъ непременно долженъ самымъ тщательнымъ образомъ мыть руки. Само собой разумѣется, что предпочтительнѣе, чтобы больной имѣлъ *свой* отдѣльный приборъ.

Переходимъ къ *леченію* чахотки. Не имѣя возможности удѣлять здѣсь этому вопросу то вниманіе, котораго онъ, по справедливости, заслуживаетъ, мы и въ отношеніи леченія вынуждены бытъ очень кратки. На лекарства не слѣдуетъ возлагать особенныхъ надеждъ. Гораздо важнѣе дать *самому организму* возможность успѣшно бороться съ зарозой. Для этого мы должны стремиться всевозможными мѣрами укрѣпить организмъ. На климатъ также не слѣдуетъ возлагать чрезвычайныхъ надеждъ. Доказано, что отъ чахотки выздоравливаютъ *повсюду*, лишь бы соблюдались основныя правила цѣлесообразнаго леченія. Леченіе сводится въ настоящее время, преимущественно, къ *шпено-діетическимъ* мѣро-

пріятіямъ. Въ основѣ гигиено-діетическаго метода леченія чахотки лежатъ слѣдующія три начала: свѣжій воздухъ, покой и усиленное питаніе.

Больные постоянно—во всякое время года и во всякое время дня и ночи—должны пользоваться *свѣжимъ воздухомъ*. Для этого они цѣлые дни проводятъ на верандахъ, составляющихъ необходимую принадлежность каждой санаторіи для чахоточныхъ. Спать же ночью ихъ мало-по-малу приучаютъ при *открытыхъ* окнахъ. Дѣло доходитъ до того, что въ санаторіяхъ больные положительно не могутъ спать, если только воздухъ недостаточно энергично обмѣнивается.

*Покой* сводится къ тому, что слабые больные проводятъ, какъ сказано, цѣлые дни на верандѣ въ бездѣйствіи. Не только переутомленіе, но и простое утомленіе очень неблагоприятно отражается на малокровныхъ больныхъ вообще, на чахоточныхъ же въ особенности. Больнымъ необходимо напречъ всѣ силы на борьбу съ болѣзью. Поэтому они не только должны отстранить себя отъ какихъ бы то ни было обязательныхъ занятій—безразлично физическихъ или умственныхъ,—но даже прогулки должны ими быть предпринимаемы не иначе, какъ съ разрѣшенія врача.

Третьимъ элементомъ леченія чахотки является *усиленное питаніе*. Больному слѣдуетъ, въ общемъ, поглощать пищи *вдвое* больше по сравненію съ здоровымъ. Особенное вниманіе слѣдуетъ обратить на жировыя вещества, какъ то: масло, сардины, икру, и пр. Рыбій жиръ долженъ ими поглощаться въ огромныхъ количествахъ. То же относится и къ **кефиру** (см.) или просто молоку. Много должны они ѣсть также и яицъ и вообще питательныхъ веществъ. Разумное и систематическое леченіе легочной чахотки возможно почти исключительно въ **санаторіяхъ** (см.), а потому каждый больной долженъ приложить всѣ старанія къ тому, чтобы провести въ санаторіи хотя бы мѣсяца три, въ теченіе какового срока легочный больной можетъ не только очень основательно поправиться, но также—и это не менѣе важно—научиться, *какъ* ему слѣдуетъ *жить*, чтобы окончательно исцѣлиться. Такимъ образомъ санаторіи являются истинными „школами“ для чахоточныхъ.

Въ заключеніе, еще разъ указываемъ на то, что чахотка представляетъ собой страшную болѣзнь и, можно сказать, что тотъ, кто не принимаетъ по отношенію къ ней достаточныхъ мѣръ предосторожности, является преступникомъ по отношенію къ себѣ и своей семьѣ.

**Легочной плевы—воспаленіе.—Плевритъ.** Легочная плева окутываетъ какъ наружную поверхность легкихъ, такъ и

внутреннюю поверхность грудной кѣтки. Вотъ эта-то плева и воспаляется при плевритѣ. Начинается плевритъ обыкновенно внезапно, съ сильнаго колотья въ какомъ-либо боку. Колотье это сопровождается очень болѣзненнымъ кашлемъ и значительнымъ повышеніемъ температуры. Мокрѣты не бываетъ. Появляется одышка, которая постепенно усиливается. Воспаленіе легочной плевы можетъ быть и сухимъ. Въ подавляющемъ большинствѣ случаевъ, однако, оно сопровождается болѣе или менѣе обильнымъ *выпотомъ*. Выпотъ этотъ обыкновенно бываетъ сывороточнымъ. Иногда онъ бываетъ гнойнымъ, а также и кровянистымъ. Сывороточный выпотъ наименѣе опасенъ. Чаще всего онъ самъ собой черезъ нѣкоторое время и всасывается. Иногда выпотъ бываетъ до того значителенъ, что заполняетъ почти всю грудную полость съ соотвѣтствующей стороны и оттѣсняетъ легкое кверху. Само собой разумѣется, что легкое при такихъ условіяхъ лишено возможности выполнять свое назначеніе—служить для дыханія, такъ какъ оно не можетъ сокращаться и расширяться.

Когда выпотъ бываетъ очень обилень и плевритъ къ тому же—лѣвосторонній, то жидкость оттѣсняетъ не только кверху легкое, но и вправо сердце, дѣятельность котораго можетъ вслѣдствіе этого серьезно нарушиться. Когда выпотъ принимаетъ при такихъ условіяхъ угрожающіе размѣры, не всегда бываетъ возможно спокойно ждать, пока выпотъ самъ собой всосется. Тогда приходится прибѣгнуть къ выкачиванію выпота при посредствѣ особаго инструмента, изобрѣтеннаго проф. Потаномъ. Этимъ же аппаратомъ можно выкачивать жидкость также и изъ полости живота. Плевритъ самъ по себѣ представляетъ серьезную болѣзнь. Опасенъ онъ также и въ томъ смыслѣ, что въ высокой степени благопріятствуетъ зараженію чахоткой.

При *гнойномъ плевритѣ* приходится прибѣгнуть и къ болѣе серьезной операціи, которая состоитъ въ изсѣченіи двухъ или нѣсколькихъ реберъ и искусственномъ удаленіи гноя.

== **Леченіе** плеврита сводится къ полному покою, чистому воздуху и легкой и вмѣстѣ съ тѣмъ укрѣпляющей діетѣ. Въ прежнія времена часто прибѣгали къ горчичникамъ и мушкамъ, которые въ настоящее время употребляются гораздо рѣже, такъ какъ они далеко не всегда оправдываютъ возлагаемыя на нихъ надежды. При высокой температурѣ прибѣгаютъ къ холоднымъ обертываніямъ и къ отвлекающимъ холоднымъ компрессамъ на икры. При паденіи температуры можно прибѣгнуть, если только состояніе сердца тому не сопротивляется, къ паровымъ ваннамъ, чтобы способство-

вать скорѣйшему всасыванію выпота. Выздоровливающимъ отъ плеврита, особенно лицамъ молодого возраста, рекомендуется проводить нѣкоторое время на лонѣ природы, съ цѣлью окончательнаго укрѣпленія своего здоровья.

**Ледь** имѣеть огромное значеніе не только въ медицинскихъ цѣляхъ, но и въ смыслѣ сохраненія нашего здоровья. Такъ, ледь примѣняется для того, чтобы въ лѣтнее время сохранять продукты свѣжими. Въ настоящее время, благодаря искусственному производству льда, является возможнымъ доставлять въ свѣжемъ видѣ мясо въ Европу даже изъ-за океана, преимущественно изъ Аргентины. Точно также молочные продукты доставляются у насъ въ особенныхъ вагонахъ-ледникахъ изъ далекой провинціи въ столицу.

Не менѣе важное значеніе имѣеть ледь и въ медицинѣ, гдѣ онъ примѣняется, какъ внутреннее и какъ наружное средство. Какъ *внутреннее* ледь употребляется небольшими кусочками, при тошнотѣ, рвотѣ, кровотеченіяхъ и кровохарканьяхъ. Въ такомъ случаѣ предпочтительнѣе употреблять ледь искусственный, приготовленный изъ перегнанной воды. Въ противномъ случаѣ льдомъ могутъ передаваться разныя заразныя болѣзни, какъ то: дифтеритъ, скарлатина, чахотка и пр. Вообще на происхожденіе льда, предназначеннаго для внутренняго употребленія, слѣдуетъ обратить самое серьезное вниманіе.

Какъ *наружное*, ледь употребляется при высокой лихорадкѣ и сильныхъ воспаленіяхъ. Въ такомъ случаѣ ледь имѣеть двойное назначеніе: съ одной стороны, онъ уменьшаетъ боль и успокаиваетъ больного; съ другой, онъ приостанавливаетъ въ нѣкоторыхъ случаяхъ дальнѣйшее развитіе воспаления и понижаетъ температуру. Ледь помѣщается расколотымъ на мелкіе куски въ резиновый пузырь. Слѣдуетъ слѣдить за тѣмъ, чтобы пузырь плотно закрывался и не протекалъ. Въ противномъ случаѣ не трудно простудить больного. Во всякомъ случаѣ мы такимъ образомъ избавляемъ больного отъ неприятнаго ощущенія. Помимо того, должно слѣдить также за тѣмъ, чтобы, по мѣрѣ таянія льда, вода изъ пузыря выливалась вонъ: этимъ уменьшается тяжесть давленія его. Вообще не слѣдуетъ набивать въ пузырь сразу много льда. Не слѣдуетъ забывать, что пузырь со льдомъ долженъ *холодить*, но никакъ не давить.

**Лекарства** представляютъ собой предметъ, о которомъ врачу приходится говорить или слишкомъ много, или слишкомъ мало. Мы вынуждены придерживаться послѣдняго. *Что такое лекарства, прежде всего?*—Вещества, заимствованныя изъ минеральнаго, растительнаго или животнаго міра, которыя

производить на организм благоприятное дѣйствіе при тѣхъ или иныхъ болѣзняхъ. Очень многія лекарства перешли къ современной медицинѣ по наслѣдству отъ нашихъ отдаленныхъ предковъ, которые изучили ихъ дѣйствіе совершенно эмпирическимъ и случайнымъ путемъ. Многія лекарства, изъ числа коихъ нѣкоторыя очень цѣнныя (упомянемъ только о хлороформѣ, антипиринѣ, фенацетинѣ и пр.), изобрѣтены современной наукой и воспроизводятся искусственнымъ путемъ.

Укажемъ на тотъ путь, посредствомъ котораго какое-либо новое лекарство получаетъ право гражданства въ медицинѣ. Если по теоретическимъ соображеніямъ намъ кажется, что какое-либо вещество способно производить опредѣленное дѣйствіе на одну изъ органическихъ функций, то мы прежде всего испытываемъ дѣйствіе его на подходящихъ животныхъ, причемъ тщательно отмѣчается производимое имъ дѣйствіе на каждое изъ отправленій животнаго организма въ отдѣльности. Затѣмъ устанавливается доза, которая дѣйствуетъ на животное, причемъ принимается во вниманіе его вѣсъ и другія особенности. Затѣмъ только переходятъ къ опытамъ на людяхъ, причемъ первоначально берутся дозы, которыя въ нѣсколько десятковъ разъ меньше той дозы, которую можно было бы, по видимому, дать по аналогіи съ данными, полученными на животныхъ. Въ случаѣ надобности, дозы эти увеличиваются, но съ чрезвычайной осторожностью. Дѣйствіе испытываемаго средства на каждую изъ органическихъ функций въ отдѣльности отмѣчается съ особенной тщательностью. По обнародованіи полученныхъ результатовъ и условій наблюденія опыты повторяются въ различныхъ больницахъ, клиникахъ и лабораторіяхъ.—Таковъ научный путь для того, чтобы ввести въ медицину какое-нибудь новое лекарство. При этомъ принимаются, разумѣется, всевозможныя предосторожности во избѣжаніе несчастныхъ случаевъ. Къ сожалѣнію, совершенно избѣгать таковыхъ представляется почти невозможнымъ, такъ какъ нѣкоторые организмы отличаются совершенно исключительной восприимчивостью къ тому или иному веществу (идіосинкразія), которой предвидѣть заранѣе невозможно.

Излишне указывать на то, какими дѣйствительными и драгоценными лекарствами обладаетъ въ настоящее время научная медицина. Достаточно будетъ упомянуть о ртути, хининѣ, морфінѣ, эфирѣ, наперстянкѣ, коффеинѣ, кокаинѣ, желѣзѣ, антидифтеритной сывороткѣ и пр., и пр.

Укажемъ, въ заключеніе, еще на слѣдующее обстоятельство, которое, къ сожалѣнію, не стало еще общимъ достояніемъ не только публики, но и врачебныхъ сферъ, а именно, что никакое лекарство ничего не способно само по себѣ творить:

оно способно только сообщить то или иное направлѣніе присущимъ организму силамъ. Разумно назначеннымъ лекарствомъ врачъ выводитъ, такъ сказать, на борьбу съ болѣзнью резервныя силы организма. Въ умѣннѣй распознать тѣ силы, которыя имѣются въ запасѣ въ организмѣ, воспользоваться здоровыми органами и присущими имъ отправленіями, чтобы направить ихъ, при помощи соотвѣтствующихъ методовъ леченія и разумно подобранныхъ лекарствъ, на борьбу съ болѣзнью и на помощь больному органу, и заключается въ значительной степени врачебное искусство врача.

**Лечебная гимнастика**, см. „Гимнастика—шведская“.

**Ленточная глиста**, см. „Солитеръ“.

**Лечение** представляетъ собой, несомнѣнно, самое древнее искусство, такъ какъ стремленіе помочь себѣ при болѣзни и облегчить свои страданія свойственно не только человѣку, но и животному. Несмотря на свою сѣдую древность, оно и въ настоящее время далеко не занимаетъ еще того положенія, которое было бы намъ желательно. Проистекаетъ это отъ многихъ причинъ, изъ которыхъ мы на первомъ планѣ должны поставить недостаточное знакомство наше съ процессами человѣческаго организма въ здоровомъ состояніи. На слѣдующемъ планѣ стоитъ недостаточное знакомство наше съ причинами и сущностью болѣзней. Часто наблюдается, однако, что болѣзнь изучена нами довольно обстоятельно, но намъ неизвѣстны пути для ея излеченія. Здѣсь мы возвращаемся къ нашей исходной точкѣ: если бы всѣ — даже и наиболѣе тонкія — условія жизнедѣятельности животнаго организма были намъ обстоятельно изучены, то весьма возможно, что мы нашли бы вѣрные пути для того, чтобы направить болѣзненные органическіе процессы по правильному пути. Къ сожалѣнію, мы еще очень далеки отъ достиженія этого идеала. И это станетъ вполне понятнымъ для насъ, если мы хотя бы на одну минуту задумаемся надъ безконечной сложностью жизненныхъ процессовъ, сложнѣе которыхъ наше воображеніе ничего себѣ и представить не можетъ. Тѣмъ не менѣе, медицина постепенно приближается къ достиженію своей цѣли, и каждый день, можно сказать, приноситъ намъ новыя завоеванія въ этомъ направленіи. Тотъ, кто сколько-нибудь знакомъ съ исторіей медицины, можетъ въ ея прошломъ черпать твердую увѣренность въ ея будущихъ успѣхахъ.

Еще разъ указываемъ на то, что истинно разумнымъ леченіемъ можно назвать только то, которое опирается на *естественныя силы организма* и которое старается въ каждомъ отдѣльномъ случаѣ скомбинировать наличныя силы организма



въ такомъ смыслѣ и направленіи, чтобы оказать наиболѣе дружный и сильный отпоръ болѣзни.

Поэтому основательное и глубокое знакомство съ органическими процессами должно всегда и во всѣхъ случаяхъ служить фундаментомъ леченія. Что же касается до всѣхъ пныхъ способовъ леченія,—а имя имъ легионъ—то научными ихъ ни въ коемъ случаѣ назвать нельзя. Тѣмъ не менѣе, медицина не обходитъ ихъ презрѣніемъ, такъ какъ неоднократно наблюдалось, что въ арсеналѣ, добытомъ чисто случайнымъ путемъ, оказывались иногда очень драгоценныя средства. Испытать и примѣнять ихъ долженъ, однако, только научно образованный врачъ. Въ противномъ случаѣ подобные способы леченія и лекарства приносятъ иногда непоправимый вредъ, на что мы и считаемъ своимъ долгомъ указать нашимъ читательницамъ. Все неизвѣстное и таинственное отличается особенной привлекательностью для насъ, но тамъ, гдѣ рѣчь идетъ о наиболѣе цѣнныхъ благахъ—здоровьѣ и жизни, поддаваться этой страсти было бы не только легкомыслиемъ, но часто и преступленіемъ.

**Либава**—курортъ въ Курляндской губ. Морскія купанья на берегу Балтійскаго моря. Имѣется также заведеніе для теплыхъ морскихъ ваннъ.

**Лимонъ** представляетъ собой небольшой южный плодъ, который доставляется намъ въ несовсѣмъ зрѣломъ видѣ. Лимонъ имѣетъ чрезвычайно широкое примѣненіе, какъ въ хозяйствѣ, такъ и въ качествѣ домашняго средства при разнаго рода заболѣваніяхъ. Кожица лимона, содержащая въ себѣ эфирное масло, примѣняется для приданія ароматическаго вкуса вареніямъ. Гораздо болѣе широкое употребленіе имѣетъ *лимонный сокъ*. Вслѣдствіе довольно значительнаго содержанія въ немъ кислоты, онъ способенъ замѣнять уксусъ. Онъ дѣйствуетъ вяжущимъ, возбуждающимъ, освѣжающимъ, растворяющимъ и обеззараживающимъ образомъ. Онъ широко примѣняется при скорбутѣ. Онъ освѣжаетъ и утоляетъ жажду при лихорадочныхъ болѣзняхъ, ускоряетъ пищевареніе при вялой дѣятельности желудка и кишокъ: имъ смазываютъ горло при дифтеритѣ; онъ въ нѣкоторыхъ случаяхъ устраняетъ кожныя пятна. При носовыхъ кровоточеніяхъ имъ въ разведенномъ состояніи спринцуютъ носъ и т. д., и т. д.



Рис. 264. Стекланный прессъ для лимоновъ.

Можно лимонный сокъ примѣнять вмѣсто соляной кислоты при недостаточномъ выдѣленіи желудочнаго сока.

На приведенномъ здѣсь рис. 264 изображенъ прессъ для

лимона, при помощи котораго нетрудно бываетъ добыть сокъ даже и изъ наиболѣе твердыхъ плодовъ. Для этого отрѣзываютъ кружокъ лимона и затѣмъ съ силой надавливаютъ его на выступъ прессы и затѣмъ, постепенно опуская кружокъ внизъ, его вертятъ вокругъ. Сокъ при этомъ по ребрамъ прессы стекаетъ внизъ и собирается въ нижнемъ углубленіи. Инструментъ стеклянный; его, слѣдовагельно, очень легко чистить и содержать въ чистотѣ.

**Лимфатическія железы.** О железахъ вообще мы уже говорили (см. „Железы“). Тамъ же мы касались лимфатическихъ железъ. Здѣсь намъ остается только повторить, что лимфатическія железы расположены по теченію лимфатическихъ сосудовъ, что онѣ въ большинствѣ случаевъ являются „барьеромъ“ для проникшихъ въ организмъ микробовъ, дальнѣйшему распространенію которыхъ онѣ оказываютъ сильное сопротивленіе. Такимъ образомъ онѣ принимаютъ видное участіе въ борьбѣ организма съ заразными болѣзнями. Одновременно онѣ служатъ и мѣстомъ образованія бѣлыхъ кровяныхъ шариковъ. Припуханіе лимфатическихъ железъ является указаніемъ не столько того, что сами лимфатическія железы болны, сколько того, что въ соответствующемъ участкѣ тѣла происходитъ какой-либо болѣзненный и притомъ заразный процессъ. Съ этой точки зрѣнія припуханію лимфатическихъ железъ должно быть придаваемо огромное значеніе. На прилагаемыхъ нами рисункахъ нами изображены лимфатическія железы различныхъ частей тѣла. См. также № 20, на которой изображены „Лимфатическіе сосуды лица и черепа“ (по Тилью).



Рис. 265. Лимфатическіе сосуды и лимфатическія железы.

1—нижней конечности, 2—верхней конечности, 3—кисти и 4—стопы.

**Липецкъ**—у. городъ Тамбовской г. Лежитъ по Грязе-Орловской ж. д. Умѣренный здоровый климатъ; очень живописная мѣстность. *Желѣзнощелочные источники.* №№ 7 и 8 служатъ для питья; № 6—для ваннъ. Примѣняются также ванны изъ желѣзнаго торфа, паровыя и электрическія, а

также различные вспомогательные методы лечения. Сезонъ съ 20 мая по 1 сентября. Липецкія воды показаны при тѣхъ же болѣзняхъ, что и **Желѣзноводскъ** (см.) Жизнь не дорога.

**Лихорадка.** Всѣмъ извѣстно болѣе или менѣе, что такое лихорадка. Иное дѣло — объясненіе ея происхожденія. Въ виду сложности этого вопроса, мы ограничимся только тѣмъ, что скажемъ, что лихорадка наблюдается при микробныхъ заболѣваніяхъ и что микробамъ должны быть непосредственно приписаны большинство явленій, которыми ознаменовывается лихорадка. Изъ этихъ явленій мы на первомъ планѣ должны поставить *повышеніе температуры*. Затѣмъ идетъ учащенная дѣятельность сердца, одышка, выдѣленіе темной сгущенной мочи и пр., и пр.

Что во многихъ отношеніяхъ имѣетъ особенное значеніе, такъ это то, что обмѣнъ веществъ бываетъ при лихорадкѣ сильно повышенъ. Сгораніе тканей идетъ при лихорадкѣ значительно быстрѣе, чѣмъ при нормальныхъ условіяхъ, и, такъ какъ пополненіе органическихъ тратъ замедляется, наоборотъ, то всякая сколько-нибудь продолжительная лихорадка непременно сопровождается исхуданіемъ больного. Повышеніе обмѣна веществъ при лихорадкѣ оказываетъ въ нѣкоторыхъ случаяхъ очень благотворное воздѣйствіе на организмъ, и наблюдаются случаи, когда очень упорныя хроническія заболѣванія, съ которыми мы очень долго боремся совершенно безплодно, неожиданно принимаютъ очень благоприятный оборотъ при появленіи жестокаго лихорадочнаго заболѣванія. Въ этомъ отношеніи и понимали въ прежнее время „очищающее“ дѣйствіе лихорадки.

Нельзя сказать, чтобы *возрастъ* не оказывалъ замѣтнаго дѣйствія на внѣшнее проявленіе лихорадки. Въ этомъ отношеніи можно отмѣтить двѣ крайности: съ одной стороны стоятъ *дѣти*, у которыхъ температура повышается очень быстро и при незначительныхъ заболѣваніяхъ. Съ другой стороны идутъ *старикки*, у которыхъ температура и при очень серьезныхъ болѣзняхъ повышается очень медленно. Данныя эти имѣютъ огромное практическое значеніе. Не слѣдуетъ особенно пугаться, если температура сразу поднялась у ребенка даже до 40°; очень возможно, что ребенокъ на другой же день будетъ бѣгать. У старика, наоборотъ, повышеніе температуры на *одинъ* только градусъ должно внушать намъ серьезные опасенія.

Въ настоящее время лихорадку охотно разсматриваютъ, какъ естественную реакцію организма въ борьбѣ съ заразными началами. Поэтому мы во многихъ случаяхъ считаемъ себя обязанными принимать мѣры противъ лихорадочныхъ

явленій только въ томъ случаѣ, когда они выходятъ за извѣстные предѣлы и начинаютъ непосредственно угрожать организму. Такъ, напр., замѣчено, что слишкомъ высокая температура неблагоприятно отражается на нѣкоторыхъ органахъ, въ которыхъ она вызываетъ перерожденіе (сердце, почки и пр.). До тѣхъ поръ, пока лихорадка не приняла столь угрожающаго характера, мы можемъ не принимать мѣръ къ пониженію температуры, причемъ должны внимательно слѣдить за развитіемъ болѣзни и стараться всѣми зависящими отъ насъ мѣрами поддержать организмъ въ его борьбѣ съ болѣзью. Отношеніе это очень образно называется французами „вооруженнымъ выжиданіемъ“ (*expectation armée*). Вотъ почему въ настоящее время гораздо рѣже, чѣмъ нѣсколько лѣтъ всего тому назадъ, прибѣгаемъ мы къ жаропонижающимъ, несмотря на то, что нѣкоторыя изъ ихъ числа обладаютъ въ этомъ отношеніи прямо чудодѣйственной силой (антипиринъ, фенацетинъ и пр.). Даже въ томъ случаѣ, когда температура подымается высоко, мы предпочитаемъ прибѣгать—въ качествѣ жаропонижающихъ—къ дѣйствию холодной воды (въ видѣ компрессовъ, обертываній, ваннъ и пр.), чѣмъ къ химическимъ средствамъ.

Всѣмъ извѣстно, что температура опредѣляется при помощи **термометровъ** (см.), которые народъ нашъ очень правильно называетъ градусниками. Термометръ ставится въ разныхъ мѣстахъ. У взрослыхъ его обыкновенно ставятъ *подъ мышкой* такимъ образомъ, чтобы онъ кончикомъ упирался въ глубину подмышечной впадины. У дѣтей мы предпочитаемъ вводить термометръ въ *задній проходъ*. Особенно это удобно у маленькихъ дѣтей и совершается въ высшей степени просто, очень рѣдко вызывая съ ихъ стороны сопротивленіе. Лучше передъ тѣмъ, какъ вводить термометръ, смазать кончикъ его какимъ-нибудь чистымъ масломъ. Ребенка предпочтительнѣе положить на бокъ. У взрослыхъ, особенно въ томъ случаѣ, когда термометръ служитъ только одному лицу и пригоденъ для повторныхъ измѣреній (при чихоткѣ, напр.), можно также измѣрять температуру *во рту*. Нормальная температура равна въ подмышечной впадинѣ 37°, въ прямой кишкѣ и во рту—38° Ц. Прежде, чѣмъ поставить термометръ, слѣдуетъ убѣдиться въ томъ, что онъ *сбитъ*, т. е., что онъ показываетъ температуру ниже 37°. слѣдуетъ убѣдиться также въ томъ, что колонка ртути не разбилась. Въ противномъ случаѣ показанія его не отличаются достовѣрностью. Если одинъ и тотъ же термометръ служить, напр., въ семьѣ разнымъ лицамъ, то его слѣдуетъ, особенно при заразныхъ болѣзняхъ, а также въ тѣхъ случаяхъ,

когда измѣренія дѣлаются въ прямой кишкѣ, обеззараживать. Проще всего погрузить его съ этой цѣлью на цѣлую ночь, напр., въ крѣпкій растворъ (5%—10%) карболовой кислоты. Прежде, чѣмъ вновь его ставить, слѣдуетъ его промыть въ теплой чистой водѣ, чтобы смыть слѣды карболки.

Температура между 37° и 38,5° называется легкой лихорадкой; между 38,5° и 40°—высокой; свыше 40° очень высокой. Наивысшая температура, какая только наблюдалась, равна 50° Ц. и наблюдалась неоднократно у одной дамы (послѣ перелома реберъ) английскимъ врачомъ Тиле. Дама эта все же выздоровѣла. Самая низкая температура, какая только наблюдалась, равна 22° Ц. (у одного новорожденнаго со склерозомъ). Въ настоящее время температура при лихорадочныхъ болѣзняхъ отмѣ-

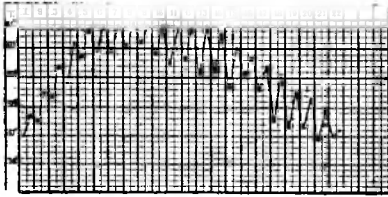


Рис. 266. Температурная кривая при брюшномъ тифѣ (по Вундерлиху).

чается съ особенной тщательностью и сама по себѣ даетъ намъ часто очень цѣнныя указанія относительно характера и направленія болѣзни, а также и состоянія больного, при нѣкоторыхъ болѣзняхъ. *Кривой температуры* называется фигура, указывающая намъ на ежедневное движеніе температуры больного, наносимой на особый листокъ. При одномъ взглядѣ на такой листокъ, намъ часто бываетъ возможно безошибочно заявить, что мы имѣемъ дѣло съ такой-то опредѣленной болѣзью. Такъ, никакой врачъ не поколеблется заявить, взглянувъ только на кривую, въ родѣ изображенной на рис. 266, что мы и имѣемъ дѣло съ брюшнымъ тифомъ, что кривая, из-

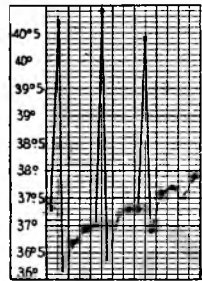


Рис. 267. Температурная кривая при 3-хъ-дневной перемежающейся лихорадкѣ. (По Айхгорсту.)

образная на рис. 268, указывающая на воспаление легкихъ и пр. Повторяемъ, температурныя кривыя имѣютъ при лихорадочныхъ болѣзняхъ столь огромное значеніе, что такая кривая должна была бы непремѣнно вестись во всякой семьѣ, при всякомъ лихорадочномъ заболѣваніи. Температуру слѣдуетъ измѣрять регулярно два раза въ день: утромъ—между 7 и 9; вечеромъ—между 5 и 7 часами, но всегда въ одно и то же время.

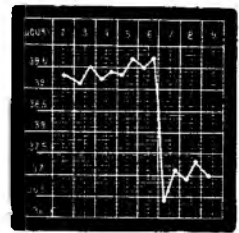


Рис. 268. Температурная кривая при воспаленіи легкихъ. (По Айхгорсту.)

Переходимъ къ **леченію** лихорадки. Мы уже высказались относительно того, когда именно слѣдуетъ приступить къ активному и энергичному вмѣшательству при лихорадочныхъ болѣзняхъ. Прежде всего слѣдуетъ указать на то, что во многихъ случаяхъ должно протечь нѣсколько дней, пока мы съ увѣренностью можемъ установить природу болѣзни. Пока сущность болѣзни не опредѣлилась, мы можемъ пользоваться только такъ-называемымъ „выжидательнымъ методомъ леченія“. Названіе это было бы ошибочно понимать въ томъ смыслѣ, что мы должны остаться пассивными зрителями и ничего не дѣлать для больного. На нашей обязанности—принять нѣкоторыя мѣры, которыя имѣютъ во всякомъ случаѣ благоприятное вліяніе на болѣзнь. Такъ, мы немедленно должны принять нѣкоторыя *материальныя* мѣры, которыя одинаково показаны при *всѣхъ* лихорадочныхъ болѣзняхъ. Мы должны позаботиться о доступѣ свѣжаго *воздуха*. Больного при сколько-нибудь значительномъ повышеніи слѣдуетъ уложить *въ постель*. Не слѣдуетъ руководиться утвержденіемъ нѣкоторыхъ больныхъ, что они не испытываютъ никакой надобности ложиться въ постель, что они преобладаютъ болѣзнь, что болѣзни не слѣдуетъ поддаваться и пр. Большею частью это говорится подъ вліяніемъ возбужденія. Если же послушать больного и оставить его на ногахъ, то черезъ нѣкоторое время можетъ появиться значительный упадокъ силъ. Вообще слѣдуетъ имѣть въ виду, что покой неспособенъ никого сдѣлать больнымъ: если болѣзнь не серьезна, то она въ постели еще быстрѣе пройдетъ; если же болѣзнь окажется серьезной, то слѣдуетъ беречь и экономить силы. Комнату, въ которой находится больной, всего лучше нѣсколько затемнить. Чѣмъ меньше больного будутъ тревожить, чѣмъ меньше онъ будетъ видѣть вокругъ себя постороннихъ лицъ, тѣмъ лучше.

На состояніе пищеваренія слѣдуетъ обратить самое строгое вниманіе. Если кишечникъ не свободенъ, то слѣдуетъ начать съ опорожненія его. Больного слѣдуетъ питать и притомъ самымъ аккуратнымъ образомъ, но соблюдая нѣкоторыя предосторожности: пищу давать только жидкую. На первомъ планѣ должно стоять молоко. Должно стремиться къ тому, чтобы больной выпивалъ въ день литра два, или хотя бы одинъ, молока. Конечно, должно внимательно слѣдить за тѣмъ, какъ молоко переносится, и, если оно переносится не совсѣмъ хорошо, то порцію его слѣдуетъ уменьшить. За одинъ присѣтъ больной долженъ выпивать немного: съ пол-стакана и никакъ не больше стакана. Если молоко въ чистомъ видѣ плохо переносится больнымъ, то можно прибавлять небольшое количество кофѣ или нѣсколько капель коньяку.

Другіе больные, которымъ противно принимать чистое молоко, охотно его принимаютъ, если прибавить къ нему известковой воды (столовую ложку на стаканъ).

Много разъ уже говорили мы и не устанемъ повторять, что больной долженъ *пить какъ можно больше*. Выборъ напитка слѣдуетъ предоставить на усмотрѣніе пациента. Пусть пьетъ воду, чай, лимонадъ, кофе съ молокомъ и пр., лишь бы пилъ. Помимо указанныхъ веществъ и молока, больному разрѣшаются овсянка, манный супъ, бульонъ, яйца въ сметку. Если больной слишкомъ слабъ, ему даютъ вина. Вино слѣдуетъ давать небольшими количествами за разъ, но почаще.

Если мы обезпечили больному возможно полный покой и чистый воздухъ; внимательно слѣдимъ за опорожненіемъ кишечника; заботимся о томъ, чтобы онъ почками выдѣлилъ какъ можно больше ядовитыхъ веществъ, въ изобилии фабрикуемыхъ бактеріями; если мы приняли мѣры къ тому, чтобы цѣлесообразнымъ питаніемъ поддержать силы больного; если мы ко всему тому при помощи разумнаго примѣненія свѣжей или холодной воды (въ видѣ обтираній, компрессовъ, обертываній и пр.) позаботились о томъ, чтобы освѣжать его и поддерживать въ немъ бодрость, а также понизить его температуру, то мы можемъ быть увѣрены въ томъ, что приняли всѣ зависящія отъ насъ мѣры къ тому, чтобы наиболѣе надежнымъ образомъ вооружить больного въ борьбѣ съ лихорадочнымъ заболѣваніемъ.

**Лихорадка — болотная. — Малярія.** Болотная лихорадка является истиннымъ бичомъ нѣкоторыхъ мѣстностей. Къ такимъ мѣстностямъ относятся у насъ въ Россіи значительная часть кавказскаго побережья, берега Днѣпра, Вислы, Бѣлороссія и пр. Болотная лихорадка появляется *приступами*, которые могутъ въ короткое время совершенно измучить и истощить больного. Начинается она съ озноба, за которымъ слѣдуетъ сильный жаръ, въ свою очередь смѣняющійся проливнымъ потомъ. Характеръ температурной кривой при маляріи ясно виденъ на рис. 267. Ближайшая причина лихорадки открыта только недавно французскимъ ученымъ Лавраномъ. Это—паразиты, которые гнѣздятся въ красныхъ шарикахъ, изъ которыхъ они, можно сказать, высасываютъ соки, такъ какъ красный шарикъ мало-по-малу совершенно обезцвѣчивается.

Нѣсколько лѣтъ тому назадъ былъ открытъ и ближайшій способъ, посредствомъ котораго происходитъ *зараженіе маляріей*. Переносчиками заразы оказались *комары*. Пососавъ крови изъ малярійнаго больного и укусивъ затѣмъ здороваго человека, они передаютъ ему и паразитовъ, которые черезъ нѣкоторое время вызываютъ характерные припадки болотной

лихорадки. Изъ сказаннаго ясно, какъ тщательно слѣдуетъ оберегать себя отъ укусовъ комаровъ въ лихорадочныхъ мѣстностяхъ.

Специфическимъ средствомъ противъ болотной лихорадки является *хининъ*. Къ нему на помощь приходитъ часто мышьякъ, метиленовая синька и пр. Тѣмъ не менѣе, и гигиеническимъ мѣропріятіямъ—усиленному питанію больного, водолеченію и пр. также должно быть придаваемо огромное значеніе. Мы не можемъ распространяться здѣсь о государственныхъ мѣропріятіяхъ, которыя одни бывають часто въ силахъ превратить малярійную мѣстность въ здоровую. Для этого необходимо оздоровить мѣстность и прежде всего осушить болота. Всего лучше доказывается это примѣромъ римской Кампаньи, которая недавно еще считалась—въ отношеніи болотной лихорадки—наиболѣе опасной мѣстностью въ Европѣ и въ которой послѣ осушки болотъ заболѣваемость маляріей рѣзко понизилась. Изъ мѣропріятій, выполнимыхъ частными лицами, укажемъ на слѣдующія. Въ болотистой мѣстности слѣдуетъ селиться какъ можно выше. На зарѣ, какъ утренней, такъ и вечерней, не слѣдуетъ выходить на воздухъ. Очень дѣйствительнымъ средствомъ противъ комаровъ является—помимо металлическихъ сѣтокъ—смазываніе гвоздичнымъ масломъ, запаха котораго комары, по нашимъ наблюденіямъ, не переносятъ. Укусы комаровъ всего лучше немедленно дезинфицировать: сулемой или карболкой. Въ случаѣ, если лихорадка уже появилась и не уступаетъ никакому леченію, всего лучше переимѣнить—хотя бы на время—мѣстожителство. Не слѣдуетъ забывать, что одинъ приступъ лихорадки не только не предохраняетъ отъ дальнѣйшихъ заболѣваній, какъ это бываетъ съ большинствомъ инфекціонныхъ болѣзней, но еще больше *предрасполагаетъ* къ возвратамъ.

**Лишай—опоясывающій.** По ходу какого-либо межребернаго нерва высыпають иногда мелкіе пузырьки, въ которыхъ скопляется иногда и гной. Ближайшая причина болѣзни намъ неизвѣстна. Весьма вѣроятно, что она зависитъ отъ какого-то особеннаго раздраженія извѣстныхъ нервовъ.

Въ смыслѣ *леченія* слѣдуетъ избѣгать примѣненія холодной воды, которая дѣйствуетъ въ данномъ случаѣ раздражающимъ образомъ. Пораженную лишаемъ область слѣдуетъ натирать какимъ-либо теплымъ жиромъ: чистымъ миндальнымъ масломъ, вазелиномъ, ланолиномъ и пр. Хорошіе результаты даетъ въ нѣкоторыхъ случаяхъ отвлекающее леченіе, какъ то: ножныя ванны, горчичники и пр.

**Лишай—чешуйчатый.** На какой-либо части тѣла по-



является лишай, отъ котораго начинаютъ черезъ нѣкоторое время отпадать массамаи бѣленькія чешуйки. Обнажившаяся кожа начинаетъ слегка мокнуть. Въ томъ случаѣ, когда лишай этотъ появляется на закрытыхъ частяхъ тѣла, дѣло ограничивается сильнымъ жжениемъ и зудомъ. Гораздо хуже обстоитъ дѣло въ томъ случаѣ, когда онъ появляется на открытыхъ частяхъ тѣла. Въ такомъ случаѣ онъ является довольно рѣзкимъ уродствомъ, которое способно отравить жизнь человѣка. Наблюдается этотъ лишай чаще у мужчинъ, чѣмъ у женщинъ.

Примѣняется въ смыслѣ *лечения* мышьякъ внутрь и деготь имъ ихтиоль—снаружи. Во многихъ случаяхъ обеззараживающій способъ *лечения* даетъ недурные результаты. Общее *лечение* должно занимать очень видное мѣсто въ борьбѣ съ этимъ упорнымъ страданіемъ, которое развивается, повидимому, на нервной почвѣ.

**Ложная беременность** наблюдается иногда у очень нервныхъ женщинъ, страстно желающихъ имѣть ребенка. Путемъ воображенія имъ удается вызвать почти всѣ признаки беременности. Въ нѣкоторыхъ случаяхъ не только окружающіе, но и врачи могутъ быть введены въ заблужденіе и обманъ, который обнаруживается большей частью только тогда, когда наступаетъ предполагаемый срокъ разрѣшенія отъ бремени. Тогда только оказывается, что младенца нѣтъ и слѣда. Изъ наиболѣе поразительныхъ примѣровъ этого рода укажемъ на происшедшій, такъ сказать, на нашихъ глазахъ случай съ сербской королевой Драгой.

**Лоносѣченіе** представляетъ собой операцию, которая была предложена однимъ молодымъ французскимъ врачомъ еще въ концѣ XVIII в. Предложеніе его было осмѣяно и забыто. Только спустя 100 лѣтъ, т. е. въ концѣ прошлаго—XIX вѣка она была возобновлена и въ настоящее время заняла постоянное и почетное мѣсто въ акушерствѣ. Состоитъ она въ томъ, что при узкомъ тазѣ, при которомъ прежде прибѣгали къ раздробленію плода, или къ **кесареву сѣченію** (см.), разсѣкаютъ суставъ, которымъ спереди соединяются обѣ половинки таза. Такимъ путемъ получается возможность расширить размѣръ таза на нѣсколько сантиметровъ.

**Лѣтніе поносы у дѣтей**, см. „Дѣтская холера“.

**Льняныя припарки** употребляются въ тѣхъ случаяхъ, когда желательно примѣнить въ какомъ-либо мѣстѣ равномерное тепло въ теченіе болѣе или менѣе продолжительнаго времени. Ленъ толчется и варится въ водѣ или молокѣ. Затѣмъ накладываютъ его равномернымъ слоемъ на холстъ и прикладываютъ къ больному мѣсту.

**Прибавленіе.**—**Ларингоскопъ** представляет собой гортанное зеркало, придуманное чешскимъ ученымъ Чермакомъ. Лучи, отражаемые **рефлекторомъ** (см.), освѣщаютъ гортань и вмѣстѣ съ тѣмъ даютъ намъ ея изображеніе. Принципъ этого столь же простаго, сколь и полезнаго инструмента состоитъ въ томъ, что лучи



Рис. 269. Ларингоскопъ съ подвижной ручкой. Въ половину натуральной величины.

преломляются подъ угломъ въ 45°. Ларингоскоповъ существуетъ нѣсколько №№. Дѣтскіе ларингоскопы имѣютъ, понятно, самыя меньшія размѣры. Въ большинствѣ случаевъ удается осмотрѣть гортань безъ особенныхъ приготовленій. Въ нѣкоторыхъ случаяхъ небо оказывается однако слишкомъ чувствительнымъ, и его приходится дѣлать нечувствительнымъ къ прикосновенію инструмента при помощи кокаина. См. приложенные при семъ рис., а также „Видъ гортани“ на таблицѣ I.



Рис. 270. Изображеніе здоровой гортани, видимое въ гортанное зеркало во время вдыханія.

По Айхгорсту.

## М.

**Малокровіе.**—**Анемія.** Малокровіе представляет собой въ наше время довольно распространенное страданіе, преимущественно среди женщинъ. Не говоря уже о причинахъ *остраго* малокровія, къ которому часто даютъ поводъ роды, существуютъ въ нашей современной жизни другія условія которыя почти неизбѣжно ведутъ множество женщинъ къ *хроническому* малокровію. Изъ этихъ причинъ мы на первомъ планѣ должны поставить недостатокъ пребыванія на свѣжемъ воздухѣ, недостаточное пользованіе солнечнымъ тепломъ и свѣтомъ и сидячій образъ жизни.

Всего рѣзче проявляется малокровіе у дѣвушекъ, у которыхъ оно вмѣстѣ съ тѣмъ всего чаще сочетается съ **блѣдной немочью** (см.). Проявляется малокровіе многочисленными признаками, изъ которыхъ мы укажемъ только на главнѣйшіе. Цвѣтъ лица у малокровныхъ бываетъ блѣдный; слизистыя оболочки слабо окрашены; наблюдаются частыя головныя боли; аппетитъ отсутствуетъ или бываетъ чрезвычайно капризнымъ. Часто наблюдается сердцебиеніе и одышка. Въ характерѣ происходитъ особенно при *хлоро-анеміи* (т. е. при сочетаніи малокровія съ блѣдной немочью) очень рѣзкая переимѣна: дѣвушка становится очень нервной и раздражительной. Наиболѣе же характернымъ признакомъ малокровія

является быстрая *утомляемость*, безразлично, касается ли дѣло физическаго или умственнаго труда. Больныя оказываются неспособными на сколько-нибудь продолжительное напряженіе вниманія. Нечего указывать на то, что такое состояніе является очень тягостнымъ.

Въ смыслѣ *предупрежденія* малокровія особенное значеніе должно быть придаваемо пребыванію на свѣжемъ воздухѣ и особенно на *солнцѣ*. Слѣдуетъ избѣгать темныхъ сырыхъ квартиръ. Возбраняется позднее бодрствование и вечернія развлеченія, какъ то: балы, концерты и пр.

Въ отношеніи *леченія* главное вниманіе должно быть обращено на то, чтобы больной былъ предоставленъ въ теченіе нѣкотораго времени возможно полный покой и чтобы сну удѣлялось не менѣе 9—10 часовъ въ сутки. Изъ лекарствъ наиболѣе частое примѣненіе имѣютъ, какъ извѣстно, *железо* (см.) и кровь въ томъ или иномъ видѣ. Болѣе подробно всѣ вопросы, касающіеся малокровія, разработаны нами въ очеркѣ „*Малокровіе и блѣдная немочь*“.

**Малярія, см. „Лихорадка болотная“.**

**Маммитъ.**—**Воспаленіе молочныхъ железъ** представляетъ у кормящихъ женщинъ явленіе относительно частое и довольно мучительное, такъ какъ оно сопровождается ощущеніемъ сильной болѣзненности въ грудной железѣ, повышеніемъ температуры, упорной бессонницей и пр. Въ нѣкоторыхъ случаяхъ удается льняными припарками, влажными простыми или борными компрессами успокоить болѣзненные явленія. Въ томъ случаѣ, однако, когда общія явленія и зыбленіе указываютъ на образованіе внутри грудной железы *гноя*, остается въ большинствѣ случаевъ только одинъ исходъ: вскрытіе нарыва и удаленіе гноя. Послѣ этого болѣзненные явленія часто утихаютъ какъ бы по волшебству.

Здѣсь же мы рассмотримъ и другія **болѣзни грудной железы**.

У молодыхъ матерей **болѣзненность сосковъ** нерѣдко является причиной того, что дѣтей отнимаютъ отъ груди. Въ такихъ случаяхъ кожа сосковъ отличается особенной нѣжностью и чувствительностью, вслѣдствіе чего сжатіе соска челюстями младенца производитъ нестерпимую боль. Нерѣдко кожа трескается, и образовавшіяся **трещины** не только отличаются чрезвычайной болѣзненностью, но представляютъ также источникъ опасности для матери: различные микробы довольно легко могутъ проникнуть изо рта младенца по млечнымъ ходамъ въ глубину грудной ткани и вызвать въ ней воспаленіе съ образованіемъ нарывовъ. **Предохраненіе** въ такихъ случаяхъ имѣетъ большее значеніе, нежели ле-

ченіе. Въ смыслѣ предохраненія важно заблаговременно—за нѣкоторое время до наступленія родовъ—принять мѣры къ тому, чтобы уменьшить чувствительность сосковъ и сдѣлать ихъ болѣе грубыми. Съ этой цѣлью ихъ моютъ нѣсколько разъ въ день холодными растворами, въ которые входятъ квасцы, дубильная кислота, отваръ дубовой коры, ромъ и пр., и пр. Одновременно болѣе или менѣе часто вытягиваютъ соски руками, закручиваютъ ихъ пальцами, однимъ словомъ различными манипуляціями стараются приучить ихъ къ перенесенію насилія и боли. вмѣстѣ съ тѣмъ на соски кладутъ и тряпочки изъ грубаго холста, чтобы треніемъ уменьшить ихъ чувствительность. Этими мѣрами очень часто удается достигъ цѣли. Въ томъ случаѣ, когда мѣры эти не были приняты заблаговременно, борьба съ болѣзненностью сосковъ и особенно съ трещинами часто значительно затрудняется, главнымъ образомъ, влѣдствіе того, что актъ сосанія ребенка не даетъ трещинамъ возможности зажить: какъ только образовалась пленка и трещины сколько-нибудь стали подживать, ребенокъ при сосаніи вновь разрываетъ сращения, и леченіе приходится начинать сначала.

Въ такомъ случаѣ необходимо соблюдать слѣдующія *мѣры*: каждый разъ послѣ того, какъ ребенокъ бралъ грудь, ее слѣдуетъ самымъ тщательнымъ образомъ обмывать теплой водой (всего лучше 2% борнымъ растворомъ). Тѣмъ же растворомъ слѣдуетъ до кормленія вытирать и ротъ ребенку. Такимъ образомъ предупреждается заносъ разныхъ микробовъ изъ полости рта ребенка въ глубину грудной железы. Послѣ того, какъ грудь обсохла, натираютъ сосокъ миндальнымъ масломъ. Самый сосокъ защищаютъ посредствомъ половинки орѣховой скорлупы (волошкаго орѣха), для чего орѣхъ вычищается изнутри. Въ такомъ случаѣ сосокъ отлично защищенъ отъ тренія и легко заживаетъ. Въ большинствѣ случаевъ необходимо бываетъ на время отказать ребенку въ груди, чтобы дать возможность соску окончательно окрѣпнуть и излечиться. Въ такомъ случаѣ приходится отсасывать молоко специальнымъ насосомъ. Такимъ образомъ избѣгается соприкосновеніе соска со ртомъ младенца, и больной сосокъ легко заживаетъ.

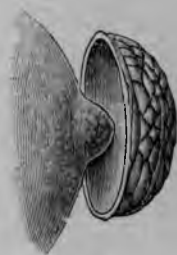


Рис. 271. Защита грудныхъ сосковъ орѣховой скорлупой.

Скажемъ теперь еще нѣсколько словъ объ **опухоляхъ грудной железы**. Чаще всего встрѣчаются т.-наз. **аденомы и ракъ**. Аденома представляетъ собой довольно доброкачественную опухоль, которая можетъ существовать годами, не при-

чинная особеннаго вреда здоровью больной. Полную противоположность ей представляет **ракъ**. Слѣдуетъ, однако, сказать, что и ракъ также представляет нѣсколько разновидностей. Въ одномъ случаѣ такая опухоль растетъ очень медленно и обнаруживаетъ очень мало склонности къ размягченію и распаду. Въ другихъ случаяхъ она увеличивается съ чрезмѣрной быстротой или же обнаруживаетъ большую склонность къ распаду. Каждая раковая опухоль опасна; особенной же опасностью грозятъ раковыя опухоли послѣдняго рода. Опасность, представляемая ими, тѣмъ болѣе велика, что продукты распада быстро разносятся кровянымъ и лимфатическимъ токомъ по различнымъ органамъ, и черезъ короткое время опасность грозитъ несчастной не только со стороны грудной железы, но и со стороны многихъ другихъ органовъ. Само собой разумѣется, что при такихъ условіяхъ борьба становится непосильной. Раковыя опухоли часто передаются по наслѣдству.

Въ смыслѣ **лечения** рака грудной железы мы, по глубокому убѣжденію, можемъ совѣтовать только одно: какъ можно раньше прибѣгнуть къ радикальной *операции*, которая должна заключаться въ вылученіи не только самой железы, но также и лимфатическихъ сосудовъ, относящихся къ области больной железы и, можно сказать почти съ увѣренностью, въ большинствѣ случаевъ также зараженныхъ ракомъ и могущихъ стать очагами дальнѣйшаго распространенія болѣзни. Мы считаемъ своей обязанностью—посоветовать нашимъ читательницамъ—не терять времени на леченіе внутренними средствами, такъ какъ *вѣрнаю* средства противъ рака мы не знаемъ; между тѣмъ опасность съ каждымъ пропущеннымъ днемъ становится серьезнѣе и грознѣе. Поэтому на операцию всего лучше рѣшиться тотчасъ же, какъ распознаваніе рака установлено твердо. Такимъ путемъ нерѣдко удается спасти здоровье и жизнь больной.

**Манія величія** состоитъ въ томъ, что человѣкъ, въ которомъ въ данное время незамѣтно еще, быть можетъ, никакихъ признаковъ болѣзни, начинаетъ переоцѣнивать свои способности и значеніе. Онъ начинаетъ мнить о себѣ слишкомъ много. Нерѣдко дѣло доходитъ до того, что онъ воображаетъ себя спасителемъ человѣчества, создаетъ грандіозные, но вмѣстѣ съ тѣмъ совершенно фантастическіе проекты. Манія величія часто наблюдается при **прогрессивномъ параличѣ** (см.).

**Масло** играетъ довольно видную роль въ леченіи, какъ внутреннее и какъ наружное средство. Въ качествѣ *внутренняю* средства оно примѣняется преимущественно при желч-



Появление головки: Защита промежности (боковое положение роженицы)



Отделение плаценты I.



Извлечение головки при тазовом предлежании



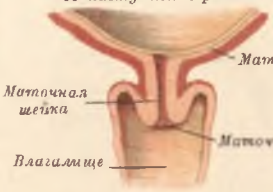
Изгнание плаценты II.

Освобождение головки: Винклеровский прием (M<sup>me</sup> Lachapelle)

Маточная шейка до наступления родов

на половину (во время родов) сгладилась

совершенно сгладилась

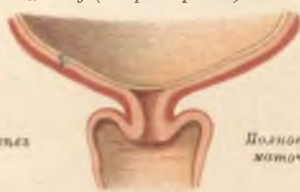


Матка

Маточная шейка

Вагинальное отверстие

Маточный зев



Полное расширение маточного зева



Постепенное расширение маточной шейки.

ныхъ камняхъ, изгнанію которыхъ оно могуче способствуетъ. Принимаютъ его натошакъ ложку-другую (чистаго оливковаго масла). Въ другихъ случаяхъ дозу приходится значительно увеличить и дойти до стакана.

Въ качествѣ *наружнаго* средства масло употребляется при множествѣ кожныхъ и сыпныхъ болѣзней. Нагрѣтое масло употребляется также для успокоенія болей у маленькихъ дѣтей, преимущественно. Наконецъ, масляныя клизмы служатъ очень вѣрнымъ средствомъ для удаленія затвердѣлыхъ каловыхъ массъ.

**Матка**—наиболѣе важный женскій половой органъ: въ немъ развивается плодъ. Относительно строенія и отправленій матки см. первую главу I части сочиненія („**Женскіе половые органы**“—стр. 57), а также III часть. Слѣдуетъ также внимательно изучить всѣ рисунки, относящіяся къ этому органу. Разсмтримъ въ ближайшихъ строкахъ главнѣйшія болѣзни матки.

— **Атрофія**. При нормальныхъ условіяхъ атрофія, т. е. уменьшеніе въ объемѣ и постепенное исчезновеніе матки наблюдается въ критическомъ возрастѣ — послѣ прекращенія половой дѣятельности и мѣсячныхъ очищеній. Матка мало-по-малу сморщивается и размѣры ея постепенно уменьшаются.

Бываютъ, однако, случаи, преимущественно тогда, когда роды чрезвычайно ослабили женщину, что матка начинаетъ атрофироваться и у молодой женщины. На такое явленіе нельзя смотрѣть иначе, какъ на болѣзненное. Для устраненія его необходимо прежде всего прибѣгнуть къ общему леченію. Изъ мѣстныхъ средствъ укажемъ на массажъ матки.

— **Воспаленіе**.—**Метритъ**. Воспаленіе матки представляетъ частое явленіе среди современныхъ женщинъ. Изъ главнѣйшихъ причинъ укажемъ на половую неумѣренность, вызывающую слишкомъ обильный притокъ и застои крови въ тазу, на перелойное зараженіе, на ненормальныя условія жизни и пр. Различаютъ двѣ формы воспаленія матки: острое и хроническое. *Острая форма* начинается сильными болями и значительнымъ повышеніемъ температуры. Женщина часто лишена бываетъ возможности произвести малѣйшее движеніе. При *хронической* формѣ ощущается тупая боль въ тазу и въ области крестца. Кровь не сочится, какъ при острой формѣ, но ея очень много теряется во время мѣсячныхъ. Въ то время, какъ острая форма протекаетъ въ теченіе нѣсколькихъ недѣль, хроническое воспаленіе тянется иногда годами, вызывая довольно рѣзкія измѣненія, какъ въ характерѣ женщины, такъ и въ ея внѣшнемъ видѣ. Часто такія женщины

годами бываютъ прикованы къ кушеткѣ. Что же касается до матки, то она увеличивается въ объемѣ и становится довольно твердой. Малѣйшее давленіе вызываетъ сильныя боли, которыя передаются и стѣнкамъ живота.

— **Леченіе.** Полный половой покой, т. е. прекращеніе всякихъ половыхъ сношеній. Возможно полное отвлеченіе крови къ другимъ частямъ тѣла. Съ этой цѣлью прибѣгаютъ къ обливаніямъ спины, къ ножнымъ, воздушно-горячимъ ваннамъ и пр. Самая легкая діета; правильное опорожненіе кишечника. Изъ мѣстныхъ средствъ прибѣгаютъ къ промыванію влагалища и массажу матки. Въ крайнихъ случаяхъ прибѣгаютъ къ *выскабливанію матки*, при которомъ удаляется больная слизистая оболочка.

— **Выворотъ.** Наблюдается выворотъ, по счастью, довольно рѣдко, главнымъ образомъ, послѣ очень тяжелыхъ родовъ. При этомъ матка выворачивается такимъ образомъ, что ея внутренняя сторона появляется наружу. Само собой разумѣется, что случится это можетъ только въ томъ случаѣ, когда связки матки оказываются значительно ослабленными также, какъ и окружающія ее ткани. Врачебная помощь состоитъ прежде всего въ томъ, чтобы вывороченную матку *вправить*, что должно быть сдѣлано съ надлежащей осторожностью. Въ нѣкоторыхъ случаяхъ общимъ укрѣпляющимъ леченіемъ удается обезпечить маткѣ ея первоначальное положеніе. Въ большинствѣ случаевъ приходится съ этой цѣлью прибѣгнуть къ *операции* и надежно вновь прикрѣпить матку къ окружающимъ тканямъ.

— **Выпаденіе.** Читательницамъ уже извѣстно, что матка сохраняетъ свойственное ей положеніе, благодаря довольно крѣпкимъ связкамъ, которыя прикрѣпляютъ ее, съ одной стороны, къ боковымъ стѣнкамъ таза, и, съ другой—къ крестцовой кости. Значительно способствуютъ укрѣпленію ея положенія и окружающія ее ткани. Какъ связки, такъ и ткани значительно ослабляются, однако, при многочисленныхъ родахъ, и тогда матка—подъ вліяніемъ собственной тяжести и давленія, оказываемаго на нее внутренностями полости живота—мало-по-малу начинаетъ опускаться все ниже и ниже. Черезъ нѣкоторое время шейка матки оказывается у наружнаго отверстія влагалища и, если никакихъ мѣръ не принято, то она опускается еще ниже и свѣшивается между бедеръ. Нечего говорить о томъ, насколько подобное состояніе стѣснительно и болѣзненно. Въ большинствѣ случаевъ на выпавшей маткѣ образуются *язвы*, вслѣдствіе тренія, производимаго на матку движеніемъ и одеждой. Наблюдается выпаденіе матки, преимущественно, у крестьянокъ. Помимо



многочисленныхъ родовъ, выпаденію въ такихъ случаяхъ способствуютъ тяжелыя физическія работы.

Для того, чтобы образовалось выпаденіе матки, необходимо, чтобы матка измѣнила свое естественное положеніе, при которомъ она слегка наклонена впередъ. Для того,

чтобы матка могла выпасть, необходимо, чтобы она перегнулась кзади и такимъ образомъ очутилась въ полости влагалища. Это и наблюдается въ дѣйствительности въ томъ случаѣ, когда ослабляются боковыя связки матки. Въ такомъ случаѣ собственная тяжесть матки и мышечное давление сверху при напряженной работѣ, кашлѣ, трудномъ стулѣ и пр., благоприятствуютъ выпаденію матки.

Въ другихъ случаяхъ выпаденіе матки слѣдуетъ за



Рис. 272. Выпаденіе пузыря и влагалища. Перегибъ матки кпереди и опущеніе ея.  
По Мартину.

выпадениемъ влагалища, которое наблюдается въ томъ случаѣ, когда имѣется разрывъ промежности и влагалище лишается такимъ образомъ своей естественной основы. На рис. 272 изображено опущеніе перегнутой кпереди матки вследствие выпаденія передней стѣнки влагалища. На рис. 273 изображено выпаденіе прямой кишки, при которомъ матка

перегнулась назадъ, какъ мы на это указывали выше. Многія молодыя и малокровныя женщины съ мягкими устущивыми тканями получаютъ послѣ нѣсколькихъ родовъ описанное наклоненіе матки кзади. Тогда онѣ жалуются на ощущение постоянного давленія въ тазу. Вмѣстѣ съ тѣмъ онѣ испытываютъ такое ощущеніе, какъ если бы все внутренности хотѣли выпасть. Къ этимъ жалобамъ не слѣдуетъ легко относиться. Должно, наоборотъ, неотложно принять мѣры къ тому, чтобы помочь больной.



Рис. 273. Выпаденіе прямой кишки и влагалища. Матка наклонена кзади и опустилась. По Мартину.

— Лечение сводится прежде всего къ **вправленію матки**. Намъ нѣтъ, однако, необходимости указывать на то, что, если не устранены причины, первоначально вызвавшія выпаденіе матки, то оно неизбежно повторится. Слѣдуетъ позаботиться о томъ, чтобы избѣгать запоровъ, такъ какъ запоры поддерживаютъ приливъ крови къ тазу. Помимо того, въ кишкахъ скопляются твердыя каловыя массы, которыя оказываютъ давленіе на матку и тѣмъ благоприятствуютъ выпаденію ея. Если имѣется кашель, то слѣдуетъ позаботиться объ его облегченіи, такъ какъ при кашлѣ также оказывается сильное давленіе на матку. Влагалище и связки матки съ цѣлью укрѣпленія ихъ подвергаются

массажу. Кромѣ того, прибѣгаютъ къ возбуждающимъ ваннамъ, дабы оживить кровообращеніе въ тазу и укрѣпить связки и ткани, поддерживающія матку. Помимо всего, прибѣгаютъ къ пессаріямъ, т. е. къ металлическимъ **маточнымъ кольцамъ** (см.), которыя поддерживаютъ матку въ томъ положеніи, которое ей было придано первоначально. Во многихъ случаяхъ пессаріи эти приходится довольно часто мѣнять, такъ какъ ослабленіе тканей прогрессируетъ и влагалище постепенно расширяется. Въ крайнихъ случаяхъ прибѣгаютъ къ радикальной *операции*, при помощи которой уменьшаютъ размѣры влагалища или же укорачиваютъ маточныя связки.

— **Закрытіе.** Полное закрытіе матки наблюдается рѣдко. Закрывается матка вслѣдствіе перегибовъ, опухолей, образованія рубцовъ и пр. Въ такомъ случаѣ ничто кромѣ оперативнаго леченія матки, которое сводится къ насильственному раскрытію ея, не можетъ возвратитъ ей естественное состояніе. Закрытіе матки причиняетъ очень сильныя страданія, особенно во время регуль. Послѣ того, какъ производится раскрытіе матки, выходитъ обыкновенно значительное количество крови и боли сразу утихаютъ. Всегда слѣдуетъ подумать о закрытіи матки или влагалища, когда у дѣвушки въ извѣстномъ возрастѣ не появляются мѣсячныя, между тѣмъ какъ она все же ежемѣсячно испытываетъ давленіе и боль внизу живота. Какъ въ томъ, такъ и въ другомъ случаѣ слѣдуетъ, само собою разумѣется, обратиться за помощью къ врачу.

— **Изслѣдованіе** матки различается наружное и внутреннее.

*Наружное* изслѣдованіе производится при посредствѣ оцупы-

ванія; внутреннее при помощи введенія пальца во влагалище вплоть до маточнаго зѣва. Такимъ образомъ удается уже получить много важныхъ данныхъ. Очень часто приходится прибѣ-



Рис. 274. Комбинированное (двуручное) изслѣдованіе матки (полусхематическое изображеніе). По Симсу.

гать къ *комбинированному изслѣдованію*, при которомъ внутреннее изслѣдованіе сочетается съ наружнымъ. Палецъ одной руки вводится въ глубину влагалища. Въ то же время другая рука помѣщается на брюшныя покровы въ области матки. Въ третьемъ случаѣ, наконецъ, одинъ палецъ вво-

дится, какъ всегда, во влагалище, между тѣмъ, какъ другой—вводится въ задній проходъ. Производится, наконецъ, также изслѣдованіе матки посредствомъ маточнаго зонда, который осторожно вводится черезъ маточную шейку въ полость матки. Надлежащимъ образомъ пользуясь этими различными способами изслѣдованія, можно въ большинствѣ случаевъ очень опредѣленно выяснитъ состоянія матки и сущность болѣзненнаго процесса.

— **Катарральное воспаленіе.**—**Эндометритъ.** Катарральное воспаленіе матки служитъ причиной появленія **бѣлей**. Въ нѣкоторыхъ случаяхъ воспаленіе развивается сразу, порождая довольно острые симптомы; въ другихъ случаяхъ оно развивается постепенно.

Въ большинствѣ случаевъ воспаленіе матки влечетъ за собой разбитость, головныя боли, тянущія боли внизу живота, раздражительность и дурное расположеніе духа. Бѣли имѣютъ нерѣдко дурной запахъ и производятъ жженіе въ области наружныхъ половыхъ частей. Часто воспаленіе матки имѣетъ послѣдствіемъ безплодіе. Природа слизистой оболочки, выстилающей матку изнутри, совершенно измѣняется. Причинами катарра матки можно считать половыя излишества, рукоблудіе, зараженіе матки, перелой, золотуху, общую слабость и пр. Теченіе болѣзни находится въ зависимости отъ вызвавшей ее причины. Мы едва ли ошибемся, если скажемъ, что около 80% всѣхъ современныхъ культурныхъ женщинъ страдаетъ катарромъ матки.

Катарръ матки обнаруживаетъ большую склонность къ *возвратамъ*. Если воспаленіе матки тянется болѣе или менѣе продолжительное время, то оно настолько перерождаетъ слизистую матку, что она совершенно утрачиваетъ способность удерживать и прикрѣплять оплодотворенное яйцо и влечетъ за собой поэтому **безплодіе** (см.). вмѣстѣ съ тѣмъ оно очень замѣтно отражается и на общемъ состояніи больной. Какъ часто иная женщина слыветъ сварливой и несносной или же истеричкой только потому, что страдаетъ воспаленіемъ слизистой оболочки матки. Какъ часто такая женщина мѣняется до неузнаваемости, когда основная причина страданія устранена и болѣзнь излечена.

— **Леченіе** сводится, разумѣется, прежде всего къ устраненію причины, вызвавшей появленіе болѣзни. Избѣгать всего, что способно подѣйствовать раздражающимъ образомъ, какъ на нервную систему вообще, такъ и на половой приборъ женщины въ особенности. Избѣгать половыхъ сношеній, умственнаго возбужденія, возбуждающихъ блюдъ и напитковъ. Никогда не доводить себя до переутомленія. Еже-

дневно сидячія ванны; начинать съ 33° Ц. и постепенно охлаждать температуру до 23°, если только не обнаруживается склонности къ обильнымъ кровопотерямъ во время регуль. На ночь—обертываніе туловища при помощи сырого шелка, погруженнаго предварительно въ теплую воду. Если влагалищныя выдѣленія производятъ жженіе, вводятъ влажные теплые выжатые тампоны, погруженные предварительно въ слабый растворъ борной кислоты. Вводить тампоны во влагалище слѣдуетъ какъ можно выше. Каждые два-три дня—принимать полуванну въ 35° Ц., съ послѣдовательнымъ обливаніемъ позвоночника водой въ 25° Ц. При остромъ и особенно при хроническомъ катаррѣ часто бываетъ показанъ шведскій массажъ по способу **Тюре-Брандта**. Само собой понятно,

что необходимо урегулировать питаніе и стулъ. Ежедневно принимать прогулки, никогда не доводя себя, однако, до переутомленія. Избѣгать острыхъ веществъ въ пищѣ, какъ то:

уксусу, сыру, крѣпкаго чаю или кофе, вина, пива, копченаго мяса и пр. Въ случаѣ, если воспаленіе перелойнаго характера, мѣропріятія должны быть гораздо болѣе энергичнаго свойства. Въ такихъ случаяхъ приходится прибѣгать къ обеззараживающимъ промываніямъ влагалища, а иногда и матки.

**Массажъ** по методу Тюре-Брандта оживляетъ кровообращеніе въ маткѣ и усиливаетъ обмѣнъ веществъ въ этомъ органѣ. Железы мало-по-малу приобретаютъ нормальныя свойства и сама матка выздоравливаетъ. Въ общемъ къ

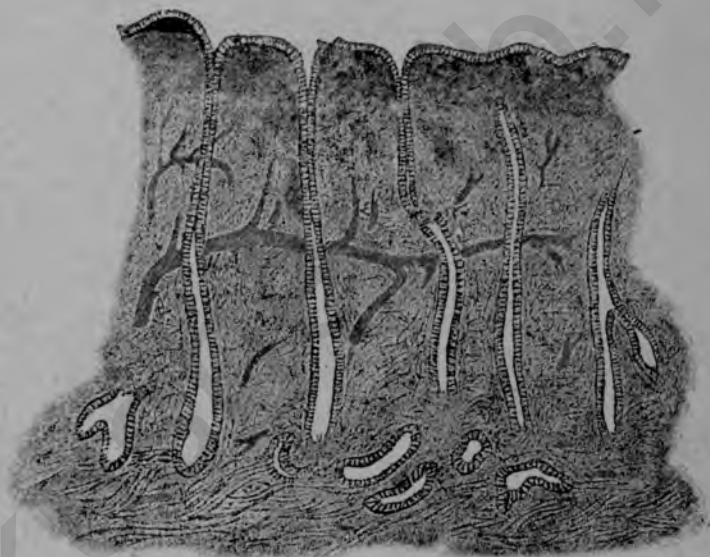


Рис. 275. Болѣзненно измѣненная слизистая оболочка матки во время менструальнаго періода. Слизистая опухла и мѣстами покрыта кровью; мѣстами отсутствуетъ также верхній слой цилиндрическихъ эпителиальныхъ клѣтокъ слизистой.

По Шредеру.

этому виду внутренняго массажа прибѣгаютъ преимущественно у женщинъ. Что же касается до дѣвушекъ, то у нихъ причины воспаления бывають большей частью совершенно иными, нежели у женщинъ. Прежде всего слѣдуетъ выяснитъ, не зависитъ ли страданіе отъ *рукоблудія*. Если есть возможность съ увѣренностью исключить эту причину, то ее слѣдуетъ поискать въ малокровіи или золотухѣ. Какъ въ томъ, такъ и въ другомъ случаѣ, всего больше значенія имѣють *общія мѣтропріятія*, передъ которыми мѣстныя мѣры должны отступить на задній планъ. Діета, сидячія ванны, въ нѣкоторыхъ случаяхъ леченіе свѣжей или холодной водой, пребываніе въ деревнѣ или лѣсу даютъ, въ большинствѣ случаевъ, чрезвычайно утѣшительные результаты. Вообще у дѣвушекъ воспаленіе слизистой матки обыкновенно не имѣетъ такого значенія, какъ у женщинъ. У послѣднихъ оно нерѣдко вызывается многочисленными родами, которые отняли много силъ и здоровья. Къ этому часто прибавляются половыя излишества, вызываемыя легкой возбудимостью мужа, а также и разныя жизненныя непріятности. Само собой разумѣется, что при такихъ условіяхъ мы

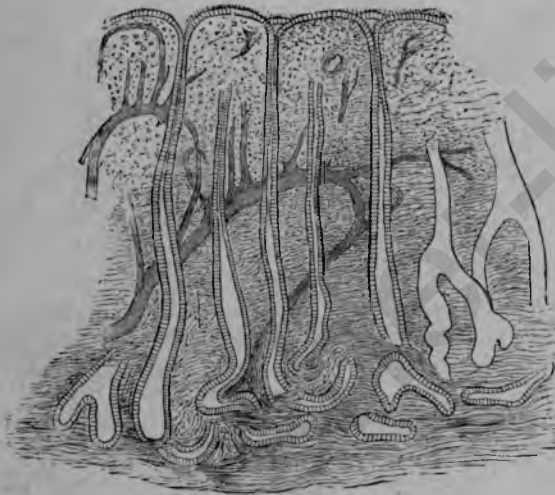


Рис. 276. Нормальная слизистая оболочка матки.  
По Шредеру.

на воспаленіе матки должны смотрѣть совсѣмъ иными глазами. Въ тѣхъ случаяхъ, когда воспаленіе матки тянулось годами, слизистая ея настолько рѣзко измѣнилась, что и по выздоровленіи она оказывается не въ силахъ выполнять свою функцію, и женщина обречена на безплодіе. На рис. 276 и 275 нами изображены параллельно двѣ слизистыя оболочки: первая—нормальная, вторая—болѣзненно-перерожденная, видимыя въ микроскопъ.

— **Массажъ.** Массажъ матки играетъ видную роль въ современномъ леченіи болѣзней женскихъ половыхъ органовъ. Болѣе подробныя свѣдѣнія помѣщены въ статьѣ, озаглавленной „Тюр-Брандтъ“.

— **Операціи надъ маткой** очень многочисленны и раз-

нообразны, въ зависимости отъ характера заболѣваній. На маточной шейкѣ производятъ при сильномъ воспаленіи ея *настѣчки*. При удлиненіи маточной шейки, при рѣзко выраженныхъ заболѣваніяхъ ея и особенно при злокачественныхъ заболѣваніяхъ маточную шейку ампутируютъ, т. е. совершенно удаляютъ. Что касается до полости матки, то на ней нерѣдко производятъ *выскабливаніе*, которое состоитъ въ томъ, что острой ложечкой совершенно выскабливаютъ больную слизистую оболочку въ расчетѣ, что она впослѣдствіи замѣнится здоровой. Въ томъ случаѣ, когда матка настолько переродилась болѣзненно, что не остается никакой надежды на исцѣленіе и она причиняетъ только одни страданія больной, ее *ампутируютъ*, т. е. удаляютъ, закругляя кверху маточную часть шейки въ видѣ культи.

Само собой разумѣется, что ни одна изъ поименованныхъ операций не должна предприниматься безъ вполне достаточныхъ для того показаній. Всего больше относится это къ ампутаціи матки, которая навсегда лишаетъ женщину возможности имѣть дѣтей.

— **Опухоли.** Наиболѣе частыми опухолями матки являются полипы, опухоли мышечной ткани: міомы, фибромы и **ракъ** (см.). Первые два вида опухолей считаются *доброкачественными*, такъ какъ они не причиняютъ особенныхъ страданій больной и годами могутъ существовать. Не такъ опасны и фибромы. Иное дѣло раковыя опухоли, которыя очень опасны и въ короткое время могутъ иногда совершенно истощить силы больной. Ракъ, какъ извѣстно, очень часто передается по наслѣдству. Отсюда не слѣдуетъ, однако, выводить заключеніе, будто онъ *непрелѣнно* передается по наслѣдству. Несмотря на то,

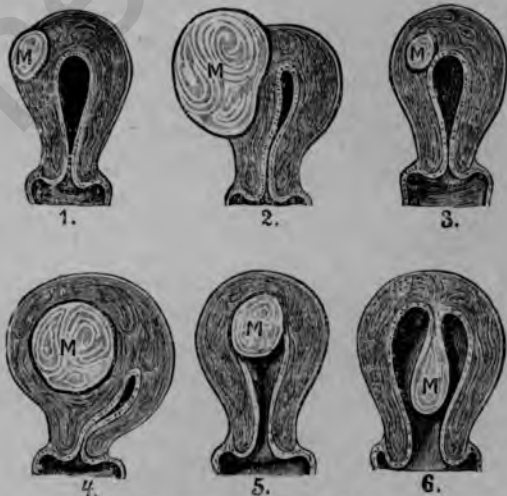


Рис. 277. Различные виды міомъ (мышечныхъ опухолей). Обозначены повсюду буквою М.

что намъ до сихъ поръ неизвѣстна ближайшая причина рака, мы можемъ однако же предполагать, что, чѣмъ члвчкъ крѣпче. чѣмъ ближе живетъ онъ къ природѣ и удовлетво-

ряетъ естественнымъ требованіямъ организма, и тѣмъ меньше шансовъ имѣеть онъ заболѣть ракомъ. Если раковая природа опухоли установлена (а это опредѣляется микроскопическимъ изслѣдованіемъ), то остается большей частью только какъ можно скорѣе *удалить* опухоль и зараженныя лимфатическія железы. Всего больше слѣдуетъ опасаться одного, чтобы не было *черезчуръ* поздно. Различные виды опухолей изображены нами на рис. 277.

— **Смѣщенія.** Переходимъ теперь къ разсмотрѣнію смѣщеній матки, на которыхъ мы остановимся въ виду ихъ огромнаго интереса для современной женщины, съ особеннымъ вниманіемъ. Мы рассмотримъ сначала *перегибы матки*. Совѣтуемъ читательницамъ возобновить въ памяти свѣдѣнія относительно *строенія и положенія матки* и изучить рисунки, относящіеся къ тому же предмету, особенно же рис. 26 и 27, 62—65 и 134. Только въ такомъ случаѣ уяснится имъ все послѣдующее. Мы рассмотримъ, какъ перегибы, такъ и наклоненія матки.



Рис. 278.

Продольный разрѣзъ матки. А—передняя губа маточной шейки; bb—мѣсто прикрѣпленія маточной шейки къ пузырю; i—внутренній маточный зѣвъ; f—задній сводъ матки; a—передняя стѣнка влагалища.

По Генле.

— **Наклоненія.** Ближайшей причиной наклоненій матки является воспаленіе ея ткани и ослабленіе ея стѣнокъ. Очень часто наклоненіе бываетъ также врожденнымъ, какъ это въ настоящее время твердо установлено. Состоитъ наклоненіе матки въ томъ, что тѣло матки нѣсколько подается впередъ или назадъ въ то время, какъ маточная шейка сохраняетъ приблизительно свое первоначальное положеніе. Въ послѣдующемъ описаніи мы будемъ строго различать тѣло и шейку матки. На границѣ, между первымъ и второй, находится *внутренній маточный зѣвъ*, который ведетъ въ полость матки, въ истинномъ смыслѣ этого слова. Отверстіе, которымъ каналъ маточной шейки открывается во влагалище, называется *наружнымъ маточнымъ зѣвомъ*.

Въ томъ случаѣ, когда тѣло матки слишкомъ рѣзко измѣняетъ свое положеніе по отношенію къ нормальному положенію маточной шейки и становится къ послѣдней подъ угломъ, говорятъ не о наклоненіи, но о *перегибѣ* матки. Такого рода перегибъ матки значительно суживаетъ, съ одной



одной стороны, каналъ, ведущій въ полость матки; съ другой—онъ настолько истончаетъ маточныя стѣнки, что вызываетъ сильное разстройство кровообращенія и ослабленіе тканей, послѣдствіемъ чего нерѣдко является безплодіе. Для того, чтобы понять основной механизмъ наклоненій и перегибовъ матки, не слѣдуетъ забывать, что матка заключена въ тазу между мочевымъ пузыремъ, который находится впереди ея, и прямой кишкой, которая расположена сзади. При такихъ условіяхъ переполненіе прямой кишки твердыми каловыми массами производитъ, при ослабленіи мышечныхъ стѣнокъ,

смѣщенія (наклоненія и перегибы) матки *вперед* (но иногда и назадъ: см. рис.), между тѣмъ, какъ частое переполненіе пузыря способно произвести въ теченіе времени смѣщеніе матки *взад*. Какъ въ томъ, такъ и въ другомъ случаѣ появляются многочисленныя разстройства, изъ числа коихъ нѣкоторыя одинаково свойственны, какъ перегибамъ впередъ, такъ и перегибамъ назадъ. Нѣкоторые признаки присвоены, однако, *только* тому или иному страданію. При *перегибѣ* матки *вперед*, соединенномъ со суженіемъ маточнаго канала, появляются во время регулъ очень сильныя боли, которыя вызываютъ, особенно у дѣвушекъ, нерѣдко тошноту, рвоту и общее разстройство, такъ какъ кровь только съ величайшимъ трудомъ можетъ проходить черезъ суженный каналъ, ограниченный неподатливыми и затвердѣлыми стѣнками. Помимо того, ощущаются частые позывы къ мочеиспусканію, такъ какъ тяжелая матка оказываетъ сильное давленіе на мочевой пузырь.

При *загибѣ* матки *взад* очень часто главными признаками являются обильныя мѣсячныя, запоры и безконечныя жалобы на боли въ области крестца. Каково бы ни было направленіе перегиба, будетъ ли матка перегнута впередъ или назадъ, одинаково наблюдаются: рѣзкое измѣненіе ха-



Рис. 279. Матка при переполненномъ мочевомъ пузырь.

рактера къ худшему, нервность, слизистыя истеченія изъ влагалища, разстройство половыхъ функций и, въ заключеніе всего, безплодіе. Само собой разумѣется, что далеко не всѣ перечисленныя явленія наблюдаются непременно у всѣхъ женщинъ, страдающихъ перегибами матки. Наблюдаются даже время отъ времени женщины со столь счастливымъ устройствомъ матки и настоль хорошимъ общимъ состояніемъ, что онѣ почти не испытываютъ никакихъ неудобствъ отъ своего перегиба. *Безплодіе* — вотъ единственное, чѣмъ онѣ отличаются въ этомъ отношеніи отъ женщинъ вполне нормальныхъ.



Рис. 280. Загибъ матки кзади вслѣдствіе переполненія верхней части прямой кишки каловыми массами.

Какъ бы то ни было, несомнѣнно одно, что страданія матки способны совершенно отравить существованіе женщины, такъ какъ тѣсная связь этого небольшого органа съ центральной нервной системой въ настоящее время не можетъ быть оспариваема. Ко многимъ больнымъ женщинамъ примѣнимъ, къ сожалѣнію, парадоксъ одного врача, что „у нихъ душа помѣщается въ маткѣ“. Если вмѣстѣ съ душой, матка, нездорова, то больна и самая душа. На рис. 279

нами изображена матка, которая наклонилась назадъ вслѣдствіе переполненія пузыря мочей. На рис. 280 приведенъ рис. перегиба матки назадъ вслѣдствіе хроническаго переполненія верхней части прямой кишки каловыми массами. Наклоненіе матки назадъ нерѣдко развивается у молодыхъ дѣвушекъ съ неособенно крѣпкими тканями, которыя имѣютъ дурную привычку подолгу удерживать мочу въ пузырьѣ. Какую бы симпатичную черту ни составляла сама по себѣ стыдливость, намъ слѣдуетъ избѣгать всякихъ проявленій *ложнаго стыда*, особенно въ тѣхъ случаяхъ, когда они сопряжены со столь тяжелыми послѣдствіями, какъ перегибы матки. Въ такомъ же духѣ намъ надлежитъ воспитывать и нашихъ дѣтей.

= **Леченіе.** Прежде всего слѣдуетъ позаботиться о томъ, чтобы возвратить маткѣ ея *нормальное положеніе*. Затѣмъ

слѣдуетъ позаботиться о томъ, чтобы положеніе это сохранить. Достигается послѣднее при помощи особыхъ **маточныхъ колець** (см.) или пессаріевъ, которые должны быть очень тщательно подобраны. Послѣ того, какъ маткѣ придано возможно болѣе правильное положеніе, намъ необходимо подумать о томъ, чтобы измѣнить къ лучшему состояніе ея тканей. Помимо прочихъ элементовъ гигиено-діетическаго леченія особенное вниманіе должно быть обращено на массажъ, который даетъ возможность оживить тазовое кровообращеніе и улучшить питаніе тканей (см. массажъ по „Тюре-Бранту“). На помощь ему должно придти разумное водолеченіе. Въ одномъ случаѣ бывають показаны попеременныя души на шейку матки; въ другомъ—холодныя обмыванія нижней части живота; въ третьемъ—теплыя сидячія ванны; въ четвертомъ, наконецъ, обливанія вдоль позвоночника. При назначеніи того или иного приѣма слѣдуетъ считаться съ такимъ множествомъ разнообразныхъ условій, которыя измѣняются отъ одной больной къ другой, что никакихъ общихъ правилъ мы въ этомъ направленіи давать не можемъ.

Само собой разумѣется, что на сопутствующія страданія, какъ то: малокровіе, хроническіе запоры, бѣли и пр., должно одновременно быть обращено самое серьезное вниманіе. При регулахъ обильную потерю крови останавливають при помощи соотвѣтствующихъ спринцеваній и тампоновъ. При наклоненіи матки назадъ слѣдуетъ избѣгать тяжелой работы, тряской ѣзды, танцевъ, катанья на конькахъ и пр.

— **Съуженіе.** Съуженіе матки наблюдается, преимущественно въ области маточной шейки. Оно затрудняетъ, какъ выдѣленіе изъ матки естественныхъ продуктовъ: слизи и крови, такъ и поступленіе въ полость матки сѣмени. Часто съуженіе матки является поэтому причиной страданій во время регулъ, а также и безплодія. На съуженіе матки слѣдуетъ смотрѣть въ большинствѣ случаевъ, какъ на врожденный порокъ, который не всегда можетъ нами быть устраненъ. Не всегда поэтому можетъ быть устранено и безплодіе, которое является его послѣдствіемъ.

— **Леченіе** сводится къ введенію зондовъ различной величины. Не такъ еще давно охотно прибѣгали съ этой цѣлью къ губкамъ, которыя въ прессованномъ состояніи вводились въ шейку и, оставаясь тамъ болѣе или менѣе продолжительное время, впитывали въ себя жидкость и разбухали. Такимъ образомъ каналъ шейки механически расширялся. Въ настоящее время охотнѣе прибѣгаютъ къ *металлическимъ* зондамъ, которые даютъ возможность въ значительно большей степени сохранить необходимую чистоту. Съ другой стороны

они даютъ также возможность съ чрезвычайной постепенностью расширять каналъ. Нерѣдко удается достигнуть такимъ путемъ цѣли въ относительно короткое время. Въ томъ случаѣ, когда постепенное расширеніе оказывается по той или иной причинѣ недостижимымъ, намъ остается еще *оперативный путь*. Въ такомъ случаѣ разрывомъ расширяютъ каналъ маточной шейки. Если и послѣ расширения канала не удастся достигнуть оплодотворенія, то очевидно, что причину бесплодія слѣдуетъ искать въ другихъ условіяхъ.

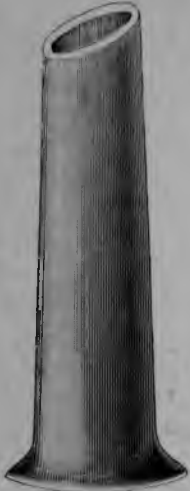


Рис. 281. Трубоччатое маточное зеркало.

**Маточное зеркало** имѣетъ цѣлью дать намъ возможность непосредственно видѣть, въ какомъ состояніи находится влагалище, наружный маточный зѣвъ, шейка и своды матки. Первая модель была предложена Куско. Она и по сіе время находится въ большомъ употребленіи, такъ какъ даетъ возможность расши-

рить одновременно и полость влагалища. Употребляется и множество другихъ зеркалъ, изъ которыхъ наиболѣе употребительны Фергюссоновскія. На рис. 281 изображено трубчатое зеркало, которое дѣлается какъ изъ молочнаго стекла, такъ и изъ стекла, покрытаго ртутной амальгамой. Такимъ образомъ получается маточное *зеркало* въ истинномъ смыслѣ этого слова.

**Маточныя кольца (пессаріи)** имѣютъ назначеніемъ содѣйствовать сохраненію матки въ правильнаго положенія. Они вводятся въ верхнюю часть влагалища и, дѣйствуя на подобіе рычага, оказываютъ на матку давленіе въ желательномъ направленіи. Они дѣлаются изъ различнаго матеріала, преимущественно стали и резины, и имѣютъ самыя различныя формы. На прилагаемомъ при-

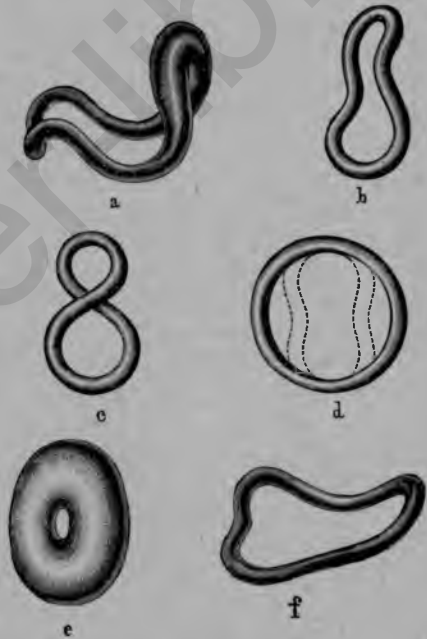


Рис. 282. Маточныя кольца. *a* — изъ целлюлоида; *b* — изъ твердой резины; *c* — изъ мягкой патентованной резины; *d* — изъ целлюлоида; можетъ принимать любую форму. *e* — внутри покое кольцо — изъ твердаго каучука; *f* — резиновое кольцо.

семь рис. 282 нами изображено нѣсколько моделей маточныхъ колецъ изъ различнаго матеріала.

**Маточные рожки, спорынья.** Можно сказать, что маточные рожки представляютъ собой очень драгоцѣнное средство въ медицинѣ, когда оно употребляется *кстати*; съ другой стороны, они приносятъ огромный вредъ, когда употребляются не у мѣста, что нерѣдко наблюдается и въ настоящее время. Спорынья обладаетъ несомнѣннымъ свойствомъ производить сокращеніе сосудовъ и матки. Поэтому ее употребляютъ при кровотеченияхъ. Частое примѣненіе находитъ она въ акушерствѣ, гдѣ ее, однако, необходимо давать только при соблюденіи нѣкоторыхъ важныхъ предосторожностей. Неопытные акушеры часто даютъ ее во время родовъ для остановки обильнаго кровотечения, въ то время, какъ послѣдъ еще не вышелъ. Этимъ можно иногда погубить роженицу. Матка сокращается и задерживаетъ плаценту (послѣдъ) какъ будто въ плѣну, что, само собой разумѣется, очень опасно, такъ какъ извлеченіе плаценты бываетъ сопряжено при такихъ условіяхъ съ большими трудностями. Поэтому слѣдуетъ себѣ поставить за правило: давать спорынью только послѣ того, какъ въ маткѣ *ничего не осталось*: ни плода, ни послѣда. При такихъ условіяхъ спорынья способна оказать серьезныя услуги въ смыслѣ уменьшенія кровопотери.

Изъ спорыньи добываютъ нѣсколько препаратовъ (болѣе важные — эрготинъ и эрготининъ), которые впрыскиваются подъ кожу, въ каковомъ видѣ спорынья еще болѣе вѣрно оказываетъ присущее ей дѣйствіе.

Спорынья представляетъ собой грибокъ, который произрастаетъ во ржи. Если въ большомъ количествѣ потреблять въ пищу рожь, въ которой находится спорынья, то получается особое отравленіе (эрготизмъ, рафанія), которое въ однихъ случаяхъ сопровождается омертвѣніемъ различныхъ частей тѣла, въ другихъ — конвульсіями. Народъ зоветъ такого рода отравленіе спорыньей *злой корчей*.

**Маточныя кровотечения, см. „Кровотеченія маточныя“.**

**Массажъ** уже былъ предметомъ нашего описанія въ пятой главѣ I части сочиненія („Массажъ“ стр. 259 и „Практическое примѣненіе массажа въ домашнемъ быту — стр. 262), въ которой мы разбирали какъ покой и движеніе, такъ и движеніе въ состояніи покоя, къ чему, собственно говоря, и сводится массажъ. Къ сказанному намъ остается немного добавить. Массажъ представляетъ собой одно изъ наиболѣе дѣйствительныхъ средствъ медицинскаго арсенала. Къ средству этому человечество прибѣгало съ сѣдой древности. По крайней мѣрѣ, на него имѣются

указанія въ индійскихъ сочиненіяхъ, которыя написаны за нѣсколько тысячелѣтій до нашей эпохи. Что касается до нашего времени, то заслуга научной разработки массажа и введенія его, какъ постояннаго метода леченія, принадлежить, преимущественно, англичанамъ и шведамъ. Для того, чтобы лечить при помощи массажа какое-нибудь внутреннее страданіе, необходимы основательныя медицинскія познанія, но для того, чтобы принести при его посредствѣ пользу при какомъ-нибудь наружномъ страданіи или вообще въ домашнемъ быту, бываетъ достаточно и описаній съ рисунками.



Рис. 283.

Массажъ при расширеніи венъ нижнихъ конечностей.

Тѣмъ не менѣе, было бы желательно, чтобы всѣ лица, особенно же женщины, которыя имѣютъ къ тому малѣйшую возможность, брали бы въ соотвѣтствующихъ заведеніяхъ краткій курсъ массажа. Онѣ могутъ быть увѣрены въ томъ, что курсъ этотъ всегда сослужитъ имъ добрую службу. Считае мь однако, необходимо мь вновь указать на то, что было бы очень рисковано

прибѣгать къ массажу, не получивъ на то предварительнаго обстоятельныхъ указаній отъ врача, при внутреннихъ заболѣваніяхъ и во всѣхъ случаяхъ вообще, гдѣ мы не особенно твердо знаемъ, съ какой именно болѣзнью имѣемъ дѣло.

Всего чаще примѣняется массажъ при боляхъ въ животѣ и спинѣ. Соотвѣтствующіе рис. были нами приведены подъ номерами 120 — 122 въ I части сочиненія. На слѣдующемъ планѣ идетъ массажъ при расширеніяхъ венъ на нижнихъ конечностяхъ, а также массажъ верхнихъ и нижнихъ конечностей. Массажъ при расширеніи венъ нами изображенъ на рис. 283.

При вяломъ пищевареніи (слабой дѣятельности желудка и кишекъ) показаны поглаживанія желудка и кишечника, а также и разминанія толстыхъ кишекъ. Приемы эти очень часто быстро ведутъ къ цѣли. При безпокойствѣ, безсонницѣ, ознобѣ и слабости очень хорошо дѣйствуютъ поглаживанія спины, которыя часто даютъ намъ возможность обходиться безъ морфія. Что касается до массажа при расширеніи *венъ нижнихъ конечностей*, который у женщинъ бываетъ такъ часто показанъ, то его слѣдуетъ выполнять ежедневно передъ тѣмъ, какъ производить обертываніе конечности. Послѣдствіемъ систематически примѣняемаго массажа является въ такихъ случаяхъ уменьшеніе вздутостей и припухлости ноги. Помимо того, массажъ и въ данномъ случаѣ, какъ и во многихъ другихъ, производитъ очень пріятное ощущение. Зябкость рукъ и ногъ также составляетъ въ женскомъ мірѣ очень частое явленіе, съ которыми мы



Рис. 281. Массажъ верхней конечности.

должны усердно бороться. Помимо мѣропріятій, которыя мы уже неоднократно указывали, слѣдуетъ указать также, что натираніе зябнущихъ частей теплыми руками доставляетъ этимъ лицамъ очень пріятное ощущение и даетъ очень благопріятные результаты. Производить растираніе слѣдуетъ *теплыми* руками, особенно у лицъ ослабленныхъ. Выполнять растиранія слѣдуетъ такъ, какъ это представлено на рис. 284; продолжаться должны они, по меньшей мѣрѣ, минутъ пять, чтобы надлежащимъ образомъ согрѣть тѣло. Въ тѣхъ случаяхъ, когда по какой-либо уважительной причинѣ растиранія не могутъ сопровождаться усиленнымъ движеніемъ или

обливаніями, прибѣгаютъ къ обертываніямъ въ шерстяныя одѣяла. Что же касается до болѣе сложныхъ приемовъ массажа, то мы о нихъ упоминаемъ не станемъ, такъ какъ для правильного ихъ производства требуется специальная подготовка.

**Массажъ матки, носа, рукъ и пр., см. соотвѣтствующіе органы.**

**Массажъ по Тюре-Брандту, см. „Тюре-Брандтъ“.**

**Меланхолія** представляетъ собой душевное страданіе, которое проявляется наклонностью къ уединенію, грусти и пессимистическому настроенію и міросозерцанію. Большая



Рис. 285. Влажный массажъ нижнихъ конечностей.

наклонность къ ней обнаруживается часто въ юношескомъ возрастѣ (периодъ „мировой скорби“ — *Weltschmerz*). Въ нѣкоторыхъ случаяхъ она зиждется на болѣе или менѣе серьезномъ разстройствѣ нервной системы; въ другихъ —

причиной ея являются разстройства другихъ функций организма. Неправильныя проявленія половой дѣятельности, сильное малокровіе, начинающаяся чахотка и пр. очень часто влекутъ за собой меланхолію. Въ каждомъ отдѣльномъ случаѣ причины должны быть внимательно изслѣдованы и, по возможности, устранимы. Въ тѣснѣйшей зависимости отъ основной причины страданія находится и леченіе его, въ которомъ физическому и духовному воздѣйствію должно быть удѣляемо одинаково важное вниманіе.

**Мензуркой** называютъ стаканчикъ, на которомъ выгравированы штрихи, указывающіе вмѣстимость стаканчика при различныхъ уровняхъ жидкости. Составляетъ необходимую принадлежность для приготовленія различныхъ раство-



ровъ. Должна поэтому находиться въ каждой домашней аптекѣ (см.).

**Менструаціи — болѣзненные.** Въ I части сочиненія, въ седьмой главѣ, въ которой изучалась „половая жизнь“, были нами указаны („Менструальный періодъ“ — стр. 327), признаки нормальныхъ мѣсячныхъ очищеній. Къ сожалѣнію, въ наше время довольно рѣдко встрѣчаются, особенно въ большихъ городахъ, женщины и дѣвушки, у которыхъ эта столь важная функція совершалась бы совершенно правильнымъ образомъ. Въ значительномъ большинствѣ случаевъ наблюдаются тѣ или иныя отклоненія. Главнѣйшія изъ этихъ отклоненій мы здѣсь и рассмотримъ. Менструаціи бываютъ неправильными, черезчуръ продолжительными, болѣзненными и слишкомъ слабыми. *Неправильность* менструацій наблюдается, преимущественно, у женщинъ нервныхъ, у больныхъ, страдающихъ болѣзнями яичниковъ, а также у молодыхъ и слабыхъ дѣвушекъ. Слишкомъ *обильной* бываетъ менструація у малокровныхъ, у женщинъ страдающихъ воспаленіемъ матки, наклоненіемъ матки назадъ и опухолями. Слишкомъ *продолжительными* бываютъ регулы при слабости, и особенно при хроническихъ воспаленіяхъ матки и опухоляхъ. *Болѣзненными* бываютъ онѣ при перегибахъ, особенно впередъ, при воспаленіяхъ и наклонности къ судорогамъ. *Слабое количество* крови отходитъ, наконецъ, при регулахъ при тяжелыхъ и истощающихъ внутреннихъ болѣзняхъ, при недостаточномъ развитіи полового аппарата, при общей слабости. При чахоткѣ регулы иногда совершенно прекращаются, что указываетъ, быть можетъ, на то, что организмъ инстинктивно стремится съэкономить какъ можно больше силъ. То же явленіе наблюдается иногда и при нѣкоторыхъ другихъ болѣзняхъ. Наконецъ, прекращеніе мѣсячныхъ при наступленіи періода зачатѣлости служитъ указаніемъ на то, что половая дѣятельность вообще прекратилась. Уже изъ этого краткаго изложенія читательницы могутъ видѣть, насколько разнообразны могутъ быть причины разстройства мѣсячныхъ очищеній: не менѣе разнообразны должны, слѣдовательно, быть и методы леченія.

— **Леченіе.** Въ томъ случаѣ, когда кровь, выдѣляемая при регулахъ, бываетъ слизистой, слишкомъ свѣтлой или, наоборотъ, слишкомъ темной, въ основѣ этихъ явленій лежатъ, весьма вѣроятно, заболѣванія слизистой оболочки матки, застой крови или же разжиженіе крови. Соответствующее общее леченіе, въ зависимости отъ возраста и прочихъ частныхъ условій, должно въ такомъ случаѣ идти рука объ руку съ мѣстнымъ леченіемъ. Массажъ матки (см. „Тюре-Брандтъ“).

поглаживаніе, разминаніе, приподыманіе ея и пр. опытными и тонкими пальцами могутъ иногда въ очень короткое время вновь привести ее въ нормальное состояніе. Полученные результаты поддерживаются при помощи сидячихъ ваннъ, отвлекающихъ водолечебныхъ приемовъ и соотвѣтствующей діеты. При рѣзко выраженныхъ *боляхъ* въ области матки обыкновенно страдаетъ и пищевареніе. Въ большинствѣ случаевъ наблюдаются капризный аппетитъ и наклонность къ запорамъ. Въ такомъ случаѣ наша ближайшая обязанность состоитъ въ томъ, чтобы урегулировать пищевареніе, особенно же стулъ. Неоднократно уже указывали мы на то, что скопленіе твердыхъ каловыхъ массъ въ прямой кишкѣ въ сильнѣйшей степени благоприятствуетъ наклоненіямъ и перегибамъ матки. Неоднократно уже указывали мы также на вліяніе діеты на кровоточеніе и боли, такъ же, какъ и на отличное дѣйствіе, которое производятъ въ нѣкоторыхъ случаяхъ разумные водолечебные приемы.

Что же касается того, какой именно методъ леченія долженъ быть примѣняемъ въ каждомъ отдѣльномъ случаѣ, то на этотъ счетъ очень трудно давать какія-либо общія указанія, такъ какъ методы эти находятся въ зависимости отъ условій, которые рѣзко мѣняются въ каждомъ отдѣльномъ случаѣ. Чтобы дать, однако, нашимъ читательницамъ представленіе о методахъ леченія въ подобныхъ случаяхъ, мы приводимъ два случая изъ нашей \*) собственной практики. Женщина 29 лѣтъ жаловалась на обильныя регулы, которыя длились у нея около 7 дней. Помимо того, она жаловалась на головныя боли и на боли въ области крестца, на твердый стулъ и на зябкость ногъ. Общій видъ ея указывалъ на значительное истощеніе. Въ теченіе полугода носила она уже маточное кольцо, которое ей было введено, повидимому, изъ-за опущенія матки. За короткое время до того, какъ обратиться къ намъ, ей было произведено выскабливаніе матки. Въ теченіе двухъ мѣсяцевъ послѣ выскабливанія кровопотери во время регулъ стали слабѣе, хотя общее состояніе попрежнему оставалось плохимъ. Затѣмъ и кровоточеніе возвратилось съ прежней силой.

Мы установили слѣдующее леченіе. Прежде всего мы приступили къ массажу спины и живота. Какіе бы то ни было спиртные напитки, а также и мясо были изгнаны изъ употребленія. Ежедневно ставились маленькіе свѣжіе клистиры изъ одной-двухъ ложекъ воды. Слѣдствіемъ этихъ столь простыхъ мѣропріятій было то, что у нея уже черезъ

---

\*) Автора.

нѣсколько дней стулъ установился правильный и мягкій, причемъ одновременно улучшился и аппетитъ. Для отвлеченія крови отъ таза ежедневно передъ завтракомъ дѣлалось обливаніе водой въ 36° и 26° Ц. Послѣ того производилось энергичное растираніе тѣла, и больная предавалась движенію. Послѣ обѣда производились ручныя ванны попеременно въ 42° и 16°. Чтобы противодѣйствовать зябкости ногъ, ихъ ежевечерне растирали теплыми руками, послѣ чего ихъ обрачивали теплыми салфетками или же къ нимъ прикладывали горячія бутылки, что доставляло больной большое удовольствіе. Кожаныя ботинки, которыя такъ легко пропускаютъ тепло, были замѣнены ботинками изъ мягкой и вмѣстѣ съ тѣмъ проницаемой для воздуха матеріи. Помимо всего, производился три раза въ недѣлю маточный массажъ, который далъ отличные результаты. Больная страдала хроническимъ эндометритомъ, т. е. воспаленіемъ слизистой оболочки матки, что и повело къ значительному застою въ ней крови. Въ связи съ этимъ замедлился и обмѣнъ веществъ въ организмѣ, а также стало очень вялымъ и кровообращеніе. Спустя 6 недѣль больная закончила свое леченіе, такъ какъ возстановились правильныя и нормальныя регулы и сама больная чувствовала себя здоровой и крѣпкой.

Не мѣнѣе часто встрѣчаются въ жизни и случаи въ родѣ слѣдующаго. 22-лѣтняя дѣвушка страдала въ теченіе почти трехъ лѣтъ сильнѣйшими болями при появленіи регулъ. Дѣвушка была малокровной, жаловалась на сердцебиенія, на значительную усталость, неохоту къ труду и къ какому-либо занятію вообще. При изслѣдованіи былъ найденъ легкій перегибъ матки впередъ и ослабленная дѣятельность всѣхъ органовъ. Были назначены: внутренній массажъ, воздушно-горячія ванны, ежедневныя сидячія ванны, дыхательная гимнастика, молоко, фрукты и овощи. Все вмѣстѣ взятое принесло въ высшей степени утѣшительные результаты. Не прошло и двухъ недѣль, какъ улучшилось общее состояніе. Что же касается до болей при появленіи менструацій, то онѣ разъ отъ разу уменьшались и далеко не такъ сильно мучили больную, какъ прежде. Полное выздоровленіе наступило недѣль черезъ семь.

**Менструацій — прекращеніе.** Прѣкращеніе регулъ должно считаться явленіемъ вполне нормальнымъ только въ томъ случаѣ, когда оно наступаетъ въ такъ-называемомъ **критическомъ возрастѣ** (возрастѣ заматерѣлости) [см. стр. 333]. Нормально оно также и въ томъ случаѣ, когда совпадаетъ съ началомъ беременности. Если же менструаціи прекращаются въ возрастѣ 15—45 лѣтъ, причемъ женщина *не беременна*, то явленіе это

должно почитаться болѣзненнымъ. Наблюдается прекращеніе регулъ при такихъ условіяхъ у женщинъ нервныхъ, малокровныхъ, у которыхъ и прочія органическія функціи совершаются крайне неправильно. Прекращаются онѣ также во время острыхъ и хроническихъ тяжелыхъ и истощающихъ болѣзней, напр., при чахоткѣ. Въ такомъ случаѣ появленіе менструацій вновь служитъ довольно вѣрнымъ указаніемъ того, что организмъ идетъ по пути выздоровленія и что общее состояніе больной значительно улучшилось.

= **Леченіе.** Въ другомъ мѣстѣ (см. „*Половая жизнь*“ въ I части сочиненія: „*Менструальный періодъ*“—стр. 327) мы уже указывали на то, что возстановленіе этой функціи должно быть предоставлено естественнымъ силамъ организма и что желаніе насильственно вызвать эту функцію, для выполненія которой у организма не хватаетъ силы, можетъ повлечь за собой очень вредныя послѣдствія. Больше того, очень часто мы на прекращеніе менструацій должны смотрѣть, какъ на очень цѣлесообразное явленіе, при помощи котораго организмъ стремится сохранить силы, ограничивая свои траты. Руководясь этими соображеніями, мы все наше вниманіе должны обратить на то, чтобы при посредствѣ общаго леченія *укрѣпить организмъ*: когда эта цѣль будетъ достигнута, регулы вновь появятся сами собой, безъ всякаго старанія съ нашей стороны. Самое болѣе, что мы должны сдѣлать, такъ это слѣдующее: въ томъ случаѣ, когда каждыя четыре недѣли появляются тянущія боли въ крестцѣ и боли внизу живота, которыя указываютъ на то, что организмъ дѣлаетъ извѣстныя усилія къ возстановленію этой функціи, придти ему въ нѣкоторой степени на помощь. Привести наше желаніе въ исполненіе мы можемъ при посредствѣ горячихъ компрессовъ, которые мы кладемъ на низъ живота, или при помощи горячихъ сидячихъ ваннъ 40° температуры и продолжительностью въ 10 минутъ. Но и этими средствами мы должны пользоваться очень умѣренно. Въ противномъ случаѣ мы рискуемъ вызвать слишкомъ сильное кровотеченіе, которое причинить, конечно, организму гораздо больше вреда, нежели продолжительное отсутствіе менструацій.

Въ дѣйствительности нѣкоторыя матери прилагаютъ часто слишкомъ ужъ много стараній для того, чтобы искусственнымъ образомъ вызвать у своихъ дочерей прекратившіяся регулы. Дѣлаютъ онѣ это, несомнѣнно, съ самыми лучшими намѣреніями, что нисколько не мѣшаетъ имъ приносить иногда довольно глубокой вредъ своимъ дочерямъ. Происходитъ это оттого, что въ обществѣ распространены довольно неправильныя взгляды относительно регулъ.

Не слѣдуетъ упускать изъ виду, что менструаціи вовсе не составляютъ функции, безъ которой организмъ не можетъ обходиться, въ родѣ дыханія, напр. Регулы являются только выраженіемъ и показателемъ здоровья организма, но отнюдь не его необходимымъ условіемъ. Поэтому намъ слѣдуетъ беспокоиться не столько о томъ, что регулы не появляются, сколько о томъ, какая причина вызвала ихъ прекращеніе, и на эту причину мы должны напречь все наше вниманіе. Не слѣдуетъ также упускать изъ виду, что въ нѣкоторыхъ случаяхъ, при начинающейся чахоткѣ, напр., прекращеніе мѣсячныхъ является истиннымъ благодѣяніемъ для организма, который въ противномъ случаѣ слишкомъ быстро истощился бы.

**Ментонъ.** Чудная зимняя климатическая станція на берегу Средиземнаго моря во Франціи. Прекрасныя морскія купанья. Мягкій, ровный теплый климатъ. Показанъ для пребыванія лицъ ослабленныхъ, съ нѣжной организаціей, особенно же для страдающихъ разстройствами дыхательнаго аппарата. Сезонъ съ октября до мая, купанья — съ апрѣля по октябрь.

**Мигрень** представляетъ собой страданіе очень распространенное въ современномъ женскомъ мірѣ. Обнаруживается она односторонней головной болью, которая чаще всего начинается съ того момента, какъ больная поднялась съ постели. Малѣйшее раздраженіе, слишкомъ яркій свѣтъ, чересчуръ громкій разговоръ и пр. часто значительно ухудшаютъ состояніе больной, которая отличается въ это время особенной раздражительностью. Больная испытываетъ тошноту; нерѣдко наблюдается и рвота. Причины мигрени, несомнѣнно, коренятся очень глубоко въ общихъ условіяхъ жизни организма. Изъ ближайшихъ причинъ мы можемъ указать на малокровіе, переутомленіе, чрезмѣрныя заботы и пр. Изъ физическихъ причинъ — на застарѣлый перегибъ матки, процессы броженія въ кишечникѣ, которые производятъ самоотравленіе организма; — на половую неумѣренность. Очень часто мигрень бываетъ наслѣдственной. Наблюдается она преимущественно у городскихъ и притомъ интеллигентныхъ женщинъ, образъ жизни которыхъ, какъ извѣстно, далеко не всегда удовлетворяетъ даже элементарнымъ требованіямъ гигіены.

Что касается до **леченія**, то очень и даже слишкомъ часто больныя прибѣгаютъ къ фенацетину, мигренивому карандашу (ментолъ) и пр. Очень дѣйствительнымъ средствомъ является также и кофеинъ. Гораздо лучше, однако, обходиться безъ этихъ средствъ, которыя къ тому же быстро утрачиваютъ свое дѣйствіе, но устроить свою жизнь такимъ образомъ, чтобы справедливымъ требованіямъ организма было

дано надлежащее удовлетворение; поменьше заботъ; побольше покоя и физическаго труда; свѣжій воздухъ) пребываніе въ деревнѣ), и тогда припадки мигрени прекратятся сами собой.

**Мидалинъ** — воспаление, см. „Ангина“.

**Минеральныя воды**, см. „Источники — минеральные“.

**Мирра** представляет собой благовонную смолу, которая оказываетъ оживляющее вліяніе на зубное мясо. Употребляется она при цингѣ, а также при дурномъ запахѣ изо рта. Къ водѣ, которой полощутъ ротъ, прибавляютъ нѣсколько капель настойки мирры.

**Мнимая смерть**, см. „Смерть — мнимая“.

**Мода.** — Мы не станемъ касаться здѣсь общаго вопроса о томъ, разумно или неразумно слѣпо слѣдовать модѣ, которая далековне всегда удовлетворяетъ къ тому же и нашимъ эстетическимъ требованіямъ. Коснемся этого вопроса исключительно съ точки зрѣнія *инженерской*. Съ этой точки зрѣнія очевидно, что мода, которая создается почти исключительно въ Парижѣ, всего меньше имѣетъ возможности считаться съ климатическими условіями каждой страны въ отдѣльности. Всѣхъ больше страдаемъ отъ этого, быть можетъ, мы, такъ какъ очень часто мода чрезвычайно мало оказывается приспособленной къ *нашему* климату. Помимо того, мода, считающаяся только съ быстропреходящими вкусами и мимолетными требованіями, слишкомъ пренебрегаетъ вѣковѣчными и постоянными требованіями организма. Тотъ, кто не разучился самостоятельно мыслить и дѣйствительно дорожить своимъ здоровьемъ, съумѣетъ ко всякой модѣ отнестись критически и, заимствовавъ отъ нея то, что въ ней есть, быть можетъ, дѣйствительно художественнаго, во всякую минуту ограждать насущные интересы своего организма и индивидуальныя особенности своего тѣла. Между тѣмъ съ особенностями нашего тѣла никакая мода вѣдь считаться не въ состояніи, такъ какъ модѣ свойственно только обезличиваніе, но никакъ не индивидуализація: вѣдь мода одинакова для всѣхъ \*).

**Можжевелевыя ягоды.** Старинное, но вмѣстѣ съ тѣмъ очень дѣйствительное средство. Дѣйствуютъ какъ мочегонное. Употребляются при сердечныхъ болѣзняхъ и при водянкѣ почечнаго происхожденія.

**Мозга — болѣзни.** — Въ высшей степени сложная и трудная глава для популярнаго сочиненія. Мозгъ является средоточіемъ нашей духовной дѣятельности. Поэтому заболѣванія мозга, какаго бы то рода ни было, отражаются въ болѣшей или меньшей степени на нашей духовной дѣятель-

\*) См. также наши ст.: «Гигіена и мода» — «Спутн. Здор.» 1902 г.



Рис. 1.  
Лицевое положеніе.



Рис. 2.  
Ягодичное положеніе.



Рис. 3.  
Поперечное положеніе.  
(плечиками.)



Рис. 4.  
Щипцы Негеле.



Рис. 6.  
Наложеніе щипцовъ.  
(приподыманіе рукоятки.)



Рис. 5.  
Наложеніе щипцовъ.  
(при черепномъ положеніи.)



Рис. 7.  
Двойни въ черепномъ  
положеніи.



Рис. 8.  
Родовая опухоль  
(въ видѣ сахарной головы)  
при затылочномъ положеніи  
младенца во время родовъ.



Рис. 9.  
Родовая опухоль головки  
при лобномъ положеніи  
младенца во время родовъ.

ности. Болѣзни мозга мы можемъ раздѣлить на двѣ большія группы: на т.-наз. „функциональныя“ и „органическія“. Что касается до болѣзней первой группы, то мы знакомы съ ихъ внѣшними проявленіями, но не знаемъ, благодаря какимъ именно измѣненіямъ въ мозгу онѣ появляются. Что касается до вторыхъ, то эти измѣненія нами въ большей или меньшей степени изучены, и мы по опредѣленному внѣшнему признаку (параличу, напр., какой-нибудь конечности) можемъ съ увѣренностью сказать, что болѣзненнымъ процессомъ задѣтъ опредѣленный участокъ мозга. Нѣтъ никакого сомнѣнія въ томъ, что со временемъ вторая группа мозговыхъ заболѣваній будетъ постепенно увеличиваться за счетъ первой.

Къ болѣзнямъ *первой группы* мы можемъ въ настоящее время отнести истерію, падучую, пляску св. Витта, большинство видовъ умопомѣшательства, напр., тѣ, которые являются послѣдствіемъ сильнаго волненія: испуга и пр. Что же касается до болѣзней *второй группы*, то къ нимъ мы можемъ отнести воспаленіе и постепенное исчезновеніе (атрофію) извѣстныхъ группъ клѣтокъ, кровоизліянія въ мозгу, опухоли мозга и пр.

Болѣзни мозга проявляются какъ *физическими*, такъ и *духовными* признаками.

Къ первымъ мы можемъ отнести расстройства двигательныя и чувствительныя. Ко вторымъ—извращеніе воспріятія, мышленія и чувствованія. *Двигательныя расстройства* сводятся къ ослабленію способности даннаго члена или органа къ движенію, къ полному прекращенію въ немъ движенія—параличу, или же къ чрезмѣрно сильнымъ движеніямъ. Расстройства чувствительности выражаются въ томъ, что членъ или органъ начинаетъ слабѣе ощущать опредѣленные впечатлѣнія, чѣмъ въ нормальномъ состояніи, совершенно утрачиваютъ способность ихъ воспринимать или, наоборотъ, воспринимаетъ ихъ сильнѣе, чѣмъ въ нормальномъ состояніи, такъ какъ оживляющіе ихъ нервы находятся въ возбужденномъ состояніи. Къ этому разряду явленій относится дрожаніе, спазмы, судороги и пр. Указанные признаки могутъ; впрочемъ, быть производимы также и заболѣваніями нервныхъ стволовъ и спинного мозга. Дѣло врача разобраться въ томъ, съ какимъ именно заболѣваніемъ мы имѣемъ дѣло въ каждомъ отдѣльномъ случаѣ. Подобныя же измѣненія происходятъ и въ чувствительности даннаго органа.

Что касается до *духовныхъ проявленій* болѣзней головного мозга, то они также многочисленны и разнообразны. Къ нимъ можно причислить измѣненія въ характерѣ, ослабленіе па-



мяти, странность въ поступкахъ, обманы чувствъ, бредъ и пр. Отсылая читательницъ къ статьѣ „Душевные болѣзни“, мы здѣсь опишемъ наиболѣе часто встрѣчающіяся болѣзни головного мозга, матеріальная причина и постепенное развитіе которыхъ намъ извѣстны.

— **Опухоли.** Опухоли мозга могутъ имѣть различное происхожденіе: онѣ могутъ явиться послѣдствіемъ ненормальнаго разростанія костей, мозговыхъ оболочекъ, расширеній кровеносныхъ сосудовъ (аневризмъ), ненормальнаго разростанія самой мозговой ткани и пр. Признаки, которыми проявляется существованіе мозговой опухоли, само собой разумѣется, не всегда одинаковы: очень многое зависитъ отъ того, въ какомъ именно мѣстѣ находится опухоль, на какія части мозга она оказываетъ давленіе, съ какой силой и пр. Къ наиболѣе частымъ признакамъ слѣдуетъ отнести постоянную или перемежающуюся головную боль, головокруженія, ощущеніе ползанія мурашекъ въ различныхъ частяхъ тѣла и *рвоту* (отличительнымъ признакомъ которой является то, что она не причиняетъ никакихъ страданій больному). Нерѣдко паблюдаются *конвульсии*. Въ другихъ случаяхъ къ указаннымъ признакамъ присовокупляются *параличи* какой-либо конечности или цѣлой половины тѣла; параличъ нѣкоторыхъ частей лица; исчезновеніе чувствительности въ какомъ-либо членѣ или цѣлой половинѣ тѣла; разстройства внѣшнихъ органовъ чувства, всего чаще зрѣнія и пр. Иногда наблюдаются разстройства или потеря рѣчи. *Леченіе* представляетъ большія трудности. Всего успѣшнѣе поддаются леченію опухоли, происходящія отъ дурной болѣзни (сифилиса), которыя лечатся ртутью и іодистымъ калиемъ. Въ нѣкоторыхъ другихъ случаяхъ съ полнымъ успѣхомъ можетъ быть произведена операція опухоли.

— **Приливъ крови.** Приливъ крови къ мозгу можетъ произойти вслѣдствіе различныхъ причинъ. Наиболѣе частыми являются солнечный ударъ, или же, наоборотъ, внезапное дѣйствіе сильнаго холода, обильное вкушеніе спиртныхъ напитковъ, нравственные потрясенія и пр. Наблюдается приливъ крови къ мозгу и при нѣкоторыхъ сердечныхъ болѣзняхъ. Легкій приливъ ознаменовывается слѣдующими *признаками*. Появляется сильная головная боль; сонныя артеріи начинаютъ биться; въ ушахъ слышится звонъ; лицо краснѣетъ. Въ другихъ случаяхъ появляется головокруженіе и рвота. Перечисленные болѣзненные явленія могутъ длиться отъ нѣсколькихъ часовъ до нѣсколькихъ дней. Они обнаруживаютъ большую наклонность къ возвратамъ.

Описанная картина является только отраженіемъ **апоплексическаго удара** (см.) въ смягченномъ видѣ. Не слѣдуетъ забывать, что приливы къ мозгу могутъ рано или поздно привести къ очень опасному удару. Поэтому на нихъ слѣдуетъ смотрѣть, какъ на предостереженіе и принять всѣ мѣрѣ къ ихъ предотвращенію на будущее время.

Въ числѣ этихъ мѣрѣ на первомъ планѣ стоитъ, разумѣется, устраненіе всѣхъ причинъ, которыя могутъ повести къ приливамъ крови къ мозгу и которыя нами были указаны выше. Въ случаѣ появленія прилива слѣдуетъ больного уложить такимъ образомъ, чтобы голова приходилась повыше. Слѣдуетъ положить горчичники на затылокъ. Ноги погрузить въ горячую ванну, къ которой прибавить горсть или двѣ горчицы. На голову ледъ. Слабительныя клизмы. Ближайшіе дни — самая легкая діета.

— **Размягченіе.** Размягченіе мозга наблюдается при различныхъ, преимущественно же при сердечныхъ болѣзняхъ. Происходитъ размягченіе извѣстнаго участка мозга вслѣдствіе того, что какой-либо сосудъ закупорился и данный участокъ лишенъ поэтому возможности питаться кровью. Признаки, которыми проявляется это заболѣваніе, не всегда бываютъ одинаковы. Въ большинствѣ случаевъ наблюдается неполный односторонній *параличъ*, затрудненіе въ произношеніи словъ, умственное расстройство, потеря памяти, безпричинныя слезы и смѣхъ; затѣмъ попеременно—сильное возбужденіе и полный упадокъ силъ. Что касается до *леченія*; то мы стараемся насколько возможно облегчить состояніе больного, но о коренномъ леченіи можетъ быть рѣчь только при люэтическомъ (сифилитическомъ) происхожденіи болѣзни.

**Мозговыхъ оболочекъ — воспаленіе.** Воспаленіе мозговыхъ оболочекъ наблюдается, преимущественно, у *дѣтей*. Приключиться оно можетъ отъ различныхъ причинъ: отъ гнойнаго воспаленія уха, при воспаленіи легкаго, гноекровіи и пр. Тѣмъ не менѣе, въ неизмѣримомъ большинствѣ случаевъ воспаленіе мозговыхъ оболочекъ бываетъ *бугорчатымъ* и вызывается коховскою палочкой. Выражается болѣзнь въ томъ, что вдоль сосудовъ мягкой мозговой оболочки высыпаютъ мелкіе узелки. Всего чаще наблюдается въ возрастѣ 2—7 лѣтъ, По своей природѣ—наслѣдственно. Очень часто параллельно идетъ и легочная чахотка.

Въ теченіи болѣзни различаютъ *три періода*: періодъ предвѣстниковъ, періодъ возбужденія и періодъ угнетенія. О каждомъ изъ нихъ скажемъ нѣсколько словъ. *Періодъ предвѣстниковъ* длится различно: отъ 3 дней и до 3 мѣсяцевъ.

Характеръ ребенка замѣтно мѣняется къ худшему: онъ становится грустнымъ, раздражительнымъ и безпокойнымъ. Сонъ дѣлается тревожнымъ. Появляется время отъ времени лихорадка. Аппетитъ пропадаетъ. Ребенокъ теряетъ силы и замѣтно худѣетъ.

Второй періодъ — *періодъ возбужденія* — характеризуется появленіемъ жестокой головной боли; рвотой, которая скоро становится желчной; особенными короткими отрывистыми и очень жалобными криками; запоромъ. Лихорадка наблюдается, какъ постоянное явленіе, хотя и съ неправильнымъ теченіемъ; къ вечеру температура повышается. Наблюдаются судорожныя сокращенія мышцъ, косоглазіе. Зрачокъ—суженъ; зрѣніе разстроено.

Третій періодъ является *періодомъ упадка и умшенія*. Наблюдается непреодолимая наклонность ко сну, изъ котораго больного бываетъ иногда трудно пробудить; одновременно появляется и безчувственность. Дѣятельность легкиихъ и сердца такъ же, какъ и большинство другихъ функций организма, нарушается. Лицо поминутно мѣняетъ краску и бываетъ то блѣднымъ, то краснымъ. Животъ сильно *втянутъ* и представляетъ углубленіе въ видѣ лодки. Время отъ времени появляются *судороги*, за которыми слѣдуютъ *параличи*. Длительность болѣзни неопредѣленная: иногда она протекаетъ въ нѣсколько дней, иногда тянется нѣсколько мѣсяцевъ. Исходъ въ большинствѣ случаевъ бываетъ трагическимъ.

== **Леченіе** этого въ высшей степени тяжелаго страданія—очень ненадежно. Примѣняютъ ледъ на голову, отвлекающія, втиранія ртутной мази, слабительныя, іодистый и бромистый калий, но далеко не всегда усилія наши увѣнчиваются успѣхомъ. Изъ тяжелой картины воспаленія мозговыхъ оболочекъ мы можемъ вывести иное заключеніе. Наша обязанность *предохранить* дѣтей, которыя къ ней или, точнѣе говоря, къ бугорчаткѣ вообще, обнаруживаютъ хотя бы малѣйшую склонность (наслѣдственность!) отъ подстерегающихъ ихъ болѣзней. Намъ необходимо укрѣпить ихъ здоровье и закалить организмъ, дабы дать ему силы оказывать надлежащій отпоръ нападенію коховскихъ палочекъ. Какимъ именно путемъ мы всего вѣрнѣе можемъ этого достигъ, мы указывали неоднократно.

**Мозоль** представляетъ столь же неприятное, сколь и распространенное страданіе, главной виной появленія котораго должно считать узкую и тѣсную обувь. Наилучшее средство для уничтоженія мозолей является поэтому свободная и просторная обувь. Для уничтоженія мозолей прибѣгаютъ къ

различнымъ химическимъ средствамъ (ляпису, кислотамъ и пр.), а также къ вырѣзыванію. Последний способъ должно признать наиболѣе дѣйствительнымъ, особенно въ томъ случаѣ, когда мозоль — послѣ предварительнаго ея размягченія въ горячей водѣ съ мыломъ — удаляется съ корнемъ. Операция эта должна, однако, производиться съ соблюденіемъ полной антисептики. Въ противномъ случаѣ грозитъ опасность *зараженія крови*, которая наблюдалась при такихъ условіяхъ уже неоднократно.

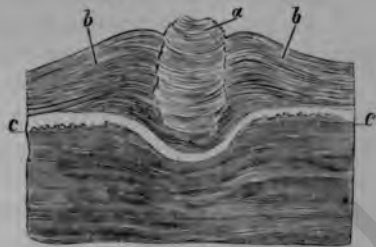


Рис. 286 Мозоль.  
а—Затвердѣвшее ядро мозоли; б—верхняя кожа; с—кожа.

Какъ паллиативъ, можно рекомендовать противъ мозолей спеціальныя кружочки, предохраняющіе больное мѣсто ихъ отъ давленія.

**Мойнакское озеро, см. „Евнаторія“.**

**Мокрота.** Слизистая оболочка дыхательныхъ путей выстлана многочисленными железами, которыя имѣютъ назначеніемъ поддерживать дыхательные пути въ состояніи влажности, необходимомъ для ихъ правильной дѣятельности. Поэтому въ нормальномъ состояніи никакой мокроты не отдѣляется. Дѣло рѣзко мѣняется, однако, при воспаленіи слизистой оболочки (катаррѣ) или дыхательныхъ путей. Въ такомъ случаѣ появляется въ болѣе или менѣе обильномъ количествѣ мокрота, которой мы во многихъ отношеніяхъ придаемъ важное значеніе. По ея обилію, и особенно по ея внѣшнимъ особенностямъ, мы очень часто имѣемъ возможность съ полной увѣренностью судить о томъ болѣзненномъ процессѣ, который разыгрывается въ глубинѣ дыхательнаго аппарата. Часто врачу стоитъ только взглянуть на мокроту больного, чтобы безъ какихъ-либо дальнѣйшихъ разспросовъ и изслѣдованій поставить съ увѣренностью тотъ или иной діагнозъ болѣзни.

Мокрота появляется при катарральномъ воспаленіи глотки, дыхательной трубки и вѣтвей (бронхитѣ), воспаленіи легкихъ, легочной чахоткѣ и пр. Мокрота содержитъ въ себѣ частицы различныхъ тканей легкихъ, а также и нѣкоторыя инородныя тѣла, попавшія въ легкія извнѣ. Такъ, мы въ легкихъ находимъ слизь, гной, кровяныя тѣльца, легочную ткань, эпителиальныя клѣтки, эластическія волокна, вдохнутыя частицы пыли и пр. Помимо всего, въ нихъ находятся и различныя бактеріи. Понятіе о составѣ мокроты даетъ намъ рис. 287.

Мокрота бывает пѣнистой, бѣлой и воздушной при бронхитѣ; желтой, гнойной—при хроническомъ бронхитѣ;—зеленоватою въ томъ случаѣ, когда слизь застоялась въ легкихъ. Въ начальной ступени чахотки мы находимъ въ мокротѣ красноватя кровяныя жилки; при образованіи пещеръ (кавернъ) въ легкихъ въ болѣе позднемъ періодѣ мокрота имѣетъ видъ кругленькихъ клубочковъ, напоминающихъ отдѣльныя монеты и совершенно свободно плавающихъ въ жидкости. Въ послѣднемъ періодѣ болѣзни къ мокротѣ иногда въ значительной степени примѣшивается кровь. Мокрота бываетъ бураго или кирпичнаго цвѣта при воспаленіи легкихъ. Она издаетъ невыносимый запахъ при омертвѣніи (гангренѣ) легкихъ.



Рис. 287. Мокрота, разсматриваемая въ микроскопъ при увеличеніи въ 200 разъ.

а—мерцательныя клітки; б—мостовидныя клітки;—с—цилиндрическія клітки; д—слизистыя тѣльца; е—гнойныя тѣльца; ф—кровяныя шарики; г—эластическія волокна легочной ткани (при легочной чахоткѣ); h—вѣтвобразная мокрота, которая даетъ намъ изображеніе вѣтвобразнаго развѣтвленія дыхательной трубки.

(По Вальзеру.)

Что касается до *бациллъ*, то всего чаще ищутъ въ мокротѣ коховскую палочку, изображеніе которой нами было дано въ статьѣ „Бактеріи“, къ которой мы и отсылаемъ читательницъ. Тамъ же мы указывали и способъ, при помощи котораго отыскиваются бациллы при бугорчаткѣ. Никакая мокрота не должна оставаться безъ вниманія со стороны больного и, если отхожденіе ея не прекращается въ те-

ченіе нѣкотораго времени, то необходимо обратиться къ врачу за выясненіемъ причины ея появленія. Не слѣдуетъ забывать, что въ нормальномъ состояніи мокрота *никогда* не отходитъ.

Принимать спеціальныя мѣры противъ отхожденія мокроты не всегда слѣдуетъ. Она часто составляетъ естественное явленіе въ организмѣ, который всѣми силами старается избавиться отъ постороннихъ веществъ, загромаждающихъ внутренность легкихъ и препятствующихъ правильному дыханію. Поэтому слабымъ больнымъ приходится, наоборотъ, прописывать иногда тѣ или иные вещества, которыя благоприятствуютъ и облегчаютъ отхожденіе мокроты. Во всякомъ случаѣ, теплые компрессы, наложенные на шею и на грудь

также, какъ и промежъ лопатокъ, значительно облегчаютъ боль, испытываемую при кашлѣ, который почти неизбѣжно сопровождается выдѣленіемъ мокроты. То же можно сказать и про перемѣнныя ножныя ванны. Во всякомъ случаѣ необходимо, повторяемъ, обратить самое строгое вниманіе на основное страданіе.

**Морская болѣзнь** выражается, какъ извѣстно, въ головокруженіи, тошнотѣ и рвотѣ. Ближайшей его причиной служитъ качаніе судна на морскихъ волнахъ. То же самое ощущеніе испытывается нѣкоторыми при качаніи на качеляхъ, при переходѣ черезъ потокъ по узкимъ мосткамъ, при катаніи по снѣгу на саняхъ и въ полѣ и пр. Обусловливается она особеннымъ раздраженіемъ мозга, въ которомъ видное участіе принимаетъ, повидимому, блуждающій нервъ. Много давалось средствъ противъ морской болѣзни, но вполне надежныхъ не существуетъ и по настоящее время. По собственному опыту можемъ рекомендовать читательницамъ слѣдующія мѣры. При началѣ же качки ложиться на койку и сохранять возможно полную неподвижность. Предпочтительнѣе придать тѣлу положеніе *перпендикулярное* къ направленію качки. Слѣдуетъ стараться сосредоточить мысль на чемъ-либо широкомъ и величественномъ: на воспоминаніи о высокой горѣ, на которую приходилось взбираться, о широкой степи, покрытой травой, лѣсѣ и пр. Въ случаѣ появленія рвоты,—небольшими количествами вино и ледъ. Одни себя чувствуютъ лучше, если у нихъ желудокъ пустъ; другіе, наоборотъ, предохраняютъ себя отъ морской болѣзни только въ томъ случаѣ, если покушаютъ. Въ этомъ отношеніи каждому необходимо изучить свой темпераментъ.

**Морфій** служитъ однимъ изъ наиболѣе драгоценныхъ средствъ медицинскаго арсенала. Какъ по волшебству, впрыскиваніе самага незначительнаго количества морфія подъ кожу облегчаетъ больному страданіе и даетъ ему возможность хоть на время забыться во снѣ и собрать силы для дальнѣйшей борьбы съ лихой болѣзвью. Къ сожалѣнію, каждая медаль имѣетъ и обратную сторону, которая въ морфій заключается въ томъ, что больные начинаютъ слишкомъ дорожить его благодѣтельнымъ дѣйствіемъ и прибѣгаютъ къ нему черезчуръ часто. Между тѣмъ, морфій имѣетъ неблагоприятное вліяніе на сердце и на другія органическія функціи, которыя онъ рѣзко ослабляетъ. Поэтому врачи стараются *какъ можно рѣже* прибѣгать къ морфію вообще, и къ впрыскиваніямъ морфія въ особенности. Въ тѣхъ случаяхъ, когда больной самъ начинаетъ дѣлать себѣ впрыскиванія, онъ вѣрнѣйшей дорогой направляется къ **морфинизму**, который слѣдуетъ счи-

татъ очень тяжелымъ страданіемъ. Въ виду того, что организмъ слишкомъ быстро привыкаетъ къ прежней дозѣ и она перестаетъ поэтому производить желательное дѣйствіе, больные почти неизбѣжно вынуждаются къ тому, чтобы постепенно все больше и больше увеличивать дозы, пока не доведутъ себя до морфинизма, т. е. до болѣзненной и непреодолимой потребности въ морфійи и хроническаго отравленія этимъ веществомъ. Такой больной уже черезъ короткое время начинаетъ производить самое ужасное впечатлѣніе. Появляется дрожаніе членовъ, ослабленіе умственныхъ способностей. Пропадаетъ аппетитъ. Человѣкъ быстро опускается, какъ физически, такъ и духовно, и черезъ нѣкоторое время начинаетъ походить на живой трупъ.

= **Боротся** съ морфинизмомъ очень трудно, главнымъ образомъ, потому, что врачъ встрѣчаетъ въ больномъ не вѣрнаго помощника, какъ это наблюдается при всѣхъ другихъ болѣзняхъ, но непріятеля, который прилагаетъ всѣ мѣры къ тому, чтобы обмануть бдительность врача и окружающихъ и раздобыть себѣ какимъ бы то ни было путемъ морфійи и шприцъ. Въ этомъ періодѣ на больного слѣдуетъ смотрѣть, какъ на человѣка, въ значительной степени невѣняемаго. Полная изоляція, т. е. удаленіе изъ родной обстановки, всего лучше въ специальную лечебницу, поддержка дѣятельности сердца; бдительный надзоръ за больнымъ; перемѣна обычныхъ условій его существованія; пребываніе на вольномъ воздухѣ; смотря по состоянію больного, водолеченіе, массажъ или электричество—вотъ тѣ мѣры, которыя еще способны бываютъ излечить больного. Къ несчастью, слѣдуетъ признаться, что число морфиномановъ въ настоящее время очень значительно. Всего чаще встрѣчаются они среди свѣтскихъ дамъ, артистовъ, врачей и т. д.

Въ случаѣ *остраго отравленія морфіемъ*—дать тотчасъ же рвотное и проносное. Произвести, если возможно, промываніе желудка. Возбуждать больного всѣми мѣрами, преимущественно холодными обливаніями вдоль позвоночника. Противоядіемъ морфійи считается **атропинъ** (см.), который и впрыскивается подъ кожу (конечно, врачомъ).

По поводу морфійи считаемъ необходимымъ сказать нѣсколько словъ и о продуктѣ, изъ котораго морфійи получается: о **макѣ**. Помимо морфійи изъ мака добывается и другое чрезвычайно цѣнное лекарственное вещество: *козеинъ*. Сортовъ мака бываетъ нѣсколько. Наболѣе богатымъ въ отношеніи содержанія наркотическихъ средствъ является смирскій и константинопольскій. Снотворное дѣйствіе мака отлично извѣстно и народу. Имъ очень часто пользуются или, точнѣе говоря,

*злоупотребляют* няньки и кормилицы, чтобы усыпить безпокойнаго ребенка. Въ этомъ отношеніи за ними необходимо учредить самый строгій надзоръ, такъ какъ очень многія изъ нихъ прибѣгаютъ, къ сожалѣнію, къ опаиванію макомъ дѣтей, что на дѣтяхъ отражается, само собою разумѣется, крайне пагубно.

**Моча** представляетъ собой одинъ изъ наиболѣе важныхъ продуктовъ выдѣленія нашего организма, и состояніе ея въ значительной части случаевъ служитъ очень вѣрнымъ показателемъ общаго состоянія организма. Моча состоитъ изъ воды, принятой организмомъ въ избыткѣ, и нѣкоторыхъ, преимущественно азотистыхъ, продуктовъ выдѣленія, изъ которыхъ на первомъ планѣ стоятъ мочевины и мочеваыя кислоты. Не будемъ говорить о тѣхъ выводахъ, которые способны сдѣлать—на основаніи химическаго и микроскопическаго изслѣдованія мочи—врачъ. Укажемъ только на *нормальныя свойства* мочи и на тѣ особенности, которыя должны привлечь наше вниманіе и заставить насъ подумать о томъ, въ порядкѣ ли у насъ почки.

Въ нормальномъ состояніи выдѣляется въ сутки свыше литра (около 6 стакановъ) мочи. Количество это увеличивается въ томъ случаѣ, если поглощается много жидкостей. Очень рѣзко увеличивается количество мочи при **сахарной болѣзни** (см.). Моча должна быть свѣтло-желтаго цвѣта. Моча бываетъ темнаго цвѣта (сгущенная) при лихорадочныхъ болѣзняхъ и при остромъ воспаленіи почекъ. При хроническомъ воспаленіи почекъ (Брайтовой болѣзни) она бываетъ, наоборотъ, обильной и очень свѣтлой. Темной бываетъ моча и въ томъ случаѣ, когда въ ней въ изобилии содержатся соли (указаніе на то, что образуются мочеваыя камни). Въ нѣкоторыхъ случаяхъ содержащіяся въ мочѣ въ изобилии соли отлагаются на стѣнкахъ ночного сосуда въ видѣ блестящихъ кристалловъ. Этотъ признакъ также имѣетъ огромное значеніе, съ точки зрѣнія установленія диагноза почечныхъ камней.

Нормальная моча должна быть прозрачной и свѣтлой. Въ нѣкоторыхъ случаяхъ она бываетъ мутной, такъ какъ содержитъ слизь. *Слизь* можетъ быть различнаго происхожденія: она можетъ происходить изъ почекъ, почечной лоханки, мочеточниковъ, мочевого пузыря и, наконецъ, мочеиспускательнаго канала. Только при помощи микроскопическаго изслѣдованія можемъ мы установить мѣсто происхожденія слизи. Помимо слизи въ мочѣ попадаетъ и *топ*.

При воспаленіи почекъ въ мочѣ является *бѣлок*. Наблюдается это при заразныхъ болѣзняхъ, всего чаще у дѣтей при **скарлатинѣ** (см.). О томъ, какъ наиболѣе простымъ обра-



зомъ открытъ присутствіе бѣлка въ мочѣ, у насъ уже была рѣчь въ статьѣ „Бѣлокъ въ мочѣ — Альбуминурія“, къ которой мы и отсылаемъ читательницъ. Въ мочѣ наблюдается иногда и *кровь*. Въ такомъ случаѣ приходится по имѣющимся налицо признакамъ разобраться въ томъ, откуда эта кровь происходитъ. Задача эта очень часто бываетъ довольно трудной.

При помощи микроскопическаго изслѣдованія мы открываемъ въ мочѣ также и присутствіе *микробовъ*, напр., коховскихъ палочекъ. Неизмѣримо чаще приходится отыскивать въ мочѣ т.-наз. *ионокки*, которые являются причиною перелойнаго зараженія, столь распространеннаго въ наше время. Установленіе этой болѣзни, на основаніи гонококковъ или же по присутствію особенныхъ нитей въ мочѣ, имѣетъ огромное значеніе, такъ какъ перелой не только очень глубоко разстраиваетъ половой аппаратъ мужчины, но очень легко передается и женщинѣ, у которой вызываетъ очень серьезныя заболѣванія въ области половой сферы.

Изъ сказаннаго явно, какое большое значеніе имѣетъ наблюденіе за качествами мочи и какую важную роль играетъ она въ отношеніи распознаванія болѣзни.

**Моча — кровавая.** Какъ мы только-что говорили, кровь въ мочѣ бываетъ самаго различнаго происхожденія. Она служитъ указаніемъ на существованіе воспаленія или опухоли въ какой-либо части мочевого аппарата. Происхожденіе ея узнается, какъ по сопутствующимъ признакамъ, такъ и по микроскопическому изслѣдованію, которое очень часто обнаруживаетъ и другіе ненормальные продукты, по которымъ мы и можемъ судить о томъ, откуда именно появилась кровь въ мочѣ.

**Мочевого аппарата — фистула.** Читательницамъ уже извѣстно (изъ статьи „Кишечная фистула“), что фистула представляетъ собой ненормальное сообщеніе или отверстіе какой-либо естественной плоскости или канала. Мочевой аппаратъ часто даетъ поводъ къ такого рода фистуламъ. Вслѣдствіе разрывовъ, происходящихъ при искусственныхъ или вообще очень тяжелыхъ родахъ, устанавливается иногда ненормальное сообщеніе между мочевымъ пузыремъ и влагалищемъ въ родѣ того, какъ это нами изображено на рис. 288.

Устанавливается ненормальное сообщеніе также между пузыремъ и маткой равно, какъ и между мочеиспускательнымъ каналомъ и маткой. Во всѣхъ этихъ случаяхъ моча истекаетъ изъ половыхъ путей, а именно: изъ *влагалища*.

Что касается до мужчинъ, то и у нихъ вслѣдствіе какаго-либо раненія, изъязвленія и пр., также образуются фистулы, преимущественно мочеиспускательнаго канала. Въ

этомъ случаѣ часто возможно бываетъ добиться удовлетворительныхъ результатовъ при помощи т.-наз. оживленія тканей вызываемаго прижиганіемъ или отрѣзываніемъ ихъ красвѣ. Что же касается до фистулъ мочевого аппарата у женщинъ, то чаще всего прямо приходится прибѣгнуть къ операци, а именно къ закрытію ненормальнаго прохода при помощи шва и такимъ образомъ возстановить нормальный путь для выдѣленія мочи.

Переходимъ къ разсмотрѣнію главнѣйшихъ болѣзней мочевого пузыря.

**Мочевого пузыря—катарръ.** Катарръ мочевого пузыря можетъ проявиться, какъ самостоятельное страданіе. Въ большинствѣ случаевъ онъ, однако, является *осложненіемъ* другихъ, преимущественно острыхъ болѣзней. Наблюдается онъ, какъ въ острой, такъ и въ хронической формѣ. Ближайшей причиной катарра всего чаще служитъ **перелой** (см.), раздраженіе, производимое мочевыми камнями, а также и частое введеніе катетровъ, особенно въ томъ случаѣ, когда при этомъ недостаточно строго соблюдаются всѣ требованія чистоты и обеззараживанія.

Въ нѣкоторыхъ случаяхъ катарръ можетъ быть вызванъ раздражающими веществами и лекарствами. Такъ, нерѣдко вызываетъ катарръ скипидарное масло, принятое не только внутрь, но и примѣненное наружно. При катаррѣ мочевого пузыря моча становится мутной, темной и скудной. Въ ней содержится также большее или меньшее количество слизи. Моча отдѣляется скудно и причиняетъ большія страданія. Одновременно съ тѣмъ учащаются позывы къ мочеиспусканію. Въ нѣкоторыхъ случаяхъ въ мочѣ находятъ также кровь, а иногда и гной. При остромъ катаррѣ дѣло не обходится и безъ лихорадки.

— **Леченіе.** Помимо мѣръ, находящихся въ зависимости



Рис. 288. Схематическое представленіе пузырно-маточныхъ, пузырно-влагалищныхъ и влагалищно-заднепроходныхъ фистулъ.

а—пузырно-маточная фистула; б—мочепускательно-влагалищная фистула; в—влагалищно-заднепроходная фистула; г—пузырно-влагалищная фистула. (По Байгелю).

отъ основной причины болѣзни (каковую въ каждомъ отдѣльномъ случаѣ слѣдуетъ самымъ тщательнымъ образомъ отыскивать для того, чтобы быть въ силахъ устранить ее), слѣдующія мѣры въ одинаковой степени примѣнимы ко всякаго рода катарру мочевого пузыря, каково бы ни было происхожденіе послѣдняго. При *остромъ* катаррѣ больной долженъ соблюдать полный покой въ постели. Слѣдующія вещества должны быть изгнаны изъ употребленія: всѣ сколько-нибудь острыя и возбуждающія блюда, а также и всѣ спиртные напитки, такъ какъ они очень рѣзко раздражаютъ мочевой пузырь и не даютъ воспаленію улежаться. Слѣдуетъ избѣгать половыхъ наслажденій, переутомленія, поздняго бодрствованія, простуды. Больные обыкновенно старательно избѣгаютъ вкушенія жидкостей, такъ какъ опасаются болей при выдѣленіи мочи. На самомъ дѣлѣ, напитки (конечно, не спиртные) приносятъ значительное облегченіе, такъ какъ они уменьшаютъ сгущенность мочи. Слѣдуетъ прибѣгать къ настоямъ мочегонныхъ травъ какъ то: поря, вишневыхъ стебельковъ, маисовыхъ верхушекъ, ржи, льняного сѣмени. Еще лучше прибѣгнуть съ этой цѣлью къ щелочнымъ водамъ (Виши, Контрексевилль; у насъ—Эссентуки № 17). Помимо того для успокоенія болей прибѣгаютъ къ тепловатымъ или согрѣвающимъ компрессамъ на нижнюю область живота;—къ маленькимъ всасывающимся клизмамъ (въ 1—2 ложки холодной воды), которыя также имѣютъ успокаивающее дѣйствіе;—къ общимъ теплымъ ваннамъ. Изъ пищи предпочтительнѣе употреблять молоко и слизистые супы.

Въ *остромъ* періодѣ катарра къ промыванію мочевого пузыря обыкновенно не прибѣгаютъ, въ виду чрезвычайной раздражительности и болѣзненности его. Когда боли *успокоились* или когда катаррѣ принялъ *хроническое* теченіе, въ такихъ промываніяхъ встрѣчается *иногда* надобность.

Что же касается до катарра мочевого пузыря *перелойнаго* происхожденія, то онъ требуетъ *спеціального* леченія. — Осадокъ, довольно часто появляющійся при катаррѣ мочевого пузыря, образуется изъ мочевыхъ солей, выдѣляющихся въ *увеличенномъ* количествѣ, бактерій, слизи, эпителиальныхъ клѣтокъ, кровяныхъ и гнойныхъ клѣтокъ и пр.

— **Параличъ.** Для того, чтобы уяснить себѣ механизмъ задержки мочи, съ одной стороны, и непроизвольнаго мочеиспусканія, съ другой, слѣдуетъ нѣсколько ознакомиться съ мышцами, завѣдывающими процессомъ мочеиспусканія. Здѣсь мы имѣемъ въ виду, главнымъ образомъ, двѣ мышцы: запирательную мышцу (жомъ), расположенную у выхода мочевого пузыря, и мышцу самого мочевого пузыря. Первая имѣетъ на-

значеніемъ задерживать мочу и не давать ей выдѣляться самопроизвольно. Когда мочи, однако, собирается въ пузырь много, то мышца эта расслабляется, и сжатіемъ мышечнаго слоя пузыря моча изгоняется наружу. Этотъ нормальный механизмъ испытываетъ значительныя видоизмѣненія при нѣкоторыхъ болѣзняхъ, какъ то: ракъ тазовыхъ органовъ, опухоли мочевого пузыря, при дурной привычкѣ—слишкомъ долго задерживать выдѣленіе мочи, и особенно при нѣкоторыхъ болѣзняхъ спинного мозга; при которыхъ въ болѣзненный процессъ вовлекаются нервы, управляющіе функціей мочеиспусканія.

Въ такомъ случаѣ чаще всего первымъ парализуется мышечный слой мочевого пузыря. Вслѣдствіе этого моча переполняетъ пузырь, который можетъ растянуться до крайнихъ предѣловъ. Часто въ такомъ случаѣ вовсе утрачивается способность самопроизвольно выдѣлять мочу, и для опорожненія пузыря приходится прибѣгать къ извлеченію ея помощью **катетра** (см.). Въ слѣдующемъ фазисѣ болѣзни появляется параличъ запирающей мышцы мочевого пузыря. Тогда наступаютъ явленія, противоположныя описаннымъ. Пузырь совершенно утрачиваетъ способность удерживать мочу, которая и сочится по каплямъ.

Изъ перечисленныхъ выше главнѣйшихъ причинъ паралича мочевого пузыря, нѣкоторыя находятся почти совершенно внѣ нашей власти (какъ, напр., болѣзни спинного мозга, опухоли и пр.). Зато одна причина въ значительной степени зависитъ отъ насъ лично, такъ какъ она порождается дурной привычкой. Вслѣдствіе ложной стыдливости, въ нашемъ обществѣ и до сихъ поръ еще молодыя дѣвушки считаютъ неприличнымъ и невоспитаннымъ удовлетворять во-время своимъ естественнымъ потребностямъ. Вслѣдствіе этихъ совершенно ложныхъ возрѣній, появляется наклонность ко многимъ серьезнымъ заболѣваніямъ, которыя нерѣдко всю жизнь даютъ о себѣ знать. Когда мы говорили о смѣщеніяхъ матки, мы уже указывали на то, что продолжительное скопленіе въ прямой кишкѣ каловыхъ массъ ведетъ вслѣдствіе давленія, оказываемаго ими на матку, къ наклоненію или перегибу послѣдней кпереди. Помимо того, обнаруживается наклонность къ запорамъ. Вслѣдствіе этого пропадаетъ аппетитъ и страдаетъ общее питаніе дѣвушки.

Не къ лучшимъ послѣдствіямъ ведетъ и *задержка мочеиспусканія*. Скопившаяся въ мочевомъ пузырьѣ моча оказываетъ давленіе на матку и оттѣсняетъ ее назадъ. Помимо того, обнаруживается со временемъ и наклонность къ ослабленію мышечнаго слоя мочевого пузыря, вслѣдствіе безпре-

рывнаго растяженія послѣдняго. Такимъ образомъ съ самыхъ раннихъ лѣтъ готовится почва къ возможному появленію впоследствии паралича мочевого пузыря.

Изъ сказаннаго ясно, насколько важно воспитывать дѣтей въ томъ духѣ, чтобы они не считали удовлетвореніе естественныхъ потребностей организма за нѣчто неприличное и неестественное. Такимъ образомъ мы устранимъ множество поводовъ къ серьезнымъ заболѣваніямъ. Что же касается до непосредственнаго **леченія** параличей мочевого пузыря, то оно въ основныхъ чертахъ сводится къ слѣдующему. Прежде всего слѣдуетъ позаботиться о томъ, чтобы опорожненіе мочевого пузыря



Рис. 289. Сведеніе и разведеніе колѣнъ (съ противодѣйствіемъ больной).

производилось спокойно и правильно. На низъ живота кладутъ теплые или согревающіе компрессы. Въ томъ случаѣ, когда страданіе приняло болѣе серьезный характеръ, еще больше слѣдуетъ позаботиться объ укрѣпленіи всей мышечной системы вообще и мышечнаго слоя мочевого пузыря въ особенности. Съ этой цѣлью прибѣгаютъ къ попеременнымъ душамъ въ 40° и 15° Ц. на промежность и на низъ живота;—къ дрожательному и поглаживающему массажу спины и живота, а также къ гимнастическимъ упражненіямъ. Упражненія эти имѣютъ цѣлью укрѣпить тазовыя мышцы и мышцы живота. Къ такимъ упражненіямъ мы можемъ причислить разведеніе колѣнъ съ преодоленіемъ сопротивленія (см. рис. 289) и др. Прибѣгаютъ также къ сгибанію и разгибанію туловища и пр. См. также ст. „Гимнастика—шведская“.

— **Судороги.** Судороги мочевого пузыря наблюдаются у нервныхъ особъ (особенно истеричныхъ), при сильномъ нравственномъ возбужденіи, при нѣкоторыхъ болѣзняхъ матки

чечевого пузыря производилось спокойно и правильно. На низъ живота кладутъ теплые или согревающіе компрессы. Въ томъ случаѣ, когда страданіе приняло болѣе серьезный характеръ, еще больше слѣдуетъ позаботиться объ укрѣпленіи всей мышечной системы вообще и мышечнаго слоя мочевого пузыря въ особенности. Съ этой цѣлью при-

и пр. Чаще являются онѣ, однако, у мужчинъ вслѣдствіе заболѣванія и воспаления мочеиспускательнаго канала. Выражаются онѣ сильнѣйшими болями, причемъ наблюдается одновременно и задержка мочи, особенно въ томъ случаѣ, когда судороги вызываются присутствіемъ камней въ мочевомъ пузырьѣ.

= **Лечение** сводится къ общему успокоенію, горячимъ компрессамъ на низъ живота, къ общимъ теплымъ ваннамъ, къ питью настоя льнянаго сѣмени и прочихъ мочегонныхъ и успокоительныхъ настоевъ. Само собой разумѣется, что строжайшее вниманіе должно быть обращено на основное страданіе, будь то нервность или же маточная болѣзнь.

**Мочеиспускательнаго канала — заболѣванія.** — Заболѣванія эти у женщинъ наблюдаются относительно нечасто. Чаще другихъ встрѣчаются кровотеченія, отхожденіе гноя, слизи, гнойное воспаление канала и образованіе полиповъ. Особенно упорный катарръ является послѣдствіемъ *перелойнаго* зараженія канала, которое въ большинствѣ случаевъ передается женщинѣ отъ мужа. Въ большинствѣ указанныхъ случаевъ прибѣгаютъ съ успѣхомъ къ сидячимъ ваннамъ, къ холоднымъ или горячимъ компрессамъ (смотря по характеру страданія) и покою. Слѣдуетъ избѣгать возбуждающей пищи, особенно же потребленія спиртныхъ напитковъ. Если причиной болѣзни является застой крови въ тазу, то слѣдуетъ противъ него принять соотвѣтствующія мѣры (оживленіе общаго кровообращенія, отвлеченіе). Полипы всего проще удалить хирургическимъ путемъ.

Гораздо болѣе важное значеніе заболѣванія мочеиспускательнаго канала *у мужчинъ*, о которыхъ мы поэтому также считаемъ долгомъ сказать два слова. Всего чаще приходится наблюдать сѣуженіе мочеиспускательнаго канала, какъ послѣдствіе *перелойнаго* зараженія. Сѣуженія эти часто даютъ себя знать всю жизнь. Отзываются они и въ старческомъ возрастѣ, въ которомъ они ухудшаются еще воспаленіемъ и припуханіемъ предстательной железы. Въ такомъ случаѣ задержка мочи, вынуждающая насъ прибѣгать къ искусственному опорожненію мочевого пузыря при помощи катетра, представляетъ собой не особенную рѣдкость.

**Мочевровіе.** Читательницамъ уже извѣстно, что моча представляетъ собой продуктъ, при посредствѣ котораго почками выдѣляются изъ организма различные *ядовитые продукты*, безпрестанно образующіеся въ организмѣ. Если выдѣленіе мочи — вслѣдствіе какой бы то ни было причины — задерживается, эти ядовитые продукты также остаются въ организмѣ и отравляютъ его. Мочевровіе можетъ быть хро-

ническимъ; можетъ оно быть и острымъ. Проявляется оно въ различныхъ случаяхъ различно. Въ одномъ случаѣ мы наблюдаемъ глубокое безсознательное состояніе, въ другомъ— возбужденіе, въ третьемъ— судороги и т. д. Отравленіе называется на всѣхъ органахъ, а потому мы при мочекровіи находимъ въ различныхъ случаяхъ различные признаки. Въ большинствѣ случаевъ наблюдается головокруженіе, тошнота, рвота, помутнѣніе разсудка и, наконецъ, полная потеря сознанія. Заканчивается въ тяжелыхъ случаяхъ драма *параличомъ сердца*.

Въ случаѣ мочекровія мы не должны терять ни минуты времени. Въ нѣкоторыхъ случаяхъ вся картина развивается съ поразительной быстротой. Больному слѣдуетъ давать какъ можно больше горячихъ мочегонныхъ жидкостей (настой изъ можжевельныхъ ягодъ, петрушки, и пр.); на область почекъ— горячіе компрессы. Общую горячую ванну съ холоднымъ компрессомъ на голову. Опорожненіе мочевого пузыря, а также и прямой кишки. Часто бываютъ показаны слабительныя, чтобы удалить часть ядовъ при посредствѣ прямой кишки. Очень хорошо дѣйствуетъ въ нѣкоторыхъ случаяхъ воздушно-горячая ванна. Все тѣло слѣдуетъ усердно растирать теплой фланелью. Само собой разумѣется, что при наклонности къ мочекровію спиртные напитки служатъ ядомъ въ буквальномъ смыслѣ слова: они, такъ сказать, „запираютъ“ почки— отрѣзываютъ путь удаленію ядовитыхъ веществъ и тѣмъ быстро вызываютъ явленія мочекровія.

**Мочи—задержка.** Въ высшей степени тягостное явленіе, причины котораго многочисленны. Наблюдается оно при возбужденномъ состояніи, истеріи, родахъ, нѣкоторыхъ болѣзняхъ матки, суженіи и воспаленіи мочеиспускательнаго канала. Продолжительная задержка мочи можетъ повести къ очень серьезнымъ осложненіямъ. Прибѣгаютъ къ общимъ теплымъ ваннамъ, къ теплымъ компрессамъ на низъ живота, къ теплымъ небольшимъ клизмамъ. Если средства эти не достигли цѣли и пузырь переполненъ, остается неотложно прибѣгнуть къ помощи катетра. Бываютъ, однако, случаи, когда суженіе канала или болѣзненность его настолько сильны, что нѣтъ возможности ввести катетръ. Въ такомъ случаѣ врачъ прибѣгаетъ къ прокалыванію тоненькимъ правцовскимъ шприцемъ стѣнки живота и мочевого пузыря и такимъ образомъ опоражняетъ пузырь. Чаще всего стѣнки мочевого пузыря послѣ того сжимаются и маленькая ранка сама собой закрывается. Въ томъ случаѣ, когда причины задержки мочи не удастся устранить, прибѣгаютъ къ постоянному зонду, т. е., разъ введши въ мочевой пузырь катетръ,

его не удаляютъ, но оставляютъ тамъ вплоть до улучшенія симптомовъ. (Sonde à demeure).

**Мочехранитель.** Больные, страдающіе недержаніемъ мочи и которымъ ежеминутно грозитъ опасность смочить одежду или же помочиться въ комнатѣ, должны прибѣгать къ помощи мочехранителя, въ родѣ того, какой представленъ нами на рис. 290. Онъ прилаживается и прикрѣпляется въ поясѣ, и при его помощи больнымъ вновь дѣлается возможнымъ доступъ въ общество.

**Мочи—изслѣдованіе.** Изслѣдованіе мочи имѣетъ огромное значеніе при многихъ болѣзняхъ, на что мы и указывали уже въ ст. „Моча“, къ которой и отсылаемъ читателямъ. Всего чаще ищутъ въ мочѣ бѣлокъ (см.). Часто приходится дѣлать это и сестрамъ и особенно матерямъ при заболѣваніи дѣтей заразными болѣзнями. Къ изслѣдованію мочи на содержаніе бѣлка прибѣгаютъ очень часто при **скарлатинѣ** (см.), которая никогда почти не обходится безъ воспаленія почекъ. Какимъ образомъ производится это изслѣдованіе домашнимъ путемъ, при помощи кипяченія подозрительной мочи въ небольшой пробиркѣ, нами уже было изложено.

**Мужское безсиліе—импотенція.** Какъ и само названіе указываетъ, болѣзнь заключается въ томъ, что мужчина не въ состояніи бываетъ выполнить на брачномъ ложѣ своихъ супружескихъ обязанностей. Вслѣдствіе этого развивается часто у обоихъ супруговъ чрезвычайное нервное состояніе, которое при неблагоприятныхъ условіяхъ можетъ привести къ разрыву и не разъ бывало даже причиной глубокихъ драмъ. Въ одномъ случаѣ дѣло сводится къ тому, что истеченіе сѣмени происходитъ преждевременно: прежде, чѣмъ совокупленіе успѣло свершиться. Въ другомъ случаѣ совокупленіе не можетъ вовсе свершиться вслѣдствіе того, что дѣтородный членъ утратилъ способность напрягаться. Причины этого страданія—чрезвычайно разнородны. Къ главнѣйшимъ слѣдуетъ причислить продолжительный онанизмъ (рукоблудіе), нѣкоторые болѣзни спинного мозга, неврастенію, истощеніе, возбужденное состояніе, нѣкоторые душевныя разстройства, половыя излишества и пр.

— **Леченіе** этого страданія во многихъ случаяхъ должно быть преимущественно *духовнымъ*. Прежде всего намъ необходимо понять духъ больного и увѣренность въ своихъ силахъ, такъ какъ очень часто безсиліе появляется только



Рис. 290. Мочехранитель.  
(По Куршману.)



изъ опасенія не быть въ состояннн выполнить свою обязанность. Отсюда видно, какъ неразумно поступаютъ тѣ жены, которыя дѣлаютъ мужьямъ горькіе упреки въ ихъ неспособности. Для достиженія цѣли слѣдуетъ придерживаться какъ разъ обратнаго образа дѣйствій. Изъ *физическихъ* средствъ укажемъ на то, что всего вѣрнѣе ведетъ къ цѣли общее укрѣпленіе организма, особенно же нервной системы. Слѣдуетъ устранить всѣ условія, которыя дѣлаютъ челоуѣка нервнымъ, беспокойнымъ и раздражительнымъ, какъ то: усиленные занятія, заботы, позднее бодрствованіе. Систематическое водолеченіе: преимущественно свѣжіе или холодные души вдоль позвоночника; при невозможности — холодныя общія растиранія; физическій трудъ; возможно продолжительное пребываніе на свѣжемъ воздухѣ. Мѣры эти очень часто даютъ благопріятные результаты. Въ томъ случаѣ, когда мѣры эти правильно примѣнялись въ теченіе достаточно продолжительнаго времени, и не дали никакихъ утѣшительныхъ результатовъ, необходимо прибѣгнуть къ помощи врача, такъ какъ причиной безсилія является, вѣроятно, болѣе глубокое органическое страданіе, которое требуетъ и примѣненія болѣе сложныхъ методовъ леченія.

**Мышечныя болѣзни** сами по себѣ не особенно многочисленны. Чаще другихъ встрѣчается мышечный ревматизмъ. Что же касается до другихъ болѣзней мышцъ, какъ то: паралича, судорогъ, тугоподвижности и пр., то онѣ зависятъ не столько отъ самихъ мышцъ, сколько отъ нервовъ, оживляющихъ эти мышцы. Въ ст. „**Мышцы челоуѣческаго тѣла**“ въ I части сочиненія (стр. 12) мы говорили уже о томъ, какое важное вліяніе имѣетъ на весь организмъ правильное развитіе мышечной системы. Къ сожалѣнію, она въ наше время у культурныхъ людей находится въ глубокомъ пренебреженіи, за что мы и платимся многочисленными страданіями, такъ какъ недостатокъ мышечной дѣятельности отражается на всѣхъ нашихъ органахъ безъ исключенія, начиная съ легкихъ и кончая нервной системой. Будемъ надѣяться, что во взглядахъ общества въ этомъ отношеніи скоро произойдетъ разумный переворотъ и что при воспитаннн будущихъ поколѣній заботамъ о развитіи мышечной системы будетъ отведено болѣе видное мѣсто. На это же даютъ намъ право надѣяться и недавніе циркуляры министерства народнаго просвѣщенія.

**Мышьякъ.** Одно изъ наиболѣе полезныхъ лекарствъ и въ то же время одинъ изъ наиболѣе опасныхъ ядовъ! Очень часто примѣняется съ промышленными цвѣями въ видѣ красокъ. Всего чаще употребляется т.-наз. „швейнфуртская зелень“. Она находится часто въ обояхъ, искусственныхъ цвѣ-

тахъ, чулкахъ, матеріяхъ и пр. Неоднократно уже были констатированы довольно опасные случаи отравленія вслѣдствіе вдыханія пыли, отдѣляющейся отъ такихъ веществъ, или же отъ посредственнаго прониканія яда въ тѣло, когда краска приходила въ непосредственное соприкосновеніе съ кожей.

Въ видѣ *лекарства* примѣненіе мышьяка очень разнообразно. Всего чаще примѣняется онъ при *малокровіи* и упорной *перемежающейся лихорадкѣ*. Само собой разумѣется, что дается онъ больнымъ въ гомеопатическихъ дозахъ, причемъ количество потребляемаго мышьяка повышается постепенно и крайне медленно. Въ нѣкоторыхъ мѣстностяхъ, напр., въ южной Австріи (Тиролѣ и Каринтіи), мѣстные жители доходятъ, однако, такимъ путемъ до очень крупныхъ дозъ. Крестьяне увѣряютъ, что они вслѣдствіе этого становятся не только крѣпче и здоровѣе, но что имъ значительно облегчается также подъемъ на высокія горы. Извѣстно также, что Митридатъ, который боялся быть отравленнымъ мышьякомъ, рѣшилъ приучить себя къ дѣйствию этого страшнаго яда и, постепенно увеличивая дозу, дошелъ до очень значительныхъ количествъ. Что касается до дѣйствія мышьяка въ слабыхъ дозахъ на животный организмъ, то увѣряютъ, что вѣнскія лошади отличаются такой красотой и силой оттого, что тамошніе кучера подмѣшиваютъ къ ихъ корму незначительныя дозы мышьяку. Какъ бы то ни было, не слѣдуетъ забывать, что мышьякъ представляетъ собой въ то же время и страшный ядъ и что злоупотреблять имъ ни въ коемъ случаѣ не слѣдуетъ. Что касается до *остраго отравленія*, то оно сказывается сильными болями въ животѣ, особенно—подъ ложечкой, сначала позывами на рвоту, а потомъ и кровавой рвотой, мучительной жаждой и пр. Позже появляется кровавый поносъ; пульсъ едва прощупывается; кожа становится холодной. Затѣмъ появляются бредъ, потеря сознанія, судороги. Смерть является ближайшимъ послѣдствіемъ паралича сердца.

При *леченіи* отравленія прежде всего необходимо позаботиться объ удаленіи того яда, который находится еще въ желудкѣ и который не успѣлъ еще всосаться. Съ этой цѣлью прибѣгаютъ къ рвотному камню, или лучше **рвотному корню** (см.) (даютъ каждыя 10 минутъ по  $\frac{1}{2}$  грамма). Послѣ приѣма рвотнаго пить какъ можно больше теплой воды; еще лучше—теплое молоко или же молоко со сбитымъ яичнымъ бѣлкомъ. Въ случаѣ неуспѣха, хорошо прибѣгнуть къ *промыванію желудка*. Иногда хорошо дѣйствуетъ жженая магнезія: по 3—4 столовыя ложки каждыя 5—10 минутъ — запивать большими количествами воды. Въ томъ случаѣ, когда часть яда уда-

лось вывести рвотой, слѣдуетъ дать почкамъ и кожѣ возможность вывести остальное количество яда изъ организма. Для этого дѣлаютъ больному горячую ванну, послѣ которой его обертываютъ въ горячія простыни. Такимъ образомъ его заставляютъ сильно потѣть. На ряду съ этимъ слѣдуетъ прибѣгнуть къ потребленію горячихъ жидкостей въ возможно значительныхъ количествахъ.

**Мѣры и вѣсы—аптекарскіе.** Считаемо необходимымъ дать читательницамъ нѣкоторыя указанія и относительно тѣхъ мѣръ и вѣсовъ, которыя могутъ имѣть непосредственный практическій интересъ. Мѣры у насъ указаны почти повсюду по *метрической* системѣ. Десятичная система не только проще и практичнѣе, но въ настоящее время и официально признана у насъ въ Россіи, а потому необходимо, чтобы и читательницы наши ознакомились съ нею, насколько то необходимо для нихъ при уходѣ за больными.

*1 грамъ* = 16 грамамъ; содержитъ 100 сантиграммовъ и 1.000 миллиграммовъ.

*1 килограмъ* =  $2\frac{1}{2}$  торговымъ фунтамъ; содержитъ 1.000 граммъ.

*Аптекарскій фунтъ* — нѣсколько меньше торговаго и равенъ 360 граммамъ (торговой = 400 граммамъ). Содержитъ 12 унцій.

*Унція* = 30 граммамъ; приблизительно 2 столовымъ ложкамъ. Содержитъ 8 драхмъ.

*1 драхма* = приблизительно 4 граммамъ = приблизительно 1 чайной ложкѣ (перегнанной воды).

*1 гранъ* =  $\frac{1}{16}$  части грамма.

Укажемъ теперь вмѣстимость наиболѣе общеупотребительныхъ *домашнихъ* мѣръ.

*Стаканъ* перегнанной воды = приблизительно  $\frac{1}{2}$  торговаго фунта = 200 граммамъ = приблизительно 12 столовымъ ложкамъ.

*Столовая ложка* = приблизительно 16 граммамъ =  $\frac{1}{2}$  унціи = 2 десертнымъ (дѣтскимъ) = 4 чайнымъ ложкамъ.

*Десертная* (дѣтская) ложка = 8 граммамъ = 2 чайнымъ.

*Чайная ложка* = 4 граммамъ = 1 унціи.

При помощи приведенныхъ данныхъ, читательницамъ не трудно будетъ и самимъ производить нѣкоторые расчеты. Предположимъ, необходимо приготовить стаканъ 2% раствора борной кислоты. Стаканъ воды содержитъ 200 граммъ. Чтобы получить 2% раствора, необходимо взять 4 грамма или *одну* чайную ложку борной кислоты.

Для приготовления 4% раствора необходимо было бы взять 2 чайныхъ ложки кислоты.

Точно такъ же нетрудно рассчитать, что для приготовления стакана 5% раствора карболовой кислоты необходимо взять 2½ ложки кислоты и т. д. См. также статью „Аптека—домашняя“.

**Мѣшеччатая опухоль, см. „Опухоль—мѣшеччатая“.**

**Мясной ядъ.** О немъ у насъ уже была рѣчь въ I части въ статьѣ „Наши пищевыя средства“ (стр. 80). Всего чаще развивается этотъ ядъ въ мясѣ, которое уже начало разлагаться. Онъ можетъ повести не только съ серьезному расстройству пищеваренія, но и къ смертельному отравленію. Особенно опасна въ этомъ отношеніи тухлая дичь. Слѣдуетъ себѣ поставить за правило—отказываться отъ употребленія мяса даже съ самымъ легкимъ „душкомъ“. Въ случаѣ появленія подозрительныхъ симптомовъ слѣдуетъ немедленно прибѣгнуть къ опорожненію желудка при помощи слабительнаго (всего лучше кастороваго масла, которое нерѣдко служитъ одновременно и рвотнымъ) и къ рвотному. Иногда приходится прибѣгнуть къ промыванію желудка. Въ болѣе серьезныхъ случаяхъ отравленія прибѣгать къ согрѣванію всего тѣла. Посредствомъ небольшихъ количествъ вина, крѣпкаго кофе и пр. заботятся о поддержаніи дѣятельности сердца вплоть до прибытія врача, который долженъ быть приглашенъ, само собой разумѣется, неотложно.

**Мята** служитъ, главнымъ образомъ, для добыванія особеннаго эфирнаго масла, которое и содержится въ мятныхъ капляхъ. Капли эти принимаются при тошнотѣ, вздутіи, боляхъ въ животѣ и пр. Мятныя лепешки дѣйствуютъ очень освѣжающимъ образомъ. Изъ мяты же добывается *ментолъ*, который является довольно дѣйствительнымъ средствомъ въ качествѣ примѣси къ наружнымъ мазямъ. Онъ входитъ также въ составъ *миреневыхъ карандашей*. Наружно мятныя капли употребляются для полосканія рта. Онѣ дѣйствуютъ очень пріятно; не слѣдуетъ ими, однако же, злоупотреблять, такъ какъ въ противномъ случаѣ онѣ ведутъ къ ослабленію десенъ.

**Мячъ** служитъ одной изъ наиболѣе пріятныхъ игръ и однимъ изъ наиболѣе здоровыхъ упражненій не только для дѣтей, но и для взрослыхъ. Игра въ мячъ развиваетъ не столько силу, сколько ловкость и подвижность. Въ этомъ отношеніи намъ, къ сожалѣнію, далеко еще до англичанъ, у которыхъ физическое развитіе учащагося юношества занимаетъ такое видное мѣсто и у которыхъ ни одна даже народная школа не строится безъ того, чтобы не была отвѣдена достаточно просторная площадка для дѣтскихъ игръ и спеціально для игры въ ножной мячъ (foot ball).

## Н.

**Навязчивыя мысли.** Это названіе носятъ тѣ нелѣпыя представленія, которыя неотступно преслѣдуютъ душевно больного и въ тѣснѣйшей связи съ которыми находятся не только прочія его мысли, но и его поступки. Въ нѣкоторыхъ случаяхъ мысли эти носятъ характеръ чрезвычайно опасный для самого больного или же для окружающихъ. Когда помѣшательство кристаллизовалось, такъ сказать, на одной опредѣленной мысли, борьба съ нимъ становится очень трудной.

**Нагноительная лихорадка. — Гноекровіе.** Лихорадка эта является вслѣдствіе прониканія въ кровь особенныхъ микробовъ (стрептококковъ). Микробы эти изображены нами на рис. 155, при ст. „**Бактеріи**“. Попадаютъ они обыкновенно въ кровь изъ зараженной раны. Начало этой лихорадки возбѣщается сильнѣйшими *ознобами*, сопровождаемыми очень значительными *повышеніями температуры*. Затѣмъ ознобы эти повторяются время отъ времени. Болѣзнь эта въ высшей степени тяжела и больному очень нечасто удается восторжествовать надъ нею. Въ прежнія времена гнойная лихорадка служила главной причиной высокой смертности послѣ операцій, особенно въ военное время. Она же служила причиной и высокой смертности среди *роженницъ*, такъ какъ и **родильная горячка** (см. въ III части соч.) происходитъ вслѣдствіе той же причины: зараженія матки грязными инструментами, руками и пр. Въ настоящее время какъ гноекровіе, такъ и родильная горячка представляются рѣдкими явленіями.

= **Леченіе.** Въ настоящее время мы не должны себя считать совершенно безоружными въ борьбѣ съ гноекровіемъ и родильной горячкой. Мы прежде всего принимаемъ всѣ средства къ тому, чтобы дать организму силы выдержать борьбу. Особенное значеніе имѣетъ поддержаніе дѣятельности сердца. Затѣмъ мы прибѣгаемъ къ ваннамъ, преимущественно (смотря по условіямъ) теплымъ и холоднымъ. Въ послѣднее время все чаще и чаще начинаютъ съ успѣхомъ прибѣгать къ впрыскиванію *специфической противострептококковой сыворотки*.

**Надкостницы — воспаленіе.** Надкостница представляетъ собой наиболѣе живую и дѣятельную часть кости. При ея посредствѣ совершается дальнѣйшій ростъ кости. Она очень богата поэтому какъ сосудами, такъ и нервами. Причины ея воспаленія бываютъ различны; непосредственный ударъ о кость, глубокія раненія, распространеніе воспалительнаго процесса съ сосѣднихъ органовъ, костоѣда, сифилисъ въ

третичномъ періодѣ и пр. Воспаленіе надкостницы отличается сильной болѣзненностью:

При леченіи вниманіе всего больше должно быть обращено на основную причину. Очевидно, что мы совершенно иначе должны лечить воспаленіе надкостницы при сифилисѣ, напр., чѣмъ при явномъ нагноеніи. Въ большинствѣ случаевъ холодныя примочки, а также овлажненія болѣзненнаго мѣста холодной водой изъ ирригатора приносятъ значительное облегченіе. Когда врачъ получилъ увѣренность въ томъ, что въ надкостницѣ скопился *шой*, ни окружающіе, ни больной не должны ставить ему никакихъ препятствій для вскрытія нарыва, такъ какъ оно представляется наилучшимъ исходомъ не только для облегченія страданій больного, но и для быстрѣйшаго излеченія болѣзни, которая въ противномъ случаѣ грозитъ иногда совершенно обезсилить и истощить больного.

**Наклоненія матки**, см. „**Матки—наклоненія**“.

**Наклонность ко сну** проявляется при самыхъ различныхъ условіяхъ и не всегда имѣетъ поэтому одно и то же значеніе. Иногда она служитъ выраженіемъ глубокой усталости и утомленія организма. Въ такомъ случаѣ она совершенно естественна и наилучшее, что мы можемъ сдѣлать, это не мѣшать спящему. Спасительной должна она быть признана и въ томъ случаѣ, когда проявляется послѣ значительнаго злоупотребленія *спиртными напитками*. Покой и при такихъ условіяхъ необходимъ. Проявляется сильная наклонность ко сну и у *малокровныхъ особъ*. И въ такомъ случаѣ сонъ слѣдуетъ щадить, но въ то же время неумѣренная наклонность ко сну указываетъ и на то, что не все въ организмѣ обстоитъ благополучно. Наклонность ко сну проявляется нерѣдко при *скукѣ* и *однообразіи впечатлѣній*. И въ данномъ случаѣ ее нельзя признать нормальной, и слѣдуетъ принять всѣ зависящія отъ насъ мѣры къ оживленію впечатлѣній и къ тому, чтобы внести въ жизнь больше разнообразія. Непреодолимая наклонность ко сну проявляется и при нѣкоторыхъ *нервныхъ и душевныхъ страданіяхъ*. Въ такомъ случаѣ ей слѣдуетъ придавать огромное значеніе, какъ указанію на внутреннее заболѣваніе. Наклонность ко сну проявляется и при нѣкоторыхъ *мигродочныхъ заболѣваніяхъ*. Если эта наклонность не проявляется въ чрезмѣрной степени и не служитъ выраженіемъ значительной слабости больного, ее слѣдуетъ щадить, такъ какъ сонъ часто оказывается наилучшимъ лекарствомъ. Иное дѣло, если сонъ является выраженіемъ глубокаго упадка силъ. Въ такомъ случаѣ слѣдуетъ принимать мѣры къ тому, чтобы подбодрить больного;

въ противномъ случаѣ сонъ его легко можетъ перейти въ „вѣчный“. Возбуждать больного слѣдуетъ растираніями, холодными небольшими клизмами, виномъ, кофе и пр. Освѣженіе воздуха играетъ въ такомъ случаѣ первостепенную роль. Если склонность ко сну проявляется съ прежней настойчивостью, слѣдуетъ прибѣгнуть къ вдыханію кислорода.

**Напитки.** О нихъ у насъ уже была рѣчь въ I части сочиненія въ статьѣ „Питье и напитки“ (стр. 153). Не мало посвятили мы мѣста и тому, чтобы доказать вредъ **спиртныхъ напитковъ** (стр. 165—180). Къ сожалѣнію, мы далеко не умѣемъ пользоваться надлежащимъ образомъ имѣющимися въ нашемъ распоряженіи веществами для того, чтобы получать чрезвычайно пріятные и вмѣстѣ съ тѣмъ совершенно безвредные напитки. Можно надѣяться, что на эту сторону гигиены достаточное вниманіе будетъ обращено только со временемъ. Одно уже *молоко* съ его продуктами способно давать большое множество пріятныхъ и полезныхъ напитковъ. Укажемъ только на молоко, сыворотку, простоквашу, кумысъ и кефиръ. Изъ другихъ напитковъ укажемъ на кофе, жолудевое кофе, какао, яблочный, клюквенный и всѣ другіе виды кваса, морса и сиропа. Яичный бѣлокъ съ водой (одинъ яичный бѣлокъ размѣшивается въ 2 — 3 стаканахъ отварной воды); сокъ изъ весеннихъ травъ (одуванчика, крапивы, легочной травы и небольшого количества щавели) выжимается. Пьютъ этотъ сокъ натоцкакъ при болѣзняхъ желудка и печени, а также при нѣкоторыхъ кожныхъ болѣзняхъ (по д-ру Вальзеру). Медовая вода; небродившій виноградный сокъ. Вишневый, земляничный, смородинный, малиновый и проч. сокъ; миндальное молоко; рисовая вода (100 граммъ рису отвариваютъ въ литрѣ воды, процѣживаютъ и прибавляютъ по вкусу сахару и апельсиннаго соку). Чай изъ фруктовой кожуры (отвариваютъ яблочную или грушевую кожуру съ небольшимъ количествомъ корицы, подслащиваютъ и сервируютъ горячей). Капустный сокъ; дается противъ запоровъ — также какъ и компотъ изъ чернослива. Молочная вода (къ сахарной водѣ прибавляютъ немного сливокъ; очень хорошо переносится нѣкоторыми больными). Лимонный и апельсиновый лимонадъ (вода, сахаръ и тонко наръзанная корка упомянутыхъ фруктовъ). Наконецъ „шампанское трезвенниковъ“ — изъ сельтерской воды съ малиновымъ сокомъ.

• Изъ приведеннаго списка читательницы могутъ убѣдиться, что количество вполнѣ безвредныхъ и вмѣстѣ съ тѣмъ очень пріятныхъ и полезныхъ напитковъ довольно обширно, и въ каждомъ отдѣльномъ случаѣ не трудно выбрать соотвѣтствующій.

За всѣмъ тѣмъ, наилучшимъ напиткомъ все же слѣдуетъ признать чистую свѣжую ключевую воду.

**Наркозъ.** Подъ наркозомъ понимають искусственное усыпленіе при помощи различныхъ веществъ, всего чаще хлороформа и эфира. Къ наркозу прибѣгаютъ при тяжелыхъ операціяхъ, которыхъ многіе больные совершенно не въ силахъ были бы перенести, если бы они не были искусственнымъ образомъ лишены способности испытывать боль. Болѣе подробно вопросъ этотъ разработанъ нами въ ст. „Анестезія“, къ которой мы и отсылаемъ читательницъ.

**Наркотическія средства** никоимъ образомъ не должны быть примѣняемы безъ вѣдома и разрѣшенія врача. Въ нѣкоторыхъ случаяхъ при сильныхъ страданіяхъ, лишаящихъ больного сна и не дающихъ ему возможности бороться съ силами, обходиться безъ нихъ бываетъ невозможно. Безъ крайней нужды къ нимъ, однако, никогда не слѣдуетъ прибѣгать, во-первыхъ, потому, что они ослабляютъ дѣятельность сердца; во-вторыхъ, потому, что къ нимъ очень быстро привыкають, и постепенно приходится увеличивать дозу. Особенно пагубно отражается привычка къ нимъ при хроническихъ болѣзняхъ. Въ такомъ случаѣ предпочтительнѣе бываетъ прибѣгать къ какимъ угодно инымъ средствамъ, чѣмъ къ наркотическимъ. Наиболѣе видное мѣсто среди наркотическихъ средствъ занимають продукты, добытые изъ мака: опій и добываемые изъ опія морфій (см.) и кодеинъ. Въ послѣднее время къ нимъ прибавилось еще нѣсколько новыхъ, а именно: героинъ, діонинъ и пр.

**Нарывы** представляютъ собой образования, въ которыхъ образуется *шой*. Внѣшнимъ образомъ проявляются они въ особенной тянущей боли, въ опуханіи и покраснѣніи того мѣста, въ которомъ образуется нарывъ, и въ повышеніи температуры. Само собой разумѣется, что этимъ мѣстнымъ явленіямъ сопутствуютъ и общія, въ видѣ головныхъ болей, расстройства пищеваренія, бессонницы и пр. Явленія эти усиливаются по мѣрѣ того, какъ нарывъ „созрѣваетъ“. По новѣйшимъ медицинскимъ воззрѣніямъ, нарывъ представляетъ собой проявленіе *самозащиты* организма противъ нападенія микробовъ. Нарывъ также является какъ бы и *барьеромъ*, который не даетъ микробамъ проникнуть глубже въ ткани. Если нарывъ лежитъ поверхностно, то рано или поздно онъ вскрывается наружу. Иное дѣло, если нарывъ лежитъ глубоко. Въ такомъ случаѣ можетъ пройти много времени прежде, нежели нарывъ куда-либо прорвется, что отнимаетъ не мало силъ у больного. Къ тому же гной можетъ прорваться и внутрь, послѣдствіемъ чего можетъ быть и очень быстрая смерть (въ



томъ случаѣ, напр., когда нарывъ прорвался въ полость брюшины и т. под.). Поэтому никогда не слѣдуетъ въ такомъ случаѣ дожидаться, пока нарывъ прорвется самопроизвольно. Гораздо вѣрнѣе придти природѣ на помощь и проложить дорогу гною.

Сказанное относится въ одинаковой мѣрѣ ко всѣмъ нарывамъ: какъ наружнымъ, такъ и внутреннимъ. Тѣ, у которыхъ хватаетъ мужества перенести кратковременную боль, очень скоро избавляются отъ всѣхъ тяжелыхъ явленій, неизбѣжно сопряженныхъ съ существованіемъ нарывовъ. Тѣ, которые предпочитаютъ ждать, всегда должны быть готовы къ нѣкоторымъ скорпизамъ.

Къ нарывамъ слѣдуетъ, собственно говоря, отнести и **чирья-фурункулы**, которые представляютъ собой не что иное, какъ нарывы салныхъ железъ. Чирья принимаютъ иногда огромные размѣры. Въ другихъ случаяхъ они преслѣдуютъ нѣкоторыхъ лицъ съ удивительнымъ упорствомъ. Часто наблюдаются во множествѣ чирья у женщинъ въ переходномъ (критическомъ) періодѣ. Въ другихъ случаяхъ они указываютъ на существованіе **сахарной болѣзни** (см.). Вотъ почему, упорное появленіе чирьевъ всегда должно серьезнымъ образомъ привлекать наше вниманіе.

= **Леченіе.** Начнемъ съ нарывовъ. Что касается до наружныхъ нарывовъ, то обыкновенно для ускоренія созрѣванія нарыва употребляютъ мягчительныя средства. Если бы мы хотѣли перечислить всѣ вещества, которыя въ различныхъ кругахъ употребляются съ этой цѣлью, то получился бы списокъ очень длинный. Наиболѣе разумно въ такомъ случаѣ примѣнять теплыя антисептическія ванны (съ борной кислотой) въ томъ случаѣ, когда это по мѣстнымъ условіямъ возможно. Если же это оказывается невыполнимымъ, то прибѣгаютъ къ компрессамъ или припаркамъ. Для припарокъ можно употреблять льняное сѣмя и отруби. Равномѣрная теплота способствуетъ истонченію кожи и облегчаетъ прорываніе нарыва. Послѣ того, какъ нарывъ прорвало или онъ былъ вскрытъ врачомъ, дѣло мѣняется. Слѣдуетъ позаботиться о томъ, чтобы заживленіе шло правильно и чтобы выдѣляющимся гноемъ не заражались сосѣднія мѣста. Съ этой цѣлью прибѣгаютъ или къ мѣстнымъ ваннамъ, или же къ перевязкѣ больного мѣста пористыми веществами, всего лучше газомъ или марлей. Само собой разумѣется, что величайшая *чистота* составляетъ въ такомъ случаѣ первое условіе.

Этотъ же способъ леченія примѣнимъ въ главныхъ своихъ основаніяхъ и къ чирьямъ. Слѣдуетъ иногда позаботиться о томъ, чтобы поддержать въ нихъ нагноеніе, такъ какъ, въ

противномъ случаѣ, гной можетъ получить совсѣмъ иное и крайне нежелательное иногда направленіе

**Наслѣдственность.** По чрезвычайно интересному, но вмѣстѣ съ тѣмъ и очень спорному вопросу о наслѣдственности существуетъ множество теорій, изъ которыхъ наибольшей извѣстностью пользуются теоріи Дарвина и Вайсмана. Слѣдуетъ однако, сказать, что ни та ни другая не разрѣшаетъ всесторонне вопроса. Такъ какъ здѣсь будемъ касаться вопроса о наслѣдственности исключительно съ медицинской, а не съ биологической точки зрѣнія, то въ разсмотрѣніе этихъ теорій входить не станемъ.

Всѣмъ извѣстно, что нѣкоторыя болѣзни передаются по наслѣдству. Нѣкоторыя болѣзни передаются въ видѣ таковыхъ, напр., сифилисъ. Другія передаютъ только *предрасположеніе* къ извѣстной болѣзни, напр., чахотка, ракъ. Передаются по наслѣдству очень упорно и нѣкоторыя нервныя и душевныя болѣзни. Изъ сказаннаго не слѣдуетъ, однако, выводить заключенія, будто передача извѣстной болѣзни по наслѣдству *непрерывно* должна имѣть мѣсто. Наоборотъ, соотвѣтствующимъ воспитаніемъ, при которомъ особенное вниманіе обращается на противодѣйствіе наслѣдственному предрасположенію, намъ часто удается избѣгать наслѣдственной передачи болѣзни. На наслѣдственность слѣдуетъ поэтому смотрѣть, какъ на очень серьезное *предостереженіе*, которое мы должны умѣть толковать соотвѣтствующимъ образомъ. Оно указываетъ намъ на слабыя стороны организма, которыя намъ и необходимо укрѣпить. Идетъ ли рѣчь о чахоткѣ, мы должны воспитать дѣтей, по возможности, въ деревнѣ на свѣжемъ воздухѣ; мы должны приучить ихъ къ физическому труду, закалить ихъ кожу и легкія; научить ихъ не бояться простуды и пр. Идетъ ли рѣчь о какой-либо душевной болѣзни, мы должны поставить ребенка и юношу въ такія условія жизни и дѣятельности, чтобы дремлющимъ задаткамъ болѣзни никогда не суждено было проснуться. Итакъ, передъ наслѣдственнымъ предрасположеніемъ къ какой-либо болѣзни отнюдь не слѣдуетъ безсильно опускать руки: съ нимъ слѣдуетъ, наоборотъ, упорно и вмѣстѣ съ тѣмъ разумно бороться.

**Насморкъ—вонючій.** Тяжелое и очень неприятное страданіе. Состоитъ въ томъ, что вслѣдствіе гнойнаго воспаленія—около носовыхъ пазухъ начинаетъ выдѣляться жидкость, которая отличается особенно противнымъ и отталкивающимъ запахомъ. Выдѣленіемъ этимъ носъ закупоривается, причемъ образуются корки, которыя затрудняютъ дыханіе. При попыткѣ оторвать образовавшуюся корку появляется нерѣдко кровотеченіе изъ носу. Страданіе это ведетъ иногда къ помѣшательству, такъ

какъ производить удручающее вліяніе на больного, которому болѣзнь совершенно закрываетъ доступъ въ общество. Изъ ближайшихъ причинъ болѣзни можно указать на золотуху, нарушение правильнаго обмѣна веществъ, сифились и пр. **Лечение** сводится къ систематическому промыванію носа теплыми обеззараживающими жидкостями. Прибавленіе небольшого количества бертолетовой соли (ложечку на стаканъ воды) производитъ иногда очень хорошее вліяніе. Помимо того показанъ массажъ носа. Въ нѣкоторыхъ случаяхъ бываетъ показано прижиганіе носовой оболочки. Само собой разумѣется, что на основное страданіе такъ же, какъ и на общее укрѣпленіе организма, должно быть обращено особенное вниманіе.

**Насосъ желудочный** употребляется при „промываніи желудка“, къ каковой статьѣ мы и отсылаемъ читателейницъ. Тамъ же найдутъ онѣ и изображенія желудочнаго насоса.

**Невоспріимчивость.** Всѣмъ извѣстно, что даже и наиболѣе опасныя заразныя болѣзни, какъ то дифтеритъ, скарлатина, даже холера и чума заражаютъ далеко не всѣхъ поголовно. Объясняемъ мы это тѣмъ, что организмъ нѣкоторыхъ лицъ невоспріимчивъ къ этой заразѣ. Въ общемъ, невоспріимчивость представляетъ, несомнѣнно, чрезвычайно сложное біологическое явленіе, которое ждетъ еще своего всесторонняго объясненія. Построенныя до сихъ поръ теоріи (Мечникова, Эрлиха) не объясняютъ всѣхъ случаевъ и видовъ невоспріимчивости. Невоспріимчивость зависитъ отъ различныхъ причинъ, изъ числа коихъ мы укажемъ только на состояніе организма и на перенесеніе данной болѣзни. Ослабленное состояніе организма представляетъ очень благопріятное условіе для зараженія, и обратно. Немалое значеніе имѣетъ бодрое или подавленное, наоборотъ, душевное состояніе. Такъ, арабы говорятъ, что во время холеры больше умираетъ народу отъ страха, нежели отъ самой болѣзни.

Еще болѣе несомнѣнное вліяніе имѣетъ перенесеніе данной болѣзни. Нѣкоторыя болѣзни дѣлаютъ организмъ невоспріимчивымъ на всю жизнь, напр., сыпной тифъ, оспа, сифились и др. Другія болѣзни дѣлаютъ организмъ лишь временно невоспріимчивымъ. Къ таковымъ относится большинство заразныхъ болѣзней. Огромное практическое значеніе имѣетъ *искусственная невоспріимчивость*, которая достигается путемъ прививки ослабленнаго специфическаго яда той же болѣзни. Такимъ путемъ мы дѣлаемъ себя невоспріимчивыми къ натуральной оспѣ, путемъ прививки телячьей оспы. Еще болѣе выразительный примѣръ такого рода прививки представляетъ намъ антидифтеритная сыворотка, которая пред-

ставляетъ собой не что иное, какъ прививку натурального, но ослабленнаго яда дифтерита. Такой же примѣръ представляетъ и противочумная сыворотка. Впрыскивая незначительныя дозы специфическаго ядовитаго продукта какой-либо болѣзни, мы тѣмъ дѣлаемъ организмъ невоспріимчивыми къ этой болѣзни. Фактъ этотъ былъ извѣстенъ китайцамъ еще задолго до христіанской эры: они дѣлали дѣтей невоспріимчивыми къ натуральной оспѣ, прививая имъ въ нозь корки отъ оспинъ тѣхъ больныхъ, у которыхъ болѣзнь проявлялась въ легкой формѣ.

Возможность дѣлать нашъ организмъ невоспріимчивымъ къ извѣстнымъ заразнымъ болѣзнямъ путемъ специфическихъ прививокъ знаменуетъ собой, несомнѣнно, новую благодатную эру въ медицинѣ. Что касается до *механизма*, такъ сказать, невоспріимчивости, то на этотъ счетъ мы будемъ очень кратки. Организмъ обладаетъ многочисленными орудіями для борьбы съ заразными болѣзнями. Такъ, прежде всего всѣ слизистыя оболочки, а также и большинство органическихъ соковъ оказываются очень неблагоприятными средами для размноженія микробовъ. Что касается до микробовъ, поселившихся уже въ организмѣ, то они встрѣчаютъ смертельныхъ враговъ въ фагоцитахъ (бѣлыхъ кровяныхъ шарикахъ), которые набрасываются на нихъ и уничтожаютъ ихъ. Помимо того микробы самымъ присутствіемъ своимъ вызываютъ въ клѣткахъ образованіе особыхъ веществъ (алексиновъ лизиновъ), имѣющихъ пагубное вліяніе на данныхъ микробовъ.

**Невральгія**, см. „Нервныя болѣзни“.

**Неврастенія**. Болѣзнь эту называютъ также „болѣзнью вѣка“, такъ какъ, если она и существовала въ прежнія времена, то никогда не получала столь широкаго распространенія, какъ въ наше время. Это—болѣзнь, преимущественно, городского культурнаго человѣчества. Выражается она различными признаками, изъ которыхъ мы на первомъ планѣ должны поставить упорныя головныя боли, боль въ нѣкоторыхъ точкахъ вдоль позвоночника и, какъ душевный симптомъ, чрезвычайно быструю *утомляемость* и неспособность къ систематическому труду. Зарождается обыкновенно болѣзнь на нервной почвѣ. Болѣзнь эта въ высшей степени склонна къ возвратамъ. Тяжелую дань платятъ ей всѣ свободныя профессіи, а также профессіи, связанныя съ заботами и большой отвѣтственностью, при которыхъ приходится держать мозгъ въ постоянномъ напряженіи. Всего чаще страдаютъ неврастеніей артисты, писатели, врачи, банкиры, государственныя дѣятели и пр.

Предохраненіе отъ этой болѣзни сводится къ устраненію тѣхъ условій—чрезмѣрнаго умственнаго труда, заботы, отвѣтственности—благодаря которымъ зарождается болѣзнь. Въ смыслѣ леченія наибольшее значеніе имѣетъ, пожалуй, рѣзкое измѣненіе обычной обстановки и условій жизни. На второмъ планѣ стоятъ физическія мѣропріятія: движеніе, гимнастика, массажъ, водолеченіе, электризація. Въ крайнихъ случаяхъ прибѣгаютъ къ способу леченія американскаго врача Вейръ-Митчелля, который былъ нами подробно описанъ въ очеркѣ: „**Болѣзнь вѣка**“—„**Неврастенія**“\*). Въ существенныхъ чертахъ способъ этотъ сводится къ строгой изоляціи, т. е. удаленію изъ обычной обстановки, полному покою, всего чаще постельному содержанію, массажу и электризаціи.

На дѣтей съ неврастенической наслѣдственностью слѣдуетъ, само собой разумѣется, обратить особенное вниманіе въ смыслѣ надлежащаго ихъ воспитанія.

**Недержание мочи—ночное.** Ночное недержание мочи представляетъ собой до извѣстнаго возраста явленіе совершенно естественное. Не слѣдуетъ забывать, что у дѣтей запираТЕЛЬНЫя мышцы развиты въ общемъ очень слабо и укрѣпляются постепенно только съ теченіемъ времени. Вслѣдствіе этого грудныя дѣти мараются непроизвольно. Съ возрастомъ мышечный аппаратъ крѣпнетъ и ребенокъ получаетъ возможность распоряжаться до извѣстной степени удовлетвореніемъ своихъ естественныхъ потребностей. Если недержание мочи замѣчается у ребенка болѣе или менѣе взрослоаго, причемъ всѣ мѣры къ тому, чтобы отучить его отъ этой привычки, не достигаютъ цѣли, то слѣдуетъ обратиться къ помощи врача, такъ какъ возможно, что подъ этимъ недостаткомъ кроется болѣе серьезное страданіе.

= **Леченіе** сводится прежде всего къ принятію нѣкоторыхъ мѣръ предосторожности. Ребенку за нѣкоторое время до того, какъ идти въ постель, не слѣдуетъ давать никакихъ жидкостей. Ребенокъ никогда не долженъ ложиться спать въ возбужденномъ состояніи. Его слѣдуетъ приучать мочиться днемъ черезъ извѣстные промежутки времени, которые во всякомъ случаѣ не должны быть особенно продолжительны. Въ теченіе ночи его слѣдуетъ будить нѣсколько разъ и заставить его помочиться. Постель ни въ коемъ случаѣ не должна быть мягкой. Всякіе пуховики должны быть изгнаны и ребенокъ долженъ спать на довольно жесткомъ матрацѣ. Помимо всего, слѣдуетъ принимать мѣры къ укрѣпленію нервной и мышечной системы подвижными играми на свѣ-

---

\*) «Общераспространенныя болѣзни».

жемь воздухѣ. Все тѣло, особенно же область позвоночника слѣдуетъ растирать холодной водой.

**Некрозь**, см. „Омертвѣніе“.

**Нервность** составляетъ очень обычное и вмѣстѣ съ тѣмъ очень печальное явленіе нашего времени. Подкладкой нервности служить, съ одной стороны, слабость, съ другой—раздражительность нервной системы. Можно сказать, что нервность составляетъ въ нашъ вѣкъ принадлежность почти всѣхъ слоевъ населенія. Что касается до прекраснаго пола, то онъ, можно сказать, взялъ привиллегію на это страданіе. Объясняется это отчасти врожденной слабостью нервной системы у женщинъ; отчасти же погрѣшностями воспитанія и недостаточно строгимъ отношеніемъ къ себѣ.—Полезный трудъ вообще (однако, не до переутомленія); побольше физическаго труда, особенно же спортивныхъ упражненій на вольномъ воздухѣ; простое питаніе даютъ—подчасъ, несмотря на всю простоту этихъ мѣръ, поразительные результаты. Не менѣе вниманія слѣдуетъ обратить на воспитаніе въ себѣ воли и умѣнья сдерживать свои порывы. Само собой разумѣется, что, сообразно личнымъ условіямъ даннаго лица, вниманіе должно быть обращено предпочтительно на тотъ или другой изъ перечисленныхъ факторовъ.

Особое мѣсто должно быть отведено нервности, которая проявляется на почвѣ анатомическаго расстройства, преимущественно пищеварительнаго и полового аппарата. Всѣмъ извѣстно, какое огромное значеніе имѣютъ тазовые органы для женщины также, какъ и то, что органы эти очень рѣдко бываютъ у современной женщины въ полномъ порядкѣ. Вслѣдствіе этого значительная доза нервности нашихъ дамъ должна быть приписана этому источнику. Въ такомъ случаѣ леченіе, понятно, слѣдуетъ начать съ устраненія или, по меньшей мѣрѣ, облегченія существующихъ расстройствъ. Нервныя дѣвушки и женщины должны прежде всего подвергнуться внимательному врачебному изслѣдованію и наблюденію. Такимъ путемъ удастся точно установить причину и принять соотвѣтствующія мѣры къ устраненію зла.

**Нервныя болѣзни.** Болѣзни эти различаются, прежде всего, въ зависимости отъ того, *какіе* именно *нервы* задѣты болѣзненнымъ процессомъ: чувствительные или двигательные. Заболѣваніе каждой изъ этихъ двухъ основныхъ группъ называется особенными признаками. Что касается до *чувствительныхъ* нервовъ, то заболѣваніе ихъ сказывается въ одномъ случаѣ усиленной чувствительностью; въ другомъ—притупленіемъ ихъ ощущенія; въ третьемъ—полной ихъ нечувствительностью. Въ этомъ отношеніи наблюдаются иногда

чрезвычайно любопытныя явленія. Языкъ, какъ органъ вкуса, обладаетъ нервами для различныхъ видовъ чувствительности. Бываетъ такъ, что нервы, воспринимающіе ощущение соленаго, совершенно лишены чувствительности, между тѣмъ, какъ нервы, воспринимающіе ощущение горькаго или сладкаго, обладаютъ повышенной чувствительностью. Что касается до *двигательныхъ* нервовъ, то ихъ возбужденіе сказывается дрожаніемъ, спазмами и судорогами, притупленіе — слабой двигательностью соответствующихъ мышечныхъ группъ. Въ томъ случаѣ, когда нервы эти, вслѣдствіе происходящихъ въ нихъ болѣзненныхъ измѣненій, совершенно отказываются слушать, соответствующія мышечныя группы поражаются *параличемъ*, т. е. совершенно неспособны выполнять свое назначеніе, несмотря на то, что мышцы сами по себѣ здоровы. Пораженія нервовъ могутъ быть *периферическими*, т. е. постигать самые нервные стволы; въ другихъ случаяхъ они бываютъ *центральными*, т. е. происходятъ въ центральной нервной системѣ: спинномъ и головномъ мозгу, откуда всѣ нервы берутъ свое происхожденіе. Въ однихъ случаяхъ измѣненія, которыя производятъ тѣ или другія болѣзненные явленія, нами изучены въ точности (напр., спинная сухотка, дѣтскій параличъ и пр.); въ другихъ—для насъ до сихъ поръ оказывалось невозможнымъ найти какія-либо измѣненія, которыя можно было бы поставить въ опредѣленную связь съ наблюдаемыми нервными явленіями (истерія, эпилепсія, невралгія). Тѣмъ не менѣе, измѣненія въ нервахъ несомнѣнно *должны* существовать.

Въ отношеніи *леченія* мы должны различать возбужденіе нервовъ, притупленіе ихъ дѣятельности и полный параличъ. Въ случаѣ возбужденія нервовъ мы, понятно, должны приложить всѣ усилія къ тому, чтобы успокоить нервную систему вообще и непосредственно задѣтую болѣзненнымъ процессомъ область въ частности. При этомъ необходимо руководиться основной причиной. Въ противномъ случаѣ помощь наша можетъ принять совершенно ложное направленіе. Такъ, напр., при водобоязни судороги являются послѣдствіемъ возбужденія не двигательныхъ, но чувствительныхъ нервовъ. Судороги являются послѣдствіемъ того, что ощущенія, доставляемыя мозгу, отличаются особенной силой и рѣзкостью. Поэтому намъ необходимо успокоить чувствительность больного. Слѣдуетъ смягчить всѣ безъ исключенія впечатлѣнія, которыя доходятъ до него изъ внѣшняго міра. Иное дѣло—при столбнякѣ, гдѣ задѣта непосредственно двигательная система. *Возбужденіе нервной системы*, выражающееся въ легкихъ случаяхъ въ подергиваніяхъ и дрожаніи, въ тяжелыхъ—въ конвульсіяхъ

и судорогахъ—мы успокаиваемъ, преимущественно, теплотой. Средствомъ для этого служатъ намъ общія ванны: 40° Ц.—продолжительностью въ 10 минутъ. Теплые компрессы. Поглаживая мягкой и теплой рукой. Воздѣйствіе темно-голубого свѣта. Постоянный притокъ свѣжаго воздуха. Легкая діета. Нравственное воздѣйствіе.

Совсѣмъ иного образа дѣйствій должны мы придерживаться при *параличахъ* въ томъ случаѣ, конечно, когда еще не поздно и надежда еще не окончательно утрачена. Въ такомъ случаѣ мы прибѣгаемъ къ энергичному мѣстному массажу, къ раздражающему электрическому току, къ холоднымъ обливаніямъ, къ соотвѣтствующей гимнастикѣ, имѣющей цѣлью поднять дѣятельность пораженныхъ параличемъ мышечныхъ группъ;—къ воздѣйствію на волю, наконецъ, и къ подъему самодѣятельности.

Въ общемъ же всѣмъ намъ и безъ дальнѣйшихъ объясненій понятно, что при заболѣваніяхъ нервной системы ранняя помощь необходима, быть можетъ, болѣе, чѣмъ при многихъ другихъ болѣзняхъ. Укажемъ одновременно и на то, что болѣзни нервной системы значительно участились въ послѣднее время, въ зависимости отъ повышенныхъ требованій, которыя ей предъявляетъ современная культура и обострившаяся борьба за существованіе. Требованиямъ этимъ не всѣ могутъ удовлетворить и не у одного человѣка нервная система распаталась и погибла вслѣдствіе этого.

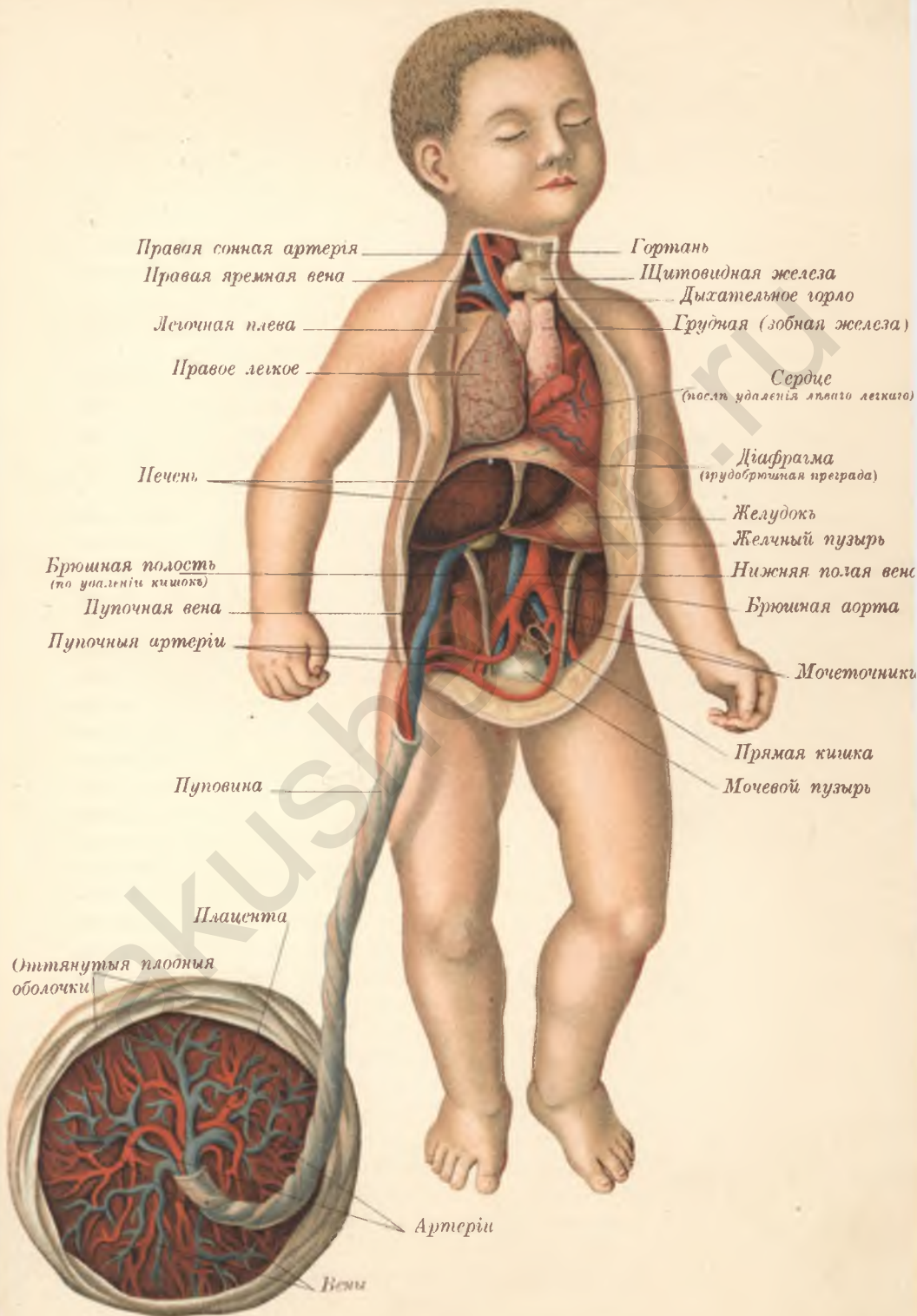
Что касается до отдѣльныхъ заболѣваній нервной системы, то они у насъ помѣщены подъ соотвѣтствующими названіями.

**Несчастные случаи.** Несчастные случаи могутъ быть подраздѣлены на двѣ большія группы: такія несчастія, въ которыхъ мы безсильны помочь пострадавшему, и такія, гдѣ мы можемъ оказать жертвѣ несчастнаго случая значительную помощь—въ томъ случаѣ, разумѣется, если мы обладаемъ для того достаточными свѣдѣніями и разумно примемъ за дѣло. Помощь въ несчастныхъ случаяхъ такого рода долженъ бы умѣть оказать *каждый* и всякій изъ насъ безъ исключенія. Что можетъ быть тягостнѣе сознанія, что мы безсильны оказать помощь человѣку въ несчастіи, и вмѣстѣ съ тѣмъ могли бы оказать значительную помощь, если бы посвятили нѣкоторую часть нашего досуга ознакомленію съ тѣми мѣрами, которыя въ такихъ случаяхъ должны быть принимаемы!.. Къ сожалѣнію, знакомство съ подачей первой помощи въ несчастныхъ случаяхъ еще очень слабо распространено у насъ въ Россіи. Оттого-то, между прочимъ, и число лицъ, погибающихъ отъ несчастныхъ случаевъ, у насъ значительно



больше, чѣмъ въ западной Европѣ, гдѣ подача первой помощи гораздо шире проникла во всея слою населенія. Въ этомъ сочиненіи подачѣ первой помощи удѣлено *особенное вниманіе* и мы совѣтуемъ нашимъ читательницамъ начать съ ознакомленія съ тѣми случаями, при которыхъ помощь ихъ можетъ оказаться необходимой *во всякую минуту*. Что же касается до прочихъ вопросовъ здоровья и болѣзни, обсуждаемыхъ въ этомъ сочиненіи, то они въ этомъ отношеніи должны стать на вторую очередь. Совѣтуемъ поэтому *неотложно* изучить тѣ главы, въ которыхъ идетъ рѣчь о **кровотеченіи, ожогѣ, отмороженіи, повѣшеніи, удушеніи и утопленіи**, на что мы, впрочемъ, специально указываемъ въ нашемъ „Предисловіи“. Чтобы убѣдиться въ томъ, что необходимыя свѣдѣнія основательно усвоены, не лишнее себя проэкзаменовать: сдѣлать это можно слѣдующимъ образомъ: представляютъ себѣ тотъ или другой несчастный случай и спрашиваютъ себя: „что я сдѣлала бы въ данномъ случаѣ?“—Считаемъ долгомъ указать на то, что необходимыми условіями разумной и дѣйствительной помощи въ какомъ-либо несчастномъ случаѣ являются *самообладаніе* и *спокойствіе*. Старайтесь дѣлать все такъ же спокойно, какъ если бы рѣчь шла о самомъ обыкновенномъ случаѣ. Не бойтесь потерять время. Только въ **самыхъ** исключительныхъ случаяхъ развѣ небольшое промедленіе можетъ грозить дѣйствительной опасностью пострадавшему (напр., сильное артеріальное кровотеченіе). Во **всѣхъ** остальныхъ случаяхъ пострадавшій, несомнѣнно, больше выиграетъ, если вы окажете ему помощь нѣсколькими мгновеніями позже, но зато окажете ее *разумно* и *вполнѣ сознательно*. Къ тому же ваше самообладаніе подѣйствуетъ благотворно и на окружающихъ, которые въ такихъ случаяхъ обыкновенно теряютъ голову и часто не только не оказываютъ никакой помощи жертвѣ несчастнаго случая, но даже вредятъ ей (скопляясь вокругъ нея, отымаютъ воздухъ; неразумными приемами усиливаютъ, напр., кровотеченіе и пр.). Вы сможете тогда найти въ окружающихъ полезныхъ помощниковъ (для производства искусственнаго дыханія, разрѣзыванія платья въ случаѣ ожога, приглашенія врача, доставки лекарства изъ аптеки, переноски больного и пр.). Итакъ, повторяю, первымъ условіемъ подачи разумной помощи въ несчастномъ случаѣ является спокойствіе и самообладаніе. Отдѣльные виды несчастныхъ случаевъ см. подѣ соответствующими названіями.

**Никотинъ** представляетъ собой ядъ, который вредно дѣйствуетъ на нервную систему, особенно же на *сердце*. Въ виду этого куреніе, очевидно, не можетъ быть одобрено разумной гигиеной. Мы едва ли ошибемся, если скажемъ, что пода-



Расположеніе внутреннихъ органовъ у плода.

вляющее большинство курящихъ лицъ стало прибѣгать къ табаку почти исключительно изъ подражанія, какъ это имѣетъ мѣсто и съ злоупотребленіемъ половыми сношеніями и спиртными напитками. Лучшимъ доказательствомъ нашихъ словъ является то, что подавляющее большинство курящихъ лицъ стало прибѣгать къ табаку въ очень раннемъ возрастѣ, когда, конечно, и рѣчи не могло быть о „возбужденіи нервной системы“, „освѣженіи головы“ и пр., каковыми доводами оправдываетъ свое куреніе большинство курящихъ лицъ. Въ этомъ отношеніи должно было бы сказаться вліяніе разумнаго воспитанія, такъ какъ употребленіе табаку такъ же мало можетъ, въ сущности, быть оправдываемо, какъ употребленіе спиртныхъ и наркотическихъ напитковъ. Конечно, тотъ, кто приучилъ свою нервную систему къ искусственному возбужденію, вызываемому стаканомъ вина, сигарой или шприцемъ эфиру, трудно отстать отъ потребления сказанныхъ веществъ. Необходимостью мы ихъ, однако, ни въ коемъ случаѣ признать не можемъ и мы въ правѣ требовать отъ родителей, чтобы они приложили всѣ мѣры къ тому, чтобы эти вредныя и губительныя привычки не были усвоены ихъ дѣтьми.

**Ницца** — всемірно извѣстная климатическая станція на Лазуревомъ берегу (côte d'azur) Средиземнаго моря во Франціи. Климатъ идеальный—по своей теплотѣ, мягкости и ровности. Съѣзжаютъ лица слабыя, выздоравливающія, съ разстроенными нервами, съ болѣзнями дыхательнаго аппарата и особенно въ начальной ступени чахотки, со всего міра. Слишкомъ много развлеченій. Жизнь относительно не особенно дорога. Климатическій сезонъ — съ октября по май; купанья—съ апрѣля по октябрь.

**Ногтей — болѣзни.** Объ уходѣ за ногтями у насъ уже была рѣчь въ I части сочиненія въ главѣ „Уходъ за красотой“ (въ ст. „Уходъ за руками“—стр. 289). Въ общемъ, слѣдуетъ, однако, сказать, что ногти, особенно у лицъ, которыя не отличаются особенной чистоплотностью, или которымъ приходится работать физически и имѣть дѣло съ различными предметами, заболѣваютъ относительно довольно часто. Способствуетъ этому совершенно поверхностное ихъ положеніе и то, что нашимъ рукамъ приходится соприкасаться часто съ предметами весьма подозрительной чистоты. Помимо того, ногти принимаютъ видное участіе и въ разныхъ заболѣваніяхъ кожи, такъ какъ по происхожденію своему ногти, какъ и волосы, являются, такъ сказать, родными братьями кожи. Какъ и при нѣкоторыхъ страданіяхъ кожи, слѣдуетъ обратить особенное вниманіе на соблюденіе чистоты и на общее укрѣпленіе организма. Упо-

мянемъ здѣсь о *вросшемъ ногтѣ*, страданіи, которое въ значительной степени является послѣдствіемъ нашей неразумной и негигиенической обуви. Вѣнскій профессоръ Каподжи рекомендуетъ слѣдующій способъ лекарственнаго леченія вросшихъ ногтей: подъ ногтевое ложе вводится ниточка корпии, которая постепенно отодвигаетъ ноготь отъ мяса по мѣрѣ того, какъ нарастаетъ новое вещество ногтя. Въ случаѣ, когда этотъ способъ не привелъ къ цѣли, намъ остается прибѣгнуть къ оперативному удаленію вросшаго ногтя. До того можно, однако, попробовать еще подѣйствовать на ноготь горячимъ паромъ и горячими ваннами.

Ногти отличаются особенной *хрупкостью* при англійской болѣзни, блѣдной немочи, а также въ періодъ выздоровленія отъ тяжелыхъ болѣзней. Въ такомъ случаѣ увеличеніе содержанія солей въ пищѣ и общій подъемъ питанія всего вѣрнѣе ведутъ къ цѣли.

**Ногтоѣда.** Такъ называютъ воспаленіе съ послѣдующимъ образованіемъ нарыва подъ ногтемъ. Въ серьезныхъ случаяхъ ногтоѣда ведетъ къ очень тяжелымъ послѣдствіямъ, такъ какъ она не только отдѣляетъ сухожилія отъ мышцъ, но пожираетъ, такъ сказать, и самыя кости. Въ нѣкоторыхъ случаяхъ погибаетъ весь палецъ. Ближайшей причиною ногтоѣды слѣдуетъ считать прониканіе гноеродныхъ микробовъ въ ткани пальца, что происходитъ всего чаще при занозѣ. Само собой разумѣется, что и состояніе самого организма также играетъ въ этомъ случаѣ очень видную роль. Такъ, у однихъ всевозможные ушибы, а также и занозы, проходятъ почти совершенно безслѣдно, между тѣмъ какъ у другихъ ногтоѣда, какъ и нарывы вообще, появляются иногда даже безъ всякихъ видимыхъ причинъ. Въ этомъ мы видимъ новый примѣръ „*невоспримчивости*“, о которой у насъ шла рѣчь выше.

= **Леченіе.** Два руководящихъ начала: тепло и обеззараживаніе. Еще лучше соединить одно съ другимъ. Достигнуть мы этого можемъ тѣмъ, что будемъ прикладывать къ больному пальцу теплые компрессы изъ антисептической жидкости (всею проще—борной кислоты: ложечку или двѣ на стаканъ воды. Можно также и карболовую кислоту: 3%—5%-ый растворъ). Нѣсколько разъ на дню слѣдуетъ дѣлать горячія ванны въ 40° Ц. продолжительностью въ 10 минутъ, или теплыя—30° Ц., продолжительностью въ 1/2 часа. Въ томъ случаѣ, когда нагноеніе зашло слишкомъ далеко и началось разѣданіе кости, которое грозитъ изуродовать палецъ, слѣдуетъ тотчасъ же обратиться къ врачу съ просьбой удалить разѣденные осколки, которые только поддерживаютъ нагноеніе. Этимъ больной сбережетъ не только силы, но иногда спасетъ и палецъ.

**Ногъ — зябкость.** На что указывает, собственно говоря, зябкость ногъ? — На то, что кровообращение происходит неправильно, что распределение крови въ организмъ совершается неравномерно, что правильный обменъ веществъ нарушенъ. Вслѣдствіе указанныхъ причинъ, ткани нижнихъ конечностей питаются недостаточно, согреваются слабо и всегда бываютъ болѣе или менѣе холодными. Здоровыя лица находятъ это ощущение крайне неприятнымъ. Что же касается до лицъ, которыя издавна, а тѣмъ болѣе съ дѣтства, страдаютъ этимъ недостаткомъ, то они большей частью совершенно не замѣчаютъ, что ноги у нихъ очень холодныя. Между тѣмъ, стоитъ къ нимъ прикоснуться, чтобы убѣдиться, что ноги у нихъ, иногда до самыхъ икръ, холодны, какъ ледъ. Особенно часто наблюдаются зябкія ноги у женщинъ. Къ сожалѣнію, больная не обращаетъ на это часто никакого вниманія, также какъ и ея семья. Между тѣмъ, зябкость ногъ служитъ иногда указаніемъ на довольно тяжкое страданіе. Въ подавляющемъ большинствѣ случаевъ мы по одному этому признаку можемъ съ увѣренностью заявить, что больная страдаетъ *малокровіемъ*. Нерѣдко зябкость ногъ служитъ указаніемъ на какое-нибудь маточное страданіе. Оно является иногда послѣдствіемъ застоя крови въ тазу. Застой крови способствуетъ, какъ и хроническіе запоры, развитію различныхъ опухолей, и весьма вѣроятно, что многихъ міомъ совершенно не было бы или во всякомъ случаѣ онѣ не достигли бы столь значительныхъ размѣровъ, если бы женщины обращали болѣе вниманія на зябкость ногъ. Въ другихъ случаяхъ появляющееся ощущение зябкости ногъ, котораго больныя до того не испытывали, служитъ указаніемъ на какое-нибудь довольно быстро развивающееся страданіе.

= **Леченіе.** Прежде всего необходимо, понятно, твердо установить основную причину. Въ томъ случаѣ, когда зябкость ногъ зависитъ отъ слабости кровообращенія, что въ дѣйствительности наблюдается очень часто, необходимо принять мѣры къ оживленію его. Для этого нужно повысить мышечную дѣятельность организма и позаботиться о болѣе живомъ притокѣ свѣжаго воздуха къ легкимъ. Тотъ, кто имѣетъ возможность, долженъ заняться неутомительными работами на свѣжемъ воздухѣ: копаться въ саду или огородѣ, заниматься домашнимъ хозяйствомъ. Тѣ больныя, которыя по мѣстнымъ или личнымъ условіямъ лишены возможности заниматься этими работами, должны заниматься соотвѣтствующей гимнастикой. Изъ числа наиболѣе подходящихъ для нихъ упражненій укажемъ на сгибаніе и разгибаніе колѣнъ и туловища, на дыхательную гимнастику, на упражненія со

штангами, гирями или палкой, на велосипедную їзду, греблю и пр. Очень хорошо дїйствуетъ на нихъ обыкновенно и бїганье на конькахъ, въ чемъ не должны бы себї отказывать и болїе пожилыя женщины. На ряду съ указанными мїропрїятїями укажемъ на то, что кожаныя ботинки слїдуетъ замїнить болїе гигиеническими, такъ какъ кожаная обувь не только лишаетъ ноги возможности обмїнивать воздухъ, но вмїстї съ тїмъ и сильно холодитъ ногу. Лїтомъ можно носить легкія сандаліи; зимой — ботинки изъ легкой проницаемой матерїи или трико. Въ болїе упорныхъ случаяхъ мы можемъ прибїгнуть къ горячимъ ножнымъ ваннамъ: 40° Ц., продолжительностью въ 5 минутъ, съ послїдующимъ холоднымъ обливанїемъ для оживленїя кровообращенїя; къ растиранїю теплою рукой, къ обертыванїю ногъ, къ паровымъ ножнымъ ваннамъ, массажу ногъ. Указанныя мїропрїятїя, особенно въ томъ случаї, когда они проводятся систематически и въ теченїе достаточно продолжительнаго времени, могутъ не привести къ цїли развї только въ томъ случаї, когда причина страданїя болїе глубока и кроется въ болїзни тазовыхъ органовъ или сердца. Въ такомъ случаї врачебное изслїдованїе должно открыть истинную причину, а также и дать указанїе на тї мїры, которыя необходимо принять.

**Ногъ — припухлость.** Въ виду того, что нашимъ нижнимъ конечностямъ приходится производить не мало движенїя, въ виду того, главнымъ образомъ, что онї занимаютъ по отношенїю къ другимъ частямъ тїла наиболїе низкое положенїе, застой крови чаще всего отражается на нихъ первыми. Прежде всего легкая припухлость замїчается въ области *лодыжекъ*, гдї ее врачи прежде всего въ неясныхъ случаяхъ и ищутъ. Припухлость ногъ можетъ имїть различныя причины. Изъ *мїстныхъ* причинъ укажемъ на расширенїе венъ на нижнихъ конечностяхъ, на опухоли въ тазу, которыя стїсняютъ въ нихъ кровообращенїе, на воспаленїе суставовъ. Въ такомъ случаї хорошо дїйствуютъ массажъ въ видї поглаживанїя, влажныя теплыя обертыванїя, холодныя обливанїя колїнъ. Гораздо большее значенїе имїетъ припухлость нижнихъ конечностей въ томъ случаї, когда она зависитъ отъ *общей* причины. Такой причиной является болшей частью болїзнь сердца или почекъ, а также и тучность. Само собой разумїется, что причина должна быть строго установлена. Только въ такомъ случаї можетъ быгъ установлено разумное леченїе.

**Ножная ванна.** Объ этомъ предметї мы распространяться не станемъ, такъ какъ о немъ уже была у насъ рїчь въ ст. „Ванны“. Рекомендуемъ читательницамъ вновь прочесть ука-

занную ст., а также ст. „Уходъ за ногами“ въ I части сочиненія (стр. 291), а также бросить взглядъ на рис. 178 и 179. Здѣсь же на рис. 291 нами *изображена* ножная паровая ванна.

**Ножное положеніе** младенца при родахъ должно быть разсматриваемо, какъ неправильное. Подробности см. въ III части: „Роды“.

**Ножной потъ**, см. „Потъ — ножной“.

**Носа — массажъ.** Различаютъ наружный и внутренній носовой массажъ. И тотъ и другой употребляется при насморкѣ, а также острыхъ и хроническихъ заболѣваніяхъ носа, которыя въ одномъ случаѣ сопровождаются обильнымъ выдѣленіемъ мокроты, въ другомъ — образованіемъ корокъ и во всѣхъ почти случаяхъ — значительнымъ ослабленіемъ нашей способности къ обонянію. *Наружный массажъ* производится систематическими поглаживаніями вдоль спинки носа двумя пальцами, смазанными вазелиномъ. На томъ же, вѣроятно, основаніи зиждется и народное повѣріе, что при насморкѣ помогаетъ, если провести вдоль носа 52 раза.

*Внутренній массажъ* носа былъ предложенъ докторомъ Ламаномъ. Производится онъ при помощи особеннаго зонда, которымъ поглаживаютъ довольно сильно слизистую оболочку носа изнутри. Примѣнять этотъ способъ можетъ только врачъ, а потому мы отъ дальнѣйшаго его изложенія и воздерживаемся.

**Носовое дыханіе.** Только черезъ носъ и должно правильнымъ образомъ совершаться дыханіе. Носовая полость выстлана тончайшими волосками, которые предназначены для захватыванія частицъ пыли и всякихъ постороннихъ веществъ вообще. Съ другой стороны, воздухъ, проходя черезъ носъ, согревается. Такимъ образомъ, имѣется гораздо меньше шансовъ простудить легкія. Къ сожалѣнію, многія лица дышатъ не черезъ носъ, но черезъ ротъ, что ведетъ ко мно-



Рис. 291.

Ножная паровая ванна въ домашнемъ быту.

гимъ вреднымъ послѣдствіямъ. Когда подобное дыханіе начинается обнаруживаться у ребенка, его слѣдуетъ подвергнуть врачебному изслѣдованію, дабы отыскать причину этого ненормальнаго явленія (часто носовые полипы), и принять соотвѣтствующія мѣры. Дыхательная гимнастика много способствуетъ тому, чтобы дыханіе вновь стало совершаться правильнымъ образомъ.

**Носовое кровотеченіе.** Въ очень опасной и даже угрожающей жизни формѣ появляется иногда у лицъ кровоточивыхъ. Очень обильнымъ можетъ оно быть и при выздоровленіи отъ тяжелыхъ болѣзней. Появляется оно нерѣдко также при блѣдной немочи и наступленіи половой зрѣлости. При разстройствахъ кровообращенія и наклонности къ головнымъ приливамъ на носовое кровотеченіе слѣдуетъ смотрѣть, какъ на актъ самозащиты организма, такъ какъ оно часто предохраняетъ больного отъ гораздо болѣе тяжелыхъ явленій. Въ такомъ случаѣ отхожденіе незначительнаго количества крови сопровождается появленіемъ чувства облегченія и покоя. При малокровіи составъ крови иногда значительно измѣняется. Въ такомъ случаѣ сосудистыя стѣнки часто легко разрываются и кровотеченіе возобновляется.

= **Леченіе.** Въ легкихъ случаяхъ кровотеченіе останавливается, если приложить холодные компрессы къ груди и ко лбу. Одновременно можно сдѣлать и горячія ножныя ванны. Больному слѣдуетъ лечь спокойно на постель съ приподнятой головой. Руки слѣдуетъ поднять вверхъ и дышать глубоко. Въ болѣе серьезныхъ случаяхъ прибѣгаютъ къ горячимъ спринцеваніямъ носа; въ отчаянныхъ же случаяхъ—и къ *тампонированію носа*, что можетъ быть произведено только врачомъ. Воздерживаться отъ употребленія ваты, пропитанной полуторахлористымъ желѣзомъ. При кровотеченияхъ на почвѣ *блѣдной немочи* главное вниманіе должно быть обращено на основное страданіе. Въ томъ случаѣ, когда наблюдается наклонность къ приливамъ крови къ головѣ (у лицъ полнокровныхъ), строжайшимъ образомъ избѣгать потребленія возбуждающихъ и спиртныхъ напитковъ (пива, вина, кофе и пр.). Не ложиться спать тотчасъ послѣ обѣда. Не выходить сразу на морозный воздухъ. Не дѣлать никакихъ рѣзкихъ физическихъ движеній. Избѣгать игры въ мячъ велосипедной ѣзды, бѣга. Прибѣгать къ воздушнымъ ваннамъ, продолжительнымъ, но медленнымъ прогулкамъ и подъемамъ на горы и къ умѣренной дыхательной гимнастикѣ.

**Носовое произношеніе** должно привлекать наше вниманіе, особенно въ томъ случаѣ, когда носовой оттѣнокъ начинается



проявляться въ дѣтской рѣчи. Въ такомъ случаѣ оно часто служитъ указаніемъ на то, что въ носу появились наросты, всего чаще полипы. Послѣдніе должны быть удалены какъ можно раньше: въ настоящее время неопровержимо доказано, что послѣдніе не только имѣютъ огромное вліяніе на дыхательный аппаратъ, развитіе котораго они задерживаютъ, но и на умственное развитіе ребенка, который начинаетъ замѣтно отставать отъ своихъ товарищей въ смыслѣ развитія. Полипы слѣдуетъ удалить, и тогда ребенокъ часто какъ будто совершенно перерождается.

**Носовые души.** Какъ устроить носовую ванну одновременно съ глазной, нами изображено на рис. 192—при ст. „Глазная ванна“. Если же мы желаемъ, чтобы струя жидкости проникла выше, то мы прибѣгаемъ для этого къ ирригатору или же къ небольшой ручной спринцовкѣ. При производствѣ этой небольшой операціи мы рекомендуемъ, однако, осторожность и мягкость. Въ противномъ случаѣ намъ грозитъ раздраженіе слизистой оболочки носа, которая очень восприимчива. Во всякомъ случаѣ спринцеванія должны быть тепловатыми. На помощь къ нимъ должны всего чаще придти горячія ножныя ванны, согрѣвающие компрессы на шею и наружный массажъ носа.

**Носовыя болѣзни.** Воспаленіе и нагноеніе слизистой оболочки носа наблюдаются въ острой и хронической формѣ довольно часто, преимущественно у лицъ золотушныхъ. Это и есть общеизвѣстный *носовой катарръ*. *Острый насморкъ* всего чаще является началомъ заболѣванія воздухоносныхъ путей. Онъ знаменуетъ собой начало многихъ болѣзней, начиная съ бронхита и кончая инфлюэнцей. Часто, однако, организмъ успѣваетъ оказать должное сопротивленіе болѣзни, и мы отдѣляемся однимъ насморкомъ. Частое полосканіе горла теплымъ антисептическимъ растворомъ; теплое питье; тепловатые компрессы на область носа; равномерная температура въ комнатѣ и влажный воздухъ всего скорѣе даютъ намъ возможность справиться съ этимъ не столько тяжелымъ, сколько неприятнымъ страданіемъ. Большаго труда стоитъ справиться съ *хроническимъ насморкомъ*, особенно, если желаютъ лечить его только, какъ мѣстную болѣзнь, и теряютъ изъ виду общее страданіе, на почвѣ котораго онъ народился. *Носовые полипы* все чаще начинаютъ появляться въ наше время у дѣтей, что находится, быть можетъ, въ тѣсной зависимости отъ недостатка воздуха въ дѣтскихъ и недостаточнаго пребыванія дѣтей на свѣжемъ воздухѣ. Какъ бы то ни было, чаще всего только оперативное удаленіе опухоли ведетъ къ цѣли (см. также „*Носовое произношеніе*“). *Ракъ* и *волчанка* носа предста-

влияють ужасныя и сильно уродующія больныхъ страданія. Въ начальномъ періодѣ *леченіе* этихъ болѣзней часто остается не безъ результата. Въ болѣе же позднемъ періодѣ мы нерѣдко оказываемся безоружными въ борьбѣ съ ними. Иногда онѣ совершенно пожирають весь носъ и отымають у больного всякое подобіе челоуѣка. Пластической операціей, при которой пользуются лоскутами кожи, заимствованной отъ ближайшихъ частей лица, намъ часто удается до нѣкоторой степени возстановить эту часть лица. См. также „Волчанка“.

**Ночное недержание мочи**, см. „Недержание мочи—ночное“.

**Ночные поты**, см. „Поты—ночные“.

**Нравственное помѣшательство.** Нравственность, какъ и всѣ прочія духовныя свойства наши, тѣсно связана съ нашимъ физическимъ здоровьемъ. Наблюдаются нерѣдко дѣти, нравственное уродство которыхъ находится въ полномъ соотвѣтствіи съ ихъ тѣлесными недостатками. Уже въ довольно раннемъ возрастѣ такія дѣти выдѣляются своимъ злымъ, раздражительнымъ и неукротимымъ характеромъ. Въ умственномъ отношеніи они отличаются своей отсталостью. Въ физическомъ отношеніи они поражаютъ иногда уродливостью своего лица, асиметріей черепа, низкимъ лбомъ и пр. Часто предаются они рукоблудію, страдаютъ заиканіемъ, пляской св. Витта, эпилепсіей, неестественными наклонностями. Такія дѣти представляютъ собой истинную кару для семьи, точно также какъ они позже представляютъ собой опасность для общества. Уже въ самомъ раннемъ возрастѣ такія дѣти нерѣдко обнаруживаютъ очень жестокія и даже преступныя наклонности: къ истязанію животныхъ и дѣтей, къ воровству, къ поджогамъ. Какъ ни мало симпатичны намъ подобныя дѣти, мы ни въ коемъ случаѣ не должны обращаться съ ними жестоко. Это было бы не только нечеловѣчно, но и глубоко несправедливо, хотя бы только потому, что дѣти эти неповинны въ своихъ наклонностяхъ, которыя они прямо или косвенно унаслѣдовали отъ своихъ предковъ. Стоитъ намъ хоть немного порыться въ ихъ генеалогіи, и мы найдемъ въ семьѣ хроническій алкоголизмъ, падучую, сифились, тяжелья душевныя болѣзни. Такія дѣти являются выродками, которые вмѣстѣ съ появленіемъ на свѣтъ Божій принесли съ собой всѣ свои противобщественныя наклонности. Такихъ дѣтей почти невозможно воспитывать дома. Всего лучше воспитывать ихъ въ специальныхъ *пансіонахъ-лечебницахъ*, гдѣ педагоговъ замѣняютъ опытные врачи-психіатры. Разумнымъ и систематическимъ воспитаніемъ такихъ дѣтей по извѣстному плану ихъ удается сдѣлать безвредными и даже полезными членами общества. Пребываніе же въ семьѣ, особенно въ томъ случаѣ,

когда съ ними жестоко тамъ обращаются, имѣеть послѣдствіемъ обыкновенно только то, что они становятся чрезвычайно скрытными и еще больше ожесточаются. Мы не можемъ входить здѣсь въ большія подробности относительно этого вопроса, несмотря на всю важность его. Обойти же этотъ вопросъ полнымъ молчаніемъ мы сочли себя не въ правѣ, такъ какъ онъ имѣеть тѣсное отношеніе къ воспитанію дѣтей. Дѣти, хотя и не со столь рѣзкими, но все же безусловно порочными и даже преступными наклонностями наблюдаются въ жизни далеко не такъ уже рѣдко.

## О.

**Обезболиваніе**, см. „Анѣстезія“.

**Обеззараживаніе—Дезинфекція.** Этому вопросу, который имѣеть огромное практическое значеніе, мы должны удѣлить особенное вниманіе. Читательницамъ уже извѣстно, что различныя болѣзни передаются при посредствѣ возбудителей болѣзни—микробовъ. *Микробы* эти, поступая въ организмъ здороваго человѣка и находя послѣдній въ состояніи восприимчивости, заражаютъ его и вызываютъ въ немъ извѣстную болѣзнь. Отсюда вытекаетъ прямая необходимость *уничтожить* этихъ носителей заразы. Задача эта, однако, далеко не всегда легко выполнима, въ виду чрезвычайно малыхъ размѣровъ нѣкоторыхъ микробовъ, которые позволяютъ имъ легко проникать очень глубоко, а также въ виду ихъ сильной плодовитости. Тѣмъ не менѣе, намъ необходимо обстоятельно изучать ихъ свойства и потребности, чтобы наиболѣе успѣшнымъ путемъ вести съ ними борьбу. Не слѣдуетъ упускать изъ виду, что каждый микробъ имѣеть свои *личныя* особенности, съ которыми необходимо считаться. Въ противномъ случаѣ всѣ наши мѣропріятія ни къ чему не приведутъ. Прежде всего намъ необходимо узнать *путь*, посредствомъ котораго микробъ переходитъ съ одного лица на другое. Затѣмъ намъ необходимо узнать, въ какой *средѣ* онъ всего легче расплождается и въ какой, наоборотъ, быстро погибаетъ. Какъ бы то ни было, слѣдующія правила примѣнимы къ борьбѣ со *всякой* заразной болѣзью, какова бы она рода ни была. Прежде всего микробы не любятъ *свѣжаго воздуха и солнца*, которые всего быстрѣе ихъ уничтожаютъ. Они любятъ, наоборотъ, грязь сырость и темноту. Этимъ выясняются главнѣйшія черты нашей борьбы съ микробами.

Соблюденіемъ строжайшей *чистоты* и исправнымъ *проветриваніемъ* воздуха въ комнатѣ больного мы выполняемъ

уже главнѣйшія требованія разумнаго обеззараживанія. Этому не слѣдуетъ упускать изъ виду, и ошибкой было бы думать, какъ думаютъ еще, къ сожалѣнію, и въ настоящее время многія лица изъ публики, что обеззараживаніе есть что-то совершенно независимое отъ опрятности и что карболка да сулема могутъ покрыть всѣ грѣхи наши по отношенію къ соблюденію чистоты.

Что же касается до обеззараживанія въ тѣсномъ смыслѣ этого слова, то оно захватываетъ собой различныя стороны ухода за больнымъ, его изверженіями, предметами, находящимися у него въ употребленіи, комнатою, въ которой онъ лежалъ, и пр., которые мы и рассмотримъ въ отдѣльности.

Начнемъ съ того, что укажемъ, *какими путями передаются* различныя заразныя болѣзни. Брюшной тифъ, дизентерія и холера передаются при посредствѣ кишечныхъ *изверженій*; легочная чахотка—при посредствѣ *мокроты* и разбрызгиванія слюны во время кашля, чиханія, а иногда и разговора. Дифтеритъ, скарлатина, корь, рожа и пятнистый тифъ передаются черезъ *воздухъ*. Гнойное зараженіе и родильная горячка *прикосновеніемъ* къ ранамъ или загрязненнымъ предметамъ. Всѣ предметы, которые приходятъ въ соприкосновеніе съ зараженными частицами, заражаются сами и могутъ сохранить заразу въ продолженіе довольно значительнаго времени. Обеззараживаніе сводится къ принятію слѣдующихъ мѣръ:

1) Возможно строгому *отдѣленію (изоляции) больного*, съ которымъ должно приходиться въ соприкосновеніе возможно меньшее количество лицъ.

2) Лица, непосредственно ухаживающія за больнымъ, должны всего лучше носить *халатъ*, который легко подвергнуть варкѣ въ кипящей водѣ и стиркѣ. Халатъ этотъ долженъ быть одѣваемъ, какъ только лицо, ухаживающее за больнымъ, вступаетъ въ его комнату, и скидываться при выходѣ изъ нея.

3) *Руки, лицо и волосы* слѣдуетъ обеззараживать нѣсколько разъ въ день и непременно передъ тѣмъ, какъ садиться къ столу или брать въ руки что-либо съѣстное. Обеззараживаніе можно произвести и обыкновеннымъ *сѣрымъ мыломъ* съ теплой водою. Лучше примѣнить слабый растворъ сулемы, карболки или лизоля. За ногтями должно слѣдить съ особеннымъ вниманіемъ. Никогда не слѣдуетъ кушать въ комнатѣ больного.

4) *Ротъ* полоскать нѣсколько разъ въ день и непременно передъ ѣдой растворомъ борной кислоты (чайную ложечку на стаканъ теплой воды) или бертолетовой соли (та же пропорція).

5) *Общее обеззараживание (всего тѣла)* наилучшимъ образомъ совершается въ общей горячей ваннѣ. Тѣло слѣдуетъ обмывать зеленымъ мыломъ или мыльнымъ спиртомъ, причемъ слѣдуетъ прибѣгать и къ помощи щетокъ. Мыться слѣдуетъ въ теченіе 5—10 минутъ по меньшей мѣрѣ. Затѣмъ можно также обмыть тѣло какимъ-либо обеззараживающимъ растворомъ. *Обеззараживающіе растворы* распадаются на двѣ большія группы: сулемовые и карболовые, которые довольно ядовиты, и на лизоловые и борные, которые въ значительно меньшей степени ядовиты. Укажемъ, какой крѣпости должны быть всѣ эти растворы. *Сулема* берется для обеззараживанія въ растворѣ 1:1000 или 1:2000. Существуютъ спеціальныя сулемовыя лепешки (таблетки) Ангерера. Лепешки эти изготовляются двухъ сортовъ: побольше — даютъ растворъ 1:1000, и поменьше — даютъ растворъ 1:2000. Окрашены онѣ въ красный цвѣтъ. Вообще обеззараживающіе растворы лучше *окрашивать* въ какой-либо цвѣтъ, чтобы тѣмъ обратить на нихъ вниманіе, и избѣжать такимъ образомъ возможности внутренняго употребленія. Въ этомъ отношеніи карболовые растворы менѣе опасны, такъ какъ обладаютъ рѣзкимъ запахомъ. *Карболовые растворы* готовятся 1%—3%. Для 1% раствора на 1 литръ (пять стакановъ воды) берутъ 2½ чайныхъ ложечки карболки. Для того, чтобы приготовить 3% растворъ карболки, берутъ на литръ—1 унцію—30 граммъ—2 столовыхъ ложки карболки. Чтобы приготовить *стаканъ* 1% раствора, берутъ ½ ложечки карболки; чтобы приготовить 3% растворъ—1½ ложечки карболки. Не слѣдуетъ упускать изъ виду, что карболка въ кристалахъ, такъ-называемая стопроцентная, съ трудомъ растворяется даже въ горячей водѣ, а потому къ ней предпочтительнѣе прибавлять небольшое количество спирту или водки, въ каковыхъ веществахъ карболка растворяется очень легко.

*Лизолъ* употребляется въ растворѣ 1:1000 и до 3%. *Борной кислоты* берется на стаканъ воды 1 чайная ложка (получается растворъ 2%), или 2 чайныя ложки на стаканъ воды (4% растворъ). См. также „*Мыры и вѣсь—аптекарскіе*“. Всѣмъ указаннымъ пропорціямъ слѣдуетъ строго слѣдовать. При приготовленіи растворовъ слѣдуетъ быть чрезвычайно внимательнымъ. Растворы эти, особенно сильно ядовитые: *сулему* и *карболку*, слѣдуетъ держать *подъ замкомъ*, и въ мѣстѣ совершенно недоступномъ для постороннихъ, особенно же для дѣтей.

6) Переходимъ къ дальнѣйшему изложенію процесса обеззараживанія. *Инструменты*, которые приходятъ въ соприкосновеніе съ больнымъ или его изверженіями, должны

кипятиться въ теченіе получаса въ 1% растворѣ соды въ кипящей водѣ. *Перевязочныя средства*, бывшія въ употребленіи, всего лучше сжигать. Если это по экономическимъ или какимъ-либо инымъ соображеніямъ невыполнимо, ихъ слѣдуетъ кипятить въ теченіе часа въ содовомъ растворѣ, и только послѣ того вновь пускать въ обращеніе.

7) *Бѣлье* больного должно быть обеззаражено въ 5% карболовомъ растворѣ или 10% лизоловомъ. Въ первомъ растворѣ бѣлье должно оставаться отъ сутокъ до полуторыхъ; во второмъ—часовъ шесть. Можно также—и это значительно легче выполнимо въ домашнемъ быту—кипятить бѣлье въ теченіе часа въ 1% растворѣ соды. Послѣ того, какъ бѣлье обеззаражено такимъ образомъ (но никакъ *не раньше*), его можно приобщить къ прочему бѣлью и отдать его въ общую стирку.

8) *Изверженія* больного выливаются въ сосудъ, въ который предварительно налить карболовый или лучше (въ виду пронзительнаго запаха карболки) сулемовый растворъ, или же 5 стакановъ (1 литръ) известковаго молока (1 часть извести на 3 части воды). Въ клозетъ, куда выливаются изверженія и испражненія больного, слѣдуетъ ежедневно вливать ведро известковаго молока. Въ плевательницу наливается 1% растворъ сулемы съ прибавленіемъ небольшого количества (20 граммъ: столовая ложка съ вѣрхомъ на литръ—5 стакановъ раствора) поваренной соли.

9) Довольно трудную задачу представляетъ обеззараживаніе комнаты больного и предметовъ, бывшихъ съ нимъ въ непосредственномъ соприкосновеніи. Всю *постель* слѣдуетъ отправить въ дезинфекціонную камеру, каковыя въ настоящее время имѣются не только въ столицахъ, но и во многихъ большихъ городахъ. Въ камерахъ этихъ означенные предметы обеззараживаются текучимъ паромъ, что представляетъ собой наиболѣе дѣйствительную дезинфекцію. Что же касается до *кожаныхъ предметовъ*, которые портятся отъ обеззараживанія паромъ, то ихъ очень тщательно обмываютъ антисептическими растворами. Въ тѣхъ мѣстахъ, гдѣ дезинфекціонныхъ камеръ нѣтъ, постель и постельныя принадлежности на болѣе или или менѣе продолжительное время выносятся на воздухъ, на солнце. Предварительно лучше продезинфицировать эти предметы окуриваніемъ сѣры или формалиномъ, какъ это нами ниже будетъ изложено. До того, какъ предметы основательно обеззаражены, слѣдуетъ избѣгать употребленія ихъ, такъ какъ нѣкоторые микробы очень упорно въ нихъ держатся.

10) *Стѣны и полъ* слѣдуетъ обмывать крѣпкимъ (1:1.000) растворомъ сулемы. За неимѣніемъ сулемы или карболки

можно прибѣгнуть къ тщательному обтиранію стѣнъ, половъ и потолка хлѣбнымъ мякишемъ, который очень легко впитываетъ въ себя миазмы. Особенно часто приходится практиковать послѣдній способъ обеззараживанія въ деревняхъ у крестьянъ.

11) *Ухаживающему персоналу* слѣдуетъ какъ можно чаще принимать мыльные ванны.

11) *Обеззараживаніе помѣщенія* производится въ настоящее время всего чаще посредствомъ *формалиновыхъ паровъ*. Производится обеззараживаніе слѣдующимъ образомъ. Въ тѣхъ случаяхъ, когда есть возможность приобрести съ этой цѣлью специальный формалиновый аппаратъ, дѣло значительно упрощается. Въ томъ случаѣ, когда приобретение подобнаго аппарата оказывается невозможнымъ, или же не имѣется времени дожидаться его прибытія, прибѣгаютъ къ слѣдующему способу. Въ небольшой чугунный котелъ наливаютъ воды и формалину. Чугунъ этотъ ставится на плиту или на спиртовую лампу. Вслѣдствіе этого, формалиновые пары распространяются въ воздухѣ. На каждый куб. метръ помѣщенія слѣдуетъ брать 3,5 грамма формалина и тогда обеззараживаніе заканчивается не раньше, какъ часовъ черезъ 7. Если желаютъ обеззараживаніе произвести быстрее, въ теченіе 4-хъ часовъ, то количество формалину удваиваютъ.



Рис. 292. «Гигіеза» — малый аппаратъ Шеринга для дезинфекціи формалиномъ.

Еще болѣе просто производится обеззараживаніе при помощи формальдегидовыхъ таблетокъ (лепешекъ). Всѣ отверстія комнаты, въ которой необходимо произвести обеззараживаніе, наглухо закупориваются. Всего лучше замазать ихъ глиной. На спиртовой лампочкѣ испаряютъ въ воздухѣ литра 2—3 воды. Загѣмъ всего лучше на специальной лампѣ или же за отсутствіемъ таковой—на жестяномъ листѣ или на спиртовой лампочкѣ разогрѣть лепешки, которыя постепенно испаряются. На каждыя куб. метръ пространства требуется для достаточнаго обеззараживанія помѣщенія испарить двѣ лепешки. Спустя 12 часовъ комната открывается. Слишкомъ рѣзкій запахъ формалина ослабляютъ до нѣкоторой степени нашатырными парами. Модель „Гигіеза“ стоитъ ок. 2 р.; „Эскулапъ“—4 р. 50 к. Сотня формалиновыхъ лепешекъ для означенныхъ аппаратовъ стоитъ ок. 1 р. 50 к.



Рис. 293. «Эскулапъ» — тоже большой форматъ.

**Обертыванія.** Различаютъ успокоительныя—охлаждающія и возбуждающія—горячія обертыванія. Нервы дѣлаются при

помощи холодной воды и примѣняются въ теченіе короткаго времени при лихорадкѣ и состояніи сильнаго возбужденія организма. Вторыя имѣютъ потогонное дѣйствіе. Они длятся отъ одного до двухъ часовъ. Дѣйствіе ихъ усиливаютъ, примѣняя специальные источники теплоты (бутылки съ горячей

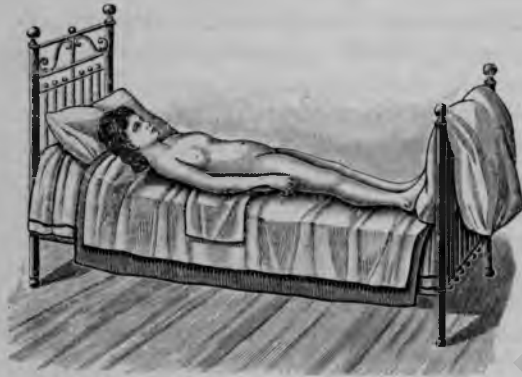


Рис. 294 Приготовленія къ обертыванію.

водой, грѣлки и пр.); обертыванія бывають общими — на все тѣло, и мѣстными.

*Полное обертываніе* производится слѣдующимъ образомъ. На большое шерстяное одѣяло кладется мокрая простыня изъ полотна (еще лучше изъ сырого шелка). Больного закутываютъ въ эту простыню со всеѣхъ сторонъ и затѣмъ плотно укрываютъ

его одѣяломъ, концы котораго подтыкають подъ больного. Особенную заботливость слѣдуетъ соблюсти въ области шеи: простыня и одѣяло должны быть расправлены такимъ образомъ, чтобы не давагъ складокъ, которыя могли бы надавливать на шею; между тѣмъ, долженъ остаться свободнымъ и подбородокъ. Давленіе въ области груди никогда не должно быть значительнымъ. Затѣмъ, къ икрамъ прикладываютъ бутылки съ горячей водой или грѣлки (см.) и покрываютъ больного толстыми одѣялами, а еще лучше, пуховиками. Процедура эта вызываетъ въ больномъ обильное потѣніе.



Рис. 295. Больная завернута въ простыню.

Въ томъ случаѣ, когда желательно нѣ-

сколько остудить больного, его укутываютъ не столь плотно, а также не укрываютъ его теплыми покрывалами, зато нѣсколько разъ въ день повторяють обертыванія, въ теченіе  $\frac{1}{2}$ —1 часа. Если беспокойный больной вздремнулъ при обертываніи, то будить его не слѣдуетъ: его оставляють въ покоѣ. Передъ



тѣмъ, какъ произвести больному обертываніе, слѣдуетъ непременно позаботиться о томъ, чтобы согрѣть ему ноги. Достичь этого можно различными путями: ноги растираютъ, устраиваютъ больному передъ обертываніемъ горячую ножную ванну, прикладываютъ къ икрамъ бутылки съ горячей водой и пр. Такимъ образомъ достигается равномерное распределеніе теплоты въ тѣлѣ, послѣдствіемъ чего является значительное улучшение самочувствія больного и общаго его состоянія. У возбужденныхъ больныхъ нерѣдко наблюдается жаръ въ головѣ, учащеніе пульса и вмѣстѣ съ тѣмъ холодныя ноги. Какъ только ноги, однако, согрѣются, приливъ крови въ кожѣ вслѣдствіе ея охлажденія и послѣдовательнаго согрѣванія усиливается, возбужденіе уступаетъ мѣсто успокоенію, пульсъ становится ровнѣе, голова остываетъ. Распределеніе крови въ организмѣ значительно уравнивается.

На рис. 294 нами изображены приготовленія къ обертыванію; больная лежитъ совершенно нагой. На рис. 295 представлено обертываніе во влажную простыню. На рис. 296

больная укутана со всѣхъ сторонъ одѣялами. Въ нѣкоторыхъ случаяхъ примѣняется обертываніе на три четверти. Этотъ видъ обертыванія употребляется предпочтительно у легко возбудимыхъ больныхъ. При такого рода обертываніи верхнія конечности не укутываются во влажную простыню. Онѣ просто прячутся подъ верхнее покрывало.



Рис. 296. Обертываніе совершенно закончено.

Температура воды, въ которую опускаютъ простыню для обертыванія, имѣетъ огромное вліяніе на дѣйствиіе, которое оно производитъ. Немаловажное значеніе имѣетъ и то, какъ сильно выжата простыня. Холодная вода, особенно въ томъ случаѣ, когда простыня очень слабо выжата, имѣетъ сильно возбуждающее вліяніе. Мы не совѣтуемъ, поэтому, примѣнять такого рода обертываніе на собственный страхъ и рискъ, безъ распоряженія врача. Между тѣмъ, тепловая или теплая вода имѣетъ гораздо болѣе мягкое вліяніе, и ихъ отлично переносятъ даже возбужденные и слабые больные.

При примѣненіи холодныхъ обертываній, слѣдуетъ соблюдать строгую постепенность, такъ какъ слишкомъ рѣзкое и неожиданное воздѣйствіе холодной воды производитъ иногда даже и на горячечныхъ больныхъ черезчуръ рѣзкое дѣйствіе и вызываетъ такія явленія, какъ дрожь, сильное возбужденіе, ознобъ, а иногда и обморокъ. Поэтому, воду для обертываній слѣдуетъ употреблять не ниже 23° Ц. Когда обертываніе приходится примѣнять у слабыхъ больныхъ, которые не въ состояніи оставить постель, то оно производится слѣдующимъ образомъ: простыни подводятъ подъ больного въ отчасти



Рис. 297. Обертываніе тяжело-больного.

скатанномъ видѣ, причемъ больного въ это время слегка приподымають, какъ это представлено на рис. 297.

Не слѣдуетъ забывать, что въ частныхъ домахъ мы должны возмѣстить заботливостью даже о незначительныхъ, казалось бы, интересахъ больныхъ то, что послѣдніе получаютъ въ лечебницахъ и больницахъ въ видѣ специальныхъ приспособленій и подготовленнаго

больничнаго персонала. Поэтому въ семьѣ для насъ при уходѣ за больнымъ не должно существовать никакихъ мелочей. Все, что касается леченія больного и ухода за нимъ, должно быть для насъ важно и полно значенія. Общимъ принципомъ должно быть соображеніе о томъ, чтобы какъ можно меньше тревожить больного приготовленіями и передвиженіями. Вотъ почему мы не можемъ рекомендовать безразлично для всѣхъ случаевъ приготовленія второй постели для обертываній, какъ этого непременно требуютъ нѣкоторые врачи. Во-первыхъ, не всегда мы въ правѣ въ такой мѣрѣ распорядиться силами больного. Вѣдь, часто малѣйшее прикосновеніе причиняетъ ему боль и страданія. Можемъ ли мы при такихъ условіяхъ позволить себѣ перетаскивать его съ одной постели на другую, особенно въ томъ случаѣ, когда мы не располагаемъ подготовленными для этого дѣла помощниками, что между тѣмъ всего чаще имѣетъ мѣсто въ частной жизни?!

— Оставьте меня, ради Бога въ покоѣ!.. — слышимъ мы часто въ такихъ случаяхъ мольбу больного, и можемъ ли

мы оставаться къ ней равнодушными?!.. Къ тому же, какъ мы уже указали, не всюду и возможно бываетъ приготовить вторую постель. Поэтому намъ необходимо указать, какъ слѣдуетъ производить обертываніе въ томъ случаѣ, когда мы располагаемъ только одной постелью или же не рѣшаемся тревожить слишкомъ слабого больного. Простыню изъ-подъ больного осторожно вытаскиваютъ. Можно ее также оставить на мѣстѣ; въ такомъ случаѣ слѣдуетъ подсунуть подъ больного по окончаніи обертыванія чистую простыню. Затѣмъ осторожно снимаютъ больному рубаху. Слѣдовательно его въ ожиданіи обертыванія оставляютъ голымъ и слегка укрываютъ одѣяломъ. Въ томъ случаѣ, когда больной слабъ, обертываніе же необходимо производить нѣсколько разъ на дню, шерстяное одѣяло подсовывается, какъ сказано, наполовину скатаннымъ подъ больного, котораго въ это время приподымаютъ. Сначала приподымаютъ больному нижнюю часть туловища, затѣмъ—верхнюю, при чемъ его стараются какъ можно меньше тревожить. При этомъ требуется, очевидно, и какъ это явствуетъ также и изъ рис. 308, у тяжело-больного участіе двухъ лицъ, между тѣмъ, какъ у больного не столь тяжелаго для этого достаточно бываетъ и одного человѣка.

Слабые сердечные больные, какъ и больные, страдающіе одышкой или тучностью, очень плохо переносятъ общія обертыванія, при которыхъ они себя чувствуютъ иногда довольно плохо. Въ такомъ случаѣ обертываніе производится только на три четверти: шея, плечи и верхнія конечности остаются совершенно свободными. При такихъ условіяхъ они не испытываютъ никакого чувства безпокойства; цѣль между тѣмъ все же достигается. Повышенное положеніе верхней части туловища, постоянный притокъ свѣжаго воздуха и холодный компрессъ на голову даютъ возможность примѣнять обертыванія и у очень возбужденныхъ больныхъ.

Подобно тому, какъ производится *общее* обертываніе (всего тѣла), можно производить и *мѣстныя* обертыванія (отдѣльныхъ членовъ). Руководящее начало остается все тѣмъ же, а именно: чтобы обертываемый членъ постоянно былъ со всѣхъ сторонъ укрытъ шерстяной матеріей, всего лучше фланелью, и чтобы концы этой матеріи были плотно укрѣплены. Что же касается до самой простыни, которая и содержитъ въ себѣ влагу, то она можетъ быть изъ полотна или бумаги; въ тѣхъ случаяхъ, однако, гдѣ это возможно, все же лучше пользоваться сырымъ шелкомъ, такъ какъ онъ меньше холодитъ и возбуждаетъ. Между тѣмъ, въ отношеніи больныхъ, легко возбудимыхъ, къ каковому разряду слѣдуетъ

отнести большинство женщинъ и дѣтей, этого рода соображенія должны занимать довольно важное мѣсто. Такъ, замѣчено, что дѣти кричать и сопротивляются, когда ихъ заворачиваютъ въ полотняныя простыни, между тѣмъ, какъ обертываніе въ шелковую матерію они переносятъ очень спокойно. Фактъ этотъ вполне достоинъ нашего вниманія.

На рисункѣ въ краскахъ № 11 нами изображены различные способы производства обертываній. Повторяемъ еще разъ, что различаютъ полныя обертыванія, частныя и мѣстныя. Такъ, помимо полного обертыванія можно еще произвести обертываніе на три четверти. Половиннымъ — обертываніе называется въ томъ случаѣ, когда оно дѣлается до половины туловища. Различаютъ также обертыванія туловища, верхней и нижней конечности, обертыванія шеи, рукъ и ногъ. Кратковременное холодное обертываніе имѣетъ послѣдствіемъ отнятіе теплоты. Что же касается до продолжительныхъ обертываній, то они, наоборотъ, имѣютъ послѣдствіемъ скопленіе теплоты и усиленіе кожной дѣятельности. Дѣйствіе ихъ, хотя и отличается мягкостью, все же должно быть признано очень благотворнымъ.

Помимо влажныхъ существуютъ и „сухія обертыванія“. Примѣняютъ ихъ въ томъ случаѣ, когда хотятъ достигъ значительнаго потогоннаго дѣйствія. Съ этой цѣлью дѣлаютъ больному сначала горячую ванну въ 50° Ц., и тѣхъ больныхъ, у которыхъ потъ проявляется съ трудомъ, заставляютъ въ это время пить горячіе напитки (лимонадъ, настой липоваго цвѣта, чай и пр.), затѣмъ обертываютъ больного въ сухія горячія простыни и покрывала. Къ икрамъ прикладываютъ бутылки съ горячей водой и укрываютъ больного пуховикомъ. Послѣдствіемъ этихъ мѣропріятій является въ скоромъ времени обильный потъ, пробивающійся крупными каплями по всему тѣлу.

Слѣдуетъ, однако, помнить, что, въ виду значительной потери жидкости при такого рода обертываніяхъ, ихъ далеко не всѣ больные одинаково хорошо переносятъ. Особенно мало подходитъ такого рода обертываніе къ слабымъ и нервнымъ больнымъ. Зябкія же натуры переносятъ ихъ, наоборотъ, очень хорошо. Если ихъ обертываютъ во влажныя простыни, то они должны потратить много собственной тѣлесной теплоты на то, чтобы сначала согрѣть эти простыни. Вслѣдствіе этого, они часто испытываютъ раздраженіе и чувство давленія въ головѣ и вообще чувствуютъ себя не совсемъ хорошо. Безъ примѣненія искусственнаго источника теплоты (бутылки съ горячей водой къ икрамъ или грѣлки), у нихъ часто не удается вовсе вызвать потѣнія. Даже при-

мѣненіе указанныхъ средствъ далеко не всегда ведетъ къ цѣли. Поэтому не слѣдуетъ никогда упускать изъ виду, что въ дѣлѣ леченія меньше, чѣмъ гдѣ бы то ни было въ медицинѣ, примѣнимы общія правила. Что подходитъ одному, далеко не всегда подходитъ другому, и трудность леченія многихъ больныхъ и состоитъ именно въ томъ, чтобы правильно сообразить, что данному больному въ данный моментъ можетъ оказаться наиболѣе полезнымъ.

Въ томъ случаѣ, когда полное обертываніе не имѣло значительнаго потогоннаго и согрѣвающего дѣйствія, можно закончить его просто обмываніемъ больного свѣжей водой посредствомъ мягкой губки. Затѣмъ, во избѣжаніе непріятнаго ощущенія озноба, наскоро одѣваютъ больного. Можно обмываніе замѣнить растираніемъ всего тѣла сухой перчаткой. Со всѣмъ иначе поступаютъ послѣ обертываній, особенно сухихъ, имѣвшихъ рѣзко потогонное дѣйствіе. Въ такомъ случаѣ бываетъ показано въ заключеніе обертыванія—обливаніе теплой водой или же полуванна въ 30 Ц., которая постепенно остужается до 22°. Такая ванна оказываетъ обыкновенно очень благотворное дѣйствіе на больного. Повторяемъ, однако, еще разъ: никакихъ общихъ и ко всѣмъ случаямъ одинаково примѣнимыхъ правилъ не существуетъ. Все зависитъ отъ *состоянія больного*.

**Обливанія** представляютъ собой одну изъ наиболѣе пріятныхъ формъ водолеченія. Не всякій имѣетъ возможность устроить себѣ душъ, но что касается до обливанія, то для этого необходимо имѣть въ своемъ распоряженіи только какой-нибудь сосудъ, въ который стекала бы вода, да ведро. И то и другое найдется въ любомъ хозяйствѣ. Лѣтомъ же, когда обливанія всего чаще производятся, дѣло еще болѣе упрощается, такъ какъ обливанія можно производить на дворѣ. Выполняется обливаніе такъ, какъ это изображено у насъ на рис. 298. Воду льютъ на спину, причемъ слѣдуетъ себѣ руками быстро растирать все тѣло. Очень возбуждающимъ, но вмѣстѣ съ тѣмъ и укрѣпляющимъ образомъ дѣйствуетъ попеременное обливаніе теплой и холодной водой. Значительно мягче дѣйствуетъ вода въ 37°; слѣдующее мѣсто за ней занимаетъ вода въ 30° Ц. Если хотятъ достигъ сильно отвлекающаго и возбуждающаго дѣйствія, то прибѣгаютъ сначала къ обливанію водой въ 40°, за которымъ слѣдуетъ вода въ 25°. У легко возбуждающихся особъ обливаютъ болѣе холодной водой (въ 25°) сначала колѣни, затѣмъ крестецъ и затѣмъ только льютъ ее на затылокъ. Обливаніе должно длиться не болѣе трехъ-четырехъ минутъ. Затѣмъ слѣдуетъ себя согрѣть. Это достигается различными путями:

сильнымъ растираніемъ или пребываніемъ въ постели, причемъ себя плотно укрываютъ. Совершенно здоровымъ и крѣпкимъ лицамъ слѣдуетъ прибѣгнуть съ этой цѣлью къ быстрой ходьбѣ.

Повторяемъ, обливанія принадлежатъ къ приемамъ, которые очень легко могутъ быть выполнены въ любомъ домѣ и при всевозможныхъ условіяхъ.

**Обливаніе головы.** Голову держать надъ пустымъ сосудомъ и обливаютъ ее. Въ виду того, что холодъ очень сильно дѣйствуетъ на сосуды, къ холодной водѣ ни въ коемъ случаѣ не слѣдуетъ прибѣгать лицамъ съ склонностью къ приливамъ. И на ростъ волосъ теплова-



Рис. 298. Обливаніе позвоночника.

твѣ обливанія производятъ, повидимому, также лучшее дѣйствіе, нежели холодныя. Поэтому всего лучше пользоваться водой между  $36^{\circ}$  и  $30^{\circ}$  Ц. Въ виду того, что длинные волосы значительно затрудняютъ высыханіе, голову въ такомъ случаѣ слѣдуетъ послѣ обливанія—во избѣжаніе простуды—тепло укутать, пока волосы не просохнутъ.

**Обливанія рукъ.** Будутъ ли они теплыми или холодными, они одинаково пріятно дѣйствуютъ на насъ. вмѣстѣ съ тѣмъ они очень полезны и легко могутъ быть выполнены во всякое

время повсюду. При ощущеніи сильнаго жара или возбужденіи стоитъ только опустить руки по локоть въ холодную воду, чтобы почувствовать успокоеніе и свѣжесть. Въ общемъ ручныя обливанія сильнѣе возбуждаютъ, нежели ручныя „ванны“.

**Обложенный языкъ** нерѣдко наблюдается при расстройствахъ пищеваренія, а также и въ начальномъ періодѣ лихорадочныхъ заболѣваній. Объясняется это тѣмъ, что катарральное состояніе всего пищеварительнаго тракта отражается и на языкѣ. Налетъ на языкѣ бываетъ сѣрова-таго цвѣта и болѣе или менѣе плотнымъ. Въ-стѣ съ тѣмъ больной ощущаетъ очень скверный вкусъ во рту, полное отсутствіе аппетита и вообще скверно себя чувствуетъ. Не лишень значенія также и тотъ фактъ, что помимо лихорадочныхъ заболѣваній обложенность языка наблюдается только при расстройствахъ пищеваренія и болѣзняхъ глотки и рта.

Изъ сказаннаго уже видно, что обложенность языка представляетъ собой, въ сущности, только симптомъ — одно явленіе въ ряду другихъ, а потому вѣрнѣйшимъ средствомъ для *устраненія* ея слѣдуетъ считать урегулированіе пищеваренія и устраненіе основной причины. Тѣмъ не менѣе, слѣдуетъ сказать, что въ нѣкоторыхъ случаяхъ и самъ обложенный языкъ доставляетъ больному немало неприятныхъ ощущеній. Обыкновенно прибѣгаютъ въ такихъ случаяхъ къ соскабливанію налета. Мѣра эта очень рѣдко ведетъ, однако, къ цѣли. Налетъ образуется вновь, и мы такимъ путемъ



Рис. 299. Обливаніе рукъ.

только раздражаемъ нервныя окончанія языка. Предпочтительнѣе прибѣгать въ такихъ случаяхъ къ полосканію рта теплой водой, къ которой прибавляютъ нѣсколько мятныхъ капель. Полнаго же успѣха мы можемъ достигъ только въ томъ случаѣ, когда *урегулируемъ пищевареніе*. Ближайшимъ средствомъ для этого служить возбужденіе дѣятельности пищеварительнаго тракта, холодные компрессы на область желудка, питье мятнаго настоя, а также крѣпкаго настоя чая или кофе небольшими количествами. Эти мѣры всего вѣрнѣе устраняютъ обложенность языка въ томъ случаѣ, когда причина не коренится болѣе глубоко.

**Обманъ чувствъ.** При нѣкоторыхъ душевныхъ и нервныхъ страданіяхъ, а также при бѣлой горячкѣ мозгъ больныхъ находится въ состояніи раздраженія, вслѣдствіе чего онъ воспринимаетъ несуществующія ощущенія. Вольной слышитъ голоса, видитъ предметы и людей, которыхъ въ дѣйствительности не существуетъ. Однимъ словомъ, больной живетъ въ области совершенно фантастическихъ впечатлѣній и ощущеній. Тѣмъ не менѣе, больной нисколько не сомнѣвается въ полной ихъ реальности, и подъ влияніемъ своихъ галлюцинацій совершаетъ самые разнородныя дѣйствія, не исключая и преступныхъ. Иногда больные сами падаютъ жертвой своихъ галлюцинацій. Они могутъ себя поранить, выброститься изъ окна и пр. Необходимо быть знакомымъ съ этими фактами, чтобы во-время принять необходимыя мѣры предосторожности, во избѣжаніе несчастія.

**Обморокъ.** Обморокъ сказывается, какъ извѣстно, потерей сознанія и чувствительности, а также утратой способности производить какія-либо движенія. Однимъ словомъ, обморочный во многихъ отношеніяхъ напоминаетъ собой чело-вѣка мертваго, и необходимо какъ можно быстрѣе придти къ нему на помощь, чтобы привести его въ чувство. Иногда обморокъ является послѣдствіемъ прилива крови къ мозгу (см. „**Апоплексическій ударъ**“). Въ подавляющемъ большинствѣ случаевъ онъ является, однако, послѣдствіемъ *остраго малокровія мозга*, которое можетъ наступить вслѣдствіе различныхъ причинъ. Къ обморокамъ очень сильно предрасполагаютъ нѣкоторые пороки сердца (см.); особенно пороки лѣваго артеріальнаго отверстия. Онъ можетъ наступить при сильномъ душевномъ волненіи. Нерѣдко наблюдаются обмороки въ періодъ выздоровленія отъ тяжелыхъ болѣзней, особенно въ томъ случаѣ, когда больной продолжительное время оставался въ постели. Такъ, извѣстно, что обморокъ наблюдается нерѣдко послѣ тяжелаго тифа и т. д. Въ виду того, что женщины отличаются, по сравненію съ мужчинами, большей



слабостью и меньшей устойчивостью, а также вслѣдствіе ихъ болѣе сильной впечатлительности и воспримчивости, обмороки значительно чаще наблюдаются среди женщинъ, нежели среди мужчинъ. Этому, несомнѣнно, способствуетъ и женская одежда, особенно тесемки и корсетъ, которые въ такой сильной степени стѣсняютъ кровообращеніе. Продолжительность и сила обморока бываютъ чрезвычайно разнообразны. Въ одномъ случаѣ потеря сознанія длится едва нѣсколько мгновений. Въ другомъ случаѣ можетъ пройти и съ полчаса и больше, пока намъ удастся окончательно вернуть больному сознаніе.

== **Леченіе.** Въ томъ случаѣ, когда обморокъ произошелъ вслѣдствіе прилива крови къ мозгу, что выражается наружно въ налитіи глазъ и покраснѣніи лица, больного слѣдуетъ уложить такъ, чтобы голова у него приходилась повыше. Во всѣхъ другихъ случаяхъ слѣдуетъ положить голову совершенно плоско. Въ крайнихъ случаяхъ рекомендуется уложить обморочнаго такимъ образомъ, чтобы голова приходилась ниже туловища и свѣшивалась внизъ. О томъ, чтобы привести больного въ сознаніе, въ значительной степени заботится и благодѣтельная природа. Именно къ этой цѣли ведетъ паденіе больного. И дѣйствительно, очень часто обморочный и самъ приходитъ въ сознаніе, напр., на полѣ битвы послѣ раненія и пр. Вслѣдствіе паденія больного кровь вновь приливаетъ къ мозгу, и обморочный приходитъ въ сознаніе.

Вернемся, однако, къ мѣрамъ, которыя слѣдуетъ принять для оживленія обморочнаго. Окна слѣдуетъ раскрыть пошире. Для усиленія притока воздуха больного слѣдуетъ иногда также опахивать. Не можемъ не упомянуть объ одномъ обстоятельстве, которое очень неблагоприятно дѣйствуетъ на обморочнаго. Мы имѣемъ въ виду скопленіе вокругъ него народа или близкихъ лицъ. Происходитъ оно вслѣдствіе вполне понятнаго и симпатичнаго чувства состраданія и участія (о любобпытствѣ мы не говоримъ). Тѣмъ не менѣе, это вредитъ обморочному, такъ какъ лишаетъ свѣжій воздухъ возможности свободно проникать къ нему. Около обморочнаго должны оставаться, поэтому, только тѣ лица, которыя оказываютъ ему *дѣйствительную* помощь, и никто больше. Слѣдуетъ разстегнуть у обморочнаго грудь, снять галстукъ, у дѣвушки или дамы распустить тотчасъ же шнуровку и корсетъ. Шея должна быть совершенно свободной. Все тѣло слѣдуетъ растирать холодной или горячей водой. Если имѣется подъ руками водка или камфарный спиртъ, то можно прибавить къ водѣ небольшое количество этихъ жидкостей. Даютъ нюхать нашатырный спиртъ. Лицо опрыскиваютъ водой. Хорошо также

смачивать холодной водой и уши, а также шею въ томъ мѣстѣ, гдѣ проходятъ сонныя артеріи.

Дѣйствуютъ также, особенно въ народѣ, и рѣзко пахучими веществами, которыя раздражаютъ органъ обонянія. Съ этой цѣлью жгутъ, напр., передъ носомъ больного перья или пухъ. Въ томъ случаѣ, когда обморокъ продолжается, прибѣгаютъ къ холоднымъ компрессамъ на область сердца; погружаютъ обморочнаго въ горячую ванну. Въ большинствѣ случаевъ указанныя мѣры быстро приводятъ къ цѣли. Лица, у которыхъ существуетъ склонность къ обморокамъ, должны внимательно слѣдить за своимъ здоровьемъ и получить надлежащія указанія отъ врача. Имъ необходимо укрѣпить, какъ свою нервную систему, такъ и органы кровообращенія.

**Обмыванія.** Обмываніе какъ отдѣльныхъ частей, такъ и всего тѣла, примѣняется при самыхъ разнообразныхъ условіяхъ и съ самыми разнообразными цѣлями. У очень слабыхъ больныхъ прибавляютъ къ водѣ настой изъ различныхъ травъ, о которыхъ мы уже упоминали многократно. Обмываютъ ихъ ежедневно утромъ въ постели тепловатой или свѣжей водой, смотря по ихъ состоянію. Обмываніе производитъ на нихъ замѣтно освѣжающее дѣйствіе. Больнымъ покрѣпче производятъ общее обмываніе такъ, какъ это

представлено на рис. 300. Начинаютъ съ нижнихъ конечностей, причемъ овлажненные мѣста сильно растираютъ грубымъ полотенцемъ. Зябкихъ больныхъ помѣщаютъ при этомъ около печки или же имъ загѣмъ даютъ возможность согрѣться въ постели. Для растиранія можно пользоваться, смотря по со-



Рис. 300. Общее обмываніе.

стоянію и воспримчивости больного, спеціальной перчаткой или же мягкой губкой. Что касается до того, какъ производить общее *обтираніе*, послѣ ванны, напр., то это изображено нами на рис. 301.

**Оболочки плода.** Такъ называютъ тѣ оболочки, которыя облекаютъ плодъ въ утробѣ матери. Онѣ изображены нами какъ на рис. 5, такъ и на рис. въ краскахъ № 24. Въ томъ случаѣ, когда онѣ при рожденіи младенца отходятъ не цѣликомъ, но отчасти задерживаются въ полости матки, онѣ могутъ служить причиной довольно серьезныхъ заболѣваній. Подробности см. въ III части: „Роды“.

**Обрѣзаніе** представляетъ собой операцію очень древняго (вѣроятно, египетскаго) происхожденія. Народилась эта операція на востокѣ, гдѣ въ ней представляется особенная необходимость въ цѣляхъ предохраненія отъ заразныхъ болѣзней. Многіе ученые полагаютъ, однако, что она вообще представляетъ собой довольно вѣрное предохранительное средство отъ нѣкоторыхъ половыхъ заболѣваній \*). Въ настоящее время она обязательна, какъ религіозный обрядъ для евреевъ и магометанъ, а также нѣкоторыхъ христіанскихъ сектъ. У евреевъ она производится на восьмой день отъ рожденія. При производствѣ ея должны быть приняты всѣ антисептическія предосторожности, во избѣжаніе зараженія раны. Очень серьезное вниманіе должно быть обращено и на тщательную остановку кровообращенія. У дѣтей изъ кровоточивой семьи обрядъ долженъ быть откладываемъ до болѣе поздняго возраста, когда ребенокъ окрѣпнетъ. Всего же лучше въ такомъ случаѣ вовсе его не производить. Откладывать совершеніе этого обряда слѣдуетъ и въ томъ случаѣ, когда ребенокъ не совсѣмъ здоровъ.

**Одесса** на сѣверномъ берегу чернаго моря. Очень хорошая климатическая станція; живописная мѣстность. Хорошія *морскія купанья*, особенно за городомъ—на Фонтанахъ и въ Ланжеронѣ. Еще больше, чѣмъ своими купаньями, славится Одесса своими *лиманами*: **Буяльницкимъ** (Андреевскимъ) и **Хаджибеевскимъ**. Въ этихъ отдѣленныхъ отъ моря лиманахъ вода очень сконцентрирована и представляетъ собой довольно густой растворъ соли (рапа). На днѣ ихъ находится глубокій слой цѣлебной грязи. Показаны лиманы при хроническомъ ревматизмѣ, золотухѣ, англійской болѣзни сифилисѣ и пр. Жизнь довольно дорога. Сезонъ—съ конца мая по конецъ октября.

**Одышка.** Самыя разнообразныя болѣзни и болѣзненныя

\*) Мнѣнія этого придерживается и нашъ знаменитый анатомъ проф. А. И. Тарнецкій—нынѣ начальникъ в.-медицинской академіи. Ред.

состоянія ведутъ къ одышкѣ. Изъ главнѣйшихъ—укажемъ на болѣзни легкихъ и легочной плевры; болѣзни воздухоносныхъ путей (дифтеритъ, бронхіальный спазмъ, эмфизему и пр.) и сердечныя болѣзни. Причиной одышки могутъ быть также болѣзни почекъ, скопленіе жидкости въ полости живота, опухоли и пр. Какова бы ни была ближайшая причина одышки: притокъ свѣжаго воздуха, возвышенное положеніе верхней половины туловища, опорожненіе кишечника, массажъ въ видѣ поглаживанія спины—чаще всего ведутъ къ уменьшенію ея. Въ болѣе рѣзкихъ случаяхъ прибѣгаютъ



Рис. 301. Обтираніе послѣ ванны.

къ холоднымъ компрессамъ на область сердца, или же къ горячимъ ножнымъ ваннамъ. Освѣжающіе напитки, а также и чай въ не большихъ количествахъ имѣетъ нерѣдко очень благоприятное вліяніе на одышку.

**Оживленіе мнимо-умершихъ.**

Только въ

томъ случаѣ, когда у насъ имѣется твердая увѣренность въ томъ, что человекъ умеръ, должны мы мириться съ этимъ фактомъ. Во всѣхъ остальныхъ случаяхъ, когда у насъ имѣется хотя бы тѣнь сомнѣнія, мы должны принять всѣ зависящія отъ насъ мѣры къ его оживленію. Одной изъ наиболѣе важныхъ и наиболѣе существенныхъ мѣръ является „Искусственное дыханіе“ (см.). Прочія мѣры изложены въ ближайшей статьѣ.

**Оживляющія средства.** Настоящая статья является естественнымъ дополненіемъ къ статьѣ „Обморокъ“, къ которой мы и отсылаемъ читательницъ. Все, что способно оказать

раздражающее дѣйствіе на нервную систему и повысить дѣятельность сердца, должно быть отнесено къ оживляющимъ средствамъ. Мы уже указывали на дѣйствіе впрыскиванія холодной водой. Указывали мы также на вліяніе нѣкоторыхъ сильно пахнущихъ веществъ. Дополнимъ списокъ уксусомъ и одеколономъ. Изъ внутреннихъ средствъ укажемъ также на холодную воду, которую даютъ глотками, на сельтерскую воду и другіе напитки, содержащія углекислый газъ. Въ составъ излюбленныхъ нами Гофманскихъ капель, также какъ и Иноземцевыхъ, входитъ эфиръ, оживляющее дѣйствіе котораго рѣшительно всѣмъ извѣстно. Какъ тѣ и такъ и другія принимаютъ на сахаръ или сахарной водѣ въ количествѣ 20—30. За отсутствіемъ другихъ веществъ мы можемъ прибѣгнуть также къ коньяку или же къ спирту или простой водкѣ. Хорошо дѣйствуетъ также и черный кофе, также какъ и крѣпкій настой чаю, если давать ихъ глотками.

Изъ физическихъ средствъ укажемъ на похлопываніе ладонями, на щипки и на дѣйствіе свѣжаго вѣтра.

**Ожирѣніе сердца.** Скопленіе жира вредно сказывается на любомъ органѣ: для сердца же оно представляетъ прямую и непосредственную опасность. Не слѣдуетъ упускать изъ виду, что сердце представляетъ собой наиболѣе дѣятельный органъ въ тѣлѣ,—органъ, который, въ буквальномъ смыслѣ слова, не знаетъ ни секунды покою. Между тѣмъ жиръ, какъ нами уже было указано, представляетъ собой ткань бесполезную, и даже прямо мертвую, такъ какъ никакой дѣятельной службы она нести не можетъ. Въ томъ случаѣ, когда жиръ просто скопляется въ сердцѣ, дѣло сводится къ механическому обремененію этого органа, при каждомъ своемъ движеніи вынужденнаго поднимать эту массу жира и такимъ образомъ производить совершенно бесполезную работу. Дѣло значительно мѣняется къ худшему, когда сердечная мышца испытываетъ жировое перерожденіе: мѣсто дѣятельной мышечной ткани занимаетъ въ такомъ случаѣ мертвая жировая ткань, и такое сердце черезъ короткое время оказывается неспособнымъ выполнять свои обязанности. Что дѣлать, чтобы помочь горю, нами будетъ изложено въ статьѣ „Тучность“. Само собой разумѣется, что ожирѣніе сердца заслуживаетъ гораздо болѣе серьезнаго вниманія, нежели ожирѣніе вообще.

**Ожоги** могутъ получаться отъ дѣйствія высокой температуры въ самыхъ различныхъ видахъ: пламени, раскаленныхъ предметовъ, кипящихъ жидкостей и масла. Къ тому же разряду мы можемъ, въ сущности, причислить и дѣйствіе чрезвычайно ѣдкихъ веществъ, каковы кислоты и щелочи. Въ каждомъ отдѣльномъ случаѣ намъ необходимо сообразо-

вываться съ *природой вещества*, производшаго ожогъ, чтобы оказать больному наиболѣе дѣйствительную помощь. Различаютъ четыре степени ожога. 1-ая степень: когда дѣйствіемъ жара вызвано *воспаленіе и покраснѣніе* кожи. 2-ая степень: когда на кожѣ образовались *пузыри*, въ которыхъ содержится водянистая жидкость (кровяная сыворотка). 3-я степень: когда ожогъ болѣе или менѣе *глубоко проникъ* въ кожу, которая вслѣдствіе этого утратила способность возродиться въ своемъ первоначальномъ видѣ. 4-ая степень; когда ожогъ разрушилъ въ данномъ мѣстѣ *всю ткань* вплоть до основанія, дощель, напр., до кости или же совершенно обуглилъ конечность. Ожоги чрезвычайно болѣзненны, потому что они дѣйствуютъ на кожу, которая такъ богата нервными развѣтвленіями. Что же касается до опасности ожоговъ, то они зависятъ, повидимому, не только отъ чрезмѣрной боли, но также и отъ того, что при значительныхъ и захватившихъ широкую поверхность тѣла ожогахъ страдаетъ также и кожное дыханіе. Такъ, наблюденіями установлено, что въ томъ случаѣ, когда ожогъ даже не особенно глубокъ, но захватилъ поверхность равную двумъ третямъ тѣла (а часто только половинѣ), обожженные почти никогда не выживаютъ.

— **Леченіе.** Предварительно укажемъ на нѣкоторыя мѣры *предосторожности*. Лица, которыя работаютъ на пожарахъ, или вообще проникаютъ въ горящія помѣщенія и пр., должны укутывать голову и лицо мокрыми тряпками, въ которыхъ оставляются маленькія отверстія только для глазъ. Въ томъ случаѣ, когда на комъ-либо загорѣлась одежда, быстро кладутъ пострадавшаго на землю и набрасываютъ на него что-либо тяжелое и плотное—первое, что попало подъ руку: платокъ, подушку, одѣяло, пальто и пр. То же слѣдуетъ дѣлать и при ожогѣ керосиномъ, спиртомъ, масломъ и пр. Если подъ руками имѣется какой-либо сыпучій предметъ: зола, песокъ и пр., то слѣдуетъ пострадавшаго тотчасъ же обсыпать этими веществами и только затѣмъ поливать водой.

✓ Кожи отъ пузырей при ожогѣ никогда не слѣдуетъ срѣзывать; слѣдуетъ, наоборотъ, приложить всѣ старанія къ тому, чтобы сохранить верхнюю кожицу. Пузырь слѣдуетъ только проколоть и выпустить жидкость. Ближайшей нашей задачей должно быть *успокоеніе боли*. Съ этой цѣлью мы прибѣгаемъ къ накладыванію масляныхъ компрессовъ: масло намазывается на тоненькія тряпочки, которыя и накладываются на обожженные мѣста. Приносятъ значительное успокоеніе и ледяные компрессы. Въ томъ случаѣ, когда ожогъ проникъ глубоко, накладываніе ледяныхъ компрессовъ непосредственно на обожженное мѣсто причиняетъ большія стра-

данія. Въ такомъ случаѣ на обожженное мѣсто накладываютъ сначала тоненькую чистую тряпочку, смазанную масломъ, а ужъ на эту тряпочку кладутъ ледяные или холодные компрессы. Очень большое успокоеніе доставляетъ пострадавшимъ и растворъ соды или даже просто сода въ порошокѣ. Объясняется это тѣмъ, что сода *холодитъ*. Все время леченія ожога слѣдуетъ соблюдать *крайнюю чистоту*. Не слѣдуетъ упускать изъ виду, что на пораженной и открытой поверхности кожи очень легко могутъ поселиться *микробы* и вызвать крайне тяжелыя осложненія. Этимъ объясняется отчасти, почему леченія ожоговъ обеззараживающими растворами даютъ часто такіе удовлетворительные результаты. Въ домашнемъ быту всего лучше прибѣгать къ растворамъ борной кислоты.

Въ томъ случаѣ, когда ожогъ получился отъ дѣйствія *извести*, что случается относительно нерѣдко при постройкѣ домовъ, слѣдуетъ подѣйствовать на обожженные мѣста слабымъ растворомъ кислоты, какая имѣется только подъ руками: уксусной, лимонной и пр. Въ томъ случаѣ, когда ожогъ произведенъ *кислотой* (соляной, азотной, серной—или купороснымъ масломъ, которыя всѣ имѣютъ довольно обширное примѣненіе къ промышленнымъ производствамъ), слѣдуетъ прибѣгнуть, наоборотъ, къ слабымъ щелочнымъ растворамъ. Если подъ руками имѣется, напр., нашатырный спиртъ, то его разводятъ водой и обливаютъ этимъ растворомъ обожженные мѣста. Въ противномъ случаѣ дѣйствуютъ золой, обыкновеннымъ щелокомъ, мыльной водой, мѣломъ, толченымъ мраморомъ, магнезіей и пр. Уничтоживъ или ослабивъ, во всякомъ случаѣ, такимъ образомъ дѣйствіе кислоты, осторожно обмываютъ пострадавшія мѣста водой.

Въ томъ случаѣ, когда загорѣлась сначала *одежда*, которая пристала къ обожженнымъ мѣстамъ, ни въ коемъ случаѣ не слѣдуетъ отдирать ее отъ кожи. Этимъ мы причиняемъ пострадавшему не только сильнѣйшую боль, но и прямой вредъ. Всего лучше самымъ осторожнымъ образомъ ножницами по лоскуткамъ отрѣзать приставшія части одежды и бѣлья. Точно такъ же не слѣдуетъ для удаленія одежды и бѣлья тащить ихъ черезъ обожженное мѣсто, но—разрѣзывать ихъ въ соответствующихъ мѣстахъ. Въ томъ случаѣ, когда ожогъ занялъ обширную поверхность и больной испытываетъ слишкомъ тяжкія мученія, его всего лучше погрузить въ очень теплую ванну, градусовъ въ 29°—30°. Въ этой ваннѣ больной долженъ оставаться не часъ, не два, но много часовъ подъ рядъ, причемъ все время слѣдуетъ понемногу прибавлять горячей воды съ такимъ расчетомъ, чтобы темпера-

тура ванны не понижалась. (Т.-наз. „водяная постель“— Гебры). Гдѣ возможно, укладываютъ пострадавшихъ и на каучуковые матрацы, наполненные водой или воздухомъ.

Само собой разумѣется, что на *поддержаніе силъ* больного должно быть обращено самое серьезное вниманіе. Легкая, но питательная діета; слѣдить за правильнымъ опорожненіемъ кишечника; не бояться почаще прибѣгать къ клизмамъ. Обмывать пострадавшаго почаще свѣжей водой (за исключеніемъ пораненныхъ мѣстъ, разумѣется). Въ томъ случаѣ, когда ожогъ занялъ значительную поверхность, больной очень быстро охлаждается. Имѣть это въ виду слѣдуетъ съ самаго же начала. Такого больного тотчасъ же слѣдуетъ обложить ватой. Само собой разумѣется, что слѣдуетъ очень усердно заботиться о чистотѣ воздуха.

**Ознобъ** выражается чувствомъ очень сильнаго холода, вслѣдствіе котораго больной начинаетъ стучать зубами и никакъ не можетъ согрѣться. Наблюдается онъ въ началѣ нѣкоторыхъ остро-заразныхъ заболѣваній: воспаленіи легкихъ, родильной горячкѣ, болотной лихорадкѣ и пр. Несмотря на то, что больной испытываетъ такой сильный холодъ и губы у него синія, внутри тѣла имѣется уже значительное повышение температуры, что доказывается термометромъ. Причиной озноба является, слѣдовательно, неправильное распредѣленіе теплоты въ тѣлѣ. Какъ помочь больному? Если имѣется возможность, слѣдуетъ тотчасъ же приготовить общую горячую ванну. Въ ожиданіи того, какъ она будетъ готова, больного слѣдуетъ уложить въ постель, обложить его горячими бутылками (обернутыми во влажныя салфетки) и укрыть его потеплѣе. Вслѣдствіе этого произойдетъ расширение кожныхъ сосудовъ и больной начнетъ понемногу согрѣваться. Въ то же время его слѣдуетъ поить какимъ-либо горячимъ напиткомъ. Можно прибавить нѣсколько капель коньяку или вина.

**Озонъ** представляетъ собой сгущенный кислородъ. Очень понятно поэтому, что онъ имѣетъ бодрящее и оживляющее вліяніе на всѣ наши функціи. Въ природѣ онъ получается вслѣдствіе воздѣйствія электричества, а также нѣкоторыхъ химическихъ процессовъ. Особенно много бываетъ озону въ лѣсномъ и гористомъ воздухѣ. Въ городскомъ воздухѣ его очень мало. Въ настоящее время озонъ изготовляется и искусственнымъ путемъ. Онъ оказываетъ полезное вліяніе на раны и на нагноительные процессы. Свободный озонъ особенно хорошо дѣйствуетъ на малокровныхъ и легочныхъ больныхъ. Хорошее дѣйствіе на чахоточныхъ больныхъ скипидарнаго масла и хвойныхъ лѣсовъ также въ значительной степени приписывается озону.



**Оксид углерода.** Газъ этотъ образуется во всѣхъ тѣхъ случаяхъ, когда горѣніе происходитъ при недостаточномъ притокаѣ кислорода. Онъ является, слѣдовательно, главной причиной **угара** (см.), въ каковой статьѣ нами будутъ подробно разсмотрѣно, какъ дѣйствіе и свойства окиси углерода, такъ и пособіе, которое должно быть оказано уторѣвшему, чтобы вернуть ему сознаніе или оживить его, если онъ находится въ состояніи **мнимой смерти** (см.).

**Околоплодная вода.**

Названіе это носитъ жидкость, которой окруженъ плодъ въ утробѣ матери. Дальнѣйшія подробности въ III части: „**Беременность**“.

**Околоушная железа** изображена нами на рис. 302. Эта именно железа опухаетъ при паротитѣ, который въ общежитіи носитъ неграціозное названіе свинки. Паротитъ представляетъ собой въ большинствѣ случаевъ заразное заблѣваніе. На указанномъ рис. изображены нами также и другія ротовыя железы совмѣстносъ ихъ выводными протоками. См. также рис. въ краскахъ (въ текствѣ) № 21.

**Оксалурия.** Въ точномъ переводѣ означаетъ *щавелекровіе*. Представляетъ собой страданіе, при которомъ въ мочѣ появляются кристаллы щавелево-кислой извести. Больные становятся нервными, и начинаютъ испытывать боль въ поясничной области. Пищевареніе и мочеиспусканіе нерѣдко разстраиваются. У женщинъ страданіе это наблюдается довольно часто. Возстановить при помощи движенія, обтираній и массажа правильное питаніе организма. Діета, по преимуществу, растительная.

**Омертвѣніе.**—**Гангрена.**—**Антоновъ огонь.**—**Некрозъ.** Тѣ органы и ткани, въ которыхъ по какой бы то ни было причинѣ



Рис. 302. Слюнные и слизистыя железы, относящіяся къ полости рта.

1—2. Губныя железы. 3. Щечныя железы. 4—5. Околоушная железа. 6. Выводной протокъ названной железы. 7. Подчелюстная железа. 8. Щитовидная железа. 9. Грудоключично-сосцевидная мышца (ободостороннее сокращеніе этой мышцы производитъ наклоненіе головы). 10—14. Различныя мышцы. 15. Общая яремная вена. 16. Общая сонная (головная) артерія. 17. Наружная челюстная артерія. Подъязычная железа не видна на этомъ рис.

По Рауберу.

остановилось кровообращеніе, отмираютъ. При такихъ условіяхъ охваченный гангреной членъ измѣняетъ не только свой внѣшній видъ и чернѣетъ, но становится также холоднымъ наощупъ. Постепенно въ немъ утрачивается чувствительность и исчезаетъ способность къ движеніямъ. Онъ начинаетъ подвергаться разложенію, гнить и издавать дурной запахъ. Въ томъ случаѣ, когда организмъ самъ по себѣ здоровъ, омертвѣнію же подвергается по какой-либо причинѣ только одинъ членъ тѣла, образуется ограничительная черта, дальѣ которой омертвѣніе не идетъ. Омертвѣвшій членъ черезъ нѣкоторое время отпадаетъ. Дѣло значительно мѣняется въ томъ случаѣ, когда организмъ источникъ продолжительной болѣзны или возрастомъ. Въ такомъ случаѣ омертвѣніе имѣетъ очень пагубное вліяніе на весь организмъ. Дурной оборотъ принимаетъ дѣло и въ томъ случаѣ, когда гангреной охвачена значительная часть тѣла. Часто *весь* организмъ черезъ короткое время становится жертвой тлетворнаго процесса. Исходъ бываетъ роковымъ и въ случаѣ закупорки крупнаго артеріальнаго сосуда, такъ какъ въ такомъ случаѣ прекращается притокъ живительныхъ соковъ къ какому-либо важному органу.

— **Леченіе.** Въ томъ случаѣ, когда гангрена не сдѣлала еще значительныхъ успѣховъ, удается иногда вновь вернуть къ жизни омертвѣвшій участокъ. Во всякомъ случаѣ слѣдуетъ принять мѣры къ тому, чтобы оживить въ этомъ участкѣ кровообращеніе. Гораздо серьезнѣе обстоитъ дѣло въ томъ случаѣ, когда гангрена приняла значительные размѣры или же продукты распада всасываются организмомъ и отравляютъ его. Въ такомъ случаѣ часто остается одинъ исходъ: посредствомъ операціи отдѣлить—*ампутировать* омертвѣвшій членъ, чтобы спасти жизнь человѣку. Приходится жертвовать частью ради спасенія цѣлаго.

**Онанизмъ.** — **Рукоблудіе.** „*Психическая половая зрѣлость*, если намъ позволятъ такъ выразиться, опережаетъ физическую и нѣкоторыя дѣти получаютъ понятіе о половомъ актѣ и половомъ возбужденіи задолго до наступленія истинной половой зрѣлости. Этому способствуютъ ненормальные условія современной культурной жизни, изъ которыхъ на первомъ планѣ должно поставить: преждевременное развитіе дѣтей, примѣръ старшихъ и несоотвѣтствующее воспитаніе“ \*).

Совѣтуемъ вновь прочесть со вниманіемъ седьмую главу I части сочиненія „**Половая жизнь**“ (стр. 301—309). Особенно важно усвоить матерямъ правильные взгляды на половое развитіе для того, чтобы имѣть возможность внушить въ этомъ

\*) См. наше соч. «Общія основы личной гігіены»—Отроческій возрастъ. *Ред.*



КУПАНИЕ ВЪ ЛУЧАХЪ  
ЖИВИТЕЛЬНОГО  
СОЛНЦА.



ЗДОРОВЫЯ  
ДѢТИ.



отношеніи дѣтямъ разумныя понятія и предохранить ихъ отъ пагубныхъ послѣдствій онанизма. Наибольше вредное вліяніе оказываетъ рукоблудіе на *развивающійся* организмъ. Оно — помимо того — сказывается тѣмъ пагубнѣе, чѣмъ организмъ слабѣе и тяжелѣе отягченъ въ смыслѣ *настойчивости*. Изъ множества прочихъ причинъ, вліяющихъ на появленіе у подростка страсти къ рукоблудію, укажемъ на неумѣренное питаніе, на потребленіе, въ какой бы то дозѣ ни было, спиртныхъ напитковъ, на врожденную раздражительность нервной системы, на слишкомъ мягкую и теплую постель (пуховики), на дурное провѣтриваніе спальни, на черезчуръ вольныя отношенія старшихъ въ присутствіи дѣтей (которыя, несомнѣнно, замѣчаютъ гораздо больше, нежели мы воображаемъ); на чтеніе несоотвѣтствующихъ сочиненій, которыя въ извѣстномъ смыслѣ разстраиваютъ воображеніе ребенка, на порнографическія картины, которыя бывають въ обращеніи у старшихъ дѣтей, на подобные же разговоры, которые часто подслушиваютъ дѣти, и пр. и пр. Очень вредное вліяніе имѣють во многихъ отношеніяхъ *закрытыя учебныя заведенія*, которыя, по удостовѣренію такого глубокаго знатока вопроса, какъ А. С. Виреніусъ, доставляютъ наибольше обильный контингентъ онанистовъ. Указанныя причины вызываютъ потребность въ сладострастныхъ ощущеніяхъ, которая и удовлетворяется путемъ рукоблудія. У мальчиковъ прикосновеніе къ дѣтородному члену и умышленное раздраженіе его ведетъ къ напряженію его и позже къ выдѣленію сѣмени. У дѣвочекъ и дѣвушекъ вызывается приливъ крови къ тазовымъ органамъ и усиленное выдѣленіе слизи изъ влагалища. Какъ въ томъ, такъ и въ другомъ случаѣ рукоблудіе имѣетъ послѣдствіемъ чрезмѣрное и крайне вредное напряженіе нервной системы.

„Онанизмъ накладываетъ глубокую печать какъ на внѣшній обликъ, такъ и на духовную фizioномію ребенка. Нерѣдко мальчика, предающагося рукоблудію, можно узнать съ перваго взгляда по глазамъ, окаймленнымъ темными большими кругами, по мутному взгляду и отвислымъ щекамъ. Ребенокъ ни на чемъ не останавливается со вниманіемъ: онъ апатиченъ и равнодушенъ ко всему, что происходитъ вокругъ него. Игры и забавы товарищей его не занимають: онъ живетъ своей особенной жизнью“.

Борьба съ онанизмомъ должна вестись, главнымъ образомъ, въ *семьѣ*. Современныя дѣти слишкомъ рано созрѣвають, и потому воспитаніе должно быть направлено къ тому, чтобы ребенокъ никогда не имѣлъ повода задумываться надъ впечатлѣніями и ощущеніями, имѣющими хотя бы отдаленное отно-

шеніе къ половой сферѣ. Половые органы должны быть со-держимы въ чистотѣ, но они никогда не должны занимать какого-либо мѣста въ жизни ребенка. Прикосновеніе къ поло-вымъ органамъ должно представляться дѣтямъ чѣмъ-то не-чистымъ и противнымъ. Очень многое зависитъ отъ того, какой тонъ и отношеніе устанавливается въ этомъ смыслѣ въ семьѣ. Слѣдуетъ тщательно принимать и нѣкоторыя предо-сторожности. Должно слѣдить за тѣмъ, чтобы во время сна дѣти всегда держали руки поверхъ одѣяла, чтобы они не ло-жились спать съ полнымъ желудкомъ, чтобы постель не была черезчуръ мягкой и теплой.

Въ томъ случаѣ, когда склонность къ рукоблудію у ребенка уже проявилась, прибѣгаютъ сначала къ нѣкоторымъ простымъ мѣрамъ: зашиваютъ карманы, въ которыхъ ребен-нокъ всегда держать руки съ цѣлью прикосновенія къ по-



Рис. 303.



Рис. 304.

Аппараты для предохраненія отъ онанизма.  
Для мальчиковъ. Для дѣвочекъ.

ловымъ органамъ; на ночь одѣ-ваютъ рубашку, которая со всѣхъ сторонъ плотно закрыта, и пр. Тутъ же мы прилагаемъ и изображеніе двухъ аппаратовъ, которые были предложены съ цѣлью отучить дѣтей отъ руко-блудія. Не слѣдуетъ, однако, скрывать отъ себя, что аппа-раты эти имѣютъ и свои недо-

статки. Въ общемъ, къ нимъ приходится прибѣгать только въ очень рѣдкихъ случаяхъ.

Ни въ коемъ случаѣ не слѣдуетъ прибѣгать къ мѣрамъ строгости для отученія дѣтей отъ рукоблудія. Не слѣдуетъ забывать, что онанизмъ представляетъ собой во многихъ отно-шеніяхъ *душевное* страданіе. Нерѣдко виной его бываетъ осо-бенное расположеніе нервной системы, унаслѣдованное дѣтьми отъ родителей. Въ такомъ случаѣ послѣдніе поступаютъ вдвойнѣ несправедливо, наказывая дѣтей за поступки, въ ко-торыхъ личная воля послѣднихъ участвуетъ въ очень слабой степени и въ которой уже во всякомъ случаѣ нельзя найти преступнаго желанія. Гораздо человѣчнѣе и вмѣстѣ съ тѣмъ вѣрнѣе ведутъ къ цѣли совершенно инныя мѣры.

„Слѣдуетъ измѣнить весь жизненный режимъ ребенка. По возможности, его не слѣдуетъ оставлять одного; онъ по-стоянно долженъ находиться въ обществѣ дѣтей и принимать участіе въ ихъ развлеченияхъ. Онъ вообще долженъ какъ можно больше времени проводить на открытомъ воздухѣ въ разнообразныхъ физическихъ упражненіяхъ. Далѣе слѣдуетъ прибѣгнуть къ холоднымъ обмываніямъ, обтираніямъ и обли-

ваніямъ. Осуществить все это не легко, и задача родителей подчасъ бываетъ довольно тяжелой, но добиться цѣли необходимо во что бы то ни стало. Въ противномъ случаѣ придется мириться съ мыслью о томъ, что ребенокъ обратится со временемъ въ физически слабо развитого, духовно-беспомощнаго и мало приспособленнаго къ дѣйствительной жизни человѣка“.

Еще одного обстоятельства не слѣдуетъ въ обыденной жизни упускать изъ виду. „Очень внимательно должно слѣдить за прислугой, особенно боннами. Врачамъ извѣстно, какое растлѣвающее вліяніе нѣкоторыя изъ нихъ имѣютъ на вѣранныхъ имъ и приходящихъ съ ними въ соприкосновение дѣтей“<sup>1)</sup>.

**Операциі надъ маткой, см. „Матки—операциі.“**

**Операциа.** Операцией, какъ извѣстно, мы называемъ всякій видъ медицинскаго вмѣшательства, которое проявляется въ насильственномъ разъединеніи тканей или удаленіи какой-либо части тѣла. Количество операций стало въ наше время очень значительнымъ и не существуетъ почти ни одного органа, котораго не касался бы смѣлый ножъ хирурга. Что касается до мозга, то надъ нимъ, какъ это достовѣрно извѣстно, производили операцию (трепанацию) еще египетскіе жрецы. Въ послѣднее время стали производиться нѣкоторыя операциі и надъ сердцемъ (зашиваніе въ случаѣ раненія).

Два великихъ пріобрѣтенія прошлаго XIX столѣтія могуче способствовали необыкновенному расширенію хирургическаго поля дѣятельности. Это — изобрѣтеніе обезболиванія (см. „анестезія“, а также „наркозъ“) во время операциі и антисептика (см. „антисептическія средства“). На ряду съ этими пріобрѣтеніями, которыми наука обязана Мортону и Листеру, слѣдуетъ поставить и *обезкровливаніе*, которымъ хирургія обязана Эсмарху. Посредствомъ особеннаго бинта (рис. 244) туго перевязывается конечность, на которой должна быть произведена операциа и такимъ образомъ предупреждаютъ истеченіе изъ нея крови. При такихъ условіяхъ стало возможнымъ производить почти совершенно безкровныя или т.-наз. „бѣлыя“ операциі (*operation blanche*). Еще большій прогрессъ знаменуетъ въ этомъ направленіи изобрѣтеніе *кровоостанавливающихъ щипцовъ*, при помощи которыхъ стало возможнымъ моментально пріостанавливать истеченіе крови изъ пораненнаго или перерѣзаннаго сосуда; ихъ изобрѣтеніемъ мы обязаны французскому хирургу Пеану. Таковы главнѣйшія условія, которыя расширили границы современной хирургіи до предѣловъ, о кото-

\*) Тамъ же.

рыхъ нѣсколько десятилѣтій тому назадъ и мечтать никто не смѣлъ.

**Опій.** Опій представляетъ собой продуктъ, добытый изъ мака (см.). Главнѣйшими его составными частями являются кодеинъ и морфій (см). Самъ по себѣ опій имѣетъ наркотическое влiянiе; онъ успокаиваетъ боли и вызываетъ болѣе или менѣе продолжительный сонъ. Наиболѣе извѣстными лекарствами, въ которыхъ входитъ опій, являются опiйная настойка и Доверовъ порошокъ. Опiй для всѣхъ является опаснымъ. Особенно же опаснымъ ядомъ является онъ у дѣтей, у которыхъ отравленiе можетъ быть вызвано даже самыми незначительными дозами. Поэтому-то многие врачи и ставятъ себѣ за правило никогда не прописывать маленькимъ дѣтямъ опiя. Доверовъ порошокъ содержитъ вмѣстѣ съ опиємъ и рвотный корень. Онъ имѣетъ огромное примѣненiе въ начальной степени бронхита, инфлюэнцы и пр.

**Отравленiе опиємъ** узнается по поразительной блѣдности лица, холодному поту, суженiю зрачковъ, и все болѣе и болѣе поверхностному дыханiю. Помимо того, отравленный одержимъ непреодолимой склонностью ко сну. Всѣми силами слѣдуетъ возбуждать отравленнаго: его сильно растираютъ, льютъ холодную воду вдоль позвоночника. Внутрь тотчасъ же даютъ рвотное (сѣрно-кислый цинкъ). Даютъ внутрь крѣпкiй кофе или же дѣлаютъ съ кофе клизмы, если больной не въ состоянiи глотать. Всѣми силами стараются поддержать дѣятельность сердца. Не слѣдуетъ, однако, съ этой цѣлью давать спиртныхъ напитковъ. Все время пошлепывать больного холодными полотенцами. Въ крайнемъ случаѣ примѣняютъ искусственное духанiе. **Противоядiемъ** считается атропинъ и стрихнинъ. Последнiя средства могутъ, однако, быть примѣняемы только врачемъ.

Небольшiя дозы опiя обладаютъ свойствомъ вызывать особенное состоянiе, которое находится какъ бы на границѣ грезъ и дѣйствительности. У предрасположенныхъ лицъ появляются въ это время особенно сильныя сладострастныя ощущенiя. Куренiе опiя очень распространено, какъ извѣстно, на Востокѣ. Излишне прибавлять, что подобное хроническое отравленiе можетъ имѣть только самыя пагубныя послѣдствiя.

**Оплодотворенiе.** Оплодотворенiемъ называютъ слянiе воедино женскаго яйца и мужскаго сѣмени (см. также седьмую главу I части: „Половая жизнь“). Оно не можетъ совершиться въ томъ случаѣ, когда отъ яичниковъ еще не отдѣляются яйцевыя клѣтки, иначе говоря, когда половая зрѣлость еще не наступила; когда въ мужскомъ сѣмени нѣтъ живчи-

ковъ или же когда послѣдніе не обладаютъ жизнеспособностью. Въ другомъ мѣстѣ мы уже говорили о томъ, что, по наблюдениямъ, женщины отличаются особенной восприимчивостью къ оплодотворенію непосредственно *передъ* и *послѣ* менструальнаго періода. Наименѣе же восприимчивой должна она считаться на третьей недѣлѣ, считая съ перваго дня регуль.

Имѣются нѣкоторыя основанія думать, что сильное волненіе, преимущественно страхъ, испытываемый женщиной во время совокупленія, можетъ имѣть послѣдствіемъ значительныя отклоненія отъ нормальнаго процесса. Нѣкоторые утверждаютъ, будто послѣдствіемъ этого можетъ быть внѣматочная беременность, отхожденіе двухъ яйцевыхъ клѣтокъ за разъ и пр. Гораздо чаще наблюдается спазматическое сокращеніе влагалища, которое удерживаетъ мужской членъ какъ бы въ плѣну.

**Опodelьдожь.** Въ составъ этого вещества, которое пользуется такой популярностью, какъ наружное средство, преимущественно при ревматизмѣ и подагрѣ, входятъ, главнымъ образомъ, медицинское мыло, винный спиртъ, камфара, нашатырь и нѣкоторыя ароматическія вещества.

**Опоясывающій лишай,** см. „Лишай—опоясывающій“.

**Опуханіе.** Что такое опуханіе, извѣстно всякому. Опуханіе является ближайшимъ послѣдствіемъ измѣненія въ данномъ членѣ или органѣ кровообращенія, въ результатѣ чего оказывается скопленіе въ большомъ количествѣ кровяной сыворотки. Появляется опуханіе въ данномъ мѣстѣ вслѣдствіе какого-либо мѣстнаго раздраженія. **Леченіе** состоитъ въ устраненіи причины и въ непосредственномъ воздѣйствіи на опухшій органъ, преимущественно, при посредствѣ теплоты и воды въ томъ или иномъ видѣ. Въ томъ случаѣ, когда опуханіе распространяется на многіе органы одновременно, причины должны, понятно, быть *общими* (преимущественно, разстройства дѣятельности сердца или почекъ) и леченіе, очевидно, должно принять совершенно иное направленіе.

**Опуханіе железъ,** см. „Железы“.

**Опухоли кишечника,** см. „Кишечникъ“.

**Опухоли матки,** см. „Матка“.

**Опухоль—мѣшеччатая.** Въ томъ случаѣ, когда выводной протокъ какой-либо сальной железы на кожѣ засорится и отдѣленія данной железы не находятъ себѣ выхода наружу, они остаются внутри въ самой железѣ и разлагаются. Такимъ образомъ появляется мѣшеччатая опухоль. Она обыкновенно не бываетъ болѣзненной. Ближайшія причины появленія опухолей не установлены. Одно можно сказать съ увѣрен-



ностью, что онѣ не часто появляются у человѣка съ правильнымъ кровообращеніемъ въ кожѣ, особенно въ томъ случаѣ, когда голова содержится въ полной чистотѣ. Наиболѣе простымъ способомъ, чтобы избавиться отъ этой опухоли, является маленькая операція. Гораздо большее значеніе имѣетъ, однако, предупрежденіе появленія новыхъ опухолей въ томъ же родѣ. Слѣдуетъ съ этой цѣлью позаботиться о томъ, чтобы головнымъ массажемъ, тепловатыми обмываніями головы и возбужденіемъ общаго кровообращенія оживить обменъ веществъ въ организмѣ.

**Ортопедіей** называютъ въ медицинѣ науку о томъ, какъ при помощи специальныхъ аппаратовъ или систематическихъ гимнастическихъ упражненій придать искривленному члену его первоначальное естественное положеніе. Ортопедія достигла въ наше время очень высокой ступени развитія и оказываетъ дѣйствительную помощь даже въ очень запущенныхъ случаяхъ. Особенно частое примѣненіе находитъ себѣ ортопедія, естественно, при искривленіяхъ различныхъ частей тѣла (между прочимъ, и при школьныхъ болѣзняхъ у дѣтей). Подробности см. въ главѣ „**Ортопедическое леченіе искривленій**“ въ III части.

**Оспа** представляетъ собой одну изъ наиболѣе заразительныхъ и наиболѣе страшныхъ болѣзней. Первоначально она была занесена въ Европу изъ южныхъ странъ и въ средніе вѣка производила невѣроятныя опустошенія, которыя уменьшились только съ тѣхъ поръ, какъ было открыто оспопрививаніе, и особенно съ тѣхъ поръ, какъ оспопрививаніе стало почти во всѣхъ странахъ *обязательнымъ*.

Въ виду того, что натуральная оспа принадлежитъ въ настоящее время къ явленіямъ довольно рѣдкимъ и даже исключительнымъ, мы считаемъ возможнымъ остановиться на ней только въ краткихъ чертахъ. Зато мы съ тѣмъ большимъ вниманіемъ остановимся на оспопрививаніи.

Въ теченіи натуральной оспы различаютъ, собственно говоря, пять періодовъ: скрытый періодъ, періодъ предвѣстниковъ, періодъ высыпанія, нагноенія и подсыханія. О каждомъ изъ нихъ—по нѣскольку словъ. *Скрытый* періодъ тянется, въ среднемъ, 9—10 дней. Періодъ *предвѣстниковъ* продолжается дня три. Начало этого періода обозначается сильнымъ жаромъ (нерѣдко знобомъ) въ 39°—40°. Въ слѣдующіе дни температура подымается еще выше и падаетъ только на 4-й день—съ появленіемъ сыпи. Жаръ сопровождается рвотой, головной болью, общей слабостью и *болью въ поясницѣ*. Особенное значеніе для распознаванія болѣзни имѣетъ послѣдній признакъ.

*Сыпь* появляется прежде всего на лицѣ въ видѣ блѣдно-розовыхъ плоскихъ пузырьковъ (меньше булавочной головки). На слѣдующій день пузырьки высыпаютъ на лицѣ еще гуще и появляются также и на туловищѣ. На третій день сыпь появляется также на спинѣ и конечностяхъ. Черезъ три дня, приблизительно, каждый пузырекъ получаетъ характерный оспенный видъ, главнѣйшая особенность котораго заключается въ томъ, что въ центрѣ его образуется вдавленіе— т.-наз. *пупокъ*. Черезъ три дня содержимое пузырька становится гнойнымъ и наступаетъ *періодъ нагноенія*. На 10—11 день пузырьки начинаютъ подсыхать и начинается *періодъ подсыхания*. Корки, которыя образуются въ это время, начинаютъ отпадать на 30—36 день, причѣмъ остаются на лицѣ столь характерныя для перенесенной оспы *рябины*. Рябины остаются на всю жизнь и въ нѣкоторыхъ случаяхъ сильно уродуютъ лицо.

Оспенныя эпидеміи въ нѣкоторыхъ случаяхъ бываютъ довольно легкими; въ другихъ случаяхъ, наоборотъ, чрезвычайно тяжелыми. Къ послѣднимъ относятся *черная оспа* (съ кровотеченіями) и *сливная*, при которой пузырьки высыпаютъ такъ густо, что въ нѣкоторыхъ мѣстахъ сплошь покрываютъ кожу. Переходную ступень между обоими упомянутыми рядами составляетъ т.-наз. „варіолоидъ“.

Намъ нечего повторять, что оспа отличается своей *заразительностью* и что больной (или здоровые, смотря по условіямъ) долженъ быть *отдѣленъ*, какъ только появляется малѣйшее подозрѣніе на оспу. Соблюденіе чистоты имѣетъ при оспѣ большее значеніе, чѣмъ при многихъ другихъ болѣзняхъ. Комната должна имѣть температуру, преимущественно, прохладную (12°—13° Р.). Легкая діета. Медицинскаго леченія считаемъ излишнимъ касаться. Больной можетъ соприкасаться съ здоровыми не ранѣе того, какъ *отпали все корки*.

**Оспопрививаніе.** „Задача предохранительнаго оспопрививаніе состоитъ,—говоритъ проф. Филатовъ,—въ томъ, чтобы вызвать искусственнымъ образомъ *легкое* заболѣваніе оспой субъекта, котораго желаютъ предохранить“. Оспопрививаніе было открыто въ послѣдніе годы XVIII столѣтія англичаниномъ Дженнеромъ.

Предохраняютъ себя отъ оспы прививкой оспенной *вакцины*, которая можетъ быть взята какъ отъ другого ребенка, которому была привита оспа, такъ и отъ теленка. Первая лучше принимается, но ее довольно трудно имѣть всегда въ своемъ распоряженіи; къ тому же, мы такимъ образомъ можемъ иногда привить здоровому ребенку дурную болѣзнь (сифилисъ). Поэтому, гораздо чаще прибѣгаютъ въ настоящее

время къ прививкѣ оспенной телячьей лимфы (сыворотки). Въ послѣднее время прививаютъ, впрочемъ, не такъ часто сыворотку оспенныхъ пузырьковъ теленка, какъ оспенный соскобъ — распадъ, такъ-наз. *детритъ*. Оспенный пузырекъ теленка соскабливается цѣликомъ, затѣмъ его размѣшиваютъ съ глицериномъ, въ пропорціи, приблизит. 1 : 5, прибавляютъ самое незначительное количество какого-либо антисептического вещества, чтобы соскобъ не портился, и въ такомъ видѣ онъ можетъ тогда сохраняться неопредѣленно долгое время.

Привить оспу можно какъ наколами, такъ и настьчками. *Наколъ* дѣлается быстрѣе и не производитъ такой боли. *Настъчки* дѣйствуютъ зато вѣрнѣе. Какъ наколъ, такъ и настьчки не должны идти особенно глубоко. Наколъ всего проще производить посредствомъ особенной иглы. Привить оспу можно въ любомъ мѣстѣ. Всего чаще прививаютъ оспу на плечѣ. Во Франціи часто прививаютъ, преимущественно дѣвочкамъ, оспу на икрахъ, дабы не портить рукъ, въ случаѣ, если впослѣдствіи желательнo будетъ носить декольте. Количество наколовъ или настьчекъ — произвольно: обыкновенно дѣлаютъ ихъ по три на каждой рукѣ.

*Теченіе вакцины.* Въ первые три дня на мѣстѣ прививки никакой реакціи не видно. На 4-й день мѣсто укола начинаетъ краснѣть и приподыматься въ видѣ плоскаго пузырька. Пузырекъ этотъ постепенно увеличивается и на 8-й день обращается въ плоскій пузырекъ со свѣтлымъ содержимымъ. Въ теченіе слѣдующихъ дней содержимое пузырька начинаетъ мутнѣть и въ окружности его развивается яркая краснота. Въ это время ребенка начинаетъ лихорадить (всего больше на 9—10-й день). Съ 10—11-го дня пузырекъ начинаетъ подсыхать и къ 12—14-му дню обращается въ толстую темно-бурую *корку*, которая отваливается дней черезъ 10, оставляя послѣ себя характерный *рубецъ*, который остается на всю жизнь.

*Когда прививать оспу?*—Между 3 и 6 мѣсяцами. Не слѣдуетъ прививать оспу въ жаркіе лѣтніе дни. Больнымъ и хворымъ дѣтямъ не слѣдуетъ прививать оспы, пока они не оправятся. Если первая прививка не удалась, повторяютъ прививку дней черезъ 15. Если и на этотъ разъ послѣдовала неудача (причемъ въ качествѣ лимфы сомнѣній нѣтъ), то прививку откладываютъ на годъ. Сдѣлать это можно спокойно, такъ какъ тотъ фактъ, что прививка не принимается, указываетъ на то, что ребенокъ находится въ состояніи невосприимчивости. Въ случаѣ, если въ данной мѣстности господствуетъ эпидемія оспы, слѣдуетъ привить оспу *всѣмъ*, безъ различія возраста или состоянія здоровья (Филатовъ).

Прививка предохраняетъ отъ оспы не на всю жизнь.

Наблюдениями установлено, что для того, чтобы обезпечить себѣ полную безопасность въ отношеніи оспы, ее слѣдуетъ перепрививать каждыя 10 и даже 7 лѣтъ. Во Франціи обязательно повторять прививку оспы на 11-мъ и 21-мъ году.

Въ настоящее время оспопрививаніе у насъ *обязательно*. Тѣмъ не менѣе, и теперь оспа прививается у насъ далеко не всѣми, и оспенныя эпидеміи вспыхиваютъ время отъ времени не только въ глухихъ мѣстахъ и особенно среди кочевыхъ инородцевъ, но и въ столицахъ. Многіе сектанты не позволяютъ себѣ прививать оспы изъ религіозныхъ соображеній. Такъ, намъ пришлось лечить въ одной старообрядческой семьѣ, въ которой четверо дѣтей было изуродовано оспой и двое другихъ умерло отъ этой болѣзни. Тѣмъ не менѣе, родители не позволяли прививать остальнымъ дѣтямъ оспы, такъ какъ почитали это тяжкимъ грѣхомъ.

Намъ нѣтъ надобности указывать на то, что прививка оспы своимъ дѣтямъ составляетъ одну изъ первыхъ обязанностей для родителей. Къ сожалѣнію, это сознается далеко не всѣми, и въ Англии—на родинѣ Дженнера—долголѣтней агитаціей противникамъ оспопрививанія удалось добиться того, что привитіе или непривитіе оспы дѣтямъ предоставляется на усмотрѣніе родителей. „Подобное „вольное“ отношеніе къ оспопрививанію оплачивается иногда англичанами довольно дорогой цѣной, и вспыхивающія тамъ время отъ времени эпидеміи оспы уносятъ не мало жертвъ“ \*).

**Оспа—вѣтреная.** Часто за натуральную оспу можно принять вѣтренаю, которая имѣетъ съ первой нѣкоторые общіе признаки. Большею частью вѣтреной оспой заболѣваютъ только дѣти лѣтъ до 10—12. Позже этого возраста она встрѣчается довольно рѣдко. Передается она очень легко черезъ воздухъ. Отличія вѣтреной отъ натуральной оспы слѣдующія: повышеніе температуры появляется не за три дня до высыпанія, какъ при натуральной оспѣ, но только за нѣсколько часовъ до того. При появленіи оспенной сыпи лихорадка обыкновенно рѣзко понижается; при вѣтреной оспѣ она, наоборотъ, продолжаетъ повышаться, и держится все время, пока продолжаютъ высыпать новые пузырьки. Пузырьки не имѣютъ такъ-наз. пупка, т. е. вдавленія въ центрѣ. Пузырьки достигаютъ своего полнаго развитія при оспѣ въ теченіе нѣсколькихъ дней; при вѣтреной оспѣ—въ теченіе нѣсколькихъ часовъ. Продолжительность всей болѣзни при вѣтреной оспѣ равняется 4—7 днямъ; при натуральной

\*) «Общія основы личной гигиены».—«Гигиена грудного ребенка и матерп».

оспѣ—нѣсколькимъ недѣлямъ. Что же касается до густоты сыпи, то этимъ руководиться не слѣдуетъ; бываетъ, что сыпь при вѣтреной оспѣ ничѣмъ не уступаетъ сыпи при натуральной оспѣ.

= **Лечение** сводится, главнымъ образомъ, къ гигиеническимъ мѣропріятіямъ. Равномѣрная температура. Свѣжій воздухъ. Легкая діета. Слѣдить за правильнымъ опорожненіемъ кишечника. Теплыя ванны. На лицо—тепловатыя компрессы.

**Острица—дѣтская.** Круглые глисты нижняго отдѣла пищеварительнаго канала, носящіе указанное названіе потому, что наблюдаются почти исключительно у *дѣтей*. Представляются они въ видѣ *маленькихъ бѣленькихъ червячковъ*, которые иногда кишмя-кишатъ въ дѣтскихъ испражненіяхъ. Они вызываютъ нерѣдко довольно сильный зудъ; у дѣвочекъ же они, попадая во влагалище, вызываютъ помимо того склонность къ рукоблудію. *Бороться* съ дѣтскими острицами всего проще при помощи небольшихъ холодныхъ клистировъ, которые оказываются особенно дѣйствительными въ томъ случаѣ, если къ нимъ прибавить немного уксусу.

**Острое разстройство желудка,** см. „**Желудка—острое разстройство.**

**Отвислый животъ**“, см. „**Животъ—отвислый**“.

**Отвращеніе къ пищѣ.** Такое состояніе никоимъ образомъ нельзя, очевидно, назвать естественнымъ, и въ каждомъ отдѣльномъ случаѣ должно внимательно изслѣдовать, каковы могли бы быть его причины. Только въ томъ случаѣ, когда отвращеніе къ пищѣ появляется при переполненіи желудка, можетъ оно быть названо естественнымъ. Въ другихъ случаяхъ оно зависитъ отъ какого-либо органическаго страданія желудка или нервной системы. Очень часто виной служитъ страданіе блуждающаго нерва. Въ нѣкоторыхъ случаяхъ существуетъ отвращеніе только къ *нѣкоторымъ* видамъ пищи. Признакъ этотъ часто бываетъ не лишенъ значенія. Такъ, отвращеніе къ мясной пищѣ служитъ въ нѣкоторыхъ случаяхъ довольно вѣрнымъ указаніемъ на развивающійся **ракъ** (см.). Вообще слѣдуетъ поставить себѣ за правило никогда не насиловать воли человѣка въ этомъ отношеніи, такъ какъ отвращеніе къ тому или иному виду пищи является во многихъ случаяхъ инстинктивнымъ и совершенно правильнымъ указаніемъ на тотъ видъ пищи, который даннымъ больнымъ всего хуже переваривается или усваивается.

Что касается до привередливости въ пищѣ, которую обнаруживаютъ многія дѣти, то она служитъ указаніемъ на нездоровый аппетитъ, который появляется только по отношенію къ нѣкоторымъ блюдамъ. Чувство здороваго голода не

особенно разбираетъ въ блюдахъ и тонкостяхъ гастрономическаго приготовленія пищи. Поэтому слѣдуетъ не поощрять такого рода разборчивости и привередливости въ пищѣ, но здоровымъ трудомъ, пребываніемъ на вольномъ воздухѣ и при случаѣ также уменьшеніемъ количества приемовъ пищи или количества самой пищи стремиться къ возбужденію въ дѣтяхъ здороваго аппетита.

**Откармливаніе.** Въ нѣкоторыхъ случаяхъ не только при острыхъ, но и при нѣкоторыхъ хроническихъ болѣзняхъ приходится больныхъ откармливать усиленно, чтобы вернуть ихъ тканямъ нормальный составъ и организму — силу. Въ такомъ случаѣ чаще всего прибѣгаютъ къ методу *Вейрз-Митчелля*, который даетъ наилучшіе результаты. Основными началами этого метода леченія служатъ: полный покой—въ постели; частое кормленіе небольшими количествами пищи, массажъ и электризація для поднятія дѣятельности кожи и нервной системы.

**Отмороженіе.** Несомнѣнно, что по количеству несчастныхъ случаевъ вслѣдствіе отмороженія страна наша занимаетъ одно изъ первыхъ мѣстъ въ мірѣ. Всего болѣе важную роль играетъ при этомъ суровый климатъ, рѣдкость народонаселенія, частыя мятели, недостаточность врачебной помощи и пр. Очень нерѣдко наблюдается отмороженія при злоупотребленіи, хотя бы и незначительномъ—спиртными напитками. И безъ того всѣмъ извѣстно, что наклонность ко сну значительно облегчаетъ замерзаніе, а таковая наблюдается какъ при ослабленіи организма (вслѣдствіе голода, продолжительной работы, волненія и пр.), такъ и при употребленіи спиртныхъ напитковъ. Въ томъ случаѣ, когда человѣкъ замерзаетъ, мало-по-малу затемняется, а затѣмъ совершенно утрачивается сознаніе и человѣкъ погружается въ глубокой сонъ, который очень легко переходитъ въ безпробудный, если помощь не будетъ оказана неотложно.

И въ данномъ случаѣ, какъ и во многихъ другихъ, недостаточно съ нашей стороны *желанія* оказать помощь: надо уметь ее оказать *разумно*. Въ противномъ случаѣ мы можемъ принести больше вреда, нежели пользы. Въ данномъ случаѣ главная забота сводится къ тому, чтобы отогрѣваніе производить съ возможной *постепенностью*, такимъ образомъ, чтобы кровообращеніе возстановилось медленно и равномерно. Съ этой цѣлью замерзшаго никогда не слѣдуетъ вносить въ жарконагрѣтую комнату, но слѣдуетъ внести его въ прохладное помѣщеніе: въ сѣни, амбаръ и пр. Если необходимо заставляеть помѣстить его въ комнатѣ, то раскрываютъ окна. Отогрѣваютъ его также, преимущественно, растираніемъ

снѣгомъ или льдомъ или же тряпками, смоченными въ холодной (но отнюдь не теплой) водѣ. Въ нѣкоторыхъ случаяхъ опускаютъ замерзшаго въ ванну, въ которую налита холодная вода. Затѣмъ, въ ванну *понемногу* приливаютъ небольшими количествами теплой воды. Когда замерзшій началъ *понемногу* приходить въ себя, его начинаютъ растирать фланелевыми тряпками, и только въ томъ случаѣ, когда у насъ явилась уже увѣренность въ томъ, что кровообращеніе прочно возстановилось, можемъ мы прибѣгнуть къ растиранію замерзшаго теплыми тряпками. Въ то же время пострадавшему вливаютъ нѣсколько глотковъ кофе, чаю коньяку, или вина въ ротъ.

Съ *отмороженными членами* слѣдуетъ обращаться съ крайней осторожностью, такъ какъ они отличаются особенной хрупкостью, и неосторожнымъ съ ними обращеніемъ мы ихъ легко можемъ сломать. И при наиболѣе осторожномъ растираніи и самомъ мягкомъ обращеніи не удастся иногда предупредить гибели отдѣльныхъ членовъ, преимущественно тѣхъ, которые лежатъ совершенно наружно и въ которыхъ кровообращеніе совершается поѣтому крайне вяло. Къ таковымъ относятся уши, носъ и пальцы, особенно ножные. Отмороженные части отличаются поразительно блѣднымъ цвѣтомъ, который при отогрѣваніи постепенно замѣняется болѣе розовымъ. Послѣ того, какъ удалось возстановить кровообращеніе въ отмороженномъ членѣ, его покрываютъ тряпочками, смазанными какой-либо чистой мазью (вазелиномъ или чистымъ жиромъ). Особенно неприятный зудъ вызываетъ въ отмороженномъ тѣлѣ ощущеніе теплоты.

Что касается до мѣръ *предупрежденія* отмороженія и замерзанія, то на этотъ счетъ трудно давать какія-либо общія указанія. Скажемъ, однако, что при малѣйшемъ чувствѣ отмороженія какого-либо члена (утрачивается чувствительность и прикосновеніе къ члену производитъ ощущеніе прикосновенія къ совершенно постороннему предмету) слѣдуетъ неотложно принять мѣры къ возстановленію кровообращенія. Идетъ ли дѣло о ногахъ, мы должны стараться производить ими возможные движенія: ходить, а если возможно, то и бѣгать. Пальцы, уши, носъ слѣдуетъ растирать руками или снѣгомъ. Въ томъ случаѣ, когда представляется опасность замерзнуть, слѣдуетъ укрыть себя по возможности такимъ образомъ, чтобы наружный воздухъ совершенно не проникалъ къ намъ и чтобы самое дыханіе совершалось въ возможно плотно закрытомъ пространствѣ. Крестьяне рекомендуютъ какъ можно больше сдерживать въ такихъ случаяхъ дыханіе. Всевозможныя мѣры, которыя со-

образно условіямъ подсказываетъ разсудокъ, какъ то: вырываніе ямы въ снѣгу, опрокидываніе саней, чтобы защитить себя отъ снѣга и пронизывающаго вѣтра, возможно тѣсное приближеніе другъ къ другу всѣхъ подвергающихся опасности съ тѣмъ, чтобы уменьшить потерю тепла, защиту дѣтей и пр., слѣдуетъ принять заблаговременно. Не слѣдуетъ упускать изъ виду, что замерзаніе сопровождается нѣкоторымъ притупленіемъ и помутнѣніемъ разсудка. Еще менѣе способны мы что-либо предпринять въ слѣдующемъ періодѣ замерзанія, когда начинаемъ испытывать сладкую истому и совершенно утрачиваемъ сознание грозящей намъ опасности. Затѣмъ появляется непреодолимая склонность ко сну, которая можетъ стать для насъ роковой...

**Отравленіе.** Мало существуетъ случаевъ въ жизни, при которыхъ разумная помощь требовалась бы такъ быстро и была такъ настоятельно необходима, какъ при отравленіяхъ. Тѣмъ не менѣе, мы вновь считаемъ долгомъ предупредить нашихъ читательницъ о томъ, чтобы онѣ и въ данномъ случаѣ не теряли спокойствія и старались бы дѣйствовать не наобумъ, но вполне разумно и сознательно. Пострадавшій, повторяемъ, значительно больше выиграетъ, если помощь ему будетъ оказана, хотя и нѣсколько позже, но зато будетъ оказана вполне разумно и цѣлесообразно.

Мы не станемъ объяснять, что такое *ядъ*, ибо объясненія въ такомъ случаѣ часто только спутываютъ дѣло. *Отравленія* распадаются на нѣсколько разрядовъ. Въ однихъ случаяхъ они бываютъ случайными; въ другихъ они имѣютъ цѣлью самоубійство; въ третьихъ—производятся сознательно съ преступною цѣлью. Несмотря на то, что число ядовъ вообще очень велико, наблюденія показываютъ, что отравленія одними веществами производятся или происходятъ очень часто, между тѣмъ, какъ отравленіе другими составляетъ рѣдкое исключеніе. Къ *случайнымъ отравленіямъ* относятся отравленія **ядовитыми грибами** (см.). Съ цѣлью *самоубійства* прибѣгаютъ всего чаще къ **опію** (см.) и **морфію** (см.), а также отравленію фосфорными спичками; въ нѣкоторыхъ случаяхъ—къ карболовой кислотѣ. Съ *преступной* же цѣлью—къ **мышьяку** (см.). Любопытную статистику даютъ намъ въ этомъ отношеніи данныя, собранныя во Франціи за 12-лѣтній періодъ. На 617 отравленій (съ 290 смертными исходами) мышьякъ былъ употребленъ въ качествѣ яда 232 раза, фосфоръ 170 разъ, сѣрный купоросъ — 77 разъ. Итакъ, на долю трехъ упомянутыхъ ядовъ приходится почти  $\frac{5}{6}$  случаевъ отравленія. На долю всѣхъ остальныхъ вмѣстѣ взятыхъ едва  $\frac{1}{6}$ .

По какимъ *признакамъ* можно узнать отравленіе? — Въ



большинствѣ случаевъ это не представляетъ особенныхъ затрудненій, въ виду того, что явленія, и при томъ очень грозныя, наступаютъ сразу и неожиданно—короткое время спустя послѣ того, какъ были приняты во внутрь та или иная пища или напитокъ. Считаемо, тѣмъ не менѣе, долгомъ указать на то, что въ нѣкоторыхъ случаяхъ отравленіе можетъ быть смѣшано съ нѣкоторыми *болѣзнями*, которыя также наступаютъ очень быстро и которыя требуютъ, само собой разумѣется, совершенно иного способа леченія.

Къ таковымъ можно отнести внутреннее ущемленіе—*грыжу* (см.), кровоизліяніе въ мозгъ (см. *апоплексическій ударъ*), нѣкоторыя сердечныя болѣзни, кишечное кровотеченіе, холеру. Но и въ этихъ случаяхъ разобраться бываетъ обыкновенно не такъ трудно. Болѣзни сердца, напр., никогда не наступаютъ сразу, и какъ самому больному, такъ и близкимъ его бываетъ извѣстно объ ихъ существованіи. Холера появляется только эпидемически и о появленіи ея всѣ предупреждены. Апоплексическій ударъ проявляется почти всегда внезапнымъ паденіемъ и потерей сознанія. При внутреннемъ ущемленіи картина болѣзни бываетъ иной и не развивается такъ быстро.

Перейдемъ теперь къ рассмотрѣнію тѣхъ признаковъ, которыми проявляется обыкновенно отравленіе и которые какъ можно раньше должны привлечь наше вниманіе въ этомъ направленіи. Черты лица у отравленнаго обыкновенно очень быстро мѣняются и придаютъ ему особенное выраженіе. Лицо выражаетъ страхъ и тоску. Цвѣтъ лица становится блѣднымъ и восковымъ. Зрачки часто бываютъ сужены. Лобъ покрывается холоднымъ липкимъ потомъ. Глаза наливаются и выдаются впередъ. Больной жалуется на особенный жгучій вкусъ во рту. На всемъ протяженіи пищеварительнаго канала, особенно же въ глоткѣ и пищеводѣ, чувствуется сильная боль и ощущеніе въ родѣ ожога. Въ животѣ и кишкахъ появляются сильныя колики. Появляется отрыжка, икота и тошнота. Еще позже появляется рвота и частыя испражненія, которыя въ нѣкоторыхъ случаяхъ измучиваютъ больныхъ. Часто къ испражненіямъ бываетъ примѣшана кровь.

Дыханіе у отравившагося бываетъ стѣсненнымъ; онъ кашляетъ часто и какъ бы конвульсіями. Пульсъ становится малымъ и частымъ. Кожа, подобно лицу, покрывается холоднымъ липкимъ потомъ. Время отъ времени появляются ознобы; нижнія конечности бываютъ холодны, какъ ледъ. Моча отходитъ съ трудомъ. Появляется сильная—иногда неутолимая—жажда.

Если разумная помощь не будетъ оказана во-время, появляются судорожныя движенія, крики, бредъ, и черезъ короткое время наступаетъ смерть. Въ другихъ случаяхъ на-

ступаетъ, наоборотъ, спокойствіе, которое имѣеть, однако, не менѣе ужасное значеніе.

— **Помощь при отравленіяхъ.**—Помощь можетъ выразиться въ двоякаго рода мѣропріятіяхъ: 1) мы должны стараться удалить изъ пищеварительнаго канала ядъ, который туда попалъ; 2) мы должны обезвредить ядъ, который остался въ организмѣ и котораго мы не можемъ удалить.

1) *Какъ удалить ядъ изъ организма?*—Для этого мы прежде всего стараемся вызвать *рвоту*. Рвоту мы можемъ вызвать различными средствами. Принято въ медицинѣ за правило, что при отравленіи металлическими ядами даютъ въ качествѣ рвотнаго рвотный корень; при отравленіи же органическими кислотами—преимущественно, мѣдный или цинковый купоросъ. Только въ томъ случаѣ, если отравленіе произведено ѣдкой кислотой, слѣдуетъ воздерживаться отъ рвотныхъ, такъ какъ кислота могла въ такой сильной степени разъѣсть стѣнку желудка, что она отъ усилій, неизбежно сопряженныхъ съ рвотой, можетъ разорваться. Ниже мы укажемъ, что именно въ такихъ случаяхъ слѣдуетъ дѣлать. Не всегда мы можемъ, однако, имѣть подъ руками въ качествѣ рвотнаго упомянутыя вещества. Въ такомъ случаѣ можно прибѣгнуть къ щекотанію корня языка и мягкаго нѣба пальцемъ или длинной кисточкой, которую стараются продвинуть поглубже въ глотку. Рвота происходитъ гораздо легче въ томъ случаѣ, когда желудокъ наполненъ какой-либо жидкостью. Съ этой цѣлью предварительно заставляютъ выпить пострадавшаго какъ можно больше воды. Еще лучше, если къ этой водѣ прибавляются вещества, которыя способны вызвать рвоту, какъ то: мыло или горчица (чайную ложку). Послѣ того, какъ рвота была вызвана, даютъ пострадавшему короткое время отдохнуть и начинаютъ ту же процедуру сначала.

Для удаленія изъ пищеварительнаго канала яда, который уже успѣлъ туда попасть, прибѣгаютъ къ слабительнымъ. Лучше всего давать въ такихъ случаяхъ жженую магнезію. Даютъ чайную ложку разведенной въ стаканѣ подсахаренной воды. Одновременно ставятъ и слабительную клизму (съ мыльной водой или же двумя ложками поваренной соли).

2) Далѣе намъ слѣдуетъ позаботиться о томъ, чтобы по возможности *обезвредить* тотъ ядъ, котораго намъ не удалось удалить изъ желудка и кишекъ. Съ этой цѣлью мы прежде всего прибѣгаемъ къ такъ-наз. *обволакивающимъ средствамъ*. Средства эти имѣютъ цѣлью создать вокругъ яда болѣе или менѣе непроницаемую оболочку и такимъ образомъ лишить его возможности приходить въ непосредственное соприкосновеніе со стѣнками желудка и кишечника и всасы-

ваться въ кровь. Съ этой цѣлью можно воспользоваться какимъ-либо жидкимъ масломъ, а также сливками, молокомъ и пр. Очень часто употребляютъ съ той же цѣлью и яичный бѣлокъ съ водою.

Что касается до *противоядія* въ истинномъ смыслѣ этого слова, т. е. вещества, которое, будучи употреблено внутрь, могло бы уничтожить вредное дѣйствіе яда, то почти противъ каждаго изъ ядовъ у насъ имѣется болѣе или менѣе дѣйствительное средство. Знать, какое именно противоядіе необходимо въ каждомъ отдѣльномъ случаѣ, а также примѣнить его съ успѣхомъ можетъ только врачъ. Тѣмъ не менѣе, одновременно съ приглашеніемъ врача слѣдуетъ, не теряя ни минуты времени, обратиться въ ближайшую аптеку съ требованіемъ противоядія и точнымъ указаніемъ, если это возможно, на то, какимъ именно ядомъ произведено отравленіе.

Во всѣ времена ученые стремились къ тому, чтобы найти вещество, которое одновременно могло бы служить противоядіемъ противъ *всѣхъ* существующихъ ядовъ. Нельзя сказать, чтобы изысканія эти остались совершенно безуспѣшны. Изъ такихъ средствъ, которымъ суждено играть роль универсальныхъ противоядій, мы укажемъ только на составъ французскаго ученаго Женнеля, въ который входитъ желѣзный купоросъ и іодистый крахмалъ. Съ этими веществами, однако, надо умѣть обращаться разумно и умѣло. Наилучшимъ и къ тому же совершенно безопаснымъ противоядіемъ, которое съ успѣхомъ можетъ быть примѣнено во всѣхъ случаяхъ, мы должны считать *дубильную кислоту* (особенно при отравленіяхъ растительными ядами). Можно давать по одной пятой грамма (0,2) каждыя 5—10 минутъ.

Укажемъ теперь на тѣ случаи, въ которыхъ отъ указанныхъ правилъ слѣдуетъ *отступать*, во избѣжаніе дурныхъ послѣдствій для отравившагося. Въ томъ случаѣ, когда отравленіе произведено *фосфоромъ*, что узнается по характерному запаху изо рта отравившагося, запаху, напоминающему запахъ сѣрныхъ спичекъ, а также по тому, что вырванные массы свѣтятся въ темнотѣ, *никакихъ жировъ и маселъ* давать не слѣдуетъ, такъ какъ они только способствуютъ растворенію фосфора и всасыванію его. (См. также „Фосфоръ“).

Скажемъ теперь нѣсколько словъ объ отравленіи **кислотами**. Часто подобнаго рода отравленіе можно узнать и по внѣшнему виду. Обыкновенно кислота оставляетъ послѣ себя слѣды (желтые или бѣлые) на платѣ, подбородкѣ, губахъ и пр. Пострадавшій испытываетъ ужасныя боли въ области желудка. Если вырванные массы попадаютъ на мраморъ, известъ, золу и пр., то явственно слышится ши-

пѣніе. Въ такомъ случаѣ рвоты добиваться *не слѣдуетъ*, такъ какъ стѣнки желудка чрезвычайно истончены и имъ грозитъ въ такомъ случаѣ разрывъ. Гораздо вѣрнѣе прибѣгнуть къ химическому противоядію, каковымъ въ данномъ случаѣ является **щелочъ**. Можно давать толченый мѣлъ, мраморную золу, магнезію, растворъ нашатырнаго спирта въ водѣ и пр. Слѣдуетъ, однако, принять нѣкоторыя мѣры предосторожности: если мы дадимъ противоядія въ большомъ количествѣ, то сразу разовьется большое количество газовъ, что также грозитъ большой опасностью желудку, а потому даютъ магнезію, соду и пр. въ смѣси съ водою небольшими количествами за разъ (см. соч. проф. Г. И. Тернера).—Что касается до отдѣльныхъ ядовъ, то свѣдѣнія о томъ, что слѣдуетъ дѣлать и въ чемъ именно должна выразиться помощь при отравленіи ими, читательницы найдутъ въ соотвѣтствующихъ статьяхъ: **морфій, мышьякъ, опій, фосфоръ, щелочи, сулема, свинецъ и пр.**, къ которымъ мы и отсылаемъ читательницъ.

**Отрыжка.** Въ то время, какъ принятая нами внутрь пища испытываетъ въ желудкѣ необходимыя превращенія, развиваются также и газы. Газы развиваются въ большемъ или меньшемъ количествѣ, въ зависимости отъ многочисленныхъ причинъ, изъ которыхъ мы на первомъ планѣ должны поставить слабость желудка, качество и составъ пищи. Газы эти направляются по пути наименьшаго сопротивленія и, проходя обратно черезъ пищеводъ, производятъ отрыжку. Появляется отрыжка и при нѣкоторыхъ нервныхъ страданіяхъ. Въ такомъ случаѣ она не имѣетъ обыкновенно никакого запаха и не дѣйствуетъ на больного особенно неприятно.

= **Леченіе.** Соотвѣтствующее измѣненіе діеты и укрѣпленіе желудочныхъ стѣнокъ являются вѣрнѣйшими средствами для устраненія отрыжки. Изъ пищи должны быть удалены всѣ склонныя къ броженію, кислыя, сладкія и жирныя вещества. Смотря по общему состоянію больного, бываютъ показаны горячіе или же, наоборотъ, холодныя небольшіе компрессы на область желудка. Примѣняются также углекислыя ванны или же полуванны съ послѣдовательнымъ холоднымъ обливаніемъ вдоль позвоночника. Ежедневно дѣлаютъ массажъ желудка и спины.

Чтобы немедленно устранить появившуюся отрыжку, пьютъ глотками холодную воду или глотаютъ небольшіе кусочки льда.

**Отсутствіе аппетита** наблюдается особенно часто у женщинъ. Выражается оно отсутствіемъ охоты къ ѣдѣ; въ нѣкоторыхъ же случаяхъ—даже отвращеніемъ къ нѣкоторымъ или къ большинству блюдъ. Всего чаще наблюдается от-

сутствие аппетита при желудочныхъ страданіяхъ, душевномъ угнетеніи и общей слабости. Въ каждомъ отдѣльномъ случаѣ необходимо строго изслѣдовать, зависитъ ли данное явленіе отъ желудочнаго страданія, отъ душевнаго волненія, малокровія, слабости общаго обмѣна веществъ или же отъ того, что въ организмѣ развивается какая-либо тяжелая общая болѣзнь.

— **Леченіе** должно быть, преимущественно, общимъ и должно стремиться къ укрѣпленію организма, который въ такомъ случаѣ самъ начнетъ заявлять свои права. Съ этой цѣлью слѣдуетъ предписать пребываніе на свѣжемъ воздухѣ и выполненіе неумтомительныхъ физическихъ работъ. Очень хорошо дѣйствуетъ медленное восхожденіе на горы, а также пребываніе въ лѣсномъ воздухѣ, который имѣетъ, несомнѣнно, возбуждающее вліяніе. Помимо того, предписываютъ углекислыя ванны, продолжительностью мин. въ 20, или же сидячую ванну въ 35° Ц., которая въ теченіе 5 мин. охлаждается постепенно до 25°. За ванной должно слѣдовать сильное общее растираніе и массажъ. На ночь кладутъ на желудокъ холодный компрессъ; къ икрамъ же или къ пяткамъ прикладываютъ бутылку съ горячей водой въ томъ случаѣ, когда заявляются жалобы на зябкость ногъ, что въ такомъ случаѣ наблюдается довольно часто. Пищу слѣдуетъ употреблять, по преимуществу, жидкую; къ твердой же слѣдуетъ перейти только тогда, когда больная начинаетъ этого требовать. Пищу лучше принимать небольшими количествами за разъ. Строго запрещается всякая мучнистая и слишкомъ жирная пища такъ же, какъ пиво и вино въ сколько-нибудь значительныхъ количествахъ. Въ нѣкоторыхъ случаяхъ необходимо бываетъ прибѣгнуть къ методу Вейръ-Митчелля, о которомъ мы уже упоминали неоднократно.

**Охриплость** появляется при заболѣваніи гортани и воздухоносныхъ путей, и въ большинствѣ случаевъ влечетъ за собой также и заболѣваніе голосовыхъ связокъ. Когда заболѣваніе это зависитъ отъ остраго воспаленія, то является *острая* и вмѣстѣ съ тѣмъ скоропроходящая охриплость. Болѣе тяжелой является *хроническая* охриплость, которая появляется, какъ послѣдствіе хроническаго воспаленія, вслѣдствіе утолщенія голосовыхъ связокъ, образованія на нихъ наростовъ, опухолей и пр., а также вслѣдствіе мышечной усталости. Причиной охриплости служитъ также и частичный нервный параличъ такъ же, какъ и общая слабость, сильное малокровіе и пр. Вслѣдствіе этого охриплость появляется часто у лицъ, которымъ много приходится говорить; съ другой стороны, у истерическихъ особъ, при тяжкихъ заболѣваніяхъ и пр.

— **Леченіе.** Больному органу требуется прежде всего *покой*.

Поэтому слѣдуетъ при охриплости избѣгать громкаго разговора и пѣнія. На *отвлечение* во всевозможныхъ видахъ слѣдуетъ обратить большое вниманіе. Дѣлаютъ горячія ножныя и тазовыя ванны. На шею кладутъ согрѣвающіе компрессы. При помощи пребыванія въ равномерной влажной атмосферѣ и обильномъ потребленіи теплыхъ напитковъ (теплое молоко съ сельтерской водой) скоро удается обыкновенно восторжествовать надъ *острой* охриплостью. Гораздо труднѣе вести успешную борьбу съ *охриплостью хронической*. Прежде всего необходимо отдать себѣ точный отчетъ въ истинной ея *причинѣ*. Для этого всего чаще потребуются произвести изслѣдованіе гортани зеркаломъ (см. „*Ларингоскопъ*“). Если возможно, дѣйствуютъ мѣстно при помощи смазываній и пр. вмѣстѣ съ тѣмъ и общему леченію отводится видное мѣсто. Часто прибѣгаютъ къ попеременнымъ горячимъ и холоднымъ душамъ на переднюю часть шеи. Серьезнѣе обстоитъ дѣло при *бугорчаткѣ*.

**Очки.** Ношеніе очковъ представляетъ чрезвычайно распространенное явленіе въ современномъ культурномъ обществѣ. Зрѣніе слабѣетъ не только у стариковъ, но и у совершенно молодыхъ людей, и многіе вынуждены бываютъ прибѣгать къ помощи очковъ съ ранней юности и даже въ дѣтствѣ, чего нельзя не признать чрезвычайно уродливымъ и ненормальнымъ явленіемъ.

Тѣмъ не менѣе, невозможно отрицать, что очки составляютъ для многихъ лицъ истинное благодѣяніе, такъ какъ безъ ихъ помощи они должны были бы превратиться положительно въ слѣпцовъ. Что касается до физическаго принципа очковъ, то его постичь не трудно. Намъ извѣстно, что мы ясно различаемъ какой-либо предметъ только въ томъ случаѣ, когда исходящія отъ него лучи собираются какъ разъ *на зрительной оболочкѣ* и притомъ въ томъ именно мѣстѣ, откуда начинаются развѣтвленія зрительнаго нерва. Между тѣмъ, при порокахъ зрѣнія (неправильномъ преломленіи свѣта въ глазныхъ средахъ) лучи собираются или *впереди* зрительной оболочки (при близорукости) или же *позади* нея (при дальнозоркости). Какъ въ томъ, такъ и въ другомъ случаѣ мы видимъ предметъ не отчетливо, но въ туманномъ и расплывчатомъ видѣ. Чтобы помочь этому злу, прибѣгаютъ къ очкамъ, которые, будучи въ первомъ случаѣ вогнутыми, во второмъ—выпуклыми, и будучи соотвѣтствующимъ образомъ подобраны, способствуютъ тому, что предметъ изображается какъ разъ на зрительной оболочкѣ.

При *астигматизмѣ* (см.) требуются очки еще болѣе сложнаго устройства. Во всякомъ случаѣ, въ какихъ бы мы оч-

какъ ни нуждались, мы не должны обращаться за подборомъ ихъ къ оптикамъ. Подборъ очковъ—дѣло *врача*, но не оптика. Между тѣмъ, неправильнымъ подборомъ очковъ мы рискуемъ еще значительно ухудшить наше зрѣніе.

Мы уже имѣли случай останавливаться на тѣхъ условіяхъ, которыя въ столь могучей степени способствуютъ ухудшенію зрѣнія въ культурныхъ представителяхъ нашего населенія. Причины эти распадаются на два большихъ разряда; съ одной стороны, измѣнились во многихъ отношеніяхъ къ худшему нѣкоторыя естественныя условія нашего существованія: вмѣсто того безпредѣльнаго горизонта, который разстилался предъ глазами нашихъ предковъ, взоръ современныхъ горожанъ упирается въ нѣсколькихъ шагахъ въ стѣну—и глазу не на чемъ отдохнуть. Не менѣе важное значеніе имѣетъ и характеръ большинства современныхъ работъ, преимущественно въ либеральныхъ профессіяхъ. Таковы—письмо, чтеніе и пр.

## П.

**Падучая.—Эпилепсія.—Черная болѣзнь.** Падучая представляетъ собой болѣзнь, которая производитъ наиболѣе тягостное и даже потрясающее впечатлѣніе на окружающихъ. Въ виду необычности, съ которой она проявляется, древніе полагали, что она божественнаго происхожденія и называли ее (напр., римляне) священной болѣзнью. Если припадокъ эпилепсіи приключался съ кѣмъ-либо изъ членовъ государственнаго собранія, то собраніе распускалось въ знакъ покорности Божьей волѣ (откуда и названіе *morbus comitialis*). Причина эпилепсіи до сихъ поръ не выяснена. Лучше другихъ изучена нами падучая, которая появляется при раненіи головы и мозга, такъ-наз. „Джэксонская“ эпилепсія: она появляется вслѣдствіе давленія, производимаго на извѣстную часть мозга. Несомнѣнно, что наслѣдственность играетъ при эпилепсіи огромную роль, причѣмъ появляется она не только у дѣтей падучыхъ, но часто и у дѣтей лицъ, злоупотреблявшихъ спиртными напитками.

*Начинается припадокъ* совершенно неожиданно съ того, что больной сразу блѣднѣетъ и въ тотъ же мигъ, какъ бы сраженный стрѣлой, *падаетъ* безъ сознанія. Иногда онъ можетъ причинить себѣ такимъ образомъ тяжкія поврежденія, при паденіи, напр., на какой-либо острый предметъ, въ огонь и пр. Пальцы бывають крѣпко сжаты въ кулакъ, глаза выкатываются, дыханіе совершается судорожно и хрипло; изо рта начинается битіея пѣна. Затѣмъ появляются общія *судороги*,

въ которыхъ падучный бьется болѣе или менѣе продолжительное время. Затѣмъ больной мало-по-малу успокаивается, и припадокъ заканчивается *сномъ*, отъ котораго больной пробуждается на слѣдующій день, не сохранивъ ни малѣйшаго воспоминанія о случившемся. Голова еще въ теченіе нѣсколькихъ дней бываетъ очень тяжелой. Затѣмъ все, повидимому, приходитъ въ порядокъ—до слѣдующаго припадка, который наступаетъ столь же внезапно и неожиданно. Иногда припадки повторяются только изрѣдка, напр., разъ въ мѣсяць; иногда они возвращаются гораздо чаще, каждые нѣсколько дней и даже нѣсколько разъ на дню.

— **Леченіе.** Мы совершенно безсильны остановить разыгрывающійся припадокъ: все, что мы можемъ сдѣлать, это—распустить воротникъ и освободить шею и грудь. Слѣдуетъ позаботиться также о доступѣ свѣжаго воздуха и о томъ, чтобы больной не ударялся головой о какой-нибудь острый или же твердый предметъ въ то время, какъ онъ бьется въ судорогахъ. Затѣмъ мы должны спокойно выжидать конца припадка. Что касается до леченія падучаго, то въ томъ случаѣ, когда эпилепсія проявилась только недавно, мы можемъ принести больному значительную пользу, если улучшимъ условія его жизни, и особенно когда дадимъ ему возможность спокойно жить на лонѣ природы, причемъ будутъ устранены всѣ рѣшительно излишества и злоупотребленія. Въ то же время слѣдуетъ прибѣгнуть къ массажу и къ водолѣченію, причемъ не слѣдуетъ большей частью прибѣгать къ очень холодной водѣ, которая дѣйствуетъ на падучныхъ раздражающимъ образомъ. Внутрь мы даемъ успокоительныя и преимущественно бромъ (къ которому проф. Бехтеревъ съ успѣхомъ прибавляетъ ландышевой настойки). Задача наша оказывается значительно болѣе неблагоприятной въ томъ случаѣ, когда намъ приходится лечить закоренѣлую эпилепсію. Въ такихъ случаяхъ мы часто вынуждены бываемъ признать свое полное безсиліе. Что касается до Джэксоновской эпилепсіи, то при ней часто помогаетъ трепананція черепа въ опредѣленномъ мѣстѣ, которое указывается намъ особенностями припадковъ.

**Память** представляетъ собой духовное свойство, которое находится въ самой тѣсной и непосредственной связи съ нашимъ здоровьемъ. Поэтому всѣ болѣзни, преимущественно же болѣзни нервной системы и кровообращенія, отражаются очень неблагоприятнымъ образомъ и на нашей памяти. Какъ и всѣ прочія духовныя свойства, память требуетъ систематическаго и вмѣстѣ съ тѣмъ разумнаго *упражненія*. Ослабленіе памяти у дѣтей появляется нерѣдко на почвѣ переутомленія, однообразныхъ занятій, недостатка кислорода и мало-



кровія. Обь устраненіи всѣхъ перечисленныхъ причинъ всего прежде необходимо позаботиться, когда мы желаемъ улучшить и укрѣпить память. Иногда рѣзкое ослабленіе памяти является однимъ изъ начальныхъ признаковъ серьезной мозговой болѣзни. Чтò въ такихъ случаяхъ бываетъ особенно замѣчательно, такъ это—то, что ослабѣваетъ воспоминаніе о самыхъ свѣжихъ событіяхъ, о томъ, что случилось нѣсколько дней тому назадъ, иногда наканунѣ или даже нѣсколько часовъ тому назадъ. вмѣстѣ съ тѣмъ сохраняется память по отношению къ событіямъ очень отдаленнымъ, относящимся, напр., къ ранней молодости или даже дѣтству больного.

**Панарицій, см. „Ноготѣда“.**

**Параличи.** Въ томъ случаѣ, когда какая-либо мышечная группа, будучи на видъ совершенно здоровой, внезапно отказывается служить, имѣется налицо параличъ. Зависитъ параличъ отъ того, что нервъ, оживляющій данную мышечную группу или отдѣльную мышцу, отказывается служить. Причина можетъ лежать какъ въ заболѣваніи этого самаго нерва, такъ и въ заболѣваніи центральной нервной системы: спинного или головного мозга. Мѣстный параличъ также можетъ имѣть разнообразныя причины, изъ которыхъ мы упомянемъ только о сильномъ давленіи и сжатіи нерва, о простудѣ и пр. Различные отдѣлы (такъ-наз. „столбы“) спинного мозга могутъ испытать перерожденіе и болѣе или менѣе тяжело заболѣвать. Въ такомъ случаѣ и нервы, которые въ означенномъ отдѣлѣ берутъ свое начало, заболѣваютъ. Часто причина заболѣванія гнѣздится еще глубже: въ головномъ мозгу, и можетъ заключаться какъ въ перерожденіи мозговой ткани, такъ и въ кровотеченіи, опухоляхъ и пр.

== **Леченіе.** Изъ сказаннаго уже видно, что леченіе параличей подчасъ, и именно въ томъ случаѣ, когда параличъ центрального происхожденія, представляется задачей чрезвычайно неблагоприятной. Всего больше успѣха достигаемъ мы въ томъ случаѣ, когда болѣзнь дурного происхожденія (сифились), такъ какъ въ такомъ случаѣ мы обладаемъ довольно дѣйствительными средствами для борьбы съ ней. Во многихъ другихъ случаяхъ мы должны себя признать почти совершенно безоружными. Бóльшаго успѣха достигаемъ мы въ томъ случаѣ, когда параличъ зависитъ отъ внѣшней причины. Тогда мы разумнымъ примѣненіемъ водолечебныхъ пріемовъ, массажа и электризации можемъ достигнуть подчасъ очень удовлетворительныхъ результатовъ.

**Параличъ лицевыхъ мышцъ.** Параличи этого рода могутъ появиться вслѣдствіе причинъ, изложенныхъ нами въ предыдущей статьѣ. Нерѣдко причиной является неожиданное и

рѣзкое дѣйствіе *холода*. Какова бы ни была ближайшая причина паралича, лицо утрачиваетъ свою симметрію и становится болѣе или менѣе скошеннымъ. Въ одномъ случаѣ замѣтно паденіе вѣка съ одной стороны, въ другомъ—втянутость одного угла губъ, въ третьемъ — отдуваніе одной щеки и пр. Въ томъ, что касается женщинъ, имѣются серьезныя основанія думать, что въ нѣкоторыхъ случаяхъ личныя параличи находятся въ тѣсной связи съ измѣненіями въ половой сферѣ. Такъ, иногда, какъ послѣдствіе искривленія матки или же укороченія маточной связки съ одной стороны, появляется исхуданіе соотвѣтствующей грудной железы: половина головы съ той же стороны обладаетъ болѣе бѣдной растительностью и та же половина на лицѣ мало-по-малу принимаетъ дряблый отвислый видъ, между тѣмъ, какъ противоположная сторона остается попрежнему живой и подвижной. Само собой разумѣется, что въ данномъ случаѣ, когда зависимость означенныхъ явленій отъ болѣзни матки установлена, слѣдуетъ тотчасъ же принять мѣры къ устраненію этой болѣзни. Въ общемъ же мы противъ личныхъ, какъ и противъ прочихъ параличей, примѣняемъ какъ общее леченіе въ видѣ ваннъ, пребыванія на морскомъ берегу и проч., такъ и мѣстныя мѣры, которыя сводятся, главнымъ образомъ, къ систематически и разумно примѣняемому массажу и электризации.

**Паровая ванна.** Различаютъ общія и мѣстныя паровыя ванны. Паровыя ванны согрѣваютъ и размягчаютъ кожу, расширяютъ кожные сосуды, и вслѣдствіе этого привлекаютъ кровь къ кожѣ. Такимъ путемъ отвлекаютъ онѣ часто кровь отъ внутреннихъ переполненныхъ кровью органовъ. Возбуждая въ то же время потовыя железы, онѣ вызываютъ обильное выдѣленіе пота, а также и нѣкоторыхъ газообразныхъ веществъ изъ крови, которую онѣ до извѣстной степени „очищаютъ“. Въ наиболѣе рѣзкомъ видѣ сказывается это дѣйствіе паровой ванны при примѣненіи **постельной паровой ванны** (см.). Дѣятельность сердца при паровой ваннѣ значительно усиливается и пульсъ учащается. Вслѣдствіе значительной потери жидкости чувствуется сильный голодь и жажда. За каждымъ возбужденіемъ нервовъ и сосудовъ должно слѣдовать, однако, ихъ охлажденіе и успокоеніе. Съ этой цѣлью послѣ паровой ванны принимаютъ прохладную общую ванну или полуванну, или же производятъ обливаніе тѣла свѣжей водой, чтобы привести организмъ къ нормѣ. Такимъ образомъ въ немъ быстро устанавливается равновѣсіе, а вмѣстѣ съ тѣмъ появляется и пріятное самочувствіе.

Изъ сказаннаго видно, что паровыя ванны оказываютъ

на организмъ довольно рѣзкое дѣйствіе. Слѣдовательно, ихъ никоимъ образомъ нельзя считать средствомъ безразличнымъ.



Рис. 305. Ящикъ для паровой ванны, применяемый въ больницахъ и водолечебницахъ.

Поэтому слѣдуетъ избѣгать примѣненія ихъ у особъ слабыхъ, особенно же у больныхъ съ распатанной нервной системой (неврастениковъ) и сердечныхъ больныхъ, такъ какъ такого рода больные чувствуютъ себя въ паровыхъ ваннахъ очень скверно, и примѣненіе у нихъ такихъ ваннъ не изъято даже отъ болѣе или менѣе серьезной опасности. Съ такими больными легко можетъ приключиться въ паровой ваннѣ обморокъ. Въ другихъ случаяхъ появляется упорное возбужденіе нервной системы, которое про-

должается иногда нѣсколько дней подъ рядъ; въ другихъ случаяхъ онѣ разстраиваютъ больного, вызываютъ бессонницу и пр. Нерѣдко также вызываютъ онѣ чрезмѣрную усталость и очень болѣзненные сердцебиенія. Слѣдуетъ сказать, что въ тѣхъ случаяхъ, когда паровыя ванны устраиваются больными по собственному почину или предписываются различными деревенскими бабами и знахарями, желающими использовать ихъ рѣзкое дѣйствіе на организмъ, онѣ нерѣдко влекутъ за собой очень тяжелыя послѣдствія. Итакъ, не должно забывать, что паровая ванна представляетъ собой орудіе обоюдоострое и, поскольку она можетъ оказаться полезной, если ее примѣнять кстати и съ разборомъ, постольку же она можетъ при противоположныхъ условіяхъ оказаться и вредной.

Скажемъ нѣсколько словъ и про „Римскія“ паровыя

ванны. Онѣ отличаются отъ обыкновенныхъ тѣмъ, что при нихъ голова также находится въ атмосферѣ водяныхъ паровъ, чего при обыкновенной паровой ваннѣ не бываетъ. Вслѣдствіе этого римская ванна производитъ гораздо болѣе сильное возбужденіе и болѣе рѣзкое дѣйствіе, нежели просто паровая ванна, при которой лицо находится внѣ паровъ и больной дышитъ обыкновеннымъ воздухомъ. То же должны мы сказать и про русскую баню, представляющую собою разновидность паровой ванны. Тѣмъ не менѣе, мы должны сказать, что даже и простыя паровыя ванны не подходятъ больше, нежели половинѣ всѣхъ современныхъ женщинъ, такъ какъ онѣ дѣйствуютъ черезчуръ возбуждающимъ образомъ. Большей частью слѣдуетъ поэтому прибѣгать къ неполнымъ обергиваніямъ (на три четверти), какъ это нами было изложено въ статьѣ „Обергиванія“ (см.), и къ воздушно-горячимъ ваннамъ. Въ общемъ же слѣдуетъ сказать, что мы только въ *рѣдкихъ* случаяхъ должны прибѣгать къ примѣненію жара и высокой температуры на организмъ.



Рис. 306. Лицевая и головная паровая ванна.

Мы приводимъ поэтому въ нашемъ сочиненіи описание только частныхъ—*мѣстныхъ* паровыхъ ваннъ, которыя отличаются значительно болѣею безвредностью, и даемъ изображеніе тѣхъ приѣмовъ, которые могутъ себѣ найти примѣненіе въ домашнемъ быту.

Въ водолечебницахъ имѣются различныя каучуковыя и металлическія трубы для проведенія пара такъ же, какъ и особые аппараты, приспособленные для той же цѣли. Въ до-



Рис. 307. Сидячая паровая ванна въ домашнемъ быту.

оломенный стулъ. Подъ этотъ стулъ помѣщается спиртовая лампочка, на которую ставятъ сосудъ съ водой, какъ это изображено нами на рис. 307.

Если мы желаемъ устроить *головную* ванну, то мы прибѣгаемъ къ тому же источнику теплоты. Для полученія же паровъ мы приспособляемъ обыкновенный горшокъ. Прикрывшись какой-либо плотной простыней и принявъ положеніе, изображенное нами на рис. 306, мы имѣемъ полную возможность направить пары на голову.

Желаемъ ли мы устроить *ножную* ванну, мы помѣщаемъ ноги на лоханку, поверхъ которой помѣщаемъ какую-либо раму, плоскую палку, деревянный брусъ или небольшую перекладину, какъ это нами было изображено на рис. 303. Такимъ образомъ мы имѣемъ возможность направить пары на пятки. Какъ видятъ читательницы, мы всего чаще имѣемъ возможность достигъ цѣли самымъ простымъ образомъ при помощи домашнихъ приспособленій. Между тѣмъ въ нѣкоторыхъ случаяхъ паровая ванна даетъ чрезвычайно цѣнные результаты.

**Паровая постельная ванна.** (См. *обертыванія*, на рис. въ краскахъ № 11). Такая ванна также имѣетъ большое вліяніе на усиленіе обмѣна веществъ и способствуетъ обильному

машнемъ быту у насъ всего этого не имѣется и, тѣмъ не менѣе, мы при нѣкоторомъ желаніи имѣемъ возможность при помощи самыхъ простыхъ приспособленій достигъ ничуть не худшихъ результатовъ.

Если мы встрѣчаемъ надобность въ *сидячей* ваннѣ, то мы можемъ для этого приспособить какой-нибудь дырчатый и вышедшій изъ употребленія

выдѣленію пота. Чтобы приготовить такую ванну, необходимо имѣть плоскую кровать съ подушками (удобнѣе, въ видѣ валиковъ), большое шерстяное одѣяло и маленькую полотняную простыню—всего лучше изъ сырого шелка. Помимо того, надо приготовить пуховикъ и пять большихъ бутылокъ (безопаснѣе—глиняныя бутылки съ патентованными затворами, въ родѣ изображенныхъ нами на рис. 151). Больного обертываютъ сначала во влажную простыню, причемъ руки кладутъ наружу. Для того, чтобы и онѣ находились во влажной атмосферѣ, ихъ обертываютъ въ мокрое полотенце или салфетку. Затѣмъ подъ больного аккуратно подтыкаютъ концы простыни, причемъ особенное вниманіе слѣдуетъ обратить на ноги и на шею. Послѣ того наполняютъ бутылки горячей водой, обертываютъ ихъ мокрыми полотенцами или же заворачиваютъ ихъ въ мокрые женскіе чулки и двѣ изъ нихъ кладутъ въ области бедеръ, двѣ помѣщаютъ въ колѣняхъ и одну кладутъ на пятки. Затѣмъ больного плотно укутываютъ одѣяломъ, причемъ особенное вниманіе и въ данномъ случаѣ обращается на то, чтобы складки аккуратно ложились въ области шеи и ногъ. Для того, чтобы избавить больного отъ непріятнаго ощущенія тренія одѣяла въ области подбородка, шею обертываютъ чистымъ бѣлымъ полотенцемъ. Этимъ же мы одновременно предохраняемъ ее также отъ дѣйствія пара. Такимъ образомъ пациентъ обратится въ совершенно неподвижное существо. Тогда мы покрываемъ его пуховикомъ. При такихъ условіяхъ и наиболѣе зябкія особы черезъ очень короткое время начинаютъ испытывать жаръ.

Когда потъ началъ струиться въ изобиліи и крупными каплями начинаетъ стекать по лицу внизъ, причиняя столь знакомое всѣмъ ощущеніе зуда, то больного 1—2 часа спустя перемищаютъ въ полуванну въ 34° Ц., въ которую понемногу приливаютъ холодной воды и такимъ образомъ постепенно остужаютъ воду градусовъ до 20 или еще больше и достигаютъ того, что чрезмѣрная краснота на лицѣ уступаетъ мѣсто обыкновенному цвѣту. Послѣ того восприимчивыхъ больныхъ тотчасъ же укладываютъ въ постель.

Не слѣдуетъ забывать, что въ то время, какъ больной принимаетъ постельную паровую ванну, необходимъ притокъ свѣжаго воздуха. Необходимо раскрыть окно; въ противномъ случаѣ больному можетъ сдѣлаться дурно. Одновременно необходимо класть и свѣженькіе компрессы на голову. У особъ, которыя легко поддаются возбужденію, дѣлаютъ обертываніе только на три четверти. Только такого рода паровую ванну и можно дѣлать сердечнымъ больнымъ, по отношенію къ ко-

торымъ вообще рекомендуется *особенная осторожность*, и у которыхъ паровыя ванны никогда не должны дѣлаться безъ разрѣшенія врача.

**Паровой компрессъ.** Погружаютъ салфетки въ кипятокъ и затѣмъ выжимаютъ ихъ ровно настолько, чтобы съ нихъ не капала вода. Затѣмъ ихъ помѣщаютъ между двумя полосками фланели и кладутъ на то мѣсто, которое желаютъ согрѣть. Ожоги при этомъ наблюдаются нерѣдко. Зависитъ это не отъ самаго приѣма, однако, но отъ того, что не соблюдаютъ при этомъ достаточно вниманія и осторожности. Гораздо болѣе страдаютъ при этомъ тѣ лица, которымъ приходится выжимать горячія салфетки.

За всѣмъ тѣмъ слѣдуетъ сознаться, что паровой компрессъ рѣдко выполняется, какъ слѣдуетъ быть, а потому предпочтительнѣе въ подавляющемъ большинствѣ случаевъ замѣнять его грѣлкой на животъ, въ родѣ той, какая изображена у насъ на рис. 202 (стр. 491). Къ тому же она гораздо дольше держитъ тепло да и примѣненіе ея значительно проще. Дѣйствіе ея гораздо равномѣрнѣе, чѣмъ дѣйствіе паровыхъ компрессовъ. Въ томъ случаѣ, когда больные обнаруживаютъ особенную чувствительность и не въ состояніи бываютъ выносить давленія наполненной водой грѣлки, ее слѣдуетъ наполнять водой наполовину, причемъ замѣнъ того берутъ болѣе горячую воду.

**Паровой котель.** Таковой изображенъ нами на рис. 183 (стр. 432). Поверхность испаренія у него значительно больше, чѣмъ у многихъ кухонныхъ котловъ и другихъ сосудовъ, между тѣмъ какъ расходъ спирта или керосина одинаково очень невеликъ. Подливая холодной воды, мы можемъ уменьшить количество паровъ. Потушить лампу можемъ очень просто, вытягивая ее наружу и накрывая жестянымъ колпачкомъ. Не слѣдуетъ, однако, думать, будто подобный котель составляетъ необходимую принадлежность для устройства паровой ванны. Можно ее устроить и посредствомъ обыкновеннаго домашняго сосуда, какъ это нами и изложено въ предыдущихъ статьяхъ.

**Пептонъ.** Пептоны представляютъ собой продуктъ превращенія бѣлковыхъ тѣлъ при пищевареніи. Для образованія пептоновъ необходимъ *желудочный сокъ*. Ихъ въ настоящее время готовятъ также и искусственнымъ путемъ, чтобы придти желудочнымъ больнымъ на помощь при извѣстныхъ болѣзняхъ.

**Перегибъ матки кзади.** Такого рода перегибъ отличается отъ наклоненія матки кзади тѣмъ, что при перегибѣ тѣло матки принимаетъ видъ угла, открытаго кзади, между тѣмъ, какъ при наклоненіи *все тѣло* матки наклоняется назадъ. О

причинахъ этихъ страданій, занимающихъ столь важное мѣсто въ жизни современной культурной женщины, мы уже говорили въ статьѣ о смѣщеніяхъ матки, къ которой и отсылаемъ читательницъ. Здѣсь же намъ остается только повторить, что главными причинами перегибовъ и наклоненій матки кзади является частое переполненіе мочевого пузыря, оттѣсняющее матку назадъ, ослабленіе маточныхъ связокъ и послѣдородовыя заболѣванія. Главными средствами леченія слѣдуетъ считать укрѣпляющія ванны, тазовую гимнастику и внутренній массажъ. Рис. перегиба и наклоненія матки приведены нами на рис. 62 и 63.

**Перелой.—Трипперъ.** Страшная болѣзнь, которая принесла неисчислимое зло человѣчеству. „Перелой, несмотря на то, что онъ нерѣдко ведетъ къ очень тяжелымъ осложненіямъ и страданіямъ, не столько еще страшенъ самъ по себѣ, сколько по тѣмъ послѣдствіямъ, которыя онъ влечетъ за собой при бракѣ. Въ самомъ дѣлѣ, часто бываетъ такъ, что заразившійся перелоемъ не окончательно излечился и все-таки почитаетъ себя въ этомъ отношеніи совершенно здоровымъ или, хуже того, отнесся къ своей болѣзни слишкомъ легко. Позже люди эти женятся. Въ первомъ случаѣ болѣзнь *можетъ*, во второмъ случаѣ она *непремѣнно* передается женщинѣ, для которой и начинается черезъ нѣкоторое время періодъ нескончаемыхъ страданій, истинный источникъ которыхъ несчастной женщиной часто и не подозрѣвается“.

„Послѣдствіемъ передачи перелоя женщиной могутъ быть всевозможныя страданія половой сферы, начиная съ легкаго *вагинита* (воспаленіе влагалища) и кончая очень тяжелымъ *периметритомъ* (воспаленіе окружающихъ матку органовъ) и даже смертельнымъ *перитонитомъ* (воспаленіе брюшины)“.

„Очень часто здоровье такой женщины оказывается глубоко надорваннымъ, причемъ она въ большей части случаевъ бываетъ даже лишена утѣшеній материнства, такъ какъ зараженіе перелоемъ ведетъ чаще всего къ бесплодію“.

„Всѣ эти ужасныя послѣдствія должны имѣть въ виду лица, которыя страдали перелоемъ и хотятъ жениться. Всего лучше въ такихъ случаяхъ выяснить дѣло при помощи тщательнаго врачебнаго изслѣдованія. Само собой разумѣется, что, если врачъ нашелъ, напр., при микроскопическомъ изслѣдованіи бактеріи перелоя, то ни о какой женитьбѣ и рѣчи, конечно, быть не можетъ до полнѣйшаго исцѣленія больного, такъ какъ бракъ при такихъ условіяхъ граничилъ бы съ преступленіемъ. Къ несчастью, врачамъ извѣстно, что такія преступленія, какъ женитьба лицъ, явно страдающихъ перелоемъ и сифилисомъ, совершаются очень часто, благо врачъ



связанъ профессиональной тайной, да и преступленіе это не предусмотрено уложеніемъ о наказаніяхъ“ \*).

Перелой представляетъ собой, несомнѣнно, *заразную болѣзнь*, которая передается притомъ съ величайшей легкостью при половыхъ сношеніяхъ. Помимо половыхъ органовъ, перелой представляетъ величайшую опасность для *глазъ*. Достаточно иногда самой маленькой каплѣ гноя попасть на глазъ, чтобы послѣдній погибъ. Очень часто заражаются перелоемъ глаза и у новорожденныхъ при прохожденіи черезъ влагалище матери, зараженное перелоемъ.

Что касается *до полового зараженія перелоемъ*, то оно характеризуется слѣдующими признаками: появляется сильнѣйшее жжение, которое вызываетъ частую потребность въ мочеиспусканіи. Самое мочеиспусканіе совершается съ величайшей болью. вмѣстѣ съ тѣмъ изъ мочеиспускательнаго канала (мы говоримъ пока о мужчинахъ) показывается на 3—5 день послѣ нечистаго полового сношенія желтоватый гной, который вначалѣ бываетъ очень жидокъ, но затѣмъ уплотняется и начинаетъ выдѣляться во все большемъ и большемъ количествѣ. Одновременно появляется сильный жаръ и напряженіе въ членѣ. Больной страдаетъ мучительной бессонницей. Такимъ образомъ дѣло тянется въ теченіе нѣсколькихъ дней. Послѣ того острья явленія мало-по-малу утихаютъ и остается только выдѣленіе гноя изъ мочеиспускательнаго канала, но и это выдѣленіе становится все болѣе и болѣе жидкимъ. Иногда оно проявляется въ видѣ только такъ-называемой утренней капли; французы называютъ ее „военной каплей“ (*goutte militaire*). Тѣмъ не менѣе, большой ошибкой было бы со стороны больного считать себя на этомъ основаніи здоровымъ. Болѣзнь только *притаилась*, но она продолжаетъ существовать попрежнему, и сношеніе со здоровой женщиной почти неизбѣжно сопряжено съ передачей ей заразы. Точно такъ же и у больного хроническій перелой очень легко обостряется. Микроскопическое изслѣдованіе легко открываетъ специфическіе *микробы* болѣзни, такъ-наз. „гонококки“, Нейсера. Въ томъ, что болѣзнь еще не излечена, можно убѣдиться больному и самому самымъ простымъ образомъ. Для этого стоитъ только выдѣлить утреннюю мочу въ чистый стаканъ, и тогда явственно можно видѣть въ ней полупрозрачныя *нити*. Сначала нити эти свободно плаваютъ въ жидкости, затѣмъ онѣ медленно опускаются на дно. Нити эти служатъ въ подавляющемъ большинствѣ случаевъ доказательствомъ того, что болѣзнь продолжается попрежнему.

У мужчинъ перелой ведетъ къ рубцамъ, съуживаю-

1) См. наши «Общія основы личной гигиены»—«Гигиена юности». *Ред.*

щимъ мочеиспускательный каналъ, что проявляется затрудненіемъ мочеиспусканія большей частью только въ болѣе пожиломъ возрастѣ. Многимъ старикамъ приходится довольно жестоко платиться такимъ образомъ за отдаленные „грѣхи юности“.

У *женщинъ* перелойное зараженіе влагалища сказывается сильнымъ жженіемъ и гнойнымъ истеченіемъ изъ влагалища. Что же касается до осложненій, то они гораздо болѣе страшны у женщины, нежели у мужчины, и объ этомъ мы уже говорили выше. Поэтому необходимо принять всѣ мѣры къ возможно скорому излеченію отъ перелоя. Особенное же значеніе имѣетъ *предохраненіе* отъ этой болѣзни. Мужчины никоимъ образомъ не должны жениться или же имѣть половыя сношенія съ женщиной до тѣхъ поръ, пока перелой у нихъ не исчезъ безслѣдно, для чего требуется, особенно при хроническомъ перелойѣ, довольно большое терпѣніе и настойчивость. *Лечать* перелой, главнымъ образомъ, антисептическими промываніями. Въ ряду другихъ веществъ, употребляемыхъ при леченіи перелоя, въ послѣднее время преобладающее мѣсто занялъ марганцево-кислый калий.

**Переломъ костей**, см. „Костей—переломъ“.

**Переполненіе кровью**, см. „Гиперемія“.

**Перитонитъ**, см. „Воспаленіе брюшины“.

**Песочныя ванны.** Такого рода ванны примѣняются съ очень давнихъ временъ. Въ песокъ, равномерно нагрѣтый— всего лучше солнечными лучами— кладутъ больной членъ, обернувъ его предварительно тонкой простыней; въ случаѣ же надобности помѣщаютъ больного всего цѣликомъ и оставляютъ въ такомъ положеніи болѣе или менѣе продолжительное время. Затѣмъ больной принимаетъ обыкновенную очистительную ванну. Особенныя услуги оказываютъ песочныя ванны при золотухѣ, ревматизмѣ и подагрѣ. Дѣйствіе ихъ при этихъ болѣзняхъ настолько очевидно, что во многихъ мѣстностяхъ жители безпрестанно пользуются ими въ такихъ случаяхъ. Особенно часто замѣчается это у прибрежныхъ жителей на югѣ Россіи. Песочная ванна дѣйствуетъ двоякимъ образомъ: съ одной стороны, равномерной теплотой; съ другой—раздраженіемъ, производимъ мельчайшими частицами песка. Огромную пользу выносятъ изъ песочныхъ ваннъ или даже просто изъ бѣганья босикомъ по песку *золотушныя дѣти*, которыя даже инстинктивно чувствуютъ живую потребность въ этомъ. Такого рода бѣганье по песку производитъ также наилучшее дѣйствіе и въ смыслѣ закаливанія организма, а потому дѣтей не только не слѣдуетъ отъ этого удерживать, но ихъ къ тому слѣдуетъ всѣми силами поощрять.

**Печень.** Читательницамъ уже извѣстно изъ первой главы

I части настоящаго сочиненія, что такое печень и какое назначеніе выполняетъ она въ организмѣ. Что же касается до внѣшняго вида печени, то мы отсылаемъ читательницъ къ рис. 218 и 219 (стр. 523), на которыхъ онѣ найдутъ изображеніе печени сверху и снизу. Напомнимъ здѣсь въ краткихъ чертахъ, что главнѣйшимъ назначеніемъ печени является выдѣленіе желчи, что она играетъ огромную роль при изготовленіи сахара, а также и при выработкѣ мочи. Помимо всего, она имѣетъ несомнѣнно дезинфицирующее вліяніе на кишечникъ.

**Печени—болѣзни.** Печень должна быть причислена къ наиболѣе дѣятельнымъ органамъ нашего тѣла, а потому нечего удивляться тому, что она также въ высшей степени предрасположена ко всевозможнымъ страданіямъ. Съ другой стороны, не слѣдуетъ упускать изъ виду, что печень приходится въ самое тѣсное соприкосновеніе со всѣми элементами нашей пищи и что послѣдняя оказываетъ на нее поэтому огромное вліяніе. Мы скажемъ здѣсь по нѣскольку словъ только о *главнѣйшихъ болѣзняхъ* печени.

Начнемъ съ **катарра желчныхъ путей**. Онъ появляется нерѣдко послѣ грубыхъ нарушеній діеты (преимущественно послѣ большихъ кутежей). Въ такомъ случаѣ, на ряду съ общими разстройствами пищеваренія, появляются колющія боли въ правомъ подреберьѣ, легкая лихорадка и черезъ нѣсколько дней появляется *желтуха*. Самая строгая діета, нѣсколько слабительныхъ внутрь, нѣсколько слабительныхъ клизмъ, питье въ изобиліи горячихъ напитковъ и потѣніе—черезъ нѣсколько же дней приводятъ обыкновенно все къ нормѣ.

— **Воспаленіе** (циррозъ) печени наблюдается въ нѣсколькихъ видахъ. Мы остановимся здѣсь только на томъ, который всего чаще встрѣчается, какъ послѣдствіе злоупотребленія спиртными напитками. Въ этой болѣзни различаютъ два періода. Въ *первомъ періодѣ* печеночная ткань, непрерывно раздражаемая спиртными частицами, *увеличивается* въ объемѣ. Въ ней начинаетъ усиленно разрастаться простая соединительная ткань, которая неспособна ни на какую полезную работу; между тѣмъ она вытѣсняетъ печеночную ткань, на которую возложены очень важныя обязанности. Въ *слѣдующемъ* періодѣ разросшаяся соединительная ткань начинаетъ *сморщиваться*, и печень значительно *уменьшается* въ объемѣ. Въ это же время наступаетъ полное исхуданіе и истощеніе организма, которыя и приводятъ больного въ довольно короткое время къ могилѣ.

— **Леченіе.** Устраненіе спиртныхъ напитковъ, урегулированіе пищеваренія и стула; преимущественно молочная діета въ теченіе нѣ котораго времени; прохладныя ванны, души на область печени могутъ значительно улучшить состояніе

больного—въ томъ случаѣ, конечно, если дѣло не зашло еще слишкомъ далеко и состояніе его еще не безнадежно.

— **Застой и приливъ крови къ печени.** Эти страданія могутъ явиться послѣдствіемъ какъ общихъ болѣзней (преимущественно общихъ расстройствъ кровообращенія), такъ и мѣстныхъ ненормальностей, главнымъ образомъ, частыхъ нарушенийъ правильнаго пищевого режима. Въ томъ случаѣ особенно, когда пищеварительный каналъ часто переполняется большими количествами пищи, что наблюдается у людей, любящихъ, какъ говорится, покушать да выпить, застой крови въ печени обращается въ постоянное явленіе и черезъ нѣкоторое время начинается вызывать болѣе или менѣе тягостныя ощущенія.

— **Признаки.** Въ правомъ боку постоянно ощущается чувство полноты, въ нѣкоторыхъ же случаяхъ и боль. При надавливаніи подъ правыми ребрами чувствуется боль и иногда настолько сильная притомъ, что больной вскрикиваетъ при одномъ прикосновеніи. Онъ не можетъ также нагибаться, такъ какъ испытываетъ при этомъ очень тягостное ощущеніе.

— **Леченіе** сводится, преимущественно, къ устраненію излишества въ пищѣ. Предпочтительнѣе перейти на нѣкоторое время на растительную пищу и еще лучше на молоко. Большую помощь оказываетъ питье сыворотки. Много помогаетъ дыхательная гимнастика и восхожденіе на горы. Утромъ хорошо дѣлать обливаніе всего тѣла водой—сначала въ 35°, а затѣмъ въ 25° Ц. Время отъ времени можно принимать воздушно-горячія ванны.

— **Ожирѣніе печени** наблюдается преимущественно при общемъ ожирѣніи организма. Оно также передается ощущеніемъ полноты въ правомъ подреберьѣ, а также стѣсненіемъ дыханія. Специальныхъ мѣръ противъ ожирѣнія печени не существуетъ. Въ томъ случаѣ, когда мѣры, принятія противъ *общаго ожирѣнія* (см. „Тучность“), привели къ цѣли, уменьшается и ожирѣніе печени и облегчаются тягостныя симптомы, вызванные имъ.

— **Ракъ печени** наблюдается относительно нерѣдко. Во многихъ случаяхъ раковая зараза заносится въ печень изъ желудка. Помимо нѣкоторыхъ мѣстныхъ признаковъ,—опухоли, прощупываемой въ правомъ подреберьѣ, боли, ощущаемой въ томъ же мѣстѣ, появляющейся иногда желтухи и пр.,—наблюдаются и общіе признаки, изъ числа коихъ главное мѣсто должно быть отведено постепенному исхуданію и общему истощенію. (См. также ст. „Ракъ“).

**Пинцетъ** представляетъ необходимую принадлежность благоустроенной **домашней аптеки** (см.). Небольшими щипцами можно при нѣкоторомъ искусствѣ извлечь изъ пальца занозу



Рис. 308.  
Пинцетъ.

или жало осы, вынуть застрявшую во рту или глоткѣ рыбью косточку и пр., и пр.

**Писчая судорога** наблюдается преимущественно у нервныхъ особъ въ томъ случаѣ, когда имъ приходится писать болѣе или менѣе продолжительное время подъ рядъ—подобно тому, какъ наблюдается особенная судорога у пианистовъ и вообще у особъ, которыя вынуждены бываютъ профессіей или условіями жизни производить болѣе или менѣе однообразныя движенія въ теченіе продолжительнаго времени. Писчая судорога дѣлаетъ письмо совершенно невозможнымъ. Нетрудно себѣ представить поэтому, какимъ мучительнымъ должно быть это страданіе для тѣхъ лицъ, профессія которыхъ неразрывно связана съ писаніемъ.

— **Леченіе** сводится прежде всего къ возможно полному покою, хотя бы на короткое время. Не слѣдуетъ писать долго подъ рядъ, но черезъ короткіе промежутки слѣдуетъ предоставлять пальцамъ отдыхъ. На ряду съ этимъ идетъ массажъ пальцевъ, теплыя ручныя ванны, электризація, общее успокоеніе и укрѣпленіе организма. Важное значеніе имѣетъ форма палочки для письма, которую слѣдуетъ подобрать съ особенной тщательностью. Палочку можно безъ особеннаго труда приучиться держать не между большимъ и указательнымъ пальцами, но между указательнымъ и среднимъ. Что же касается до писанія лѣвой рукой, чтобы дать возможность отдохнуть правой, то это требованіе значительно труднѣе выполнимо.

**Пищеваренія — разстройства.** Въ большинствѣ случаевъ причина ихъ лежитъ въ случайныхъ обстоятельствахъ: въ переполненіи желудка пищей или напитками, въ испорченной и несвѣжей провизии, смѣси неподходящихъ другъ другу пищевыхъ веществъ, напр., фруктовъ и пива, сластей и кислаго салата, и пр., и пр. Значительно способствуютъ появленію разстройствъ пищеваренія сидячій образъ жизни, а также частое потребление тяжелыхъ и малоудобоваримыхъ веществъ, какъ то: чернаго хлѣба, стручковыхъ плодовъ, тяжелыхъ печеній, жирныхъ сыровъ и пр. Само собой разумѣется, что тотъ, кто желаетъ себя избавить отъ разстройствъ пищеваренія, прежде всего долженъ позаботиться о томъ, чтобы устранить всѣ перечисленныя условія, которыя имѣютъ непосредственное и несомнѣнное вліяніе на разстройство пищеваренія. Въ томъ случаѣ, когда перечисленныя причины устранены, разстройства все же не исчезаютъ, можно заподозрить существованіе болѣе глубокаго разстройства пищеварительныхъ органовъ или же нервной системы, каковой вопросъ можетъ быть выясненъ, однако, только врачомъ.

**Пищеварительный каналъ** во всемъ его объемѣ представленъ нами на рис. 309. Рис. этотъ даетъ намъ довольно наглядное представлениe о томъ пути, по которому слѣдуетъ пища, начиная съ того момента, какъ она попадаетъ въ ротъ (b) и кончая удаленіемъ испражнений черезъ задній проходъ (c). На этомъ же рис. указанъ и путь, которому слѣдуетъ моча, начиная съ почекъ (e) и кончая пузыремъ и мочеиспускательнымъ каналомъ (f). Съ большой пользой для себя читательницы вновь пробѣгутъ вторую главу „наше питаніе“ (стр. 69), а также изучать приложенный внѣ текста рис. „Полость живота“ (по Тильб).

**Плаваніе.** О плаваніи у насъ уже была рѣчь въ I части сочиненія (см. „Спортъ“, стр. 266). Здѣсь же намъ остается только повторить, что плаваніе является не только удовольствіемъ, но и чрезвычайно полезнымъ упражненіемъ, которому должны были бы учиться всѣ здоровые молодые люди безъ исключенія. Нѣтъ никакого сомнѣнія въ томъ, что плаваніе оказывается очень полезнымъ упражненіемъ и для всѣхъ взрослыхъ лицъ, которымъ здоровье и условія жизни позволяютъ проводить четверть часа въ теченіе дня въ водѣ. Не слѣдуетъ, однако, упускать изъ виду, что не всѣ бываютъ въ состояніи переносить дѣйствіе холодной воды и что многимъ лицамъ поневолѣ приходится поэтому довольствоваться ваннами.

**Пластырь.** Пластыри получаютъ посредствомъ намазыванія на полотно или тафту смѣсей изъ смолы, воску, свинца и различныхъ лекарственныхъ веществъ. Особенной любовью пользуется „англійскій пластырь“, который во многихъ случаяхъ оказывается дѣйствительно незамѣнимымъ. Всего больше пластыри приносятъ пользы въ томъ случаѣ, когда необходимо бываетъ защитить отъ загрязненія какую-нибудь небольшую рану. Послѣ того, какъ ранка была аккуратно промыта, кровь въ ней остановлена и она сама покрыта англійскимъ пластыремъ, мы можемъ быть вполне спокойны за ея участь. Мы можемъ быть увѣрены въ томъ, что ей не грозить въ данномъ случаѣ опасность зараженія.

**Плацента,** см. „Послѣдъ“.

**Плевритъ,** см. „Легочной плевры—воспаленіе“.



Рис. 309. Схема пищеварительныхъ и мочеполовыхъ органовъ у женщины.

a — грудная железа, b — ротъ, c — задній проходъ, d — грудобрюшная преграда, e — почка, f — мочевой пузырь.

**Плоды.** О плодахъ у насъ уже была рѣчь во второй главѣ I части („Фрукты“, стр. 124). Содержать они прежде всего сахаръ; затѣмъ — крахмалъ, ароматическія вещества, питательныя соли, клѣтчатку. Нѣкоторые изъ нихъ содержатъ довольно большое количество жиру и бѣлковъ. Если соответствующимъ образомъ комбинировать между собой различные плоды, то можно составлять довольно питательныя и безусловно вкусныя блюда.

Для того, чтобы сохранять ихъ впрокъ и имѣть ихъ въ своемъ распоряженіи также и въ теченіе зимняго сезона, ихъ варятъ въ собственномъ соку въ плотно закупоренныхъ сосудахъ; варятъ ихъ также съ сахаромъ; сушатъ ихъ тонко разрѣзанными при высокой температурѣ; готовятъ фруктовый сокъ, мусъ, вино и пр.

Дополняющія другъ друга въ смыслѣ питательности комбинаціи представляютъ: миндаль (жиръ и бѣлокъ) и апельсины (плодовая кислота, ароматическія вещества, сахаръ) или фиги (сахаръ, клѣтчатка и пр.) или же яблоки, орѣхи и виноградъ. Послѣдній составъ содержитъ жиры, сахаръ, кислоты, бѣлокъ.

**Пломбировка зубовъ.** Когда зубъ начинаетъ гнить и въ немъ начинаютъ появляться отверстія (дупла), обнажается зубной нервъ (см. „Зубы“). При прикосновеніи къ нему постороннихъ веществъ мы испытываемъ мучительную боль. Въ такомъ случаѣ необходимо какъ можно раньше прибѣгнуть къ пломбировкѣ зуба. Пломбировка состоитъ въ томъ, что зубъ очищается отъ перегнившихъ частицъ и затѣмъ дупло выполняется какимъ-либо составомъ, который разобщаетъ зубной нервъ съ внѣшнимъ міромъ. Наилучшими, но вмѣстѣ съ тѣмъ и наиболее дорогими пломбами должны быть признаны амальгамовыя и золотыя. Значительно дешевле пломбы изъ цемента и гуттаперчи, которыя, однако, гораздо быстрее портятся и выпадаютъ. Къ пломбированію зубовъ слѣдуетъ въ случаѣ надобности прибѣгнуть какъ можно раньше. Въ противномъ случаѣ зубъ выкрашивается и совершенно пропадаетъ.

**Пляска св. Витта** представляетъ собой нервное страданіе, истинныя причины котораго намъ до сихъ поръ еще не извѣстны. Состоитъ оно въ произвольныхъ движеніяхъ цѣлыхъ мышечныхъ группъ. На лицѣ появляются безпрестанно гримасы. Голова поворачивается безпрестанно въ разныя стороны и пр. Такимъ образомъ произвольныя движенія значительно затрудняются; въ рѣзко же выраженныхъ случаяхъ болѣзни, такого рода движенія становятся совершенно невыполнимыми изъ-за произвольныхъ движеній, которыя измѣняютъ ихъ естественный характеръ. Хочетъ ли больная

поднести ко рту стаканъ воды, она его расплескиваетъ; то же происходитъ и съ пищей. Захочетъ ли она говорить, безчисленныя гримасы значительно затрудняютъ рѣчь. Когда больная засыпаетъ, эти неестественныя движенія прекращаются. Наибольшее развитіе получаетъ эта болѣзнь весной. Замѣчается она преимущественно въ періодъ наступленія половой зрѣлости. Подозрѣваютъ, что она имѣетъ тѣсную связь съ ревматизмомъ. Несомнѣнное вліяніе на ея появленіе и развитіе имѣютъ нервная наслѣдственность и душевныя потрясенія (напр., сильный страхъ и пр.).

== **Лечение** должно находиться въ самой тѣсной зависимости отъ основной причины болѣзни и общаго состоянія больной. Примѣняется шведская гимнастика, теплыя ванны, обтиранія позвоночника. Правильное воздѣйствіе на психическую жизнь больной, устраненіе изъ ея жизни условій, которыя могли бы имѣть на нее возбуждающее вліяніе, и спанье при открытыхъ окнахъ, а еще лучше въ воздушныхъ хижинахъ или палаткахъ; укрѣпленіе раздражительной нервной системы воздушными ваннами въ нѣкоторыхъ случаяхъ приводятъ въ короткое время къ исцѣленію больной.

**Пневматическое лечение.** Подъ этимъ понимаютъ лечение, при которомъ дыханіе производится не при обыкновенныхъ условіяхъ, но при искусственныхъ. Посредствомъ особыхъ аппаратовъ больному доставляется возможность дышать сгущеннымъ воздухомъ, въ которомъ заключается, слѣдовательно, больше кислорода, чѣмъ въ обыкновенномъ. Въ другихъ случаяхъ вдыханіе производится сгущеннымъ; выдыханіе же производится въ разрѣженный воздухъ. Такимъ путемъ получаемъ мы возможность примѣняться къ особеннымъ требованіямъ тѣхъ или иныхъ больныхъ. Примѣняется пневматическое лечение — въ специальныхъ лечебницахъ — главнымъ образомъ у больныхъ, страдающихъ эмфиземой, начальной ступенью чахотки, катарромъ гортани и нѣкоторыми болѣзнями сердца. Примѣнять этотъ методъ леченія слѣдуетъ съ большою осторожностью. Въ противномъ случаѣ мы рискуемъ ухудшить состояніе больного.

**Поблѣднѣніе.** Въ настоящей статьѣ мы будемъ говорить не о постоянной блѣдности, каковая наблюдается, напр., у малокровныхъ и истощенныхъ особъ, у выздоравливающихъ отъ тяжелыхъ болѣзней и у страдающихъ нѣкоторыми пороками сердца. Мы будемъ имѣть въ виду только *внезапное* поблѣднѣніе. Таковое наблюдается всего чаще у нервныхъ особъ, у которыхъ распредѣленіе крови въ организмъ находится въ каждый данный моментъ въ очень сильной зависимости отъ различныхъ нервныхъ вліяній. Онѣ краснѣютъ



такъ же легко, какъ и блѣднѣють. Наблюдается также часто поблѣднѣніе и у нѣкоторыхъ сердечныхъ больныхъ. Вообще же рѣзкое и внезапное поблѣднѣніе служитъ указаніемъ на начало обморока, который обыкновенно черезъ короткое время и появляется, если мы не подадимъ больному во-время помощи. Въ чемъ должна выразиться эта помощь, нами было указано въ ст. „Обморокъ“.

**Повивальныя бабки.** Званіе акушерокъ уничтожено въ настоящее время въ Россіи и замѣнено званіемъ повивальныхъ бабокъ двухъ разрядовъ. Отъ бабокъ *перваго* разряда требуется болѣшій образовательный цензъ. Ихъ спеціальное образованіе продолжается дольше (два года); отъ нихъ требуется болѣшее количество приѣмокъ при родахъ и пр. Замѣнить имъ предоставляются и болѣшія права. Онѣ имѣютъ право практиковать въ городахъ, завѣдывать самостоятельно приютомъ и пр. Повивальныя же бабки *второго* разряда имѣютъ право практики только въ деревняхъ. Такого порядка вещей нельзя, къ сожалѣнію, считать нормальнымъ. Именно въ деревняхъ, отъ которыхъ ближайшій врачъ живетъ нерѣдко за десятки верстъ, и нужны всего болѣе знающія акушерки. Крестянка рискуетъ вѣдь жизнью ничуть не менѣе горожанки при ненормальныхъ родахъ, неправильномъ положеніи плода, кровотеченіи во время родовъ и пр. Въ тѣхъ мѣстностяхъ, гдѣ объ этомъ почему-либо не позаботилось земство или подлежащее начальство, было бы желательнo, чтобы мѣстное населеніе на свой счетъ содержало знающихъ и опытныхъ акушерокъ. Это не должно считаться роскошью, такъ какъ присутствіе врача или акушерки нерѣдко бываетъ совершенно необходимо для спасенія жизни больной.

Законъ нашъ не предоставляетъ акушеркамъ права производить самостоятельно необходимыхъ акушерскихъ операций. Но, если онѣ удовольствуются тѣмъ, что, констатировавъ какую-либо ненормальность, будутъ тотчасъ же приглашать врача, то онѣ уже очень многое сдѣлаютъ для роженицы.

Не менѣе важна роль ихъ и при нормальныхъ родахъ. Повивальная бабка, которая твердо усвоила начала безгнлостнаго веденія родовъ, представляетъ большое благо для роженицы и можетъ имѣть въ этомъ смыслѣ серьезное воспитательное вліяніе на окружающихъ, и обратно.

Въ общемъ же мы не должны забывать, что повивальная бабка, несмотря на всю скромную роль, несетъ на себѣ очень серьезныя и очень отвѣтственныя обязанности. Если же мы подумаемъ къ тому же, какъ тяжелы обязанности акушерки, какъ исполнена профессія ея заботъ и тревогъ, какая великая отвѣтственность лежитъ на ней часто, то мы пой-

мемъ, что должны относиться къ скромнымъ повивальнымъ бабкамъ съ большимъ уваженіемъ, ибо служеніе ихъ обществу представляетъ во многихъ случаяхъ трудный подвигъ.

**Повѣшеніе.** При повѣшеніи человѣкъ умираетъ, въ сущности, отъ *удушенія*, такъ какъ петля на шеѣ лишаетъ воздухъ доступа въ дыхательные органы, а также лишаетъ углекислоту возможности выдѣлиться наружу. При оживленіи повѣшеннаго слѣдуетъ принимать слѣдующія предосторожности. „Никогда не слѣдуетъ перерѣзывать веревки, на которой виситъ повѣшенный, такъ какъ толчокъ отъ паденія можетъ произвести слишкомъ рѣзкое сотрясеніе и окончательно убить человѣка. Слѣдуетъ, наоборотъ, приподнять повѣшеннаго и только тогда перерѣзать веревку; послѣ того—осторожно высвободить шею изъ петли и немедленно же приступить къ оживленію повѣшеннаго“ \*). Немедленно послѣ того приступаютъ къ производству **искусственнаго дыханія** (см.), всего проще при помощи потягиванія за языкъ по способу Лабборда. Одновременно растираютъ тѣло, доставляютъ пострадавшему свѣжій воздухъ, раздражаютъ его внѣшнія чувства и пр.

#### **Повязки.**

Умѣнье правильно наложить повязку для того, чтобы защитить рану отъ загрязненія и отъ вліянія прочихъ неблагоприятныхъ условий, необходимо и въ домашнемъ быту, особенно тамъ, гдѣ не всегда бываетъ возможно имѣть для этой цѣли съ надлежащей



Рис. 310. Повязка на одинъ глазъ.



Рис. 311. Повязка на оба глаза.

скоростью врача или хотя бы фельдшера. О большихъ повязкахъ намъ говорить не приходится, а потому мы остановимъ

\*) См. мое соч. «Простѣйшій способъ оживленія мнимоумершихъ». Изд. «Читальни народной школы». Ред.

вниманіе нашихъ читательницъ только на тѣхъ повязкахъ, въ которыхъ въ дѣйствительной жизни всего чаще встрѣчается надобность. Главнымъ условіемъ правильно наложенной повязки является то, чтобы она довольно плотно охватывала данный членъ и, вмѣстѣ съ тѣмъ, не оказывала на него особенно сильнаго давленія. Для перевязокъ можно пользоваться узкими полотняными бинтами.



Рис. 312.  
Повязка для верхней конечности.  
(По Брезике.)

Чаще употребляютъ, однако же, *марлевые бинты*, которые плотнѣе облегаютъ членъ и которые легче бываетъ содержать въ надлежащей чистотѣ. Накладывается повязка слѣдующимъ образомъ. На самую рану кладутъ сухую или влажную марлю; на нее — слой ваты; на вату же накладываютъ прямыми и косыми ходами марлевый (или полотняный) бинтъ. Глазная повязка накладывается

при помощи прямыхъ и косыхъ ходовъ, какъ это представлено на рис. 310 и 311.

Пальцевая повязка состоитъ изъ тряпочки и бинтика и защищаетъ кончикъ пальца. Больная рука защищается повязкой въ родѣ той, которая представлена на рис. 313; если же раненіе незначительное, то—повязкой въ родѣ узловой. Рука, изъ которой течетъ кровь, подвѣшивается, какъ это изображено на рис. 314.



Рис. 313.  
Повязка для руки.

Для большинства указанныхъ и многихъ другихъ повязокъ можно съ успѣхомъ примѣнять *треугольную повязку Эсмарха*, которая поддается самымъ различнымъ комбинаціямъ. Болѣзненные и тяжелыя груди приподымаются и подвѣшиваются такъ, какъ это изображено на рис. 110.

**Подагра.** Подагра должна, собственно говоря, считаться болѣзью богатыхъ людей, въ теченіе болѣе или менѣе продолжительнаго времени злоупотреблявшихъ мясной пищей и тонкими винами. Выражается она въ колющихъ боляхъ въ ручныхъ и ножныхъ пальцахъ, кирпичнаго цвѣта мочѣ, наконецъ, тугоподвижности суставовъ. Припадки подагры появляются внезапно, всего чаще ночью, и имѣютъ чрезвычайно мучительный характеръ. Надо обладать большимъ мужествомъ, чтобы переносить ихъ безъ жалобъ и ропота. Сущ-

ность болѣзни сводится къ отложенію въ суставахъ мочевой кислоты. Потому ли мочевая кислота отлагается въ организмѣ, что она образуется въ избыткѣ, или же оттого, что она недостаточно выдѣляется, до сихъ поръ не выяснено. Одно только несомнѣнно, а именно, что проф. Бушаръ совершенно справедливо причислилъ подагру къ большой семьѣ „болѣзней вслѣдствіе замедленія питанія“ или, какъ еще проще было бы назвать ихъ „болѣзней отъ пресыщенія“. Къ той же семьѣ онъ относитъ тучность, желчные и почечные камни, мигрень и нѣкоторые др.

== **Леченіе.** Изъ сказаннаго уже видно, каковы должны быть основныя начала правильнаго леченія подагры. Слѣдуетъ умѣрить количество принимаемой пищи. Какъ можно меньше мяса; что же касается спиртныхъ напитковъ, и особенно винъ, то ихъ совершенно слѣдуетъ изгнать изъ употребленія. Какъ можно больше растительной пищи. Особенное вниманіе должно быть оказано веществамъ, пользующимся репутаціей мочегонныхъ, какъ то: спаржа, сельдерей, петрушка. Тому же способствуетъ молочная сыворотка. Въ нѣкоторыхъ случаяхъ приносятъ облегченіе лимонный сокъ, принимаемый въ изобиліи. Для того, чтобы помочь выдѣленію изъ организма отложившейся мочевой кислоты, прибѣгаютъ также къ горячимъ ваннамъ, горячимъ песочнымъ ваннамъ и воздушно-горячимъ ваннамъ. Очень хорошее дѣйствіе оказываютъ нѣкоторыя минеральныя воды, преимущественно тѣ, въ составъ которыхъ входитъ литій.

Что касается до самыхъ припадковъ подагры, отличающихся особенной болѣзненностью, то можно рекомендовать направленіе горячей струи на болѣзненное мѣсто, съ послѣдовательнымъ влажнымъ обертываніемъ. Иногда холодныя обливанія оказываются очень дѣйствительными. За всѣмъ тѣмъ не слѣдуетъ упускать изъ виду основной причины болѣзни и помнить, что общее питаніе въ организмѣ замедлено и что его необходимо повысить. Что необходимо дѣлать для достиженія этой цѣли, нашимъ читательницамъ хорошо извѣстно. Энергичное физическое движеніе, велосипедъ, лодка, восхо-



Рис. 314. Подвѣшваніе руки по наложеніи давящей повязки.

жденіе на горы, верховая ѣзда, бѣганье на конькахъ и лыжахъ—таковы средства, которыя насъ всего вѣрнѣе ведутъ въ такихъ случаяхъ къ цѣли. Подагру необходимо начать серьезно лечить, какъ только показались первые признаки болѣзни. Когда суставы утратили уже свою подвижность, задача наша становится въ этомъ отношеніи крайне неблагоприятной.

**Подкладное судно.—Подсовъ.** Въ томъ случаѣ, когда больная находится безъ сознанія, не въ силахъ подыматься или же когда ей это запрещено (при родахъ, послѣ операціи и пр.), подъ нее для отправленія естественныхъ надобностей пододвигаютъ подсовъ. Подсо- вы бываютъ различныхъ



Рис. 315. Подкладное судно съ резиновымъ бортомъ и отвинчивающейся крышкой.

конструкцій. Главныя условія, которымъ они должны удовлетворять, это—быть небольшими, плоскими (чтобы ихъ легко можно было подсунуть подъ больную) и такого устройства, чтобы содержимое не выливалось наружу.

Указаннымъ требованіямъ вполнѣ удовлетворяютъ приводимыя нами модели, изображенныя на рис. 315 и 317. Второй подсовъ имѣетъ бортъ въ видѣ подушечки, которая надувается воздухомъ. Дѣлается это съ тѣмъ, чтобы дать больному возможность избѣжать непріятнаго ощущенія, вслѣдствіе прикосновенія тѣла къ холодному фаянсу.

**Подушки—резиновыя.** При нѣкоторыхъ болѣзняхъ кожа бываетъ настолько чувствительной, что малѣйшее прикосно-

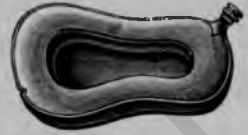


Рис. 316. Подсовъ съ бортомъ въ видѣ резиновой подушки, надуваемой воздухомъ.



Рис. 317. Очень употребительное и очень удобное судно.



Рис. 318. Различные образцы резиновыхъ подушекъ, надуваемыхъ воздухомъ.

веніе къ ней вызываетъ сильнѣйшія страданія. Особенно же болѣзненнымъ бываетъ это ощущеніе при раненіи кожи, напр., при ожогахъ или *пролежняхъ*. Въ такомъ случаѣ съ успѣхомъ можно прибѣгать, для защиты болѣзненныхъ частей тѣла, къ резиновымъ подушкамъ, которыя надуваются воздухомъ или

наполняются водой. Подушечки эти бываютъ самыхъ разнообразныхъ образцовъ, какъ это видно и изъ приложенныхъ при семь рисунковъ. Подушки эти можно располагать такимъ образомъ, чтобы болѣзненные мѣста не подвергались вовсе давленію.

Въ нѣкоторыхъ случаяхъ такого рода подушечки составляютъ необходимость для больныхъ.

**Позвоночника—искривленія.** Наклоненіе спинного столба въ какую-либо сторону, впередъ и назадъ, постепенно переходитъ въ постоянное искривленіе, которое влечетъ за собой искривленіе плечъ, бедеръ, грудной клѣтки. Вслѣдствіе этого образуется сутуловатость, приподнятыя плечи, горбъ и пр. Причину этихъ отклоненій, столь часто ведущихъ къ искривленіямъ, слѣдуетъ искать въ слабости мышечной системы въ дѣтскомъ возрастѣ и въ податливости костной ткани. Способствуютъ тому однообразіе занятій, напр., многочасовое писаніе или просто сидѣніе за черезчуръ высокимъ столомъ, причемъ правое плечо должно непомѣрно подыматься; наклоненность туловища впередъ при общей слабости; рахитическая почва и пр. При такихъ условіяхъ нерѣдко образуются искривленія, которыя становятся замѣтными большей частью слишкомъ поздно. Изображенія боковыхъ искривленій позвоночника и горба представлены нами на рис. 150, 194 и 195. Нѣкоторыя указанія на этотъ счетъ содержатся и въ III части.

== **Леченіе.** Общее укрѣпленіе развивающагося организма посредствомъ восхожденія на горы, физическаго труда и пребыванія на свѣжемъ воздухѣ. Побольше молока и растительной пищи. Цѣлесообразная гимнастика (см.) какъ ручная, такъ и на аппаратахъ. **Массажъ** (см.) позвоночника. Устраненіе всякихъ стѣсняющихъ частей одежды. Цѣлесообразная и приспособленная къ потребностямъ растущаго организма школьная мебель. Въ томъ случаѣ, когда искривленіе зашло уже довольно далеко и указанными мѣропріятіями трудно бываетъ добиться цѣли, прибѣгаютъ къ наложенію *корсета*, который остается на ребенкѣ, смотря по необходимости, болѣе или менѣе продолжительное время. И въ данномъ случаѣ результаты получаются, разумѣется, тѣмъ лучшіе, чѣмъ раньше мы обратили вниманіе на ненормальность и принялись за леченіе. Особеннаго вниманія заслуживаютъ искривленія позвоночника у *двоичекъ*, такъ какъ замѣчено, что они вліяютъ крайне неблагоприятно на размѣры таза. Множество тяжелыхъ и неправильныхъ родовъ обязаны своимъ происхожденіемъ исключительно искривленіямъ позвоночника, нажитымъ въ дѣтствѣ.

**Позывъ на мочеиспусканіе.** Учащенные позывы на мочеиспусканіе наблюдаются у многихъ женщинъ. Позывы чувству-

ются, несмотря на то, что мочевой пузырь не только не переполнен мочей, но может быть даже совершенно пустъ. Причиной тому служатъ во многихъ случаяхъ наклоненіе или перегибъ матки кпереди, вслѣдствіе чего она оказываетъ давленіе въ мочевой пузырь. Въ другихъ случаяхъ причина лежитъ въ самомъ мочевомъ пузырьѣ, въ воспаленіи его и пр. Ближайшей нашей задачей должно быть, разумѣется, устраненіе основной причины. Въ томъ случаѣ, когда причина этого тягостнаго явленія лежитъ въ неправильномъ положеніи и воспаленіи *матки*, мы должны позаботиться о томъ, чтобы при помощи маточныхъ колець или внутренняго массажа матки придать ей нормальное положеніе. Въ томъ случаѣ, когда причина лежитъ въ *мочевомъ пузырьѣ*, мы должны устранить изъ пищи всякія раздражающія вещества, что подѣйствуетъ успокаивающимъ образомъ на воспаленіе мочевого пузыря. Бываютъ случаи, когда причина страданія — чисто *нервнаго* свойства. Въ такомъ случаѣ задача наша сводится къ успокоенію нервной системы.

**Покой.** О немъ у насъ уже была рѣчь въ пятой главѣ I части сочиненія „*Покой и движеніе*“ (стр. 250—271). Здѣсь намъ остается прибавить, что покой является однимъ изъ главнѣйшихъ элементовъ разумаго леченія. Руководящимъ началомъ служить въ медицинѣ предоставленіе *покоя больному органу*. Къ сожалѣнію, это требованіе далеко не всегда выполнимо. Мы можемъ предоставить извѣстный покой нашему органу рѣчи, напр., но мы не можемъ обречь на покой сердце или легкія. Въ такомъ случаѣ задача наша сводится къ тому, чтобы возможно *уменьшить трудъ* больного органа. Заболѣли ли почки, мы должны устранить изъ пищи всѣ раздражающія вещества. Въ крайнихъ же случаяхъ мы подолгу кормимъ больного однимъ молокомъ, которое по сравненію съ другими веществами всего менѣе содержитъ раздражающихъ веществъ. Идетъ ли рѣчь о сердцѣ, мы не позволяемъ больному предаваться сколько-нибудь усиленному физическому или даже умственному труду. Идетъ ли рѣчь о заболѣваніи нервной системы, мы заботливо отстраняемъ отъ больного всѣ сколько-нибудь рѣзкія впечатлѣнія и ощущенія, и т. д. и т. д.

Съ другой стороны, покой входитъ, какъ специальный элементъ леченія, во всѣхъ случаяхъ, когда примѣняется *методъ Вейръ-Митчелля*: при неврастеніи, малокровіи, нѣкоторыхъ сердечныхъ болѣзняхъ и т. д. Въ такомъ случаѣ больные осуждаются на покой почти абсолютный, такъ какъ первое время ихъ даже кормятъ съ ложки, несмотря на то, что по внѣшнему виду они нерѣдко ровно ничѣмъ не отличаются отъ совершенно здоровыхъ людей. Очень видную роль играетъ покой и при леченіи въ санаторіяхъ *легочной чахотки*. (см.)

Вообще можно сказать, что если бы мы, будучи здоровы, почаще давали покой нѣкоторымъ нашимъ органамъ, то число болѣзней значительно сократилось бы.

**Ползание мурашекъ** представляетъ собой довольно тягостное ощущеніе, которое нерѣдко наблюдается у нѣкоторыхъ малокровныхъ и нервныхъ больныхъ. Въ нѣкоторыхъ случаяхъ оно сопряжено съ другими отклоненіями отъ нормальной чувствительности, какъ то: ощущеніемъ ступанія по коври, одеревенѣлости въ ступняхъ и проч. Въ смыслѣ **лечения**, важно установить причину страданія; противъ самого же ощущенія примѣняютъ растираніе мягкой и теплой рукой и отвлеченіе на другія части тѣла. Такъ, при ощущеніи ползанія мурашекъ въ нижнихъ конечностяхъ прибѣгаютъ къ ручнымъ ваннамъ въ 45° Ц., и обратно. Нѣкоторую помощь оказываетъ и гимнастика.

**Полипы.** Такъ называются небольшія опухоли, которыя вырастаютъ на слизистой оболочкѣ на самыхъ различныхъ частяхъ тѣла; иногда они сидятъ на болѣе или менѣе длинной ножкѣ. Сами по себѣ они довольно невинны; въ нѣкоторыхъ мѣстахъ (гортани, носу, маткѣ) они могутъ оказаться, однако, довольно опасными. Въ маткѣ они часто даютъ поводъ къ обильнымъ кровотечениямъ.

Чтобы избавиться отъ нихъ, самое простое—*удалить* ихъ при помощи ножницъ или спеціальнаго инструмента, которымъ полипп захватывается въ петлю и отрѣзывается.

**Поллюціи.** Такъ называютъ непроизвольное выдѣленіе сѣмени во время сна. Причиной его служитъ въ однихъ случаяхъ слабость и раздражительность нервной системы; въ другихъ—переполненіе сѣменемъ яичекъ. Часто повторяясь, поллюціи чрезвычайно ослабляютъ организмъ.

Противъ поллюцій прежде всего слѣдуетъ принять слѣдующія **мѣры**. Не слѣдуетъ ложиться въ постель съ полнымъ желудкомъ. Slѣдуетъ избѣгать въ пищѣ всякихъ острыхъ и раздражающихъ веществъ. Постель не должна быть особенно мягкой и черезчуръ теплой. Избѣгать возбуждающаго чтенія вообще, и въ постели въ особенности. Обтирать тѣло, и особенно область позвоночника холодной водой. Передъ сномъ совершать прогулку на воздухѣ; хорошенько провѣтривать спальню. Иногда причина часто повторяющихся поллюцій лежитъ въ болѣзни центральной нервной системы, и тогда необходимо обратиться къ помощи врача.

**Полнокровіе.** Въ медицинѣ такого термина не существуетъ, такъ какъ въ избыткѣ крови ни у кого не бываетъ. Тѣмъ не менѣе, это народное названіе не лишено основанія; только понимать его слѣдуетъ нѣсколько иначе. Полнокровными мы



можемъ назвать тѣхъ, кто подверженъ частымъ приливамъ, преимущественно къ головѣ, т. е. тѣхъ лицъ, которыя обладаютъ такъ-назв. „апоплексической“ комплекціей. Обыкновенно у такихъ особъ лицо бываетъ болѣе или менѣе ярко окрашено, шея короткая. Они часто чувствуютъ шумъ и звонъ въ ухахъ, малѣйшее движеніе бываетъ имъ въ тягость и вызываетъ сильную одышку. Такимъ лицамъ необходимо заблаговременно принять мѣры предосторожности противъ могущихъ произойти осложнений.

**== Лечение.** Какъ можно больше умѣренности въ пищѣ и въ напиткахъ. Совершенно избѣгать употребленія спиртныхъ напитковъ. Ежедневно производить общія растиранія водой въ 20° Ц. такъ, какъ это у насъ будетъ изображено на одномъ изъ послѣдующихъ рис. Можно также принимать тепловатыя полуванны съ послѣдующимъ охлажденіемъ (но не обливанія вдоль позвоночника!). Горячія ножныя ванны. На ночь обертывать икры въ холодныя влажныя салфетки. Воздушныя ванны. Таковы главнѣйшія мѣры, которыя эти лица должны принимать для восстановленія правильнаго кровообращенія и во избѣжаніе тѣхъ опасностей, которыя имъ въ противномъ случаѣ грозятъ. (См. также „Апоплексическій удар“).

**Половая жизнь.** О ней мы уже говорили въ седьмой главѣ I части сочиненія (стр. 301—344). Здѣсь намъ остается только прибавить, что нормальная и здоровая половая жизнь является источникомъ новыхъ силъ и энергіи, между тѣмъ, какъ извращенная половая жизнь является источникомъ безчисленныхъ страданій. Изъ ихъ числа мы укажемъ только на болѣзни полового аппарата у женщинъ, на венерическія болѣзни у мужчинъ, на нервныя болѣзни—у представителей обоихъ половъ. Перечисленные болѣзни отравили существованіе не одному человѣку и не одну жизнь обратили въ истинную пытку. Поэтому долгъ родителей, особенно же матерей, воспитать своихъ дѣтей въ такомъ духѣ, чтобы вопросы половой жизни не возбуждались у нихъ преждевременно, какъ это часто наблюдается, къ сожалѣнію, въ настоящее время. Не лишая дѣтей чистоты и цѣломудрія, все же можно дать имъ въ то же время, когда наступаетъ соотвѣтствующій возрастъ, понятія объ истинныхъ основахъ половой жизни. Лучшимъ средствомъ для этого является нормальная жизнь, въ которой физическому труду, пребыванію на свѣжемъ воздухѣ, здоровымъ спортивнымъ упражненіямъ отведено достаточно видное мѣсто. На ряду съ этимъ слѣдуетъ избѣгать умственнаго переутомленія, дурныхъ примѣровъ и общества, а также несоотвѣтствующаго чтенія. Что касается до юношей,

то всего разумнѣе не оставлять ихъ въ полномъ невѣдѣніи относительно тѣхъ опасностей, которыми грозятъ имъ внѣбрачныя половыя сношенія и продажная женская любовь. См. по этому поводу также брошюру автора „Половая жизнь женщины“ \*).

**Полосканія и промыванія.** Какъ тѣ, такъ и другія должны назначаться только при заболѣваніи слизистыхъ оболочекъ, сопровождающемся усиленнымъ выдѣленіемъ слизи или гноя. Въ нормальномъ же состояніи въ нихъ надобности не встрѣчается. Исключеніе должно быть сдѣлано для полости рта, которая и при нормальныхъ условіяхъ безпрестанно загрязняется пищей. *Полость рта* рекомендуется прополаскивать утромъ и вечеромъ и, кромѣ того, послѣ каждаго приема пищи.

Нѣсколько словъ должны мы посвятить и *влагалитическимъ промываніямъ*. Въ общемъ можно сказать, что дѣвушкамъ, которыя часто принимаютъ ванны, нѣтъ надобности прибѣгать къ такого рода промываніямъ, такъ какъ нормальная слизистая оболочка и безъ того находится всегда въ чистомъ состояніи. Влагалитическія промыванія имѣютъ, помимо прочихъ, и то неудобство, что излишне привлекаютъ вниманіе дѣвушекъ къ этимъ органамъ, въ которыхъ струя воды производитъ какъ своимъ тепловымъ, такъ и механическимъ дѣйствіемъ неизбѣжное возбужденіе и даже раздраженіе. Этого рода раздраженія должны часто тщательно избѣгать и тѣ женщины, которыя и безъ того страдаютъ приливомъ крови къ тазовымъ органамъ.

Въ томъ случаѣ, когда, вслѣдствіе избытка выдѣленія слизи и тѣмъ болѣе гноя, встрѣчается надобность во влагалитическихъ промываніяхъ, можно прибѣгнуть къ *Эмарховой кружкѣ* (см.), снабженной приспособленіемъ для душа — такого рода кружка нами изображена на рис. 258.

Тѣмъ не менѣе, и совершенно здоровымъ женщинамъ и дѣвушкамъ рекомендуется производить ежедневно обмываніе наружныхъ половыхъ частей, что можно легко дѣлать даже въ томъ случаѣ, когда для этого не имѣется специальныхъ приспособленій. Мѣра эта способствуетъ поддержанію бодрости, свѣжести, а также красоты женскаго тѣла.

**Полосканія горла.** Намъ нѣтъ надобности излагать, какъ это дѣлается: это и безъ того всѣмъ извѣстно. Что гораздо менѣе извѣстно, несомнѣнно, такъ это то, что жидкость при полосканіи никогда не проникаетъ далеко и особенно большихъ надеждъ мы, слѣдовательно, на полосканіе возлагать

\*) Русскаго перевода которой, къ сожалѣнію, не существуетъ.

не должны. Полосканія дѣйствуютъ часто, главнымъ образомъ, посредствомъ оцущенія теплоты, которое они возбуждаютъ. Что же касается до маленькихъ дѣтей, то они вовсе не умѣютъ полоскать горла, и давать имъ полосканіе довольно опасно, такъ какъ они глотаютъ при этомъ жидкость. Маленькимъ дѣтямъ полосканія замѣняютъ тѣмъ, что вытираютъ ротъ какъ можно глубже чистой тряпочкой, погружен-

ной въ соотвѣтствующую жидкость. Что же касается до старшихъ дѣтей и взрослыхъ, то они могутъ спринцовать горло изъ маленькой спринцовки. Такимъ образомъ цѣль достигается гораздо вѣрнѣе.

**Полуванна.** При полуваннѣ не все тѣло бываетъ погружено въ воду, но только нижняя половина туловища. Такого



Рис. 319. Полуванна.

рода ванну дѣлаютъ въ томъ случаѣ, когда желательно предохранить отъ дѣйствія воды извѣстной температуры легкія или сердце. Верхнюю половину туловища безпрестанно обливаютъ тогда теплой водой. Такого рода полуванну хорошо переносятъ и очень чувствительные больные. У очень воспримчивыхъ особъ можно добиться посредствомъ полуванны и значительнаго охлажденія тѣла. Для этого въ ванну

наливаютъ воды, приблизительно температуры нашего тѣла (28° Р. или 35° Ц.). Такая ванна почти совершенно не раздражаетъ нервной системы. Поэтому она и носитъ названіе безразличной: индифферентной. Затѣмъ въ ванну постепенно приливаютъ холодной воды, причѣмъ все время усердно растираютъ поверхность тѣла. Такимъ образомъ температура воды медленно доводится градусовъ до 26° или 22° Ц. Продолжаться должна такая ванна минуты 3—4, не больше. За ней должно слѣдовать или сильное сухое растираніе всего тѣла и движеніе, или же покой въ постели; то или иное, въ зависимости отъ состоянія больного. Въ томъ случаѣ, когда желательнo усилить дѣйствіе этой ванны или же желаютъ воспользоваться ею въ смыслѣ отвлеченія, прибѣгаютъ къ холодному обливанію вдоль позвоночника водой градусовъ въ 8°—10° Ц.

**Полуденный сонъ** нѣкоторымъ лицамъ очень полезенъ, другимъ, наоборотъ, вреденъ. Лицамъ малокровнымъ, переутомленнымъ и тѣмъ, кому вообще приходится напряженно работать, полезно отдохнуть послѣ обѣда съ полчаса или часъ. Послѣ того они ощущаютъ приливъ свѣжихъ силъ и могутъ снова съ прежней энергіей принятыся за работу. Иное дѣло — лица упитанныя и тучныя: имъ ни въ коемъ случаѣ не рекомендуется спать послѣ обѣда. Всего лучше имъ замѣнить сонъ небольшой прогулкой. Если же потребность въ дневномъ отдыхѣ даетъ себя чувствовать, то можно соснуть или просто отдохнуть въ креслѣ короткое время до обѣда. Укажемъ здѣсь ксати, что послѣобѣденный сонъ составляетъ такъ сказать, національную черту русскаго народа.

**Поносъ.** Поносомъ мы называемъ слишкомъ частыя и вмѣстѣ съ тѣмъ жидкія испражненія кишечника. Причины поноса многочисленны и разнообразны. Въ одномъ случаѣ онъ вызывается волненіемъ; въ другомъ случаѣ онъ сопровождаетъ начало заразной болѣзни; въ третьемъ — онъ появляется вслѣдствіе погрѣшностей въ діетѣ; въ четвертомъ, наконецъ, онъ представляетъ собой довольно постоянное явленіе, такъ какъ является однимъ изъ основныхъ признаковъ хроническаго катарра кишечника. Какова бы ни была причина, онъ только въ томъ случаѣ не оказываетъ особеннаго вліянія на организмъ, когда продолжается недолго. Въ такомъ случаѣ онъ иногда можетъ быть разсматриваемъ даже какъ актъ самопомощи; при погрѣшности въ діетѣ или легкомъ отравленіи, напр., поносомъ изгоняются изъ организма вредныя и ядовитыя вещества. Иное дѣло, если поносъ длится продолжительное время. Въ такомъ случаѣ

онъ оказываетъ на организмъ глубоко истощающее вліяніе, что легко объясняется тѣмъ, что пища не успѣваетъ перевариться и усвоиться, какъ изгоняется вонъ изъ организма. Особенно рѣзко это бываетъ замѣтно, напр., при лѣтнихъ поносахъ у дѣтей и при холерѣ. Само собой разумѣется, что въ такомъ случаѣ намъ необходимо всѣми силами бороться съ поносомъ.

— **Лечение** состоитъ прежде всего въ томъ, чтобы надлежащимъ образомъ измѣнить пищевой режимъ. Пища должна быть какъ можно болѣе легкой и жидкой. Въ теченіе нѣсколькихъ дней она должна сводиться исключительно къ слизистымъ супамъ, чтобы дать покой кишечнику. Только послѣ того, какъ мы убѣдились, что слизистые супы переносятся хорошо, можемъ мы перейти къ молоку. Затѣмъ пища самымъ постепеннымъ образомъ начинаетъ приближаться къ нормальной. Въ то же время слѣдуетъ позаботиться и объ успокоеніи болей, съ которыми почти неразрывно связано существованіе поноса. Съ этой цѣлью на животъ кладутъ согрѣвающие компрессы или, еще лучше, помѣщаютъ на ночь грѣлку, въ родѣ изображенной нами на рис. 203. Лицамъ, восприимчивымъ къ простудамъ и у которыхъ простуда выражается, преимущественно, поносомъ, слѣдуетъ носить теплые набрюшники. Мы уже упоминали о томъ, что въ нѣкоторыхъ случаяхъ поносъ оказывается болѣе упорнымъ и зависитъ отъ болѣе глубокихъ причинъ, такъ какъ составляетъ только сопутствующее явленіе при **кишечномъ катаррѣ** (см.). Въ такомъ случаѣ должны быть приняты мѣры иного рода.

**Пораженіе молніей.** Всѣмъ извѣстно, что во время грозы молнія привлекается высокими зданіями или предметами, которые не имѣютъ громоотвода. Къ таковымъ относятся высокія деревья, дома, колокольни и пр. Въ случаѣ грозы отъ такихъ предметовъ, если только они не снабжены громоотводами, слѣдуетъ какъ можно больше удаляться, чтобы не быть пораженнымъ молніей. Въ открытомъ полѣ подвергается большой опасности и человѣкъ. Въ такихъ случаяхъ крестьяне часто слѣзаютъ съ телѣги и ложатся наземь.

— **Лечение.** Молнія производитъ двоякаго рода поврежденія: она производитъ болѣе или менѣе глубокіе ожоги и ведетъ къ болѣе или менѣе глубокому возбужденію и *разстройству нервовъ*. Ожоги лечатся по обычнымъ правиламъ, причемъ слѣдуетъ себѣ поставить за правило: немедленно раздѣть человѣка, пораженнаго молніей, такъ какъ довольно сильныя ожоги наблюдаются нерѣдко даже въ томъ случаѣ, когда снаружи ровно ничего не бываетъ замѣтно. Въ томъ случаѣ,

когда пострадавшій находится безъ памяти, его приводятъ въ сознаніе при помощи обливанія холодной водой позвоночника, искусственнаго дыханія и пр. Крестьяне въ такихъ случаяхъ погружаютъ обмершаго въ болѣе или менѣе глубокую яму и увѣряютъ, что это значительно содѣйствуетъ оживленію. *Параличи*, которые нерѣдко являются послѣдствіемъ пораженія молніей, лечатся по общимъ правиламъ массажемъ, электричествомъ и пр.

**Пороки сердца.** Намъ уже извѣстно изъ I части настоящаго сочиненія (въ первой главѣ: „Сердце“—стр. 15), что, какъ правое, такъ и лѣвое сердце, обладаютъ каждое двумя отверстиями: одно ведетъ изъ предсердія въ желудочекъ; другое же—изъ желудочка ведетъ въ соотвѣтствующую артерію. Отверстія эти непременно должны быть достаточно широки для того, чтобы при каждомъ сокращеніи сердца пропускать безпрепятственно необходимое количество крови въ слѣдующее отдѣленіе сердца. Съ другой стороны, клапаны, которыми закрываются эти отверстия, послѣ того, какъ они пропустили необходимое количество крови, должны совершенно *плотно* закрывать эти отверстия для того, чтобы кровь не возвратилась обратно въ то отдѣленіе сердца, изъ котораго она только-что была вытолкнута, и чтобы она непременно двигалась дальше.

Вслѣдствіе нѣкоторыхъ причинъ, изъ которыхъ на первомъ планѣ должны стоять *заразныя болѣзни* (особенно же *ревматизмъ*), эти естественныя условія нарушаются въ томъ смыслѣ, что въ одномъ случаѣ отверстия суживаются, вслѣдствіе чего *не вся* кровь переходитъ при сокращеніи сердца изъ одного отдѣленія въ послѣдующее, но часть крови задерживается. Въ такомъ случаѣ мы имѣемъ дѣло съ *суженіемъ* того или иного отверстия. Въ другомъ случаѣ клапанъ не вполне закрываетъ соотвѣтствующее отверстие сердца (см. рис. 9). Вслѣдствіе этого часть крови приливаетъ *обратно* въ то отдѣленіе, изъ котораго она только-что вышла. Сказанное довольно трудно понять человѣку, не ознакомившемуся специально съ анатомическимъ строеніемъ сердца, а потому мы пояснимъ сказанное примѣромъ. Представимъ себѣ, что двустворчатое (митральное) отверстіе сердца, т. е. то, которое отдѣляетъ лѣвое предсердіе отъ лѣваго желудочка, сужено. Въ такомъ случаѣ не вся кровь будетъ при сокращеніи предсердія переходить въ желудочекъ, но часть будетъ оставаться въ самомъ же предсердіи. Въ такомъ случаѣ предсердіе все больше и больше будетъ растягиваться кровью и можетъ, такимъ образомъ, приобрести очень значительные размѣры. Очевидно, что въ такомъ случаѣ не вся

кровь будетъ въ каждый данный моментъ принимать участіе въ кровообращеніи, но часть ея будетъ задерживаться въ одномъ изъ отдѣленій сердца и такимъ образомъ сильно нарушать правильность этого важнаго процесса.

Посмотримъ теперь, что происходитъ въ томъ случаѣ, когда клапанъ, закрывающій то же самое отверстіе, дѣлается *недостаточнымъ*, т. е. недостаточно плотно закроетъ это отверстіе послѣ того, какъ сокращеніемъ предсердія вся кровь изъ него перешла въ желудочекъ. При сокращеніи желудочка часть крови перейдетъ, какъ слѣдуетъ, къ аорту и оттуда разольется по всему тѣлу. Другая же часть крови перейдетъ *обратно* въ предсердіе, чего при нормальныхъ условіяхъ никогда не бываетъ. Послѣдствія будутъ, въ сущности, такія же, какъ и въ предыдущемъ случаѣ, т. е. часть крови будетъ задерживаться въ предсердіи, растягивать его и, помимо того, не принимать никакого дѣятельнаго участія въ кровообращеніи.

Такова, въ главнѣйшихъ чертахъ, сущность пороковъ сердца. Медицина не обладаетъ никакими средствами для уничтоженія пороковъ сердца. Мы не можемъ сдѣлать ни болѣе широкимъ узкое сердечное отверстіе, ни починить клапанъ такимъ образомъ, чтобы онъ плотно закрывалъ соответствующее отверстіе. Итакъ, мы должны сознаться въ томъ, что мы совершенно безсильны бороться съ пороками сердца, какъ съ таковыми. По счастью, мы значительно болѣе могущественны въ борьбѣ съ *послѣдствіями* пороковъ сердца, и можемъ сказать съ увѣренностью, что при соблюденіи нѣкоторыхъ условій, можно съ пороками сердца доживать до самаго преклоннаго возраста.

Въ дѣйствительности же фактъ этотъ наблюдается все же не такъ часто, и пороки сердца слѣдуетъ считать болѣзнями довольно серьезными. Укажемъ въ нѣсколькихъ словахъ главнѣйшіе *признаки* пороковъ сердца. Въ томъ случаѣ, когда порокъ сердца образовался недавно и большой ведетъ надлежащій образъ жизни, сердце увеличивается въ объемѣ (гипертрофируется, какъ выражаются на научномъ языкѣ) и такимъ образомъ борется съ неблагоприятными условіями, въ которыя ставится организмъ порокомъ сердца. Здѣсь же будетъ уместно сказать въ нѣсколькихъ словахъ, каковы эти послѣдствія. Несмотря на то, что начальные признаки различныхъ пороковъ разнятся между собой, черезъ нѣкоторое время явленія эти дѣлаются болѣе или менѣе одинаковыми для всѣхъ пороковъ.

Уже въ довольно ранней ступени болѣзни появляется болѣе или менѣе сильная *одышка*. Въ области сердца чув-

ствляется стѣсненіе, и иногда—даже довольно сильныя боли. Появляются сердцебіенія. Въ области сердца замѣтно въ нѣкоторыхъ случаяхъ легкое возвышеніе. Иногда появляются обмороки (особенно при порокахъ трехстворчатого отверстія, отдѣляющаго лѣвый желудочекъ отъ аорты). На ряду съ указанными признаками появляется катарръ легкихъ, кровохарканія, иногда желтуха, чувство давленія въ правомъ подреберьѣ, расстройства пищеваренія. Самый главный признакъ составляютъ, однако, *отеки*, которые въ нѣкоторыхъ случаяхъ появляются довольно рано и которые имѣютъ огромное значеніе въ смыслѣ распознаванія пороковъ сердца. Отеки появляются прежде всего на *лодыжкахъ*, а также въ видѣ *мѣшочковъ* подъ глазами. Въ то время, какъ отекъ на лодыжкахъ къ утру уменьшается въ виду того, что нижнія конечности за ночь успѣли нѣсколько отдохнуть, мѣшочки подъ глазами становятся особенно явственными именно къ утру.

Въ болѣе поздній періодъ болѣзни отекъ захватываетъ органы все болѣе и болѣе важные, какъ то: легкія, почки, мозгъ. Въ такомъ случаѣ положеніе больного становится очень тяжелымъ, тѣмъ болѣе, что и борьба съ болѣзнью представляетъ въ этомъ періодѣ особенныя трудности. Въ то время, какъ въ начальномъ періодѣ болѣзни одышка давала себя чувствовать преимущественно въ тѣхъ случаяхъ, когда больной переутомлялся, когда ему приходилось совершать непривычную физическую работу или подыматься въ гору или же въ верхній этажъ, въ конечномъ періодѣ болѣзни одышка чувствуется больнымъ безпрестанно, и онъ не можетъ, несмотря на непрерывные поиски, найти такое положеніе, въ которомъ ему легко было бы дышать; цвѣтъ лица больного понемногу мѣняется съ блѣднаго на синеватый. Появляется сонливость. Вслѣдствіе плохого орощенія мозга кровью, появляется бредъ, и больной умираетъ, такъ сказать, по частямъ послѣ того, какъ наиболѣе важные органы одинъ за другимъ отказываются служить. Въ другихъ случаяхъ (пороки трехстворчатого—аортального—клапана) исходъ бываетъ болѣе трагическимъ и больной умираетъ внезапно.

— **Леченіе.** Лишнее указывать на то, что леченіе пороковъ сердца должно начаться *какъ можно раньше*. Въ томъ случаѣ, когда существованіе порока сердца установлено, все, повторяемъ, зависитъ отъ *образа жизни больного*. Въ томъ случаѣ, когда больной продолжаетъ мало заботиться о надлежащихъ предосторожностяхъ, положеніе его ухудшается очень быстро. Въ томъ случаѣ, наоборотъ, когда онъ предупрежденъ объ ожидающей его участи и вводитъ въ свой образъ жизни надлежащія измѣненія, онъ можетъ иногда про-



жить и очень долгое время. Въ данномъ случаѣ участь больного зависитъ не столько отъ врача и самой болѣзни, сколько отъ *него самого*.

Начнемъ съ *нравственныхъ условий* жизни больного. Во что бы то ни стало, больному слѣдуетъ избѣгать всякихъ заботъ, тревогъ и волненій. Такъ какъ возбужденіе нашей нервной системы представляетъ явленіе невольное и отъ насъ не зависящее, то объ устраненіи всякихъ поводовъ къ волненію должны заботиться окружающія больного лица. Если больной имѣетъ возможность жить, не имѣя никакой опредѣленной профессіи, тѣмъ лучше. Въ противномъ случаѣ—онъ долженъ избрать профессію неутомительную и не особенно отвѣтственную. По возможности избѣгать сколько-нибудь усиленнаго физическаго труда. Половые сношенія плохо отражаются на сердечныхъ больныхъ. Дѣвушка съ порокомъ сердца не должна, собственно говоря, выходить замужъ. Вышедши замужъ, она должна избѣгать беременности. Родивъ, она не должна кормить (Петеръ).

Не разъ уже упоминали мы о томъ, что многіе органы нашего тѣла способны до извѣстной степени замѣнять и оказывать взаимную помощь другъ другу. Дѣятельность сердца и почекъ, напр., тѣсно связаны между собой. Значительную помощь почкамъ оказываетъ кожа. Всѣхъ этихъ соображеній мы не должны упускать изъ виду при болѣзняхъ сердца. Прежде всего мы должны постараться воздѣйствовать на *кожу*. Каждый день должно дѣлать общія сухія растиранія. Почаще слѣдуетъ принимать теплыя ванны, которыя, однако, не должны быть продолжительны. Избѣгать холодныхъ ваннъ и морскихъ купаній, которыя могутъ вызвать иногда очень серьезныя осложненія. Теплые непродолжительные души подъ слабымъ давленіемъ, градусовъ въ 32—36 Ц., производятъ очень полезное дѣйствіе на сердечныхъ больныхъ. Ни въ какомъ случаѣ струя не должна быть направляема на переднюю часть груди. Въ самой начальной ступени болѣзни души могутъ съ успѣхомъ быть замѣнены нѣкоторыми большими холодными (22°—26° Ц.) обмываніями. Обмываніе должно дѣлаться быстро и сопровождаться растираніемъ спиртомъ.

Нѣмецкій ученый, Эргель, ввелъ въ дѣйствіе особый методъ леченія пороковъ сердца постепеннымъ *восхожденіемъ* на все болѣе и болѣе высокія горы (Terraincur). Въ нѣкоторыхъ курортахъ съ этой цѣлью устроены спеціальныя тропинки со строго опредѣленнымъ и чрезвычайно пологимъ подъемомъ. Такого рода *сердечная гимнастика*, производимая подъ надзоромъ и по указаніямъ врача, даетъ въ нѣкоторыхъ случаяхъ чрезвычайно благотворные результаты.

Въ общемъ же, сердечному больному слѣдуетъ избѣгать сколько-нибудь рѣзкихъ физическихъ движеній, упражненій и спорта. Медленныя же прогулки могутъ имъ принести только пользу.

*Питаніе* имѣетъ огромное вліяніе на состояніе здоровья сердечнаго больного. Собственно говоря, такимъ больнымъ можно кушать все, что имъ вздумается. При этомъ слѣдуетъ, однако, заботиться о томъ, чтобы желудокъ никогда не переполнялся, такъ какъ это производитъ на больныхъ очень скверное дѣйствіе. Съ другой стороны, слѣдуетъ слѣдить за исправностью пищеваренія. Запоры, особенно въ томъ случаѣ, когда они принимаютъ хроническій характеръ, способствуютъ значительному ухудшенію болѣзни. Въ общемъ, больнымъ слѣдуетъ выбирать, преимущественно, такія блюда, которыя при небольшомъ объемѣ отличаются своей питательностью. Поэтому имъ слѣдуетъ употреблять въ пищу преимущественно мясо, рыбу, зеленыя овощи, яйца, свѣжій сыръ и фрукты. Въ болѣе позднемъ періодѣ болѣзни, когда оказываются задѣтыми и наиболѣе важныя органы, почти исключительной пищей больнымъ должно служить *молоко*. Помимо своей питательности и удобоваримости, молоко имѣетъ еще то огромное преимущество, что оно даетъ поводъ къ образованію гораздо меньшаго количества ядовитыхъ веществъ, чѣмъ прочіе пищевые продукты.

Вообще слѣдуетъ сказать, что молоко составляетъ для сердечныхъ больныхъ на извѣстной ступени болѣзни не только предметъ питанія, но и истинное *лекарство*, которое иногда приноситъ больнымъ значительно больше пользы, чѣмъ многія аптечныя средства. Главныя же достоинства молока—помимо его питательности—заключаются въ томъ, что оно усиливаетъ выдѣленіе мочи и вмѣстѣ съ тѣмъ поддерживаетъ кровяное давленіе на необходимой высотѣ. Когда болѣзнь захвачена вначалѣ, молока слѣдуетъ выпивать отъ двухъ до пяти стакановъ въ день. Когда болѣзнь зашла уже очень далеко и больному приходится питаться исключительно молокомъ, его можно выпивать два, даже три литра въ день (10—15 стакановъ). Спиртные напитки, особенно въ сколько-нибудь значительномъ количествѣ, оказываютъ пагубное вліяніе на такого рода больныхъ. Тѣ же самое можно сказать и про табакъ, потребленіе котораго, слѣдуетъ, если только на то у больного хватитъ достаточно мужества, совершенно оставить.

Что касается до леченія минеральными водами, аптечными средствами и пр., то этихъ вопросовъ мы совершенно не будемъ здѣсь касаться: это—дѣло врача.

**Постель.** Постель составляет нашу ночную одежду (см. четвертую главу въ I части: „Наша постель“ стр. 238). Многія дамы проводятъ въ постели около половины своей жизни: часовъ 10 ночью, да часокъ-другой послѣ обѣда: итого 11—12 часовъ; всего же, какъ извѣстно, въ суткахъ, не болѣе 24 часовъ.

Нѣкоторые слабыя, малокровныя и нервныя лица обнаруживаютъ какое-то болѣзненное тяготѣніе къ постели. Въ этомъ отчасти сказывается инстинктивное стремленіе организма къ самопомощи, такъ какъ равномерная теплота и полный покой, которые доставляетъ пребываніе въ постели, оказываютъ на многихъ чрезвычайно благотворное дѣйствіе. Тѣмъ не менѣе, слѣдуетъ непремѣнно доискаться причины этого болѣзненнаго влеченія, если только оно начинается въ сколько-нибудь упорной формѣ.

Свойства постели имѣютъ огромное значеніе и для всѣхъ здоровыхъ лицъ, которыя проводятъ въ ней, въ среднемъ, не менѣе трети всей жизни. Тѣмъ болѣе значеніе имѣетъ она для хроническихъ больныхъ, которые въ нѣкоторыхъ случаяхъ и не покидаютъ ея. Постель только въ томъ случаѣ можетъ быть названа дѣйствительно *чистой*, когда она не состоитъ изъ непроницаемыхъ веществъ, когда она часто выносятся на воздухъ и когда часто мѣняютъ постельное бѣлье. По этимъ соображеніямъ слѣдуетъ предпочитать шерстяныя покрывала—ватнымъ, конскій волосъ—перьямъ и пуху, бумажныя простыни—полотнянымъ. Для того, чтобы все тѣло имѣло возможность отдохнуть, какъ слѣдуетъ быть, необходимо, чтобы тазъ не лежалъ въ углубленіи. Между тѣмъ этого нельзя избѣгать въ томъ случаѣ, когда голова лежитъ очень высоко, какъ любятъ спать нѣкоторые. Правда, голова требуетъ нѣсколько болѣе возвышеннаго положенія, по сравненію съ прочими органами. Тѣмъ не менѣе, слѣдуетъ стремиться къ тому, чтобы все тѣло сохраняло болѣе горизонтальное, болѣе плоское положеніе. Только при нѣкоторыхъ болѣзняхъ (преимущественно, сердечныхъ и легочныхъ) требуется, чтобы голова лежала высоко.

**Послѣдомъ-плацентой** называются околоплодныя оболочки вмѣстѣ съ той частью матки, которая имѣетъ назначеніемъ *питать плодъ* во время беременности. При нормальныхъ условіяхъ послѣдъ самопроизвольно выдѣляется при помощи нѣсколькихъ схватокъ короткое время спустя послѣ родовъ. Не всегда дѣло происходитъ, однако, такъ просто: въ томъ случаѣ, когда роженица очень слаба или же послѣдъ плотно сросся съ маткой, онъ не выдѣляется самопроизвольно, и требуется искусственное вмѣшательство для того, чтобы послѣдъ

былъ изгнанъ. Въ III части сочиненія (см. гл. „Послѣдъ“) мы подробнѣе разберемъ въ этихъ вопросахъ, пока же укажемъ читательницамъ на таблицу въ краскахъ № 15, на которой изображено начало отдѣленія и затѣмъ изгнаніе плаценты.

**Постукиваніе.** Всѣмъ понятно, что отгадать, въ чемъ именно состоитъ какая-либо внутренняя болѣзнь, представляетъ чаще всего очень большія затрудненія, и мы должны поэтому пользоваться всѣми внѣшними данными для того, чтобы узнать, какіе именно процессы совершаются въ нѣдрахъ организма. Однимъ изъ наиболѣе вѣрныхъ средствъ для этого является при болѣзняхъ легкихъ, сердца и нѣкоторыхъ другихъ органовъ—постукиваніе. По измѣненію звука и при помощи нѣкоторыхъ другихъ данныхъ (см. „Измѣдованіе“) мы можемъ довольно опредѣленно судить о тѣхъ измѣненіяхъ, которыя произошли въ данномъ органѣ. Помимо грудныхъ органовъ, постукиваніе имѣетъ также очень большое значеніе и при изслѣдованіи брюшныхъ органовъ, какъ то: желудка, печени, селезенки, кишекъ, матки и пр.

**Пострѣлъ** выражается внезапной болью въ области нижней части спины—въ поясничной области. Во многихъ случаяхъ удается твердо установить связь этого страданія съ ревматизмомъ, преимущественно хроническимъ. Всего чаще она появляется подъ влияніемъ внезапнаго ощущенія холода. Малѣйшее движеніе причиняетъ иногда сильнѣйшія страданія и осуждаетъ больного на полную неподвижность. Длится припадокъ около 8—10 дней.

= **Леченіе.** Покой, горячіе компрессы, опорожненіе кишечника. Постельная паровая ванна. Легкая діета. Массажъ; отвлекающія обливанія. Иногда помогаютъ банки, горчичники, растиранія, электризація.

**Постъ.** Въ высшей степени интересно отмѣтить тотъ фактъ, что всѣ основатели религій считали необходимымъ вводить посты, въ той или иной формѣ, въ кругъ религиозныхъ требованій. Нѣтъ никакого сомнѣнія въ томъ, что постъ имѣетъ не только важное нравственное значеніе, но во многихъ случаяхъ оказывается очень полезнымъ и въ фізіологическомъ отношеніи. Особенно облегчается во время поста работа пищеварительныхъ органовъ, которымъ на время предоставляется болѣе или менѣе полный покой. Что же касается до неприятныхъ ощущеній, то они испытываются, преимущественно, только въ томъ случаѣ, когда постъ абсолютный, полный, т. е. когда въ теченіе извѣстнаго времени не принимается ни пищи, ни питья. Въ такомъ случаѣ понижается кровяное давленіе, что отражается на нѣкото-

рыхъ лицахъ довольно неблагоприятно. Въ томъ случаѣ, однако, когда исключается только пища, переносить постъ въ теченіе сутокъ, напр., не такъ уже трудно. Еще легче переносить постъ въ томъ случаѣ, когда исключается изъ обихода только скоромная пища. Тѣмъ не менѣе, продолжительный постъ такого рода также производитъ неблагоприятное вліяніе на организмъ; по изслѣдованію нѣкоторыхъ земскихъ врачей, онъ отражается очень неблагоприятно и на грудныхъ дѣтяхъ, такъ какъ доказано, что грудныя дѣти значительно падаютъ въ вѣсѣ при соблюденіи постовъ матерями. На нѣкоторыхъ же больныхъ сколько-нибудь продолжительный постъ отражается безусловно вредно.

**Посѣдніе.** До сихъ поръ всѣ были убѣждены въ томъ, что волосы сѣдѣютъ только отъ того, что въ нѣкоторые слои волоса пробирается воздухъ. Въ самое недавнее время нашимъ знаменитымъ ученымъ И. И. Мечниковымъ было доказано, что ближайшей причиной посѣднія является ослабленіе нѣкоторыхъ клѣтокъ организма, которыя пожираются крупными кровяными клѣтками (такъ-наз. фагопитами), занимающими ихъ мѣсто. Этимъ также очень удовлетворительно объясняется тотъ фактъ, что люди сѣдѣютъ въ извѣстномъ возрастѣ, когда ослабляется органическая энергія, а также объясняется внезапное посѣдніе при сильномъ потрясеніи. Такъ, утверждаютъ, что королева Марія-Антуанета посѣдѣла въ одну ночь, когда ей при заключеніи въ Conciergerie былъ объявленъ смертный приговоръ. Дальнѣйшія подробности относительно открытія Мечникова см. въ „Нивѣ“ за 1902 г.

**Потеря голоса,** см. „Афонія“.

**Потеря невинности.** У дѣвственницы дѣтородная плева защищаетъ, какъ извѣстно, до нѣкоторой степени входъ во влагалище. Поэтому присутствіе ея во всѣ времена считалось вѣрнѣйшимъ доказательствомъ невинности данной дѣвушки. Тѣмъ не менѣе, слѣдуетъ сказать, что это правило подвержено многочисленнымъ исключеніямъ. Во многихъ случаяхъ отсутствіе дѣвственной плевы не находится ни въ малѣйшей связи съ нравственностью данной дѣвушки, такъ какъ дѣвственная плева довольно часто разрывается совершенно случайно у дѣвочекъ, когда онѣ расчесываютъ, наприм., наружныя половыя части вслѣдствіе зуда; она можетъ разорваться при какомъ-либо рѣзкомъ движеніи, паденіи на острый предметъ, при верховой ѣздѣ и пр. и пр. Съ другой стороны, и присутствіе дѣвственной плевы не всегда можетъ служить неоспоримымъ доказательствомъ невинности. Какъ бы то ни было, дѣлать какія-либо опредѣленныя заключенія

относительно нравственности дѣвушки по присутствію или отсутствію какой-то пленки столь же неосновательно, сколь и недостойно мыслящаго человѣка.

**Потеря сознанія.** При потерѣ сознанія мозгъ нашъ не воспринимаетъ никакихъ впечатлѣній изъ внѣшняго міра. Тѣмъ не менѣе, дыханіе и кровообращеніе не прекращаются. Сознаніе утрачивается нами при отравленіи нѣкоторыми ядовитыми веществами, какъ то: спиртомъ, хлороформомъ, окисью углерода (угарнымъ газомъ), при сильныхъ душевныхъ потрясеніяхъ, которыя неожиданно и рѣзко нарушаютъ состояніе мозгового кровообращенія, при переполненіи мозга кровью или же, наоборотъ, при недостаточномъ орошеніи его живительной жидкостью. Для того, чтобы быть въ состояніи оказать больному дѣйствительную помощь, слѣдуетъ прежде всего отдать себѣ сколько-нибудь отчетъ въ томъ, отчего именно, отъ какой *причины* произошла потеря сознанія. Въ этомъ отношеніи лица изъ публики могутъ съ нѣкоторой увѣренностью руководиться цвѣтомъ лица больного. Если оно *залито краской*, то можно предполагать, что потеря сознанія произошла вслѣдствіе прилива крови къ головѣ. Если же оно, наоборотъ, *блѣднаго цвѣта*, то можно предположить, что потеря сознанія обусловлена малокровіемъ мозга, который недостаточно орошается кровью. Иногда лицо больного бываетъ синеватымъ, и тогда можно предположить, что больной угорѣлъ.

= **Леченіе** находится, очевидно, въ самой непосредственной зависимости отъ причины, вызвавшей потерю сознанія. Мы ничего не будемъ говорить о безсознательномъ состояніи, которое наблюдается при тифѣ и нѣкоторыхъ другихъ острыхъ заболѣваніяхъ, такъ какъ леченіе этого состоянія сливается въ такомъ случаѣ съ леченіемъ основной болѣзни. Въ томъ случаѣ, когда у насъ имѣются основанія предполагать, что потеря сознанія вызвана *переполненіемъ* мозга кровью (*приливомъ къ головѣ*), мы должны стремиться всѣми силами къ тому, чтобы отвлечь кровь къ другимъ органамъ; съ этой цѣлью мы прибѣгаемъ къ обертыванію нижнихъ конечностей горячими салфетками, къ обливанію холодной водой колѣнъ, къ холодному обертыванію тѣла, къ полуваннамъ съ обливаніемъ позвоночника болѣе свѣжей водой. Мѣры эти имѣютъ послѣдствіемъ привлеченіе крови къ кожѣ и такимъ образомъ очень часто отлично достигаютъ цѣли. Далѣе мы прибѣгаемъ къ маленькимъ холоднымъ клизмамъ, къ опорожненію кишечника. Голову слѣдуетъ положить повыше.

Въ томъ случаѣ, когда у насъ имѣются основанія предполагать, что причина потери сознанія заключается въ *мало-*

*крови мозга*, мы кладемъ голову, наоборотъ, какъ можно ниже. Одновременно мы заворачиваемъ голову влажно-теплыми салфетками съ тѣмъ, чтобы привлечь какъ можно больше крови къ головѣ. Сильными растираніями спины и конечностей мы въ то же время стараемся оживить и общее кровообращеніе. Одновременно мы согрѣваемъ ноги и прилагаемъ всѣ мѣры къ тому, чтобы оживить дѣятельность сердца. Съ этой цѣлью мы стараемся влить больному въ ротъ глотокъ вина или коньяку, къ которымъ прибавляемъ валерьяновыхъ или гофманскихъ капель. Само собой разумѣется, что нужно освободить грудь и шею больного отъ какаго бы то ни было давленія. Съ этой цѣлью слѣдуетъ растегнуть одежду, снять галстукъ и пр. Въ томъ случаѣ, когда лицо приняло *сиплошный оттѣнокъ* и имѣются основанія предположить потерю сознанія вслѣдствіе *угара* (см.), прибѣгаютъ къ *искусственному дыханію* (см.). Слѣдуетъ раскрыть окна настежь, чтобы предоставить пострадавшему какъ можно больше свѣжаго воздуха. Въ нѣкоторыхъ случаяхъ очень хорошее дѣйствіе оказываетъ кровопусканіе.

Вновь повторяемъ: не существуетъ шаблона, одинаково примѣнимаго ко всѣмъ случаямъ потери сознанія. Въ каждомъ случаѣ необходимо прежде всего отдать себѣ отчетъ въ томъ, *что* послужило его ближайшей *причиной* и сообразно съ этимъ дѣйствовать.

**Потъ.** Кожа наша выстлана сотнями тысячъ маленькихъ гроздевидныхъ железъ, выводные каналы которыхъ открываются на поверхности нашей кожи, какъ это изображено нами на рис. 320.



Рис. 320. Потовая железа, окруженная кровеносными сосудами.

Какъ видятъ читательницы, железка, несмотря на свой незначительный объемъ, окружена очень густой сѣтью кровеносныхъ сосудовъ, которые отдаютъ железнкѣ воду и нѣкоторыя другія вещества, растворенныя въ крови. Такимъ образомъ, въ потъ переходятъ нѣкоторыя вещества, воспріятыя нами съ пищей или выдѣляющіяся при нѣкоторыхъ болѣзняхъ изъ организма. Нетрудно понять поэтому, что качества пота должны находиться въ нѣкоторой связи какъ съ нашимъ питаніемъ, такъ и

съ состояніемъ нашего здоровья. Всего больше для насъ доступно, понятно, сужденіе о запахѣ и цвѣтѣ пота. Такъ какъ кожа находится, при посредствѣ очень густой нервной сѣти, въ тѣснѣйшей связи съ мозгомъ, то можно понять также, почему душевныя волненія могутъ оказывать довольно рѣзкое вліяніе на выдѣленіе пота. Такъ, извѣстно, что при сильномъ





СЛѢДУЕТЪ.



НЕ СЛѢДУЕТЪ.

КАКЪ ДЕРЖАТЬ РЕБЕНКА НА РУКАХЪ.



СЛѢДУЕТЪ.



НЕ СЛѢДУЕТЪ.

КАКЪ ДЕРЖАТЬ РЕБЕНКА ПРИ КУПАНИИ.

# УХОДЪ ЗА ГРУДНЫМЪ РЕБЕНКОМЪ



страхъ лицо наше покрывается иногда въ теченіе нѣсколькихъ секундъ „холоднымъ потомъ“. То же происходитъ и при волненіи. Особенно легко подвержены при такихъ условіяхъ обильному выдѣленію пота впечатлительныя и нервныя особы. Съ другой стороны, и усиленная физическая работа также ведетъ къ обильному выдѣленію пота, такъ какъ къ мышцамъ приливаетъ очень много крови и всѣ кожныя сосуды одновременно переполняются ею. Въ такихъ случаяхъ потъ ведетъ и къ охлажденію тѣла, такъ какъ съ потомъ выдѣляется изъ организма и значительное количество теплоты. Сказаннымъ объясняется, почему появленіе пота имѣетъ такое большее значеніе при нѣкоторыхъ заболѣваніяхъ и почему въ нѣкоторыхъ случаяхъ мы всѣми силами стараемся вызвать отдѣленіе пота у больного. Такимъ путемъ удается нерѣдко удалить изъ крови нѣкоторыя вредныя составныя части. Этимъ же объясняется, почему народъ считаетъ потѣніе „кровь очищающимъ“ средствомъ.

Потѣніе составляетъ естественную функцію каждаго нормальнаго организма, и потому совершенно сухая кожа должна считаться не менѣе болѣзненной и ненормальной, чѣмъ кожа, которая слишкомъ сильно потѣетъ. Недостаточно потѣютъ тѣ, которые, по причинѣ своего неподвижнаго сидячаго образа жизни и нецѣлесообразной одежды, *разучились* потѣть. Чрезмѣрное потѣніе объясняется болѣзненнымъ раздраженіемъ кожи; при легочныхъ же болѣзняхъ—тѣмъ, что при посредствѣ легкихъ выдѣляется недостаточное количество водяныхъ паровъ, излишекъ которыхъ выводится въ такомъ случаѣ кожей. Воздушными ваннами, проницаемой для воздуха одеждой, укрѣпляющей мышечной дѣятельностью, гимнастикой и пр., мы всегда можемъ вернуть кожѣ способность потѣть въ томъ случаѣ, когда способность эта ею утрачена. Во всякомъ случаѣ, вниманія нашего одинаково заслуживаютъ какъ тѣ дѣти, у которыхъ кожа постоянно суха, такъ и тѣ, которые потѣютъ чрезмерно.

*Критическимъ* называютъ потъ, который появляется въ заключеніе нѣкоторыхъ лихорадочныхъ заболѣваній, при которыхъ кожа постоянно остается сухой. Критическимъ потъ этотъ называютъ потому, что онъ влечетъ за собой обыкновенно паденіе температуры, значительное облегченіе и вообще крутой поворотъ къ лучшему: *переломъ* въ теченіи болѣзни.

Что касается тѣхъ средствъ, при помощи которыхъ мы можемъ добиться усиленнаго потоотдѣленія, то они очень многочисленны и разнообразны. Мы можемъ воздѣйствовать непосредственно на кожу. Если плотно укутаемъ тѣло въ

нѣсколько слоевъ теплой одежды, то мы можемъ вызвать потъ. Того же достигаемъ мы горячими обертываніями. Потъ вызываетъ горячая и особенно воздушно-горячая ванна. Обильный потъ мы можемъ вызвать и въ томъ случаѣ, если будемъ поглощать въ изобиліи напитки, особенно въ горячемъ видѣ. Особенно дѣйствительными считаются въ этомъ отношеніи лимонадъ и настой изъ липоваго цвѣта, который пользуется такимъ широкимъ распространеніемъ у насъ въ народѣ. Наиболѣе естественнымъ и здоровымъ средствомъ для того, чтобы вызвать значительное потоотдѣленіе, слѣдуетъ, однако, считать усиленную мышечную работу.

**Потъ—ножной.** Ножной потъ представляеть собой не только очень неприятное, но и очень тягостное явленіе, которое должно считаться болѣзненнымъ. Главными причинами обильнаго ножного пота слѣдуетъ считать неправильное кровообращеніе вообще и—въ нижнихъ конечностяхъ въ особенности. Тому же способствуетъ и негигіеническая обувь, которая лишаетъ ногу возможности правильно отправлять свои фѹнкции. Соотвѣтственно этому мы должны и бороться съ ножнымъ потомъ. Прежде всего слѣдуетъ замѣнить непроницаемую кожаную обувь—легкой, просторной и проницаемой для воздуха. Какъ только становится возможнымъ обмѣнъ воздуха, состояніе ноги тотчасъ же улучшается. Параллельно съ этимъ мы можемъ прибѣгнуть и къ нѣкоторымъ внѣшнимъ средствамъ, какъ насыпанію въ обувь соды, скобленаго мелкими стружками стеарина; особенно же хорошо дѣйствуютъ квасцы и салициловый натръ. Само собой разумѣется, что одновременно необходимо ежедневно дѣлать ножныя ванны съ мыломъ и мѣнять ежедневно (или даже чаще) носки. Пропитавшуюся потомъ обувь рекомендуется оставить. Вечеромъ слѣдуетъ ежедневно принимать ножную ванну, въ 28° Ц., въ теченіе 5 минутъ, за которой должно слѣдовать обливаніе въ 16°. Не слѣдуетъ упускать изъ виду и *общаго леченія*, такъ какъ обильный ножной потъ въ нѣкоторыхъ случаяхъ является только внѣшнимъ выраженіемъ общаго болѣзненнаго состоянія. слѣдуетъ стремиться прежде всего къ оживленію кровообращенія въ кожѣ. Съ этой цѣлью прибѣгаютъ къ массажу, воздушнымъ ваннамъ, спиртнымъ растираніямъ, общимъ ваннамъ и пр. Этими мѣрами удается нерѣдко устранить чрезмѣрное потѣніе ногъ въ самое короткое время.

**Потъ—подмышечный.** Особенно часто наблюдается онъ у женщинъ, подобно тому, какъ ножной потъ наблюдается, главнымъ образомъ, у мужчинъ. Зависитъ это всего больше отъ различія въ условіяхъ жизни и еще больше—въ одѣяніи

между обоими полами. Въ нѣкоторыхъ случаяхъ обильное отдѣленіе пота подѣ мышками вызывается тучностью; въ другихъ случаяхъ—нервной слабостью. Какъ бы то ни было, обильное отдѣленіе пота въ данномъ случаѣ, какъ и во всѣхъ другихъ, указываетъ на болѣзненную раздражительность кожи и на неправильность обмѣна веществъ. Въ нѣкоторыхъ случаяхъ подмышечный потъ является тягостнымъ не только самъ по себѣ, но также и потому, что онъ пронизываетъ платье и бѣлье, измѣняетъ ихъ цвѣтъ и пр. Въ другихъ случаяхъ подмышечный потъ вызываетъ непріятный зудъ или же обладаетъ крайне отвратительнымъ запахомъ. Средства, которыя употребляются въ большинствѣ случаевъ для борьбы съ этимъ непріятнымъ явленіемъ, рѣдко ведутъ къ цѣли. Въ лучшемъ случаѣ они нѣсколько защищаютъ платье и бѣлье. вмѣстѣ съ тѣмъ они обыкновенно только усиливаютъ отдѣленіе пота, такъ какъ всевозможные подмышники дѣлаются изъ непроницаемой ткани, резины, навощенной матеріи и пр. Въ такомъ случаѣ они еще больше затрудняютъ, очевидно, обмѣнъ воздуха подмышечной впадины и теплоизлученіе. Нѣсколько лучше обстоитъ дѣло въ томъ случаѣ, когда подмышники эти дѣлаются изъ какого-либо пористаго вещества, имѣющаго назначеніемъ всасывать и поглощать потъ.

— **Лечение.** Прежде всего необходимо позаботиться о разумномъ и цѣлесообразномъ бѣльѣ и платьѣ, которыя были бы проницаемы для воздуха. Вязаная ткань должно замѣнить полотно и холстъ. слѣдуетъ позаботиться объ устраненіи всякаго мѣстнаго давленія. Такимъ образомъ значительно улучшится, какъ отдача теплоты, такъ и испареніе съ поверхности кожи. Одновременно слѣдуетъ подумать и о разумномъ уходѣ за кожей. Для того, чтобы поднять дѣятельность кожи, мы прибѣгаемъ къ общимъ ваннамъ, растираніямъ, массажу. Въ томъ случаѣ, когда потъ легко появляется вслѣдствіе нервнаго напряженія или волненія, имѣется основаніе думать, что усиленное потоотдѣленіе происходитъ, благодаря **нервной слабости** (см.). Къ устраненію этой слабости нами должны быть приняты мѣры, указанныя въ приведенной главѣ.

Позаботившись такимъ образомъ объ общемъ укрѣпленіи кожи и нервной системы, мы перейдемъ и къ *мѣстному* леченію страданія. Съ этой цѣлью мы должны производить ежедневныя обмыванія подмышечной впадины свѣжей водой: холодной воды слѣдуетъ избѣгать, такъ какъ она черезчуръ сильно раздражаетъ кожу. Къ водѣ, которой мы производимъ обмыванія, можно прибавить небольшое количество уксуса, спирту или одеколону. Только въ нѣкоторыхъ слу-

чаяхъ рекомендуется прибѣгать къ муслиновымъ мѣшечкамъ, которые пропитываются растворомъ квасцовъ или же порошкомъ липоваго угля. Въ другихъ случаяхъ мы прибѣгаемъ, съ цѣлью защитить лучшее платье, къ подмышникамъ, сотканнымъ изъ нѣсколькихъ слоевъ вязаной матеріи, которая имѣетъ назначеніемъ впитывать въ себя потъ.

Въ нѣкоторыхъ случаяхъ зломъ является не столько усиленное потоотдѣленіе, сколько *пронзительный запахъ* пота, который является истинной пыткой для данной женщины. Въ такомъ случаѣ дѣло идетъ о нарушеніи нормальной дѣятельности железъ и даже о нарушеніи общаго обмѣна веществъ въ организмѣ.

Съ цѣлью облегчить страданіе, но никакъ не для исцѣленія, употребляютъ въ слабыхъ растворахъ марганцево-кислый калий, а также хлорную известь. Не слѣдуетъ, однако, упускать изъ виду, что вещества эти дѣйствуютъ очень сильно, а потому должны быть употребляемы только въ очень разведенномъ видѣ. Такъ, марганцево-кислый калий употребляется въ растворѣ 1 : 1000, хлорный же—(известь) въ растворѣ—10 : 250. Не слѣдуетъ, однако, примѣнять означенныхъ растворовъ—непосредственно на кожу: лучше, чтобы ихъ раздѣляла какая-нибудь ткань.

**Поты—ночные.** Нерѣдко они являются послѣдствіемъ неразумнаго устройства постели. Въ такомъ случаѣ слѣдуетъ устранить пуховики, покрываться легкими одѣялами, не ложиться въ постель на полный желудокъ; спать, если возможно, при открытыхъ окнахъ и пр. Въ другомъ случаѣ они служатъ указаніемъ на *неврастенію* (см.). При лихорадочныхъ заболѣваніяхъ они иногда служатъ указаніемъ на благодѣтельный переломъ болѣзни. Всего чаще однако, упорные ночные поты имѣютъ очень дурное значеніе, такъ какъ служатъ указаніемъ на легочную чахотку, и притомъ въ очень поздней ступени. Но и въ такомъ случаѣ большое облегченіе приноситъ пользованіе свѣжимъ воздухомъ такъ, какъ это нами было изложено въ ст. „**Легочная чахотка**“, и свѣжія обтиранія, причемъ къ водѣ прибавляютъ небольшое количество спирту.

**Потѣлуй.** Въ томъ случаѣ, когда мать въ порывѣ нѣжности цѣлуетъ своего ребенка или ребенокъ изливаешь, наоборотъ, полноту своего чувства къ матери потѣлуемъ, это выраженіе преданности и любви нельзя не находить вполне естественнымъ и противъ него ничего нельзя имѣть. Иное дѣло, если потѣлуй обращается, какъ это въ настоящее время наблюдается, преимущественно среди женщинъ, въ простую формальность и внѣшній обрядъ, и потѣлуями обмѣ-

ниваются между собой женщины, которыя не только не питаютъ другъ къ другу никакихъ нѣжныхъ чувствъ, но въ душѣ, быть можетъ, вообще мало питаютъ симпатіи другъ къ другу. Въ такомъ случаѣ поцѣлуй является только выраженіемъ лжи и фальши. Въ то же время поцѣлуй во многихъ случаяхъ бываютъ сопряжены не только съ непріятнымъ ощущеніемъ (при испорченныхъ зубахъ, дурномъ запахѣ изо рта у особы, съ которой мы обмѣниваемся поцѣлуями и т. д.), но и нѣкоторыхъ опасностей. Такъ, нѣкоторыя болѣзни легко передаются при посредствѣ слюны; въ ихъ числѣ — *дурная* болѣзнь. Особенно опасны въ этомъ отношеніи поцѣлуи въ губы.

Дурная привычка также—цѣловать часто дѣтей; поцѣлуй всегда бываетъ сопряженъ съ нѣкоторымъ раздраженіемъ кожи, и дѣти обыкновенно ихъ очень неохотно переносятъ, кромѣ того, поцѣлуи могутъ вызывать и болѣе или менѣе упорныя сыпи.

**Почекъ—воспаленія.** На рис. 16 и 17 мы изобразили наружный и внутренній видъ почекъ. Рис. 50 изображаетъ „сморщенную“ почку. Рис. 321 представляетъ намъ весь мочевой аппаратъ въ связи съ органами брюшной полости и важнѣйшими сосудами. Что почки служатъ для выдѣленія изъ организма вредныхъ веществъ, которыя какимъ бы то ни было путемъ попадаютъ въ кровь, намъ уже извѣстно. Извѣстно намъ также, какое значеніе имѣетъ для нашего здоровья правильное отправленіе своихъ обязанностей почками. Во второй главѣ I части сочиненія мы указывали уже, какое пагубное вліяніе оказываютъ нерѣдко на почки ѣда и питье безъ разбора и безъ мѣры. Особенно вредное вліяніе оказываютъ на почки *спиртные напитки*. Указывали мы уже и на то, какъ важно съ самаго ранняго возраста привить дѣтямъ въ этомъ направленіи хорошія привычки; особенно же—не внушать имъ потребности въ искусственномъ возбужденіи и въ излишествахъ.

Перейдемъ теперь къ разсмотрѣнію *воспаленій*. Различаютъ острое и хроническое воспаление почекъ. **Острое воспаление почекъ** наступаетъ, преимущественно, при острыхъ болѣзняхъ, изъ которыхъ мы на первомъ планѣ должны поставить *скарлатину*, которая почти неизбѣжно влечетъ за собой острое воспаление почекъ. Читательницамъ нашимъ небезызвѣстно также, почему именно заразныя болѣзни влекутъ за собой острое воспаление почекъ. При каждой различной болѣзни образуется значительное количество ядовитыхъ веществъ (токсиновъ), которыя непремѣнно должны быть выдѣлены изъ организма, подъ опасеніемъ его отравленія. При

исполненіи этой столь же отвѣтственной, сколь и опасной обязанности, почки часто падаютъ жертвой своего долга, такъ какъ выдѣляемыя ими ядовитыя вещества почти неизбѣжно отравляютъ ихъ.

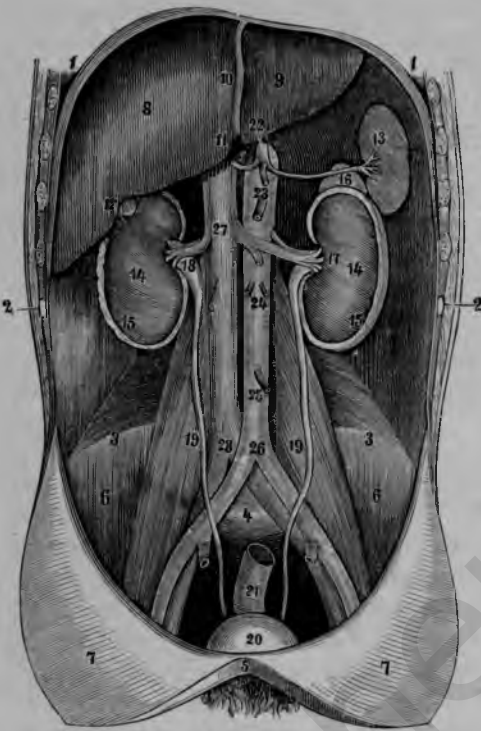


Рис. 321. Брюшная полость. Видъ спереди, по удаленіи брюшины и поджелудочной железы.

1. Грудобрюшная преграда (диафрагма).
2. Одинадцатое ребро.
3. Подвздошный гребешокъ.
4. Мысь.
5. Лонное соединеніе.
6. Повздошная впадина (область верхняго большого таза).
7. Передняя брюшная стѣнка, откинута назадъ.
8. Правая доля печени.
9. Лѣвая доля печени.
10. Подвѣшивающая связка печени.
11. Круглая связка печени.
12. Желчный пузырь.
13. Селезенка.
14. Почки.
15. Жировая оболочка почекъ.
16. Надпочечная железа.
17. Почечный ворота (мѣсто вступленія и выступленія изъ почекъ мочеточниковъ, почечной артеріи и почечныхъ венъ).
18. Почечная лоханка.
19. Мочеточники.
20. Мочевой пузырь.
21. Прямая кишка.
- 23, 24, 25. Брюшная аорта.
26. Мѣсто дѣленія брюшной аорты.
- 27, 28. Нижняя полая вена.
29. Почечная артерія отходитъ отъ брюшной аорты; почечныя вены впадаютъ въ нижнюю полую вену.

(По Рауберу).

Острое воспаленіе почекъ выражается нѣкоторыми очень характерными признаками. Моча выдѣляется въ очень скудномъ количествѣ, причемъ она бываетъ темно - кирпичнаго цвѣта; чаще всего въ ней находится бѣлокъ; въ нѣкоторыхъ же случаяхъ въ мочѣ показывается и кровь. Въ поясничной области чувствуются болѣе или менѣе острые боли. *Тихорадка* можетъ достигать довольно значительной высоты; появляются отеки. Въ виду того, что почки становятся въ болѣе или меньшей степени непроходимыми, наступаетъ моче-кровіе (см.), которое уже и само по себѣ можетъ быть названо очень тяжелой болѣзнью. Въ очень короткое время появляется *отекъ* лица, живота и оконечностей. Если къ тому же появляется еще жидкость и въ грудной клѣткѣ и сердечной сорочкѣ, то положеніе больного можно считать почти безнадежнымъ. Ядовитые продукты, которые при нормальныхъ условіяхъ выдѣляются изъ организма почками, остаются при перечисленныхъ усло-

віяхъ въ крови и разносятся ею по всѣмъ органамъ тѣла.

== Лечение имѣетъ задачей возбудить дѣятельность почекъ

и заставить усиленно функционировать кожу, которая, какъ намъ извѣстно, способна во многихъ отношеніяхъ замѣнять почки и поддерживать дѣятельность сердца. Чтобы достичь этихъ разнообразныхъ цѣлей, мы прибѣгаемъ къ обертываніямъ на три четверти, водой въ 35° Ц., которыя повторяются до тѣхъ поръ, пока имѣется еще повышенная температура. Дѣлаютъ также и общія обертыванія (см.). Діета сводится къ миндальному и сырому коровьему молоку, которое, какъ мы уже видѣли выше, должно считаться не только питательнымъ средствомъ, но и

драгоценнымъ лекарствомъ, такъ какъ оно усиливаетъ дѣятельность почекъ и меньше всѣхъ остальныхъ пищевыхъ веществъ даетъ поводъ къ образованію ядовитыхъ веществъ. Разрѣшаются также слизистые супы. Напитковъ, преимущественно въ горячемъ видѣ, больной долженъ потреблять какъ можно больше, причемъ въ данномъ случаѣ можно при выборѣ напитка руководиться его личными вкусами.

Въ нѣкоторыхъ случаяхъ приходится прибѣгать къ горячимъ компрессамъ на область почекъ, и въ томъ случаѣ, когда слабость сердца не является къ тому противопоказаніемъ,—къ горячимъ общимъ ваннамъ (см.) или даже паровымъ или воздушно-горячимъ ваннамъ.

При высокой лихорадкѣ и затрудненіи при выдѣленіи мочи иногда оказываютъ хорошее дѣйствіе и обмыванія нижней области живота холодной водой въ теченіе 3-хъ минутъ такъ, какъ это представлено нами на рис. 322. Само собой разумѣется, что съ особенной тщательностью слѣдуетъ слѣ-



Рис. 322. Обмываніе нижней части живота.

дить за правильнымъ опорожненіемъ кишечника, которому, въ случаѣ надобности, слѣдуетъ придти на помощь клизмами. Точно такъ же должно заботиться о томъ, чтобы доставлять больному свѣжій воздухъ. Что же касается до спеціально мочегонныхъ, а также сердечныхъ средствъ, то медицина обладаетъ въ ихъ числѣ нѣкоторыми чрезвычайно цѣнными и дѣйствительными, какъ то: наперстянкой майскимъ ландышемъ, строфантомъ, коффеиномъ и пр. Вещества эти являются, однако, вмѣстѣ съ тѣмъ и сильными ядами и, будучи употреблены некстати, могутъ значительно ухудшить положеніе больного. Примѣненіе этихъ средствъ слѣдуетъ, очевидно, предоставить исключительно компетенціи врача.

— **Хроническое воспаленіе почекъ** бываетъ двоякаго рода. Въ одномъ случаѣ оно развивается изъ остраго, въ какомъ случаѣ получается *малая сморщенная почка*. Въ другомъ случаѣ почки бываютъ, наоборотъ, увеличены въ размѣрѣ, такъ какъ въ нихъ усиленно развивается соединительная ткань. При этомъ больные отличаются блѣднымъ цвѣтомъ и одутловатостью лица. Моча отходитъ не въ слабомъ количествѣ, какъ при сморщенной почкѣ, но въ усиленномъ. Въ первомъ случаѣ моча бываетъ темной; во второмъ—она бываетъ свѣтлой; удѣльный вѣсъ ея во второмъ случаѣ бываетъ пониженъ. Какъ бы то ни было, но хроническое воспаленіе почекъ или, какъ его еще чаще называютъ по имени впервые описавшаго его ученаго, *Брайтова болѣзнь* должна быть признана очень серьезной и мы на нее какъ можно раньше должны обратить надлежащее вниманіе.

— **Леченіе** хроническаго воспаленія почекъ сводится, преимущественно, къ соблюденію извѣстной діеты, въ которой *молоко* играетъ преобладающую роль;—къ правильному образу жизни; къ воздушнымъ ваннамъ; къ полуваннамъ съ холоднымъ обливаніемъ вдоль позвоночника, къ дыхательной гимнастикѣ и пр. Употребляемыхъ при этомъ лекарствъ мы не имѣемъ надобности касаться.

**Почечные камни.** Въ начальномъ періодѣ выдѣляется обыкновенно въ теченіе нѣ котораго времени вмѣстѣ съ мочей *иссокъ*, который, къ сожалѣнію, рѣдко привлекаетъ вниманіе больного, и послѣдній обращается къ врачебной помощи только въ томъ случаѣ, когда появляются почечныя колики. Камень можетъ застрять въ различныхъ пунктахъ по пути изъ почекъ наружу, начиная съ почечной лоханки и мочеточника и заканчивая мочевымъ пузыремъ и мочеиспускательнымъ каналомъ. Въ случаѣ застреванія камня въ какомъ-либо узкомъ мѣстѣ появляются сильнѣйшія боли, которыя про-



ходить только тогда, когда камень вышел наружу или его было отгнать обратно.

Причины появления камней в моче многочисленны: обвиняют чрезмерную кислотность крови, ненормальный состав питьевой воды, неумеренность в пище и пр.

В том случае, когда камень застрял в почечной лоханке или мочеточнике, моча продолжает выделяться из здоровой почки. В том случае, однако, когда камень закрыл проход мочеиспускательного канала, появляется *задержка мочи*, что следует считать довольно серьезным осложнением.

Главной причиной появления в моче песка и камней считают излишнее образование в крови кислот, вследствие чего преобразование различных веществ в моче принимает ненормальное направление. В основе страдания лежит, однако, неправильный обмен веществ, который всего чаще приводит к т.-наз. „болезням пресыщения“. К таковым можно причислить и образование камней, как в желчном пузыре, так и в мочевом.

В смысле *предохранения* следует обратить внимание на то, чтобы вести подвижной, а не сидячий образ жизни, а также на то, чтобы в пище не преобладали животные и мучнистые продукты. Следует избегать также употребления спиртных, и особенно шипучих напитков. Побольше плодов, ягод и овощей. Большое значение имеет движение, массаж, пользование холодной водой. В смысле *лечения* прибегают к щелочным водам (Виши; у нас — Эссен-туки № 17) и литию. Большое значение имеет и обильное



Рис. 323. Нормальное положение почек.  
(По Ламану).

потребление жидкостей, на которое слѣдуетъ обратить особое вниманіе.

Въ томъ случаѣ, когда не остается никакого сомнѣнія относительно пребыванія камня въ мочевомъ пузырьѣ, прибѣгаютъ къ операциі. Прежде чаще прибѣгали къ операциі *камнесточенія*, т. е. къ разрѣзыванію мочевого пузыря, изъ котораго и извлекали камень. Въ настоящее время чаще прибѣгаютъ къ операциі *камнедробленія*, при которой камень помощью особыхъ инструментовъ раздробляется въ самомъ же мочевомъ пузырьѣ и обращается въ песокъ, который затѣмъ и вымывается наружу.

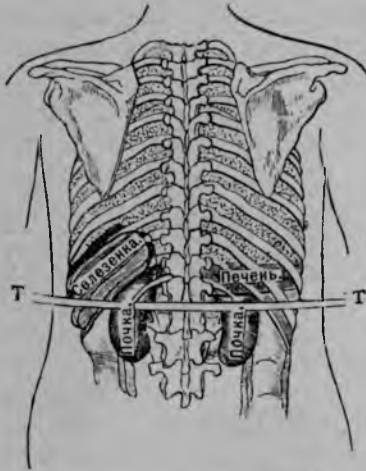


Рис. 324. Опущеніе почекъ, какъ послѣдствіе шнуровки.  
1. Селезенка. 2. Печень. 3. Почки.  
(По Ламану).

**Почка — блуждающая.** Главными причинами появленія блуждающей почки слѣдуетъ считать шнурованіе, многочисленные роды и исхуданіе. Въ такихъ случаяхъ жиръ, окружающій почки и удерживающій ихъ отчасти въ нормальномъ положеніи, разссывается, связки ослабляются и почка опускается. Блуждающая

почка ведетъ за собой нерѣдко сильныя боли и ощущеніе давленія въ поясничной области. Въ смыслѣ **леченія** важно общее укрѣпленіе организма и откармливаніе, имѣющія цѣлью увеличить отложеніе жира въ организмѣ. Какъ на *мѣстное* леченіе, можно указать на массажъ и на обливанія поясничной области свѣжей или холодной водой. Въ нѣкоторыхъ случаяхъ приходится прибѣгнуть къ спеціальному биндажу, имѣющему цѣлью удерживать почку въ надлежащемъ мѣстѣ.



Рис. 325. Биндажъ для ношенія при блуждающей почкѣ.

**Предрасположеніе.** О немъ не разъ уже шла рѣчь въ настоящемъ сочиненіи. Существованія его нельзя отрицать, если подумать, что изъ множества людей, поставленныхъ, казалось бы, въ совершенно одинаковыя условія, одни заболѣваютъ какой-либо болѣзнью, между тѣмъ какъ другіе остаются совершенно здоровыми. Особенно часто приходится говорить о предрасположеніи при **чахоткѣ** и **ракѣ**. Несмотря на то, что наиболѣе важное значеніе имѣетъ предрасположеніе при **заразныхъ болѣзняхъ** (см.), немалую роль играетъ оно и при

незаразныхъ заболѣваніяхъ. Взгляды наши на этотъ вопросъ мы уже мимоходомъ высказывали въ другихъ статьяхъ и отдѣлахъ, а потому специально на немъ останавливаться не станемъ.

**Преждевременные роды**, см. „Роды—преждевременные“.

**Прекращеніе менструацій**, см. „Менструацій—прекращеніе“.

**Прививка.** О прививкѣ, которая имѣетъ наибольшее практическое значеніе для насъ, а именно, о прививкѣ оспы мы говорили уже подробно въ статьѣ, посвященной „**оснопрививанію**“, къ которой мы и отсылаемъ нашихъ читателей. Тѣмъ не менѣе, намъ извѣстно, что оспа является не единственной болѣзью, при которой можно говорить о прививкѣ. Къ таковымъ относится также собачье бѣшенство, дифтеритъ, чума. Не имѣя возможности вдаваться въ подробное разсмотрѣніе научныхъ началъ прививки противъ какой-либо болѣзни, ограничимся на этотъ счетъ нѣсколькими словами. Доказано, что микробы какой-либо заразной болѣзни вырабатываютъ вещества, которыя лишаютъ ихъ возможности размножаться и существовать въ данной средѣ. Вещества эти остаются въ крови на очень продолжительное время, и это дѣлаетъ организмъ въ значительной степени невоспримчивымъ къ той же болѣзни (см. „**Невоспримчивость**“). Въ томъ случаѣ, когда заразная болѣзнь уже постигла больного, мы стремимся достигъ той же цѣли: образованія противоядныхъ веществъ (антитоксиновъ) искусственнымъ путемъ. Для этого мы и впрыскиваемъ сыворотку, приготовленную изъ ослабленныхъ разводовъ того же микроба. Въ другихъ случаяхъ мы впрыскиваемъ кровяную сыворотку животныхъ, которыя предварительно путемъ впрыскиванія все болѣе и болѣе сильныхъ разводовъ микробовъ данной болѣзни были сдѣланы невоспримчивыми къ данной болѣзни. Такъ поступаемъ мы, напр., при дифтеритѣ и чумѣ, при которыхъ больнымъ впрыскивается кровяная сыворотка лошадей, сдѣланныхъ невоспримчивыми къ этимъ болѣзнямъ. Въ такомъ случаѣ ядовитость микроба въ значительной степени ослабляется. Таковъ научный принципъ прививокъ. Тѣмъ не менѣе, на практикѣ, стремленіе это въ силу чисто практическихъ препятствій далеко не всегда можетъ быть легко осуществлено. Какъ бы то ни было, наука упорно стремится къ цѣли, и съ каждымъ годомъ завоеванія ея расширяются въ этой области. Такъ, за послѣднія нѣсколько лѣтъ стали съ успѣхомъ пользоваться прививками при брюшномъ тифѣ, воспаленіи легкихъ, родильной горячкѣ, столбнякѣ и пр. Едва ли будетъ химерой думать, что со временемъ мы будемъ обладать болѣе или менѣе дѣйствительными противоядіями

противъ *всѣхъ заразныхъ болѣзней*, и тогда мы утратимъ значительную долю того страха, который мы поневолѣ испытываемъ передъ ними.

**Признаки смерти**, см. „Смерти—признаки“.

**Припарка.** Припарка дѣлается изъ какого-либо вещества, обладающаго большою теплоемкостью и потому сохраняющаго высокую температуру въ теченіе болѣе или менѣе продолжительнаго времени. Припарки можно дѣлать изъ различныхъ веществъ. Всего чаще ихъ дѣлаютъ изо льна. Приготавливается льняная припарка слѣдующимъ образомъ. Ленъ толкутъ въ мелкій порошокъ и варятъ съ водой или молокомъ, при постоянномъ помѣшиваніи, до тѣхъ поръ, пока получится довольно густая масса. Масса эта кладется между двухъ слоевъ полотна на больное мѣсто. Ленъ можно замѣнить крахмаломъ, картофельной мукой и пр.

**Приснищъ.** Имя это достойно того, чтобы быть знакомымъ нашимъ читательницамъ. Не занимая никакого официального положенія въ наукѣ и не будучи даже врачомъ, онъ сумѣлъ *создать*, такъ сказать, *водолеченіе* (см.) и съ необыкновенной талантливостью сумѣлъ очертить основныя черты этого столь цѣннаго и столь могущественнаго метода леченія. Въ наше время водолеченіе послѣ многочисленныхъ изысканій, изслѣдованій и наблюденій въ различныхъ клиникахъ, получило научное обоснованіе, но великая заслуга введенія воды въ дѣло леченія самыхъ разнородныхъ болѣзней навсегда останется за Приснищемъ.

**Провѣтриваніе.** Къ сожалѣнію, лишь очень немногіе изъ нашей среды имѣютъ правильное представленіе о томъ, что собственно представляетъ собой провѣтриваніе. Съ другой стороны, трудно бываетъ повѣрить тѣмъ, кто того лично не испыталъ, съ какимъ отвратительнымъ воздухомъ сживаются постепенно нѣкоторыя лица, совершенно не замѣчая того. Необходимо, чтобы нашъ органъ обонянія былъ въ этомъ отношеніи правильно воспитанъ и чтобы онъ намъ исправно докладывалъ о малѣйшей порчѣ воздуха. Сплошь да рядомъ приходится намъ наблюдать, что воздухъ очень рѣдко возобновляется даже въ небольшихъ помѣщеніяхъ, въ которыхъ нѣсколько человѣкъ имѣетъ почти постоянное пребываніе, которыя бываютъ заполнены массой мебели и въ которыхъ въ теченіе долгихъ часовъ иногда не погухаетъ лампа. Диво ли при такихъ условіяхъ, что воздухъ въ подобныхъ помѣщеніяхъ оказывается прямо невыносимымъ для человѣка, испытывающаго постоянную потребность въ свѣжемъ воздухѣ?!—Слѣдуетъ себѣ поставить за правило—нѣсколько разъ въ день самымъ основательнымъ образомъ *про-*

*открывать* *всѣ* *помѣщенія*. Всего лучше открывать съ этой цѣлью окна на двухъ противоположныхъ сторонахъ квартиры и устраивать сильные сквозняки. Изъ этого правила не должно быть исключеній и для коридоровъ, ванныхъ и кладовыхъ, которыя въ этомъ отношеніи часто оставляютъ всего больше желать. Необходимо, чтобы свѣжій воздухъ проникалъ во *всѣ* *рѣшительно* *улки*.

Что же касается до спанья, то, въ случаѣ надобности, нѣсколько человѣкъ можетъ помѣщаться и въ небольшой комнатѣ, если только она хорошо *проветривается* и особенно, если на ночь не закрываются окна. Повторяемъ еще разъ, необходимо какъ можно чаще возобновлять въ жилыхъ помѣщеніяхъ воздухъ. Въ этомъ отношеніи не слѣдуетъ себѣ

тѣшить никакими иллюзіями въ родѣ того, что присутствіе листовыхъ растений, окуриваніе ароматными травами, курительными свѣчками и пр. способны замѣнить свѣжій воздухъ: они могутъ только *замаскировать* испорченность воздуха и пригупить наше обоняніе, но о замѣнѣ ими живительнаго кислорода и рѣчи быть не можетъ. На рис. 326 нами изображено теченіе нагрѣтаго вну-

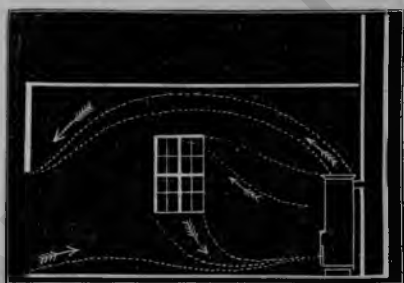


Рис. 326. Теченіе нагрѣтаго комнатнаго воздуха.  
(По Вальзеру).

тренняго (комнатнаго) и наружнаго—холоднаго воздуха при вентиляціи. Отсылаемъ также нашихъ читателей къ четвертой главѣ I части сочиненія „*Наши жилища*“ (стр. 241), въ которой шла рѣчь о томъ же вопросѣ.

**Прогрессивный параличъ.**—Тяжелая физическая и душевная болѣзнь, которая встрѣчается относительно нерѣдко. Наблюдается прогрессивный параличъ гораздо чаще у *мужчинъ*, нежели у женщинъ, преимущественно въ возрастѣ 35—40 лѣтъ. Очень часто болѣзнь эта передается по *наследству*. Что касается до ея ближайшихъ причинъ, то таковыми можно считать умственное переутомленіе, разнаго рода злоупотребленія и излишества (половые, спиртными напитками и пр.) Немаловажное значеніе имѣютъ также и нравственныя причины въ видѣ образа жизни, исполненнаго тревогъ, заботъ и волненій, грустныхъ аффектовъ и пр. Прогрессивный параличъ является конечнымъ звеномъ многихъ *душевныхъ болѣзней*.

Въ теченіи прогрессивнаго паралича различаютъ *три періода*, изъ которыхъ мы каждому въ отдѣльности посвя-

тимъ нѣсколько строкъ. Въ первомъ—*начальномъ періодѣ* главное мѣсто занимаютъ умственные расстройства, которыя, однако же, далеко не всегда бываютъ одинаково ясно выражены. Наблюдаются болѣе или менѣе рѣзкія перемѣны въ характерѣ, настроеніи, взглядахъ, привычкахъ. Въ одномъ случаѣ наблюдается страсть къ движенію и къ путешествіямъ, въ другомъ—раздражительность или же склонность къ грусти. Иногда больные обнаруживаютъ поразительную склонность къ совершенно безцѣльному и бессмысленному мотовству: закупаютъ массу совершенно ненужныхъ имъ вещей и пр. Иногда они совершаютъ явно безстыдные поступки, несмотря на то, что всегда отличались, быть можетъ, деликатностью характера. Наблюдается ослабленіе памяти. Въ другихъ случаяхъ болѣзнь начинается съ легкихъ *двигательныхъ расстройствъ*: замѣчается легкое заплетеніе языка, неловкость въ движеніи пальцевъ руки и пр. Наблюдаются и расстройства въ ощущеніяхъ внѣшнихъ чувствъ.

Если въ первомъ періодѣ у окружающихъ могутъ существовать только *подозрѣнія* относительно умственнаго состоянія больного, то во *второмъ періодѣ* оно обращается въ увѣренность. Помѣшательство больного можетъ принять различныя направленія. Въ одномъ случаѣ больной предается мрачнымъ мыслямъ и помышляетъ о самоубійствѣ. Нерѣдко онъ бываетъ убѣжденъ въ томъ, что всѣ окружающіе вооружены противъ него и всѣми силами стараются сжить его съ лица земли (*бредъ преслѣдованія*). Подъ вліяніемъ своихъ ложныхъ мыслей больные могутъ совершить самыя страшныя преступленія, и притомъ надъ самыми близкими имъ лицами. Въ другихъ случаяхъ помѣшательство принимаетъ совершенно иное направленіе: больной убѣжденъ въ томъ, что онъ очень богатъ, вліятеленъ, могучъ, что онъ гениаленъ. Онъ создаетъ множество самыхъ удивительныхъ проектовъ, которые должны осчастливить міръ. Лишнее прибавлять, что проекты эти отличаются своей фантастичностью. Въ то же время обостряются и двигательныя расстройства: появляется дрожаніе языка и верхнихъ конечностей. Движенія становятся неувѣренными. Нерѣдко больной ощущаетъ боли въ различныхъ мѣстахъ.

Въ третьемъ—*заключительномъ* періодѣ болѣзни тѣлесныя и умственныя расстройства обостряются все больше и больше, и больной во многихъ случаяхъ утрачиваетъ всякое подобіе человѣка. Особенно тяжелое впечатлѣніе производитъ такого рода состояніе, когда оно наблюдается у лицъ, которые прославились своими выдающимися умственными способностями и талантами: выдающихся артистовъ, писателей и пр., чѣ

въ дѣйствительности наблюдается не такъ уже рѣдко. Болѣзнь можетъ длиться отъ нѣсколькихъ мѣсяцевъ до нѣсколькихъ лѣтъ. Состояніе прогрессивныхъ паралитиковъ въ большинствѣ случаевъ бываетъ совершенно безнадежнымъ и обезпечить имъ заботливый, внимательный и разумный уходъ въ специальномъ заведеніи — вотъ все, что мы можемъ сдѣлать для нихъ.

**Проказа** принадлежитъ къ библейскимъ болѣзнямъ. Въ средніе вѣка она, однако, приняла въ нѣкоторыхъ странахъ Европы необычайно широкое распространеніе. Всего вѣроятнѣе, она была занесена съ Востока крестоносцами. Въ наше время она составляетъ очень рѣдкое явленіе. Къ сожалѣнію, она у насъ въ Россіи свила себѣ нѣсколько прочныхъ гнѣздъ. Особенно распространена у насъ проказа въ прибалтійскихъ губерніяхъ. Въ виду того, что за послѣдніе годы были найдены отдѣльные случаи проказы и во многихъ другихъ пунктахъ нашего отечества, считаемъ необходимымъ сообщить читательницамъ кой-какія свѣдѣнія относительно этой болѣзни.

Начинается иногда болѣзнь съ легкаго познабливанія, вечерняго повышенія температуры и общаго недомоганія. Затѣмъ появляются *пятна*. Цвѣтъ этихъ пятенъ, которыя иногда бываютъ въ единственномъ числѣ, колеблется между сѣрымъ, блѣдно-розовымъ и краснымъ. Чаще всего пятна проказы появляются на *открытыхъ частяхъ*: лицѣ или рукахъ, или же на мѣстахъ, подвергающихся тренію. Черезъ нѣкоторое время появляются проказные *узлы*. Узлы эти иногда появляются на тѣхъ мѣстахъ, гдѣ раньше были пятна; могутъ они появиться и самостоятельно. Особенно часто наблюдаются эти узлы на различныхъ частяхъ лица. Въ томъ случаѣ, когда проказа бываетъ ясно выраженной, *лицо проказеннаго* принимаетъ чрезвычайно характерный видъ. Лобъ и щеки бываютъ покрыты узлами, носъ сильно утолщенъ такъ же, какъ и брови; губы выдаются впередъ; уши оттопыриваются и лицо несчастнаго принимаетъ самый отталкивающій видъ. Черезъ нѣкоторое время узлы начинаютъ *итти* и распространять сильное зловоніе. На мѣсто узловъ появляются глубокіе *рубцы*. Смерть наступаетъ лѣтъ черезъ 10—15.

Какъ въ настоящее время установлено, причиной болѣзни является особенный *микробъ*, открытый шведскимъ ученымъ Ганzenомъ. Большинство ученыхъ считаютъ проказу болѣзнию очень заразительной. Другіе, и въ ихъ числѣ извѣстный русскій ученый проф. Полотебновъ, не считаютъ ея заразительной. Очень заразительной считалась она и въ средніе вѣка,

когда прокаженнымъ чуть ли не подѣ страхомъ смертной казни запрещалось покидать лепрозоріи. Въ томъ случаѣ, когда имъ, разрѣшалось просить милостыню, они должны были звонкомъ предупредить о своемъ приближеніи и самую милостыню или хлѣбъ имъ не давали въ руки, но бросали на землю, подобно собакамъ. Въ настоящее время нѣсколько специальныхъ лепрозорій устроено въ прибалтійскихъ губерніяхъ. Самая значительная помѣщается на островѣ Эзелѣ. *Изоляція* должна считаться наиболѣе вѣрной мѣрой для предупрежденія передачи заразы прокаженными.

**Пролежни.** Такъ называютъ раны, которыя образуются у слабыхъ больныхъ на мѣстахъ наибольшаго давленія на кожу и на выступающія кости. Помимо постоянного давленія, большое значеніе имѣетъ въ данномъ случаѣ и плохое—замедленное кровообращеніе, такъ какъ хорошее орошеніе кожи кровью оказываетъ наиболѣе значительное сопротивленіе образованію пролежней.

Прежде всего скажемъ нѣсколько словъ о *предупрежденіи* пролежней. Наиболѣе дѣйствительнымъ средствомъ является для этого *оживленіе кровообращенія* въ кожѣ, съ каковою цѣлью прибѣгаютъ къ общимъ обмываніямъ тѣла водой въ 30°—24° Ц. Очень хорошо дѣйствуетъ также *массажъ* въ видѣ поглаживаній. Тяжелаго больного никогда не слѣдуетъ оставлять продолжительное время въ одномъ и томъ же положеніи, но слѣдуетъ его почаще переворачивать съ одного бока на другой. Когда кожа начинаетъ измѣнять свой обычный розовый цвѣтъ на *синеватый*, что указываетъ на наклонность ея къ омертвѣнію, вниманіе и заботы должны быть удвоены. Помимо влажныхъ компрессовъ, которые должны мѣняться почаще, слѣдуетъ прибѣгать также къ освѣжающимъ обмываніямъ, съ каковою цѣлью къ водѣ прибавляютъ уксусу, одеколону, спирту — простого или камфарнаго — отвара дубовой коры, квасцовъ и пр. На болѣзненное мѣсто кладутъ также тряпочки, смазанныя ланолиномъ. Въ томъ случаѣ, когда пролежни уже успѣли образоваться и причиняютъ сильныя страданія больному, часто остается только прибѣгнуть къ помощи подушечекъ, надуваемыхъ воздухомъ, которымъ можно придать такое положеніе, чтобы больное мѣсто не подвергалось никакому давленію. Въ томъ случаѣ, когда мы не располагаемъ такого рода *резиновыми подушечками* (см.) мы можемъ замѣнить ихъ простынями, которыя мы складываемъ соответствующимъ образомъ.

**Промежности—разрывы.** Промежностью называютъ область, расположенную между половыми органами спереди и заднимъ проходомъ сзади. Эта область играетъ важную роль при





Лимфатическіе сосуды лица и черепа.

актъ родовъ, ибо она составляетъ *дно таза*. Поэтому необходимо, чтобы она находилась въ нормальномъ состояніи для того, чтобы органы таза, особенно же влагалище, могли сохранить правильное положеніе. Въ томъ случаѣ, когда ткани таза не отличаются особенной устойчивостью или когда головка младенца слишкомъ велика, происходятъ, преимущественно у первородящихъ, разрывы промежности. Если разрывъ не зашивается немедленно, онъ заживаетъ рубцомъ. Вслѣдствіе этого промежность укорачивается.

При такихъ условіяхъ очень легко появляется, особенно въ томъ случаѣ, когда давленіе сверху со стороны тазовыхъ органовъ значительно усиливается, выпаденіе влагалища. Тогда часть влагалища выдается наружу въ видѣ шара. Каждый свѣжій разрывъ влагалища долженъ быть разсматриваемъ, какъ свѣжій *рана*, и къ нему должны быть примѣнены всѣ мѣры, которыя будутъ нами указаны по отношенію къ леченію *ранъ* (см.). См. также „Роды“ въ III части сочиненія.

Различаютъ три различныхъ степени разрывовъ промежности. При первой степени разрывъ — очень поверхностный; при второй и третьей — онъ болѣе глубокъ. Слѣдуетъ себѣ поставить за правило — *тотчасъ же шивать* разрывы второй и третьей степени. Въ большинствѣ случаевъ для этого бываетъ достаточно наложенія двухъ — трехъ швовъ. Въ томъ случаѣ, когда разрывъ промежности зацупенъ, онъ причиняетъ большой постоянный страданія и въ концѣ концовъ его все же необходимо бываетъ привести въ порядокъ хирургическимъ путемъ.

**Просвирнякъ.** Отваръ кореньевъ этого растенія обладаетъ способностью усиливать отхаркиваніе. Поэтому его даютъ въ томъ случаѣ, когда при воспаленіи воздухоносныхъ путей желательно бываетъ усилить отхаркиваніе. Отваръ имѣетъ слизистый видъ. Не слѣдуетъ его давать въ большомъ количествѣ, такъ какъ онъ отбиваетъ аппетитъ.

**Просовидная сыпь**, см. „Сыпь — просовидная“.

**Простуда.** Нѣкоторое время тому назадъ „простуду“ обвиняли въ происхожденіи множества болѣзней, причины которыхъ намъ не были въ точности извѣстны. Простудой объясняли, между прочимъ, происхожденіе всѣхъ острыхъ болѣзней, особенно же — дыхательныхъ путей. Съ тѣхъ поръ, какъ народилась бактериологія, ученые стали все болѣе и болѣе скептически относиться къ простудѣ, такъ какъ въ основѣ заразныхъ болѣзней и большинства острыхъ болѣзней дыхательныхъ путей оказались виновными микробы. До чего дошло отрицательное отношеніе къ простудѣ, доказывается

всего лучше слѣдующимъ фактомъ. Нѣсколько лѣтъ тому назадъ вѣнскій медицинскій факультетъ объявилъ премію за сочиненіе на тему: *Существуетъ ли простуда?* Слѣдуетъ, однако, сказать, что, если современная наука не склонна признавать за „простудой“ того универсальнаго значенія, которое ей еще недавно придавалось, то она, однако, нисколько не склонна и отрицать всецѣло ея существованіе. Предполагають, что простуда, т. е. внезапное и рѣзкое охлажденіе тѣла, въ значительной степени способствуетъ усилению ядовитости микробовъ и служить, слѣдовательно, хотя и вспомогательнымъ, но несомнѣннымъ условіемъ для появленія какой-либо острой болѣзни.

Всѣмъ читательницамъ по личному опыту или наблюденіямъ надъ близкими, навѣрное, извѣстно, какія условія всего больше способствуютъ простуживанію. Стоитъ намъ разгоряченными напиться холодной воды, продрогнуть въ холодной или сыроватой комнатѣ, пройти ночью босикомъ по холодному полу, расположиться въ лѣтнюю жару на сыроватой травѣ въ лѣсу, выйти послѣ бала изъ танцевальнаго зала недостаточно остывшими на морозный воздухъ — и мы простужены. Въ большинствѣ случаевъ дѣло ограничивается воспаленіемъ слизистой оболочки носа, горла и дыхательной трубки. Появляются насморкъ, хрипота и кашель. Въ нѣкоторыхъ случаяхъ послѣдствія простуды бывають болѣе серьезными.

Въ смыслѣ *предупрежденія* простуды, наибольшее значеніе имѣетъ **закаливаніе** (см.). Начать слѣдуетъ съ одежды: одежда, непременно должна быть проницаема для воздуха; хорошо дѣйствуютъ частыя ванны. Какъ можно чаще слѣдуетъ принимать воздушныя ванны и ходить босикомъ. Спать слѣдуетъ себя приучить при открытыхъ окнахъ. Не слѣдуетъ избѣгать поводовъ порядкомъ пропотѣть за усиленной мышечнымъ работой. Всего же важнѣе приучить себя къ *холодной водѣ*. Холодная вода представляетъ драгоцѣнное средство для того, чтобы предотвратить отъ себя множество болѣзней; мы такъ мало цѣнимъ, навѣрное, это средство только потому, что оно намъ слишкомъ доступно. Кто привыкъ утромъ обмывать себѣ все тѣло или хотя бы только до пояса холодной водой, тому не страшна простуда.

**Профессіональныя болѣзни**, см. „Болѣзни — профессіональныя“.

**Прямой кишкой** называется, какъ извѣстно, нижній конецъ пищеварительнаго канала. Всего чаще встрѣчаются въ этомъ отдѣлѣ слѣдующія заболѣванія — *расширеніе венъ*, которое создаетъ *геморроидальныя шишки*, дающія себя знать болью, жженіемъ

и кровотеченіямъ. *Катарръ прямой кишки* проявляется частыми позывами на испражненіе и слизисто-кровянистыми массами. *Выпаденіе прямой кишки* наблюдается при значительной общей слабости и сильномъ напряженіи, появляющемся при хроническихъ запорахъ. *Фистула заднего прохода* въ однихъ случаяхъ остается совершенно незамѣченной; въ другихъ—она вызываетъ довольно чувствительныя страданія. *Ракъ прямой кишки* долженъ быть отнесенъ къ числу наиболѣе тяжкихъ заболѣваній.

Что касается до *лечения* болѣзней прямой кишки, то мы можемъ только указать въ общихъ чертахъ, что большое значеніе имѣетъ діета, при которой слѣдуетъ тщательно избѣгать всѣхъ острыхъ и раздражающихъ веществъ. Хорошо успокаиваютъ боли небольшіе холодные клистиры. Самымъ тщательнымъ образомъ слѣдуетъ избѣгать запоровъ. При ракѣ единственнымъ исходомъ оказывается часто операція. Для поддержанія прямой кишки при выпаденіи ея можно приспособить бандажъ, въ родѣ изображеннаго нами на рис. 327.



Рис. 327. Бандажъ для поддержки прямой кишки.

**Пузыри.** Обыкновенно пузырьки бываютъ наполнены прозрачной жидкостью. Происхожденіе ихъ далеко не всегда бываетъ одинаковымъ; часто они указываютъ на то, что обмѣнъ веществъ въ кожѣ происходитъ не совсѣмъ правильно. Всего больше относится это къ нѣкоторымъ особамъ, у которыхъ пузырьки показываются безпрерывно то на одной, то на другой части тѣла. То же можно сказать и въ томъ случаѣ, когда пузырьки появляются на губахъ, во рту, на щекахъ, языкѣ и пр. Въ такомъ случаѣ въ появленіи пузырьковъ можно обвинить пищу или же неопытное содержаніе рта.

Сказаннымъ намѣчаются и основы *лечения*. Прежде всего необходимо позаботиться о чистомъ содержаніи кожи и правильномъ ея функционированіи. Съ этой цѣлью служатъ преимущественно горячія ванны. Очень хорошо дѣйствуетъ также воздушно-горячая ванна. Мѣстно можно примѣнить тепловатые компрессы, преимущественно съ какой-либо антисептической жидкостью, всего лучше борной кислотой (ложечку - двѣ на стаканъ горячей воды), такъ какъ она дѣйствуетъ менѣе раздражающимъ образомъ, по сравненію съ другими антисептическими жидкостями.

Совсѣмъ иное значеніе имѣютъ пузыри, которые появляются при *отмороженіи* (см.). Въ такомъ случаѣ они вызываются приостановкой или во всякомъ случаѣ значитель-

нымъ замедленіемъ кровообращенія. Одновременно съ пузырями появляется и легкое припуханіе въ отмороженномъ мѣстѣ, а также зудъ, который часто бываетъ нестерпимъ. Обыкновенно къ лѣту дѣло улучшается, но при возвращеніи зимы отмороженное мѣсто вновь начинаетъ о себѣ напоминать, и иногда очень настойчивымъ образомъ. Въ такомъ случаѣ борьба бываетъ нерѣдко очень упорной, такъ какъ въ отмороженномъ мѣстѣ происходятъ часто очень серьезныя разстройства кровообращенія. Если отмороженіе замѣчено во-время, то, какъ мы уже указывали, неотложно слѣдуетъ растирать отмороженное мѣсто снѣгомъ или же тряпочками, смоченными въ холодной водѣ. Затѣмъ слѣдуетъ смазывать эти мѣста какой-либо мягкой мазью или, какъ дѣлаютъ наши крестьяне, саломъ. Помимо того, слѣдуетъ осторожно производить и массажъ, въ видѣ поглаживаній.

Появляются пузыри также и вслѣдствіе **ожоговъ** (см.). Происходитъ это въ томъ случаѣ, когда кожа сразу подвергается дѣйствию высокой температуры. Въ такомъ случаѣ верхняя кожица отдѣляется отъ лежащей подъ ней кожи и въ промежуткѣ между ними появляется жидкость. Въ томъ случаѣ, когда пузырь при ожогахъ наполняется не сывороткой, но кровью, дѣло обстоитъ гораздо серьезнѣе, такъ какъ легко появляется нагноеніе. Какъ бы то ни было, пузырярей этихъ не слѣдуетъ вскрывать, такъ какъ въ противномъ случаѣ легко появляются раны и язвы. Верхняя кожица вмѣстѣ съ тѣмъ наиболѣе надежнымъ образомъ защищаетъ кожу и отъ загрязненія, которое представляетъ собой большую опасность при ожогахъ. О **леченіи** ожоговъ мы уже говорили выше въ упомянутой статьѣ; что же касается специально до леченія пузырей, то можно ограничиться покрываніемъ ихъ чистыми тряпочками, погруженными въ масло. На эти тряпочки можно класть—для смягченія боли—холодные компрессы. Повторяемъ еще разъ, что на соблюденіе возможной чистоты должно быть при ожогахъ обращено *особенное* вниманіе. Въ противномъ случаѣ рана можетъ легко заразиться, что грозитъ большими опасностями пострадавшему.

**Пузырчатая глиста.** — **Эхинококкъ.** Ленточныя глисты живутъ какъ въ человѣкѣ, такъ и въ нѣкоторыхъ животныхъ, между прочимъ, также и въ собакѣ. Если жить въ близкомъ сосѣдствѣ съ собаками, какъ это наблюдается, напр., у гренландцевъ и нѣкоторыхъ другихъ сѣверныхъ народовъ, а тѣмъ болѣе, если цѣловать собакъ въ ротъ, какъ это дѣлаютъ нѣкоторыя черезчуръ сентиментальныя женщины, яички этихъ глистовъ очень легко переходятъ къ

намъ. Когда яйца попадаютъ въ желудокъ, оболочка подъ вліяніемъ желудочнаго сока растворяется, появляются зародыши, которые разносятся кровью или же могутъ и самостоятельно пробираться въ различные органы. Всего чаще направляются они въ печень и почки. Здѣсь зародышъ теряетъ крючки, которыми онъ снабженъ, и превращается въ пузырь. Къ внутренней оболочкѣ этого пузыря прикрѣплены во множествѣ глисты. Въ нѣкоторыхъ случаяхъ пузыри приобретаютъ огромные размѣры и производятъ на печень очень сильное давленіе подобно всякой другой опухоли. Въ другихъ случаяхъ пузырь начинаетъ гноиться; онъ можетъ также прорваться въ брюшную полость, что влечетъ за собой нерѣдко смертельное воспаленіе брюшины.

== **Леченіе.** Само собой разумѣется, что въ данномъ случаѣ больше, чѣмъ въ какомъ-либо иномъ, *предупрежденіе* имѣетъ безконечно болѣе важное значеніе, нежели леченіе. Что можетъ, между тѣмъ, быть болѣе просто, чѣмъ предохранить себя отъ зараженія пузырьчатой глистой? Для этого стоитъ только не цѣловать собакъ и не спать съ ними. Особенно необходимо слѣдить въ этомъ отношеніи за дѣтьми. Въ случаѣ зараженія пузырьчатой глистой, мы прибѣгаемъ къ палліативному леченію. Въ томъ случаѣ, когда пузырь въ печени принялъ большіе размѣры и вызываетъ слишкомъ чувствительныя разстройства, или же грозитъ опасностью нагноенія или разрыва, мы прибѣгаемъ къ оперативному удаленію пузыря по вскрытіи брюшной полости и печени.

**Пульсъ** представляетъ собой подъемъ артеріи кровяной волной при сокращеніи сердца. Такъ какъ каждая артерія приподымается кровяной волной, то казалось бы, что мы можемъ прощупать пульсъ въ любой артеріи. Тѣмъ не менѣе, мы это дѣлаемъ только въ опредѣленномъ мѣстѣ, а именно, на предплечьѣ: немного повыше ручной кисти съ наружной стороны. Прощупываемъ мы здѣсь пульсъ преимущественно потому, что въ этомъ мѣстѣ лучевая артерія лежитъ очень поверхностно и не окружена толстымъ жировымъ или мышечнымъ слоемъ, какъ это наблюдается въ другихъ мѣстахъ. Поэтому она прощупывается въ указанномъ мѣстѣ чрезвычайно легко. Пульсъ слѣдуетъ щупать тремя средними пальцами руки. Въ большинствѣ случаевъ его удастся прощупать въ указанномъ мѣстѣ при нѣкоторой настойчивости и неопытнымъ лицамъ. Тѣмъ не менѣе, считаемъ долгомъ прибавить, что въ томъ случаѣ, когда пульсъ бываетъ трудно прощупать въ указанномъ мѣстѣ, можно необходимаго указанія получить, щупая *сонную артерію* въ верхней внутренней

части шеп. Артерія эта лежитъ очень поверхностно, и ея можно въ любой моментъ найти безъ всякаго труда.

Въ виду того, что пульсъ является прямымъ и непосредственнымъ выраженіемъ *сердечнаго сокращенія*, онъ представляетъ намъ множество драгоценныхъ свѣдѣній относительно того, при какихъ условіяхъ совершается у больного кровообращеніе. Было бы желательно, чтобы каждая женщина, особенно же мать семьи, научилась легко находить пульсъ и судить о его состояніи. Такимъ образомъ мы можемъ получить понятіе о сердечной дѣятельности, о состояніи артерій и о количествѣ крови, которое при каждомъ

сокращеніи сердца пускается въ обращеніе. Нормально пульсъ бьется разъ 70 въ минуту, у женщинъ и особенно у дѣтей — нѣсколько чаще. Пульсъ бываетъ учащенъ при волненіи и особенно при лихорадочныхъ заболѣваніяхъ. Въ случаѣ сердечной слабости и пульсъ бываетъ слабымъ. Рѣзкое и постоянное замедленіе пульса должно считаться въ большинствѣ случаевъ болѣзненнымъ явленіемъ. Въ видѣ исключенія, пульсъ бываетъ замедленъ и у лицъ, повидимому, здоровыхъ. Такъ, очень медленный пульсъ былъ у



Рис. 328. Прощупываніе пульса.

И. Положеніе руки. Z—A. Въ этихъ точкахъ слѣдуетъ надавливать нѣсколько сильнее, чтобы прощупать пульсъ.

Нашолеона.

**Пупка—болѣзни.** Болѣзни пупка наблюдаются въ видѣ довольно рѣдкаго исключенія у взрослыхъ людей, между тѣмъ какъ у дѣтей—особенно поворожденныхъ—онѣ составляютъ очень частое явленіе. Объясняется это тѣмъ, что пупокъ у плода и у поворожденного составляетъ въ значительной степени *внутренній органъ*, такъ какъ черезъ него проходятъ пупочные сосуды, которые питаютъ младенца. О томъ, какъ перевязывать пупокъ у поворожденного, будетъ рѣчь въ III части сочиненія (см. „**Первоначальный уходъ за поворожденнымъ**“). Здѣсь же мы будемъ говорить только о тѣхъ болѣзняхъ пупка, которыя всего чаще встрѣчаются у поворожденного. Перевязка пуповины должна быть сдѣлана какъ можно чище. Если послѣ перевязки пуповины показалась *кровь*, то это служитъ указаніемъ на то, что перевязка была плохо сдѣлана. Въ такомъ случаѣ пуповину нужно вновь перевязать

повыше. Если пупок начинает *шопиться*, то нагноение легко может перейти в брюшную полость и вызвать смертельное воспаление брюшины (см.). Всего проще прибѣгать въ такихъ случаяхъ къ небольшимъ компрессамъ изъ теплаго борнаго раствора (ложечку на стаканъ воды).



Рис. 329.  
Сближеніе краевъ пупочной грыжи.

Очень часто появляется у поворожденнаго, особенно въ томъ случаѣ, если онъ сильно кричитъ, капаляетъ и вообще производитъ какія-либо значительная усилія, пупочная *грыжа*. Появляется она вслѣдствіе того, что ткани вокругъ пупка еще рыхло соединены между собой; онѣ легко расходятся, и въ образовавшееся отверстіе могутъ выступить кишечныя петли. Въ нѣкоторыхъ случаяхъ требуется операція, чтобы помочь горю. Въ большинствѣ случаевъ, однако, и преимущественно въ тѣхъ, когда образованіе грыжи находится только въ *начальномъ* періодѣ,

удается привести ткани въ нормальное состояніе наложеніемъ простой повязки или же бандажа. Прежде всего стараются какъ можно больше сблизить между собой края грыжи, что производится такъ, какъ это нами изображено на рис. 329. Затѣмъ накладывается повязка изъ липкаго пластыря такъ, какъ это представлено на рис. 330.

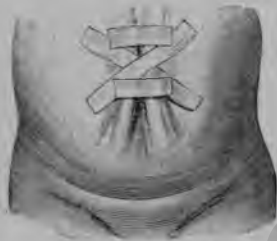


Рис. 330. Наложеніе повязки на пупочную грыжу.

Въ томъ случаѣ, когда начало образованія грыжи было просмотрѣно и она успѣла принять болѣе значительныя размѣры, прибѣгаютъ къ ношенію пупочнаго бандажа съ пелотомъ (подушечкой), какъ это изображено на рис. 331 и 332.

У нѣкоторыхъ тучныхъ женщинъ также наблюдаются пупочныя грыжи. Въ такомъ случаѣ имъ необходимо бываетъ носить бандажъ или, если онѣ ведутъ очень спокойный образъ жизни,



Рис. 332.  
Тоже.



Рис. 331.  
Пупочный бандажъ.

по крайней мѣрѣ, *поясъ Юноны* (Табл. III).

**Путешествіе** представляетъ собой драгоценное средство для укрѣпленія нашего тѣла и духа. Разумное путешествіе оказываетъ иногда удивительно благотворное вліяніе на нѣко-



торыхъ нервныхъ больныхъ. Оно вноситъ свѣжія впечатлѣнія и разнообразіе въ наше обычное существованіе. Для того, чтобы изъ путешествія извлечь всю пользу, которую оно дѣйствительно способно принести, необходимо, однако, чтобы оно удовлетворяло нѣкоторымъ условіямъ. Прежде всего необходимо избѣгать усталости и, какъ только даютъ себя чувствовать первые признаки утомленія, необходимо сдѣлать остановку и отдохнуть, какъ тѣлесно, такъ и духовно, въ виду того, что *избытокъ* впечатлѣній отражается на насъ очень неблагоприятно. Главное, что мы цѣнимъ въ путешествіи, это перемѣна обычной обстановки и новизна впечатлѣній. Путешествовать можно различными способами. Съ гигиенической точки зрѣнія путешествіе на пароходѣ предпочтительнѣе путешествія по желѣзной дорогѣ. Первое же мѣсто должно быть отдано, съ этой точки зрѣнія, путешествію по образцу св. апостоловъ (*per pedes Apostolorum*), т. е. „пѣшему хожденію“. Въ виду того, что во время путешествія происходитъ измѣненіе—и часто довольно рѣзкое—нашихъ обычныхъ условий жизни, слѣдуетъ принять всѣ зависящія отъ насъ предосторожности, чтобы измѣненія эти не отразились на насъ неблагоприятно. Особенное вниманіе слѣдуетъ обращать на свѣжесть пици. Въ тѣхъ случаяхъ, когда мы не имѣемъ полной увѣренности въ свѣжести провизіи, которую находимъ въ пути, предпочтительнѣе пользоваться запасами, взятыми съ собою изъ дому, и возобновлять ихъ по мѣрѣ надобности.

**Пьявки.** Эти маленькіе червячки были въ очень большомъ почетѣ въ то время, когда были въ такомъ употребленіи кровопусканія. Тамъ, гдѣ не рѣшались вскрывать жилу или же предполагали необходимымъ только небольшое кровотеченіе, прибѣгали къ пьявкамъ. Какъ извѣстно, пьявки сосутъ кровь до тѣхъ поръ, пока не переполнятся ею, и затѣмъ отпадаютъ. Въ нѣкоторыхъ случаяхъ послѣдовательное кровотеченіе принимало угрожающіе размѣры, и его трудно бывало остановить. Въ настоящее время къ нимъ прибѣгаютъ значительно рѣже.

**Пьянство.** Достаточно уже говорили мы о послѣдствіяхъ злоупотребленія спиртными напитками въ I части сочиненія („Вліаніе алкоголя на организмъ“ стр. 169 и послѣд.), въ главѣ, посвященной этому вопросу. Того же предмета касались мы и въ статьѣ, посвященной „бѣлой горячкѣ“, къ которой мы и отсылаемъ читательницъ. Здѣсь мы приводимъ только изображеніе сценки, которой мы, къ сожалѣнію, очень часто можемъ быть свидѣтелями. Она изображаетъ возвращеніе пьяницы къ своему домашнему очагу изъ трактира. Картина эта не нуждается въ дальнѣйшихъ поясненіяхъ. Если бы

матери семьи отдавали себѣ ясный отчетъ въ томъ вредѣ, который приноситъ злоупотребленіе спиртными напитками, то они, конечно, приложили бы всѣ усилія къ тому, чтобы внушить своимъ дѣтямъ полное отвращеніе къ нимъ.



Рис. 333. Возвращеніе пьяницы домой изъ трактира.

Пятигорская группа кавказскихъ минеральныхъ водъ (см.) принадлежитъ къ *сѣрнистымъ* источникамъ. Для *наружнаго* употребленія служатъ Александро-Ермоловскій и Николаевскій источники (Товіевское ванное заведеніе) и Александро-Николаевско-Сабанѣевскій (Сабанѣевское заведеніе). Въ день

отпускается свыше 2.000 ваннъ. Помимо того принимаются разсольныя и разводныя грязевыя ванны. Показываются пятиягорскіе источники при ревматизмѣ, параличахъ, нѣкоторыхъ кожныхъ болѣзняхъ и пр. Для *внутренняго* употребленія служатъ Михайловскій, Воронцовскій и Елисаветинскій источники. Начинаютъ съ полустакана и доходятъ до 6 стакановъ въ день. Всевозможные вспомогательныя методы леченія. Жизнь относительно дешева. *Сезонъ* съ 1 мая по 15 сентября.

## Р.

**Разбитость.** Ощущеніе это представляетъ въ наше время частое явленіе. Выражается оно въ усталости, тяжести въ членахъ, слабости голоса и неспособности къ какому-либо труду. Она является начальнымъ признакомъ многихъ лихорадочныхъ заболѣваній. Всего чаще среди женщинъ, среди которыхъ такъ распространены разнообразныя хроническія болѣзни, слышатся жалобы на разбитость. При рѣзко выраженномъ малокровіи и блѣдной немочи, при слабости нервовъ, при заболѣваніяхъ женской половой сферы состояніе разбитости длится иногда недѣлями. Для того, чтобы бороться съ этимъ состояніемъ, котораго, конечно, никоимъ образомъ нельзя считать нормальнымъ, необходимо себѣ выяснить прежде всего его истинныя *причины*. Въ томъ случаѣ, когда причины эти для насъ не ясны, необходимо обратиться за помощью къ врачу.

Самое важное дать себѣ отчетъ въ томъ, въ чемъ именно организмъ всего болѣе нуждается въ данный моментъ. При естественной *усталости* слѣдуетъ хорошенько отдохнуть. Въ томъ случаѣ, когда *силы* организма сильно *упали*, мы должны подумать о томъ, какъ бы питательной и соотвѣтствующей пищей пополнить его потери. При *нервной разбитости* хорошо дѣйствуютъ полуванны град. въ 35 Ц. съ послѣдовательнымъ охлажденіемъ до 25°, или же обливаніемъ позвоночника въ 20°. Одновременно мы должны позаботиться и о физическомъ трудѣ или упражненіяхъ на свѣжемъ воздухѣ. Всего лучше дѣйствуетъ продолжительное пребываніе на лонѣ природы.

**Разрывъ промежности, см. „Промежности—разрывъ“.**

**Разстройство кровообращенія, см. „Кровообращенія—разстройства“.**

**Разстройство пищеваренія.** О нѣкоторыхъ разстройствахъ пищеваренія намъ уже приходилось говорить. Здѣсь мы поэтому будемъ имѣть въ виду только то разстройство пищеваре-

нія, которое на медицинскомъ языкѣ носитъ названіе *dyspepsii* и которое зависитъ отъ неправильнаго выдѣленія желудочнаго сока или же отъ того, что мышечныя стѣнки желудка утратили присущую имъ силу и подвижность. Скажемъ здѣсь нѣсколько словъ о желудочномъ сокѣ, который играетъ столь важную роль въ нашемъ пищевареніи.

*Желудочный сокъ* выдѣляется специальными желѣзами, находящимися во множествѣ въ желудкѣ. Въ томъ случаѣ, когда желудочный сокъ выдѣляется въ изобиліи, онъ можетъ дать поводъ, какъ доказано было въ послѣднее время, къ образованію **язвъ въ желудкѣ** (см.). Въ такомъ случаѣ чувствуется часто жженіе подъ ложечкой, сильныя боли въ той же области, жажда. Вкушеніе пищи, особенно же мяса, на время облегчаетъ страданіе. Желудочный сокъ содержитъ соляную кислоту которая оказываетъ необходимой для перевариванія бѣлковыхъ веществъ. Въ томъ случаѣ, когда желудочный сокъ вырабатывается, наоборотъ, въ недостаточномъ количествѣ, что нерѣдко наблюдается, напр., у малокровныхъ особъ, пищевареніе совершается вяло. Пища въ продолженіе долгаго времени задерживается въ желудкѣ. Вслѣдствіе этого мышечныя стѣнки желудка ослабѣваютъ и начинаютъ плохо выполнять свою обязанность—передвигать пищу въ самомъ желудкѣ и небольшими порціями передавать ее въ 12-перстную кишку. Пища въ желудкѣ застаивается, начинаетъ тамъ бродить и даетъ поводъ къ усиленному образованію газовъ и отрыжкѣ. Аппетитъ въ такихъ случаяхъ обыкновенно пропадаетъ. Желудокъ растягивается иногда въ очень значительной степени. Подобное состояніе мы и называемъ диспепсіей.

= **Лечение** этого страданія должно быть не столько мѣстнымъ, сколько — *общимъ*. Въ томъ случаѣ, когда неподвижный сидячій образъ жизни хоть въ нѣкоторой степени замѣняется движеніемъ или хотя бы пребываніемъ на свѣжемъ воздухѣ, когда принимаются мѣры къ тому, чтобы помощью свѣжихъ ваннъ, холодныхъ обмываній и обтираній и общаго массажа оживить дѣятельность кожи, состояніе больныхъ улучшается, иногда довольно быстро. На *дѣту* должно быть обращено самое строгое вниманіе. Пищу слѣдуетъ выбирать на первое время только удобоваримую; принимать ее слѣдуетъ небольшими количествами. Съ особеннымъ вниманіемъ слѣдуетъ слѣдить за правильнымъ опорожненіемъ кишечника. Въ запущенныхъ случаяхъ необходимо бываетъ прибѣгнуть одновременно и къ массажу желудка и живота.

**Ракъ.—Карцинома.** Ракъ представляетъ собой страшную болѣзнь, которая къ тому же въ нѣкоторыхъ мѣстахъ распро-

странена довольно сильно. Такъ, статистика доказываетъ, что въ Женевѣ *пятая* часть населенія умираетъ отъ рака. Ракъ представляетъ собой болѣзнь наследственную, изъ чего не слѣдуетъ, однако, заключать, будто она *непрелмно* передается по наследству. Распространена она больше среди женщинъ, чѣмъ—мужчинъ. У женщинъ излюбленнымъ мѣстомъ для рака является *матка*, а за ней *грудная железа*. Объясняется это тѣмъ обстоятельствомъ, что именно на долю этихъ органовъ выпадаетъ у женщинъ наиболѣе усиленная дѣятельность. У мужчинъ ракъ показывается часто на губахъ, что Вирховъ ставилъ въ связь съ тѣмъ, что губы часто раздражаются при курении. У обоихъ половъ ракъ появляется часто въ *желудкѣ* и *печени*. Ракъ долженъ считаться болѣзью пожилого и даже преклоннаго возраста. Тѣмъ не менѣе ракъ матки, а тѣмъ болѣе грудной железы, можетъ явиться въ довольно молодомъ возрастѣ.

Въ чемъ именно лежитъ причина рака, намъ до сихъ поръ неизвѣстно. Въ послѣднее время сильно распространилось мнѣнiе, что причиной рака являются особые паразиты, которые и стали усиленно искать. Ракъ представляетъ множество разновидностей, и въ то время, какъ въ одномъ случаѣ ракъ въ теченiе самаго короткаго времени приводитъ больного послѣ страшныхъ физическихъ и нравственныхъ страданiй къ могилѣ, въ другомъ случаѣ ракъ можетъ существовать десятилѣтiями, не причиняя особенныхъ страданiй больному.

Перейдемъ къ ознакомленiю нашихъ читателей съ *признаками* рака. Признаки эти сильно разнятся въ зависимости отъ того, въ какомъ именно *органѣ* ракъ развивается. Начнемъ съ *рака матки*, который часто встрѣчается у женщинъ. Ракъ матки—помимо опухоли и болѣе или менѣе значительныхъ болей—выражается также въ кровотеченияхъ изъ влагалища, которыя иногда принимаютъ угрожающiй характеръ. Помимо того появляется нерѣдко отвратительный запахъ, что причиняетъ страшныя нравственныя мученiя больнымъ. На ряду съ этими мѣстными—появляются и *общiе признаки*, къ изложенiю которыхъ мы перейдемъ. *Ракъ грудной железы* выражается всего чаще въ твердой опухоли, которая обнаруживаетъ склонность къ безпрестанному увеличенiю.

*Общими признаками* рака является исхуданiе, которое иногда поразительно быстрыми шагами и въ короткое время обращаетъ больного въ „живой скелетъ“, какъ говорятъ. Аппетитъ обыкновенно пропадаетъ. Кожа получаетъ особенный соломенный цвѣтъ и виситъ на больномъ, какъ на вѣшалкѣ. Въ то же время мѣстная опухоль выдаетъ мѣстоположенiе рака. Слѣдуетъ прибавить, что ракъ очень легко передается посред-

ствомъ крови и лимфы изъ одного органа въ другой, что значительно способствуетъ его распространенію. Железы, относящіяся къ той области, въ которой расположенъ ракъ, опухаютъ.

== **Леченіе** рака представляетъ собой чрезвычайно трудную задачу. Одно только мы можемъ сказать съ увѣренностью, что раковую опухоль слѣдуетъ *удалить* самымъ кореннымъ образомъ, какъ только доказано, что она раковаго происхожденія, а это нетрудно бываетъ сдѣлать во многихъ случаяхъ при помощи микроскопическаго изслѣдованія частицъ опухоли. Въ то же время удаляютъ и железы, относящіяся къ пораженной ракомъ области. Такъ, при удаленіи рака грудной железы приходится часто удалить и подмышечныя железы. Въ томъ случаѣ, когда операція предпринята слишкомъ поздно и успѣли образоваться уже новыя гнѣзда рака, задача наша сводится къ тому, чтобы поддержать силы больного и уменьшить его страданія. Общихъ правилъ относительно того, какъ наилучшимъ образомъ достигнуть цѣли, мы давать не можемъ, такъ какъ многое зависитъ отъ того, какой именно органъ пораженъ ракомъ.

При ракѣ матки намъ необходимо позаботиться о томъ, чтобы лишить влагалищныя истеченія ихъ пронзительнаго запаха. Достигается это посредствомъ теплыхъ влагалищныхъ душей, причѣмъ къ водѣ прибавляются разныя лекарственныя вещества. Нѣкоторыя изъ числа этихъ веществъ были нами упомянуты въ I части сочиненія, въ главѣ, посвященной „уходу за красотой“.

Какова бы ни была природа рака и гдѣ бы онъ ни былъ расположенъ, мы должны позаботиться объ отсутствіи въ пищѣ раздражающихъ веществъ и о поддержаніи силъ больного. Первая цѣль достигается тѣмъ, что устраняютъ изъ пищи спиртные напитки, уксусъ, горчицу и пр. Пищу даютъ въ самомъ легкомъ и удобоваримомъ видѣ, преимущественно молочную. Можно прибавлять и тонкихъ овощей и фруктовъ. Приходится часто прибѣгать къ искусственнымъ питательнымъ препаратамъ, тропону, соматозѣ и пр.

**Ракъ желудка.** Къ сказанному въ предыдущей статьѣ относительно рака вообще—намъ по поводу рака желудка немного остается прибавить. Ракъ желудка выражается въ опухоли, которую, однако, далеко не всегда легко бываетъ найти. Пропадаетъ аппетитъ. Въ нѣкоторыхъ случаяхъ появляется отвращеніе къ пищѣ вообще и къ мясу въ особенности; послѣднему признаку мы придаемъ немаловажное значеніе при распознаваніи рака. Боли, которыя сопровождаютъ присутствіе рака, не имѣютъ такого остраго характера, какъ при **язвѣ желудка** (см.); онѣ болѣе постоянны и не находятся въ

такой зависимости отъ приемовъ пищи. Въ то же время появляется и кровавая рвота. Кровь бываетъ не свѣжей—розовой, но темной. Кровь показывается и въ испражненіяхъ. Что касается до **леченія** рака желудка, то намъ остается только отослать читательницъ къ предыдущей статьѣ. Въ виду того, что питаніе естественнымъ путемъ черезъ нѣкоторое время оказывается невозможнымъ, такъ какъ желудокъ возвращаетъ обратно все, что принимаетъ, появляется потребность въ искусственномъ питаніи черезъ задній проходъ, при помощи **питательныхъ клизмъ** (см.).

**Ракъ кишечника, см. „Кишечника—ракъ“.**

**Раны** принадлежатъ къ наиболѣе частымъ поврежденіямъ, и рѣшительно всѣмъ, особенно же матерямъ семьи, необходимо имѣть правильное представленіе о томъ, какъ съ ними обходиться и какъ ихъ лечить. Въ одномъ случаѣ рана бываетъ совершенно поверхностной и очень быстро заживаетъ даже въ томъ случаѣ, если оставить ее безъ всякой помощи. Въ другомъ случаѣ рана можетъ угрожать непосредственной опасностью нашей жизни или потребовать долгихъ мѣсяцевъ для окончательнаго заживленія. Очень многое зависитъ отъ того, въ какомъ мѣстѣ произведена рана, какіе органы задѣты, обильно ли кровотеченіе и сохранилась ли рана въ чистомъ видѣ или же она была заражена. Чѣмъ глубже проникаетъ рана и чѣмъ болѣе важные органы задѣты, тѣмъ больше, очевидно, и опасность, представляемая ею. Что касается до **кровотеченія** (см.), то мы указывали уже на тѣ мѣры, которыя должны быть приняты съ цѣлью его остановки.

Въ виду того, что другія осложненія ранъ не зависятъ отъ нашего вмѣшательства и что леченіе тяжелыхъ ранъ должно, съ другой стороны, быть предоставляемо исключительно врачу, мы переходимъ непосредственно къ разсмотрѣнію той опасности, которую представляетъ **зараженіе** раны. Многое относительно этого уже извѣстно нашимъ читательницамъ, такъ какъ намъ неоднократно приходилось попутно касаться этого вопроса. Намъ извѣстно, что опасность зараженія заключается въ томъ, что въ рану могутъ попасть, вслѣдствіе прикосновенія нечистыми пальцами, инструментами, перевязочнымъ матеріаломъ и, наконецъ, изъ воздуха, „**бактеріи**“ (см.) которыя быстро размножаются въ ранѣ и могутъ вызвать не только нагноеніе ея, но и общее зараженіе организма. Зараженіе можетъ оказаться и смертельнымъ. Намъ нѣтъ надобности долго останавливаться на этомъ вопросѣ и значеніе его можемъ иллюстрировать въ достаточной степени только слѣдующимъ указаніемъ. Въ настоящее время опытными хирургами предпринимаются самыя смѣлыя

операции, какъ то: прободеніе черепа, вскрытіе грудной клѣтки, полости живота; вырѣзываются матка, почки, селезенка; удаляется часть желудка и кишечника и пр. и пр. Всѣ эти операции, о которыхъ всего нѣсколько десятковъ лѣтъ тому назадъ никто и мечтать не смѣлъ, чаще всего заживаютъ безъ всякихъ осложнений. На ряду съ этимъ часто заражаются и ведутъ иногда даже къ смертельному исходу раны довольно поверхностныя. Отъ чего зависитъ такая поразительная разница въ теченіи ранъ обоихъ родовъ?—Отъ того, можемъ мы отвѣтить съ полной увѣренностью, что въ первомъ случаѣ рану удается *предохранить отъ проникновенія микробовъ*, между тѣмъ какъ во второмъ случаѣ они успѣваютъ заразить рану. Мы можемъ резюмировать сказанное положеніемъ, что не столько въ большинствѣ случаевъ бываетъ опасна рана сама по себѣ, сколько осложненія, которыя она почти неизбѣжно влечетъ за собой въ томъ случаѣ, если ея не удалось предохранить отъ зараженія.

Сказаннымъ въ достаточной мѣрѣ выясняются и основныя начала правильнаго и разумнаго **леченія** ранъ. Всѣми силами должны мы стараться предохранить рану отъ зараженія. Въ такомъ случаѣ и очень опасная рана заживаетъ иногда удивительно быстро, и медицина обладаетъ въ этомъ направленіи фактами, которые положительно граничатъ съ чудомъ, ибо запасъ живительной энергіи, которой природа надѣлила нашъ организмъ, очень великъ и часто значительно превосходитъ наши ожиданія. Поэтому на нашей обязанности должно лежать только сохраненіе чистоты, „прочая же вся“ приложатся сами собой.

Когда рана невелика, мы можемъ удовольствоваться тѣмъ, что промоемъ ее какимъ-либо слабымъ антисептическимъ растворомъ: напр., 3% карболовымъ. Еще проще промыть ее борнымъ растворомъ (4%: 2 чайныхъ ложечки на стаканъ воды). За отсутствіемъ такихъ растворовъ, мы съ спокойной совѣстью можемъ воспользоваться и чистой кипяченой водой, которая вѣдь всегда и всюду имѣется къ нашимъ услугамъ. Надо также внимательно слѣдить за тѣмъ, чтобы грязь не попала на рану съ окружности ея. Промывъ осторожно рану, что можно сдѣлать ватными шариками, пропитанными обеззараживающимъ растворомъ или отварной водой, на нее накладываютъ комокъ ваты, пропитанной тѣмъ же растворомъ. Еще лучше имѣть къ своимъ услугамъ специально обеззараженную вату или марлю. Гигроскопическая вата также очень хорошо выполняетъ это назначеніе.

Въ настоящее время находятся также въ продажѣ небольшіе пакеты, стерилизованной, т. е. обеззараженной ваты.



Хорошо имѣть постоянно къ своимъ услугамъ пакетикъ-другой такой ваты. Само собой разумѣется, что, разъ пакетикъ вскрытъ, то оставшаяся въ немъ вата не можетъ уже считаться обеззараженной. Промывъ рану и накрывъ ее болѣе или менѣе толстымъ слоемъ ваты, мы можемъ быть увѣрены въ томъ, что приняли всѣ мѣры къ тому, чтобы сохранить рану въ чистотѣ. Послѣ того мы приступаемъ къ наложенію **повязки** по правиламъ, указаннымъ въ соответствующей статьѣ. Само собой разумѣется, что въ болѣе серьезныхъ случаяхъ все же необходимо присутствіе врача, хотя бы кровотечения и не было, такъ какъ грязь и зараза могли проникнуть глубоко въ рану и для приведенія раны въ состояніе надлежащей чистоты, необходимы специальные приемы, которые не могутъ быть извѣстны лицамъ изъ публики. Въ томъ случаѣ, когда рана очень глубока или имѣетъ неправильную форму, всего лучше вовсе не промывать ея, но, въ ожиданіи врача, за которымъ немедленно должно быть послано, просто покрыть ее толстымъ слоемъ ваты, который защитилъ бы ее отъ внѣшней пыли и грязи.

Мы не устанемъ указывать нашимъ читательницамъ на значеніе чистоты—и чистоты самой строгой, самой педантической—въ дѣлѣ леченія ранъ. Нѣтъ сомнѣнія въ томъ, что иногда невмѣшательство можетъ въ такомъ случаѣ оказаться значительно менѣе опаснымъ, чѣмъ вмѣшательство неумѣлое и невнимательное.

**Распознаваніе болѣзни** является ближайшей цѣлью каждаго мыслящаго врача у постели больного. Только въ томъ случаѣ, когда мы отдаемъ себѣ болѣе или менѣе точный отчетъ въ сущности болѣзни, т. е. уяснили себѣ, насколько возможно, тѣ процессы, которые происходятъ въ больномъ организмѣ, можемъ мы успѣшно бороться съ „корнемъ зла“. Въ противномъ случаѣ мы вынуждены ходить ощупью и блуждать въ потьмахъ. Для того, чтобы распознать, съ какой именно болѣзنیю онъ имѣетъ дѣло, врачъ долженъ умѣть пользоваться не только внѣшними признаками и различными способами внутренняго **исслѣдованія** (см.): онъ долженъ также обладать способностью „научно мыслить“, т. е. дѣлать правильныя логическія заключенія и выводы относительно предметовъ, недоступныхъ его непосредственному воспріятію, на основаніи добытыхъ имъ различными путями данныхъ. Нерѣдко бываетъ, однако, что данныя, которыми обладаетъ врачъ, недостаточны для того, чтобы себѣ составить какое-либо опредѣленное мнѣніе о сущности болѣзни. Въ такомъ случаѣ ему необходимо бываетъ вести въ теченіе нѣкотораго времени дальнѣйшія наблюденія въ строго опредѣленномъ

направленіи. Отсюда не слѣдуетъ, однако, заключать, будто врачъ лишень возможности облегчить положеніе больного, если онъ не вполнѣ уяснилъ себѣ сущность болѣзни. Если врачъ внимательно вникнетъ въ жалобы больного, отдастъ себѣ ясный отчетъ въ тѣхъ явленіяхъ, которыя больного всего больше въ данный моментъ беспокоятъ и просто паллиативными мѣрами постарается облегчить его страданія, то и въ такомъ случаѣ онъ много сдѣлалъ для больного. Тѣмъ не менѣе, ближайшей цѣлью каждаго врача должно быть, повторяемъ, точное распознаваніе болѣзни, чтобы имѣть возможность установить вполнѣ цѣлесообразное и радикальное леченіе.

**Рахить**, см. „Англійская болѣзнь“.

**Рвота** наблюдается при самыхъ разнообразныхъ болѣзняхъ. Наблюдается она въ начальномъ періодѣ большинства заразныхъ болѣзней, при нѣкоторыхъ мозговыхъ заболѣваніяхъ, при глистахъ, при желудочныхъ расстройствахъ. Нерѣдко появляется она и у беременныхъ женщинъ, у которыхъ принимаетъ иногда угрожающій характеръ. Въ нѣкоторыхъ случаяхъ рвота должна быть разсматриваема, какъ естественный актъ самопомощи со стороны организма, который всѣми силами стремится удалить и извергнуть все, что ему приноситъ вредъ. Такое значеніе имѣетъ рвота, напр., при отравленіи испорченной гнилой провизіей, какимъ-либо ядомъ и т. д. Въ такомъ случаѣ мы не только не должны останавливать рвоты, но должны содѣйствовать ей всѣми силами. Достигаемъ мы этого тѣмъ, что заставляемъ больного поглощать какъ можно больше жидкости. Въ томъ случаѣ, когда рвота становится слишкомъ болѣзненной или принимаетъ судорожный характеръ, мы стараемся остановить ее и успокоить больного. Съ этой цѣлью мы кладемъ на область желудка теплыя салфетки, бутылки съ горячей водой, грѣлку. Дѣлаемъ успокоительную клизму и заботимся о томъ, чтобы согрѣть больного, такъ какъ онъ при этомъ часто ощущаетъ легкій ознобъ.

Иногда рвота своимъ упорствомъ и продолжительностью замѣтно истощаетъ больную и принимаетъ угрожающій характеръ. Въ такомъ случаѣ мы всѣми силами стараемся остановить ее. Часто такого рода рвота наблюдается у истеричныхъ особъ и особенно у беременныхъ.

У *беременныхъ* при неукротимой рвотѣ намъ, въ видѣ послѣдняго исхода, иногда остается только одно: вызвать искусственнымъ образомъ преждевременные роды. Замѣчено, что, какъ только матка освобождается отъ своего содержимаго, рвота тотчасъ же утихаетъ. Въ большинствѣ случаевъ намъ удается, однако, достигнуть цѣли болѣе невинными

средствами, какъ то: глотаніемъ кусочковъ льда, замороженнаго кофе, шампанскаго. Въ другихъ случаяхъ хорошо помогаетъ горячій кружкій кофе. Мы стараемся успокоить большую нравственно и физически. Съ послѣдней цѣлью мы прибѣгаемъ къ общимъ горячимъ ваннамъ и вообще примѣненію теплоты въ различныхъ видахъ. Въ нѣкоторыхъ случаяхъ очень хорошіе результаты получаются отъ *поднятія вверхъ подъязычной кости*. Косточка эта очень небольшихъ размѣровъ; расположена она надъ гортанью. Если приподнять ее вверхъ обоими большими пальцами, то появляется нервный рефлексъ, вслѣдствіе котораго во многихъ случаяхъ

рвота приостанавливается. Практическое выполненіе этого приема представлено нами на рис. 334.



Рис. 334. Приподнятіе подъязычной кости.

Достойно быть отмѣченнымъ то обстоятельство, что у ребенка рвота происходитъ гораздо легче и чаще, чѣмъ у взрослога человѣка. Какой матери неизвѣстно, какъ легко рветъ маленькихъ дѣтей и какъ это въ общемъ на нихъ мало вліяетъ. Часто ребенокъ продолжаетъ и послѣ того, какъ его вырвало, спокойно кушать, если не отнять его отъ груди.

Объясняется это особеннымъ устройствомъ и расположеніемъ желудка у ребенка по сравненію со взрослоымъ. У ребенка желудокъ является почти естественнымъ продолженіемъ пищевода—и съ точки зрѣнія его внѣшней формы и въ смыслѣ направленія. Поэтому пища очень легко передается изъ желудка обратно въ пищеводъ. Между тѣмъ у взрослога человѣка желудокъ лежитъ по отношенію къ пищеводу почти подъ прямымъ угломъ, и нужны особыя условія для того, чтобы пища могла возвратиться изъ желудка въ пищеводъ. Помимо того, желудокъ обладаетъ у взрослога и значительнымъ расширеніемъ, именуемымъ *дномъ*, въ которомъ пища всего чаще и скопляется. Нужны поэтому большія усилія для того, чтобы пища изъ dna желудка перешла въ пищеводъ. Вотъ почему между прочимъ рвота представляетъ собой у взрослыхъ столь тягостное явленіе.

Желудокъ обладаетъ, какъ извѣстно, мышечными стѣнками, которыя имѣютъ назначеніемъ передвигать пищу—по мѣрѣ того, какъ она переваривается—слѣва направо. При

рвотѣ желудокъ выполняетъ какъ разъ *обратныя* движенія, и только такимъ путемъ рвотныя массы могутъ переходить изъ него обратно въ пищеводъ.

**Рвота — кровавая.** Даже и врачу не всегда легко бываетъ разобраться при появленіи крови ртомъ, имѣетъ ли онъ дѣло съ кровавой рвотой или же съ кровохарканьемъ. Въ первомъ случаѣ кровь появляется изъ желудка; во второмъ — изъ легкихъ. Дадимъ нѣкоторыя указанія относительно того, какъ разрѣшить эту загадку. Въ томъ случаѣ, когда кровь появляется изъ желудка, она рѣдко бываетъ чистой и алой: обыкновенно она бываетъ болѣе темной и перемѣшана съ частицами пищи (исключенія наблюдаются иногда при язвахъ желудка въ томъ случаѣ, когда вскрылась большая артерія). При **кровохарканьи** (см.), кровь часто бываетъ, наоборотъ, совершенно алой; частицъ пищи въ ней не бываетъ, но замѣчаются бѣленькіе пузырьки воздуха.

Каково бы ни было, однако, происхожденіе крови, появится ли она изъ желудка, пищевода, носа, дыхательной трубки или легкихъ, намъ безразлично слѣдуетъ приложить всѣ усилія къ тому, чтобы *остановить кровь*. Въ нѣкоторыхъ случаяхъ кровь выдѣляется въ такомъ обильномъ количествѣ, что погружаетъ больную въ глубокой обморокъ или даже грозитъ непосредственной опасностью ея жизни. Больную тотчасъ же слѣдуетъ уложить въ постель. Въ томъ случаѣ, когда появляются вслѣдствіе обилія кровотеченія обморочные признаки, голову слѣдуетъ положить какъ можно ниже. Для приведенія больной въ чувство въ томъ случаѣ, когда она потеряла сознание (что нерѣдко происходитъ просто вслѣдствіе страха), ее слѣдуетъ попрыскать холодной водой. Само собою разумѣется, что необходимо распустить шнуровку и лифъ, снять корсетъ и пр. На желудокъ слѣдуетъ, при появленіи кровавой рвоты, положить компрессъ съ холодной, если же возможно, то и съ ледяной водой. Одновременно дѣлаютъ и холодныя клизмы, причемъ количество жидкости не должно быть значитель-



Рис. 335.  
Дѣтскій желудокъ.

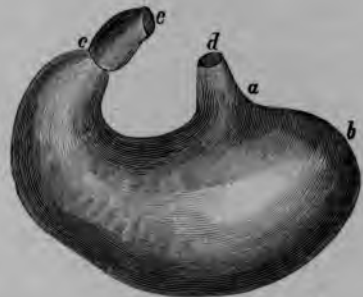


Рис. 336. Желудокъ взрослого  
человѣка.  
*ab*—дно желудка, *c*—привратникъ,  
*d*—входъ въ желудокъ, *e*—начало  
12-перстной кишки.

нымъ. Глотками даютъ ледяную воду или же заставляють глотать небольшоими кусочками ледъ.

Когда больная пришла въ сознание и силы ея нѣсколько возстановились, ей осторожно придаютъ положеніе, указанное на рис. 337. Ноги свѣшиваются съ постели и погружаются въ горячую ножную ванну. Ванна эта имѣетъ назначеніемъ привлечь какъ можно больше крови къ нижнимъ конечностямъ и отвлечь ее, слѣдовательно, отъ больного органа. Въ то же время необходимо позаботиться и о безпрепятственномъ доступѣ свѣжаго воздуха. Въ статьѣ о „кровоотеченіяхъ“ (см.) мы уже упоминали о томъ, что больной слѣдуетъ предоставить полный физическій и нравственный покой. Ей за-



Рис. 337. Горячая ножная ванна при кровавой рвотѣ.

прещается даже разговаривать. Въ крайнемъ случаѣ ей разрѣшается говорить только шопотомъ. Въ теченіе ближайшихъ дней больной при кровавой рвотѣ слѣдуетъ поглощать какъ можно меньше жидкостей. Принимать ихъ слѣдуетъ за разъ въ самыхъ незначительныхъ количествахъ, и притомъ исключительно въ *холодномъ видѣ*. Къ выясненію

истинной причины кровавой рвоты и къ устраненію возможности ея появленія на будущее время тотчасъ же должны быть, само собою разумѣется, приняты мѣры.

**Рвотныя средства.** Въ нѣкоторыхъ случаяхъ, преимущественно при отравленіяхъ, необходимо какъ можно скорѣе вызвать у пострадавшаго рвоту. Несмотря на то, что медицина обладаетъ въ этомъ направленіи очень вѣрными и быстродействующими средствами, считаемъ нужнымъ указать и нѣкоторыя простыя и общедоступныя средства, которыя могутъ быть примѣнимы въ случаѣ надобности любымъ лицомъ изъ публики. Къ таковымъ относятся: тепловатая вода въ обильномъ количествѣ; смѣсь воды съ мыломъ, масломъ или солью; щекотаніе корня языка или глотки кончикомъ пальца или длинной кисточкой. На многихъ очень хорошо дѣйствуетъ въ ка-

чествѣ рвотнаго — *касторовое масло*. Въ томъ случаѣ, когда явленія оказываются болѣе угрожающими, ждать долго не приходится, и необходимо дѣйствовать болѣе энергично; можно прибѣгнуть къ **рвотному корню**: 2 грамма порошка тщательно распускаются въ стаканѣ воды, и порцію эту дѣлятъ на три части, которыя и даются съ промежутками въ  $\frac{1}{4}$  часа времени. Послѣ принятія рвотнаго слѣдуетъ пить воду въ большомъ количествѣ: это облегчаетъ рвоту. Очень дѣйствительнымъ, но и болѣе опаснымъ средствомъ представляется *цинковый купоросъ*, который дается въ количествѣ полуграмма, раствореннымъ въ полустаканѣ воды. Еще болѣе рѣшительное средство представляетъ собой **рвотный камень**, который дается въ количествѣ 10 центиграммовъ на  $\frac{1}{2}$  стакана воды. И къ этому средству не слѣдуетъ, однако, обращаться безъ крайней необходимости. За каждымъ изъ этихъ рвотныхъ должно слѣдовать питье въ изобилии теплой воды. Рвотный корень въ необходимомъ количествѣ долженъ входить въ составъ каждой **домашней аптечки** (см.) и всегда имѣться въ нашемъ распоряженіи.

**Ревень** является у многихъ лицъ излюбленнымъ средствомъ противъ хроническихъ запоровъ. Дѣйствительно, двѣ-три ложечки настойки ревеня, принятія въ теченіе дня, вызываютъ довольно вѣрно послабленіе, такъ какъ ревенъ дѣйствуетъ возбуждающимъ образомъ на кишечникъ. Мы, однако, уже неоднократно высказывали наше неодобреніе подобнымъ искусственнымъ мѣропріятіямъ, которыя къ тому же черезъ нѣкоторое время утрачиваютъ свое дѣйствіе вслѣдствіе привыканія къ нимъ кишечника. Гораздо вѣрнѣе—въ смыслѣ успешной борьбы съ хроническими запорами—урегулировать діету, производить массажъ желудка и кишечника такъ же, какъ и общій массажъ; слѣдуетъ побольше проводить времени на свѣжемъ воздухѣ, предаваться физическимъ упражненіямъ и спорту. Тогда у насъ не будетъ надобности ни въ ревенѣ, ни въ иныхъ подобныхъ средствахъ.

**Ревматизмъ** представляетъ собой очень распространенную болѣзнь, особенно въ мѣстностяхъ, отличающихся сырмъ и холоднымъ климатомъ. О томъ, что ревматизмъ представляетъ собой инфекціонную болѣзнь, догадывались уже давно, но только нѣсколько лѣтъ тому назадъ была открыта молодымъ французскимъ ученымъ Ашальмомъ его истинная причина: специфическій микробъ ревматизма.

Ревматизмъ наблюдается въ различныхъ формахъ; болѣе частыми являются острый суставной и хроническій. *Острый суставной ревматизмъ* наблюдается впервые чаще всего въ юномъ возрастѣ, лѣтъ въ 16—17. Затѣмъ время отъ вре-

мени появляются новые припадки. Начинается дѣло съ опуханія какого-нибудь сустава, всего чаще на нижней конечности. Затѣмъ появляются лихорадка и боли, которыя бывають иногда нестерпимы. Въ нѣкоторыхъ случаяхъ боль бываетъ до того острой, что малѣйшее прикосновеніе не только къ больному суставу, но и къ кровати, на которой лежитъ больная, вызываетъ громкія жалобы. Одновременно у больной пропадаетъ аппетитъ; цвѣтъ лица становится блѣднымъ. Боли влекутъ за собой безсонницу. Часто болѣзнь не ограничивается однимъ суставомъ, но переключивается съ одного сустава на другой.

Въ томъ случаѣ, когда въ болѣзненный процессъ вовлечены *мелкіе суставы* кисти руки или стопы, припадокъ обѣщаетъ быть очень упорнымъ. Какъ мы уже говорили, ревматизмъ обнаруживаетъ сильную склонность къ частымъ *возвратамъ*, причѣмъ намъ далеко не всегда возможно бываетъ установить, подъ вліяніемъ какихъ именно причинъ припадокъ возвращается. Страдаютъ ревматизмомъ чаще женщины, нежели мужчины. Ревматизмъ представляетъ собой болѣзнь не только тяжкую самое по себѣ, но и довольно опасную въ отношеніи *осложненій*, которыя всего чаще его сопровождаютъ. Къ наиболѣе частымъ слѣдуетъ отнести *порокъ сердца* (см.), а именно: недостаточность двустворчатого отверстія, соединяющаго лѣвое предсердіе съ лѣвымъ же желудочкомъ. Можно съ увѣренностью сказать, что въ основѣ этого порока сердца всего чаще лежитъ ревматизмъ. Ревматизмъ часто передается по наслѣдству.

Теперь намъ остается сказать еще нѣсколько словъ о *хроническомъ ревматизмѣ*. Относительно его природы не всѣ ученые согласны между собой: одни признають, что онъ является послѣдствіемъ остраго ревматизма, между тѣмъ какъ другіе считаютъ его совершенно самостоятельной формой, ничего общаго не имѣющей съ острой. Появляется хроническій ревматизмъ преимущественно въ пожиломъ возрастѣ. Онъ также наблюдается преимущественно у женщинъ. Онъ не сопровождается такими рѣзкими явленіями и далеко не отличается такою болѣзненностью, какъ острый. Онъ всего чаще влечетъ за собой изуродованіе суставовъ, преимущественно мелкихъ. Во многихъ случаяхъ образуются такъ-наз. „Эберденовы“ узлы. Хроническій ревматизмъ съ большимъ основаніемъ причисляется къ многочисленной семьѣ болѣзней „вслѣдствіе замедленія питанія“. Появляется онъ преимущественно въ тѣхъ случаяхъ, когда въ силу тѣхъ или иныхъ причинъ значительно бываетъ замедленъ обмѣнъ веществъ. Весьма вѣроятно, что ближайшей его причиной является

самоотравленіе организма ядовитыми продуктами обмена, въ недостаточной степени выдѣляемыми почками изъ организма.

Въ смыслѣ *предупрежденія* ревматизма въ высшей степени важно избѣгать сырости въ какомъ бы то видѣ ни было. Особенно опасны въ этомъ отношеніи *сырѣя квартиры*. Въ смыслѣ *леченія* важенъ чистый воздухъ и равномерная температура. Діета во время припадковъ должна быть преимущественно молочной. Всякія раздражающія и острые вещества должны быть изгнаны изъ пищи. Значительную помощь оказываютъ горячія ванны или полуванны. Мѣстныхъ горячія ванны, въ зависимости отъ того, какой суставъ пораженъ болѣзью, также оказываются очень полезными. Иногда приходится прибѣгать къ воздушно-горячимъ ваннамъ. Специфическимъ средствомъ противъ ревматизма считаются *салициловые* препараты и особенно салициловый натръ. Съ особеннымъ вниманіемъ *слѣдятъ* врачи во время остраго приступа ревматизма *за сердцемъ*, чтобы открыть появленіе сердечнаго порока какъ можно раньше. Очень большую помощь оказываютъ какъ при остромъ, такъ и особенно при хроническомъ ревматизмѣ *грезевыя ванны* и еще болѣе — *лиманное леченіе*.

**Респираторъ.** Названіе это присвоено небольшому прибору, который защищаетъ носъ отъ дѣйствія слишкомъ рѣзкаго, а также загрязненнаго пылью воздуха. Въ особенномъ употребленіи находится респираторъ въ нѣкоторыхъ фабричныхъ производствахъ, при которыхъ воздухъ переполняется вредной и даже ядовитой пылью. Тѣмъ, кто чувствителенъ къ дѣйствію свѣжаго воздуха, предпочтительнѣе вмѣсто ношенія респиратора заняться закаливаніемъ своей кожи и легкихъ — частымъ пребываніемъ на свѣжемъ воздухѣ, дѣятельнымъ провѣтриваніемъ своей квартиры и особенно спальни, всего же вѣрнѣе холодной водой.

**Рестораны.** Въ селахъ и небольшихъ городахъ почти неизвѣстны рестораны, и тѣ, у кого нѣтъ собственной семьи, столуются въ чужой семьѣ и пользуются одинаковымъ съ ней столомъ. При такихъ условіяхъ качество стола — при прочихъ равныхъ условіяхъ — всегда будетъ стоять несравненно выше, чѣмъ въ любомъ городскомъ ресторанѣ. Ресторанъ въ городѣ представляетъ собой промышленное учрежденіе, содержатель котораго заботится всего больше о собственной выгодѣ и очень мало печется о здоровьѣ своихъ гостей. При такихъ условіяхъ вполне понятно, что большинство ресторановъ является разсадникомъ различныхъ болѣзней, въ числѣ коихъ разстройства пищеварительнаго канала занимаютъ, конечно, первое мѣсто. Заботы объ охраненіи здоровья своихъ обывателей должно, тѣмъ не менѣе, составлять одну изъ главнѣйшихъ



заботъ разумнаго общественнаго управленія, и потому было бы желательно, чтобы повсюду за ресторанами былъ учрежденъ самый строгій и добросовѣстный надзоръ. Не слѣдуетъ забывать, что въ большихъ городахъ значительная часть не только лицъ трудящихся физически, но и множество умственныхъ тружениковъ вынуждено бываетъ иногда въ теченіе большей части своей жизни питаться въ ресторанахъ. Между тѣмъ Бюхнеръ не безъ основанія заявляетъ, что человѣкъ — „естъ то, что онъ ѣстъ“ („Der Mensch ist, was er isst“). Помимо заботъ о качествѣ пищи, должны быть принимаемы строгія мѣры и для обеззараживанія посуды, ибо слишкомъ наивно было бы думать, будто среди сотенъ и тысячъ людей, которыя посѣщаютъ нѣкоторые рестораны, совершенно нѣтъ больныхъ и притомъ прилипчивыми болѣзнями (сифились, чахотка и пр.). Особенное же вниманіе должно, съ этой точки зрѣнія, быть обращено на весь штатъ поваровъ и на ресторанныю прислугу.

**Рефлекторъ.** Въ томъ случаѣ, когда врачамъ приходится обозрѣвать какія-либо узкія отверстія и естественные каналы тѣла (напр., гортань, ушную полость, носовую и пр. и пр.), необходимо позаботиться о томъ, чтобы на изслѣдуемую часть

тѣла упало какъ можно больше свѣта. Особенно необходимо бываетъ это въ томъ случаѣ, когда свѣта, получаемаго отъ естественнаго или искусственнаго освѣщенія, оказывается недостаточно, что наблюдается очень часто. Въ такомъ случаѣ мы прибѣгаемъ къ вогнутому зеркалу, которое собираетъ лучи въ одно мѣсто: концентрируетъ ихъ. Собранный зеркаломъ пучокъ лучей мы и направляемъ въ желательномъ для насъ направленіи. На рис. 338 нами изображенъ такого рода рефлекторъ. Въ томъ случаѣ, когда изслѣдующему врачу необходимо имѣть обѣ руки свободными (для введенія гортаннаго, ушнаго или носо-

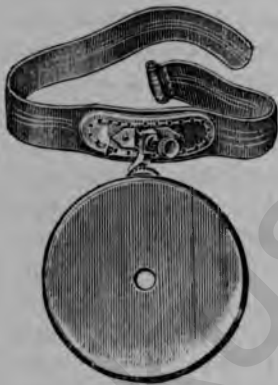


Рис. 338. Рефлекторъ съ лобной лентой.

вого зеркала, смазыванія и пр.), онъ одѣваетъ рефлекторъ на лобъ, прикрѣпляя его при помощи особой ленты. Самъ же онъ осматриваетъ изслѣдуемую полость въ центральное отверстіе, которое видно въ срединѣ зеркала. Пациентъ садится спиной къ источнику свѣта—такимъ образомъ, чтобы лучи падали прямо на рефлекторъ. Въ томъ случаѣ, когда дневнаго свѣта бываетъ недостаточно, прибѣгаютъ къ свѣчѣ, обыкновенной или же специальной лампѣ, которая даетъ очень много свѣта. Въ послѣднее время вошли также въ большое

употребленіе электрическія лампочки, которыя прилаживаются такимъ образомъ, чтобы свѣтъ ихъ падалъ прямо на рефлeкторъ. Такимъ путемъ мы всегда можемъ получить достаточно свѣта для необходимаго изслѣдованія.

**Рефлекторныя—отраженныя движенія.** Рефлекторныя—непроизвольныя движенія, слѣдующія за какимъ-либо опредѣленнымъ раздраженіемъ, наполняютъ всѣ процессы жизни любого живого существа. Нечужды они даже и міру растений. Самое легкое прикосновеніе къ чувствительной мимозѣ (*мimosa pudica*) вызываетъ быстрое сокращеніе ея листьевъ. Существуетъ плотоядное растеніе, малѣйшее прикосновеніе къ листьямъ котораго вызываетъ полное закрытіе его чашечки вслѣдствіе чего насѣкомое, прикоснувшееся къ нему, остается въ плѣну. Растеніе высасываетъ изъ него всѣ соки, и листья его вновь раскрываются только тогда, когда насѣкомое окончательно переварилось въ немъ. Что же касается до животныхъ, то, повторяемъ, трудно найти область въ которой рефлекторнымъ движеніямъ не было бы отведено очень видное мѣсто. Предполагаютъ, что рефлекторныя движенія представляютъ собой повтореніе тѣхъ, которыя предкамъ даннаго животнаго вида приходилось слишкомъ часто продѣлывать раньше сознательно. Бѣльшей частью рефлекторныя движенія, несмотря на свою полную автоматичность, имѣютъ цѣлесобразное значеніе для организма. Такъ, слишкомъ яркій свѣтъ, напр., рефлекторно вызываетъ опущеніе вѣкъ и суженіе зрачковъ. Такимъ образомъ зрительная оболочка защищается отъ слишкомъ сильнаго раздраженія, которое могло бы повредить ей. То же самое происходитъ, когда кто-либо неожиданно проведетъ рукой передъ нашими глазами. Мы автоматически закрываемъ глаза. Это — также движеніе самозащиты.

Къ отраженнымъ движеніямъ мы должны также отнести чиханіе, кашель, слезы, икоту, гусиную кожу при неожиданномъ ощущеніи холода и пр. Нѣтъ также никакого сомнѣнія въ томъ, что многія даже довольно сложныя психологическія движенія должны быть относимы къ числу рефлекторныхъ.

Характеръ нѣкоторыхъ рефлекторныхъ движеній имѣетъ при многихъ болѣзняхъ большое значеніе, въ смыслѣ того, что они даютъ намъ возможность распознавать нѣкоторыя болѣзни въ самомъ начальномъ періодѣ ихъ появленія. Къ таковымъ мы можемъ отнести колѣбный и зрачковый рефлексъ при спинной сухоткѣ и т. д.

Рефлекторныя движенія бываютъ самыхъ различныхъ разрядовъ, начиная съ самыхъ простыхъ и кончая довольно сложными психологическими движеніями; послѣднее необхо-

димо имѣть въ виду родителямъ, воспитателямъ и педагогамъ. Въ противномъ случаѣ многимъ дѣйствіямъ дѣтей при дается совершенно несоотвѣтственное значеніе.

**Рига.** Не столько въ самой Ригѣ, сколько въ окрестностяхъ ея—по побережью Рижскаго залива—отличныя *морскія купанья*, главное достоинство которыхъ составляетъ ровное песчаное дно. Мѣстность живописная и здоровая: хвойныя и сосновые лѣса; обширные луга. Съѣздъ—съ начала мая—огромный, преимущественно въ Дуббелнѣ, гдѣ имѣется и курзаль, а также заведеніе для различныхъ родовъ ваннъ. Жизнь не особенно дорога.

**Риципное масло.** см. „Касторовое“.

**Родильная горячка**—см. въ III части.

**Роднички.**—Фонтанели. Если мы будемъ щупать черепъ у

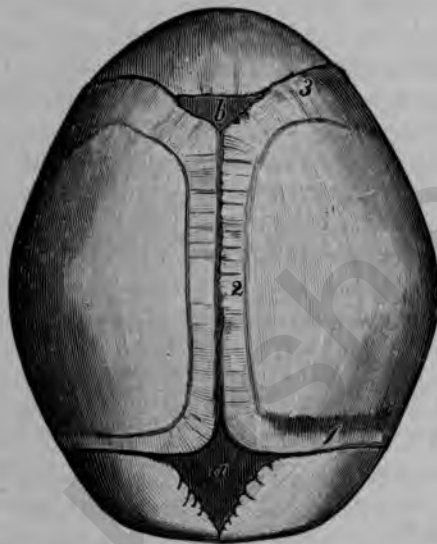


Рис. 339. Роднички у новорожденного.

1. Вѣнечный шовъ. 2. Стрѣловидный шовъ.  
3. Ламбдовидный шовъ. а—Большой. б—Малый родничокъ.  
(По д-ру Руффу).

взрослага челоѡѡка, то убѡдимся, что кости всюду твердо соединены между собой въ одно цѣлое, и намъ даже трудно будетъ повѣрить, что черепъ состоитъ изъ множества отдѣльныхъ костей. Между тѣмъ, на новорожденномъ въ этомъ убѣдиться очень легко. Всѣ черепныя кости соединены между собой у новорожденного очень рыхло. Фактъ этотъ имѣетъ огромное значеніе при родахъ, такъ какъ даетъ черепу младенца возможность значительно уменьшить свой объемъ при прохожденіи черезъ тазъ матери. Въ томъ мѣстѣ, гдѣ обѣ темныя кости соединяются спереди съ лобными и сзади съ затылочной костью, остаются пространства, совершенно свободныя отъ костей и покрытыя только тонкой кожицей,

которая при надавливаніи издаетъ особенный, такъ-наз. „пергаментный“ хрустъ. Эти-то незаросшія части черепа новорожденного мы и называемъ „родничками“. Передній родничокъ имѣетъ форму удлиненнаго четырехъугольника, между тѣмъ, какъ задній имѣетъ треугольную форму. Различная форма и опредѣленное мѣстоположеніе этихъ родничковъ даетъ намъ

возможность ориентироваться относительно положенія головы младенца, изъ чего, какъ мы увидимъ въ III части, мы можемъ вывести совершенно опредѣленные заключенія относительно *положенія* младенца въ маткѣ.

Роднички неокончательно утрачиваютъ свое значеніе и послѣ рожденія ребенка. Еще долгое время спустя дають они намъ возможность дѣлать нѣкоторыя важныя заключенія относительно здоровья ребенка. Въ томъ случаѣ, когда роднички заростають слишкомъ рано, это отражается на объемѣ черепа, и замѣчено, что такія дѣти нерѣдко оказываются умственно отсталыми. Въ другихъ случаяхъ роднички не заростають и къ третьему году, въ каковомъ случаѣ наблюдается нерѣдко размягченіе затылка, что служитъ однимъ изъ наиболѣе рѣзкихъ признаковъ **англійской болѣзни** (см.).

**Роды — преждевременные.** Таковыми называются роды, наступающіе раньше нормальнаго срока, но не раньше, какъ по истеченіи 7 полныхъ мѣсяцевъ беременности. Роды, наступающіе до истеченія полныхъ 7 мѣсяцевъ, называются **выкидышемъ** (см.). При благоприятныхъ условіяхъ удается выростить ребенка, появившагося и на 8-мъ мѣсяцѣ. Тѣмъ не менѣе за нимъ нуженъ совершенно особенный уходъ, о которомъ у насъ будетъ рѣчь въ слѣдующей части сочиненія. Замѣчено, что такія дѣти очень часто остаются на всю жизнь недоразвитыми, особенно въ отношеніи нервной системы. Поэтому, само собой разумѣется, необходимо принять всѣ мѣры къ тому, чтобы выносить ребенка. Особенно необходимо заботиться объ этомъ тѣмъ, у кого преждевременные роды или выкидышъ составляютъ, такъ сказать, обычное явленіе.

Въ нѣкоторыхъ случаяхъ (при сильномъ суженіи таза, при неукротимой рвотѣ беременной и при нѣкоторыхъ сердечныхъ болѣзняхъ, малокровіи и пр.) приходится вызвать искусственнымъ образомъ преждевременные роды, для чего часто приходится жертвовать младенцемъ чтобы спасти жизнь матери.

**Рожа** представляетъ собой очень распространенную болѣзнь. Причиной ея является особенный *микробъ*: стрептококкъ (цѣпеккоккъ), изображенный нами на рис. 155 въ ст. „**Бактеріи**“. Черезъ здоровую кожу микробъ этотъ никогда проникнуть не можетъ. Тѣмъ не менѣе, достаточно самой небольшой, самой незначительной ранки, которую иногда и въ микроскопъ бываетъ трудно разсмотрѣть, чтобы микробъ проникъ въ организмъ и вызвалъ явленія рожи. Всего чаще наблюдается рожа *на шутъ*. Начинается болѣзнь съ очень высокой лихорадки, которая нерѣдко превышаетъ 40°. Въ то же время ощущается и сильный ознобъ, головная боль, тошнота; не-

рѣдко—рвота. Въ то же время на извѣстномъ участкѣ кожи на лицѣ появляется *припухлость и краснота*, которыя довольно рельефно выдѣляются большой участокъ изъ окружающей его здоровой кожи. Довольно быстро болѣзнь разливается все шире и шире, и въ короткое время цѣлая половина лица оказывается пораженной рожей. Только въ исключительныхъ случаяхъ болѣзнь переходитъ на противоположную часть лица. Въ томъ случаѣ, когда рожа переходитъ и на голову, больные испытываютъ сильнѣйшія боли. Все время, пока болѣзнь продолжаетъ распространяться, температура держится на значительной высотѣ. Паденіе температуры—въ большинствѣ случаевъ очень рѣзкое—происходитъ обыкновенно на 8—10 день. Черезъ короткое время больной чувствуетъ себя совершенно здоровымъ. Рожа обнаруживаетъ большую склонность къ *возвратамъ*. Нѣкоторыя осложненія рожи (воспаленіе легкихъ, когда рожа бросается въ легкія; воспаленіе мозговыхъ оболочекъ) довольно опасны.

= **Леченіе.** Прежде всего нѣсколько словъ *о предупрежденіи* рожи. Тѣмъ, у кого на лицѣ или рукахъ имѣется хотя бы малѣйшая ранка, слѣдуетъ тщательно избѣгать приближенія къ рожистому больному, такъ какъ рожа чрезвычайно прилипчива. Въ отношеніи *леченія* — важны легкая діета, правильное опорожненіе кишечника и свѣжій воздухъ. Какъ и при всѣхъ прочихъ заразныхъ заболѣваніяхъ, мы и въ данномъ случаѣ рекомендуемъ больнымъ пить какъ можно больше напитковъ въ горячемъ видѣ. Помимо потѣнія, которое также оказываетъ полезное дѣйствіе, изъ организма выдѣляются такимъ путемъ въ избыткѣ ядовитыя вещества, выдѣляемые микробами и отравляющія организмъ. Питаться преимущественно молокомъ. Что касается до мѣстнаго леченія, то въ легкихъ случаяхъ, каковыя наблюдаются очень часто, можно обойтись посыпаніемъ пораженныхъ мѣстъ крахмальнымъ или рисовымъ порошкомъ. Въ болѣе тяжелыхъ случаяхъ прибѣгаютъ къ смазыванію іодомъ или же ихтіоломъ (пополамъ съ вазелиномъ). Слѣдуетъ имѣть въ виду, что пораженный участокъ кожи находится внѣ области нашего воздѣйствія, и все, что мы можемъ сдѣлать, это—до нѣкоторой степени предохранить *здоровые участки* кожи на границѣ съ пораженными. На эти-то сосѣдніе участки и должно быть, главнымъ образомъ, обращено наше вниманіе. Въ томъ случаѣ, когда больные испытываютъ сильныя боли, на пораженный участокъ кладутъ прохладные или тепловатые компрессы, въ зависимости отъ личныхъ ощущеній больного. Компрессы дѣлаются борные или ромашковые.

**Ромашка** представляетъ собой излюбленное домашнее

средство. Употребляютъ ее и наружно и внутренне. Ей приписываются смягчительныя и очистительныя свойства. Вудучи принята внутрь, она дѣйствуетъ успокоительнымъ, а также потогоннымъ образомъ. Настой дѣлается изъ трехъ-четырехъ чайныхъ ложекъ ромашки на стаканъ горячей воды. Чай этотъ обладаетъ довольно терпкимъ, но не лишеннымъ пріятности вкусомъ.

**Ртуть** въ чистомъ видѣ не имѣетъ въ настоящее время почти никакого употребленія въ медицинѣ. Между тѣмъ, нѣкоторыя соединенія этого металла примѣняются довольно часто. Къ наиболѣе употребительнымъ слѣдуетъ причислить каломель и сулему. Какъ тотъ, такъ и другая представляютъ соединенія ртути съ хлоромъ. *Каломель* употребляется, преимущественно, какъ слабительное. Употребляется она иногда и какъ мочегонное. Что же касается до *сулемы*, то она примѣняется, преимущественно, наружно въ качествѣ одного изъ наиболѣе дѣйствительныхъ (но вмѣстѣ съ тѣмъ и наиболѣе опасныхъ) обеззараживающихъ средствъ. Указанныя, а также многія другія соединенія ртути имѣютъ очень обширное примѣненіе при дурной болѣзни (сифилисѣ). Лечать ею сифилисъ преимущественно во второмъ періодѣ болѣзни.

Соединенія ртути представляютъ собой вещества въ высшей степени ядовитыя. **Отравленіе** можетъ быть не только острымъ, но и хроническимъ. Первымъ признакомъ *хроническаго* отравленія является обильное *слонотеченіе* и дурной запахъ изо рта. При отравленіи большими дозами ртути наблюдается появленіе во рту металлическаго вкуса; рвота—сначала бѣлыми, потомъ кровянистыми массами; таковой же поносъ; боли въ животѣ и преимущественно подъ ложечкой; задержаніе мочи. Пострадавшему слѣдуетъ *давать* растворъ бѣлка въ водѣ. Въ качествѣ *противоядія* слѣдуетъ давать магнезію или древесный уголь. Въ то же время слѣдуетъ немедленно потребовать изъ аптеки противоядіе противъ ртути (таковымъ считается свѣже-осажденное сѣрнистое желѣзо). Затѣмъ больному въ теченіе нѣкотораго времени рекомендуется принимать горячія соленыя или сѣрнистыя ванны.

**Рубцы** образуются послѣ различныхъ ранъ, обусловливающихъ потерю вещества. Рубцовая ткань состоитъ изъ плотной соединительной ткани, которая сильно отягиваетъ окружающія—болѣе мягкія ткани. Отсюда и происходитъ характерный видъ и втянутость рубцовъ. Предупредить слишкомъ сильное втягиваніе можно до извѣстной степени тѣмъ, что держать раненное мѣсто плотно вытянутымъ, и примѣняютъ ванны, массажъ и гимнастику. Образованіе рубцовой ткани имѣетъ огромное значеніе и при нѣкоторыхъ внутрен-

нихъ заболѣваніяхъ. Такъ, образованіе рубцовой ткани представляетъ одинъ изъ наиболѣе часто наблюдаемыхъ способовъ излеченія легочной чахотки. Бугорчатые узлы въ легкихъ затягиваются рубцовой тканью и такимъ образомъ совершенно утрачиваютъ свою вредоносность.

**Рукоблудіе**, см. „Онанизмъ“.

**Русская баня.** Баня представляетъ, какъ всѣмъ извѣстно, излюбленное народное средство для леченія всевозможныхъ болѣзней, особенно же острыхъ и заразныхъ. Въ русской банѣ воздухъ бываетъ насыщенъ водяными парами, въ полную противоположность *турецкой* — сухой банѣ. Температура русской бани сильно колеблется въ зависимости отъ того, въ какомъ отдѣленіи находится. Будучи равной въ мыльной градусамъ 40, она на полкѣ достигаетъ 60°—80°. Дѣйствіе бани сводится, въ краткихъ чертахъ, къ слѣдующему: пульсъ и дыханіе значительно учащаются; пульсъ даетъ 100 — 120 ударовъ; дыханіе совершается разъ 30—35, т. е. вдвое чаще нормальнаго. Температура тѣла доходитъ до 39° Ц. Несмотря на то, что польза русской бани и рѣзкая реакція, которую она производитъ на организмъ, во многихъ случаяхъ не можетъ быть оспариваема, ее далеко нельзя считать средствомъ безразличнымъ. Она можетъ принести не только значительный вредъ, но и грозить непосредственной опасностью при нѣкоторыхъ болѣзняхъ, преимущественно при болѣзняхъ сердца и при склонности къ кровохарканіямъ. Поэтому всѣмъ лицамъ, у которыхъ имѣется хотя бы только сомнѣніе въ томъ, въ порядкѣ ли у нихъ сердце, слѣдуетъ избѣгать париться въ банѣ. Что касается до санитарнаго значенія бани, то нельзя не согласиться съ нашимъ выдающимся гигіенистомъ Ф. Эрисманомъ, что „баня повсюду должна быть сдѣлана доступной для народа“.

**Ручной массажъ** рекомендуется при зябкости рукъ, лимфатическихъ застояхъ и мышечной слабости верхнихъ конечностей. Массажъ рукъ, какъ и прочихъ частей тѣла, состоитъ изъ поглаживаній, разминаній, поколачиваній и пошлепываній. Само собой разумѣется, что форма, сила и продолжительность массажа должны быть строго приурочены къ особенностямъ каждаго случая въ отдѣльности. Можно сказать, что массажъ въ этомъ случаѣ, какъ и во всѣхъ другихъ, только тогда примѣненъ совершенно правильно, когда онъ влечетъ за собой въ больной конечности пріятное ощущеніе теплоты и оживленіе кровообращенія. При боляхъ дѣйствуютъ успокоительно мягкія и систематическія поглаживанія сверху внизъ.

**Ручныя ванны.** Руки составляютъ часть нашего тѣла, которой мы во всякое время наиболѣе свободно можемъ распоряжаться. Разумнымъ примѣненіемъ теплоты и воды къ нашимъ рукамъ мы можемъ во многихъ случаяхъ быстро достигъ желаемой цѣли. Въ томъ случаѣ, когда намъ слишкомъ жарко или мы слишкомъ возбуждены, стоимъ намъ погрузить руки въ холодную воду, чтобы освѣжиться. Когда мы озябли, а также при болѣзненныхъ сердцебіеніяхъ, мы испытываемъ значительное облегченіе, когда погружаемъ руки въ очень горячую воду. Требуется ли намъ отвлечь кровь отъ внутреннихъ органовъ тѣла, мы устраиваемъ попеременные горячія и холодныя ручныя ванны. Въ томъ случаѣ, когда на рукахъ показываются припуханія и затвердѣнія, мы прибѣгаемъ къ паровымъ ручнымъ ваннамъ.

**Рыбій жиръ** есть питательное средство, особенно полезное при нѣкоторыхъ заболѣваніяхъ, изъ которыхъ на первомъ планѣ должны быть поставлены золотуха и чахотка. Золотушнымъ дѣтямъ, какъ правило, слѣдуетъ каждую зиму пить рыбій жиръ въ возможно большихъ количествахъ въ томъ случаѣ, конечно, когда онъ хорошо усваивается и переваривается организмомъ. Начинать слѣдуетъ съ ранней зимы. Даютъ его сначала чайными, потомъ десертными и столовыми ложками. Въ большинствѣ случаевъ дѣти его очень хорошо переносятъ. Различаютъ очищенный и неочищенный рыбій жиръ. Послѣдній противнѣе на вкусъ, но въ немъ заключается больше полезныхъ веществъ, чѣмъ въ очищенномъ. Что касается до запаха и вкуса рыбьяго жира, то они рѣдко являются препятствіемъ въ глазахъ дѣтей. Не то наблюдается у взрослыхъ людей. Простой способъ заглушить послѣ приѣма вкусъ рыбьяго жира, это—закусывать кускомъ круто посоленнаго чернаго хлѣба. Въ другихъ случаяхъ принимаютъ рыбій жиръ на пивѣ, черномъ кофе, прибавляютъ къ нему коньяку и пр. Не слѣдуетъ забывать, что рыбій жиръ можетъ хорошо перевариваться и усваиваться только въ томъ случаѣ, когда организмъ совершаетъ при этомъ достаточно мышечнаго движенія. Въ противномъ случаѣ онъ можетъ играть только роль слабительнаго средства.

**Рыбный ядъ.** Во многихъ мѣстностяхъ нашего обширнаго отечества рыба составляетъ одинъ изъ наиболѣе употребительныхъ пищевыхъ продуктовъ, которымъ большую часть года пользуется прибрежное населеніе. Нѣтъ никакого сомнѣнія въ томъ, что свѣжая рыба составляетъ чрезвычайно здоровое и вкусное блюдо. Въмѣстѣ съ тѣмъ она представляетъ большую опасность для нашего здоровья въ



томъ случаѣ, когда она несвѣжа или испорчена. Доказано, что въ рыбѣ развивается тогда особенный и довольно опасный ядъ. Всего чаще такого рода ядъ развивается, въ стерляди, осетринѣ и бѣлугѣ. Признаки *отравленія гнилой рыбой* — слѣдующіе. Наблюдается сухость слизистыхъ оболочекъ и кожи. Животъ вздувается; наблюдаются запоры; расширение зрачковъ. Въ болѣе серьезныхъ случаяхъ отравившіеся испытываютъ удушье. Иногда отравленіе бываетъ смертельнымъ. Никогда не слѣдуетъ поэтому забывать, что сколько-нибудь несвѣжая рыба представляетъ для насъ большую опасность. Для того, чтобы *распознать* тухлую или просто *несвѣжую рыбу*, мы прежде всего должны руководиться нашимъ органомъ обонянія. Въ томъ случаѣ, когда рыба издаетъ хотя бы малѣйшій запахъ, мы должны отказаться отъ ея употребленія. Можемъ мы руководиться также и цвѣтомъ внутренностей рыбы, который уже въ самомъ началѣ гніенія становится зеленоватымъ.

Считаемъ необходимымъ прибавить, что наши рыбопромышленники назначили довольно крупную денежную премію за обстоятельное изученіе природы рыбнаго яда.

Въ случаѣ отравленія гнилой рыбой, мы должны дѣйствовать, главнымъ образомъ, въ зависимости отъ тѣхъ явленій, которыя мы наблюдаемъ у пострадавшаго. Прежде всего, однако, мы должны позаботиться объ *удаленіи яда* изъ желудка и кишекъ. Для этого мы прибѣгаемъ къ **рвотнымъ** и **слабительнымъ** (см.). Одновременно слѣдуетъ прибѣгнуть также и къ промывательнымъ. Больного слѣдуетъ уложить въ постель, позаботиться о его согрѣваніи и поддержаніи его силъ. На животъ слѣдуетъ положить тепло-влажные компрессы. Прибавимъ къ слову, что рыба съ чешуйчатой кожей переваривается, въ общемъ, легче, нежели рыба съ гладкой кожей; въ вареномъ видѣ рыба переваривается лучше, чѣмъ въ жареномъ. Свежая молодая рыба представляетъ собой очень мягкое и нѣжное блюдо, которое отлично переносится и слабыми желудками такъ же, какъ и выздоравливающими отъ тяжелыхъ болѣзней.

**Рѣзь въ животѣ** наблюдается въ обыденной жизни нерѣдко. Въ основаніи ея могутъ лежать самыя разнообразныя причины. Мѣстомъ ея происхожденія можетъ быть какъ кишечникъ, такъ и матка. Только въ томъ случаѣ можемъ мы разобраться въ истинной причинѣ рѣзи въ животѣ, когда внимательно будемъ наблюдать сопровождающія ее явленія. Къ наиболѣе частымъ причинамъ этого страданія слѣдуетъ причислить образованіе газовъ, запоръ, начинающійся поносъ, душевное волненіе, нервныя заболѣванія, кишечныя страда-

нія. Внезапный поносъ, сопровождающійся рѣзью въ животѣ, наблюдается также нерѣдко при маточныхъ болѣзняхъ.

== **Лечение** находится въ непосредственной зависимости отъ основной причины, къ выясненію которой и должны быть приложены всѣ старанія. Въ томъ случаѣ, когда причиной не являются маточныя кровотеченія, можно сказать, что въ преобладающемъ большинствѣ случаевъ теплые компрессы, нагрѣтыя металлическія крышки, грѣлка и пр. представляютъ собой наиболѣе дѣйствительныя средства для успокоенія боли. Въ нѣкоторыхъ случаяхъ бывають показаны простые *обильныя* клистиры, а также горячая ванна (см. также „**Колики**“). Въ другихъ случаяхъ требуется уложить больную въ теплую постель, приложить къ ногамъ бутылки съ горячей водой и дать ей напитокъ горячаго жидкаго чаю.

## С.

**Сабурь.**—**Алоэ.** Сабурь представляетъ собой африканское растеніе. Оно дѣйствуетъ, какъ сильное слабительное, и, будучи принято внутрь, вызываетъ нерѣдко боли и колики. Мы неоднократно высказывали уже нашъ взглядъ на слабительныя, и читательницамъ извѣстно, какъ мало мы питаемъ симпатіи къ частому ихъ употребленію. Опорожненіе кишечника представляетъ собой органическую функцію, которая, какъ и всякая другая, должна совершаться только *естественнымъ* путемъ. Какъ и всякое другое слабительное, и сабурь вызываетъ со временемъ привыканіе кишечника и перестаетъ дѣйствовать. Отъ употребленія его слѣдуетъ воздерживаться всѣхъ больше беременнымъ женщинамъ, такъ какъ онъ вызываетъ одновременно и сокращенія матки, а слѣдовательно можетъ вызвать и преждевременные роды или выкидышъ. Не слѣдуетъ его принимать также и женщинамъ, обнаруживающимъ наклонность къ кровотечениямъ.

**Саки**—Евпаторійск. уѣзда, Таврич. губ.—Наиболѣе прославленные въ Россіи *лечебныя грязи*. Помимо самаго состава грязи, въ высшей степени важный цѣлебный факторъ составляетъ ягучее южное солнце, которое даетъ возможность естественнымъ образомъ нагрѣть грязевую ванну до необычайно высокой температуры: градусовъ до 50 по Ц. („грунтовая“ ванны). Нагрѣвается грязь также и искусственнымъ образомъ. Въ такой ваннѣ больные остаются отъ  $\frac{1}{4}$  до  $\frac{1}{2}$  часа. Нетрудно себѣ представить, въ какой степени оживляется при такихъ условіяхъ кровообращеніе, усиливается потоотдѣленіе и повышается обмѣнъ веществъ. Поэтому грязевыя ванны

оказываютъ во многихъ случаяхъ поразительное дѣйствіе при различныхъ видахъ ревматизма, при хроническихъ воспаленіяхъ суставовъ, хроническихъ страданіяхъ женской половой сѣры, болѣзняхъ костей и нервной системы, золотухѣ, англійской болѣзни, хроническихъ катаррахъ мочевого пузыря, позднѣйшемъ стадіи сифилиса и пр. и пр. Сказанное относится въ значительной степени и къ прочимъ курортамъ, въ которыхъ практикуется леченіе грязями (см. „Мойнакское озеро“ и „Одесскіе лиманы“ и пр.

**Самочувствіе** имѣетъ важное значеніе въ ряду другихъ признаковъ, указывающихъ на состояніе здоровья или болѣзни нашего организма. Совершенно здоровому организму свойственно хорошее самочувствіе. Если же кто-либо, несмотря на всѣ благоприятныя условія жизни и на кажущееся здоровье, все же чувствуетъ себя плохо, то это служить довольно вѣрнымъ указаніемъ на то, что *не все* обстоитъ въ данномъ случаѣ *благополучно*. Требуется удвоить вниманіе, чтобы открыть истинную причину этого ненормального явленія, причѣмъ одинаковое вниманіе должно быть удѣляемо какъ физическимъ, такъ и нравственнымъ условіямъ. Большое значеніе слѣдуетъ придавать самочувствію и при *болѣзняхъ*. Въ нѣкоторыхъ случаяхъ улучшеніе самочувствія даетъ намъ основаніе рассчитывать на благоприятный исходъ болѣзни даже въ томъ случаѣ, когда по объективнымъ признакамъ болѣзни мы и не въ правѣ были бы этого ожидать. Изъ сказаннаго ясно также, что мы должны принимать всѣ мѣры къ тому, чтобы поднять самочувствіе больного. Въ этомъ отношеніи предоставляется широкое поле дѣятельности лицамъ, окружающимъ больного. Руководясь взглядами, требованіями и привычками больного, — всѣмъ его душевнымъ складомъ, короче говоря, они многое могутъ сдѣлать въ этомъ направленіи и оказать серьезную пользу больному. Въ этомъ направленіи никакія заботы не должны намъ казаться мелочными: все, что способно — хотя бы въ самой незначительной степени — поднять силы больного и увеличить его шансы на выздоровленіе, должно быть съ нашей стороны предметомъ самаго серьезнаго вниманія.

**Санаторія. — Здравница.** Слово „санаторія“ очень недавняго происхожденія, между тѣмъ, какъ понятіе, которое это слово передаетъ, чрезвычайно древнее. Санаторіи имѣютъ цѣлью лечить больныхъ *естественными* факторами здоровой, нормальной жизни. Устранить изъ жизни больныхъ ненормальныя условія, направить ихъ жизнь по правильному руслу — таковы основныя начала санаторій. Не можетъ быть никакого сомнѣнія въ томъ, что санаторіи въ будущемъ по-

лучать еще бесконечно большее значение, нежели какое онѣ имѣютъ въ настоящее время. Въ наше время санаторіи примѣняются, преимущественно, при леченіи чахоточныхъ (см. „Легочная чахотка“). Результаты, полученные отъ леченія чахоточныхъ въ специальныхъ санаторіяхъ, во много разъ превосходятъ результаты, полученные отъ какихъ-либо иныхъ методовъ леченія \*). Число поправившихся въ нихъ достигаетъ даже при 3-мѣсячномъ пребываніи въ санаторіи—70<sup>0</sup>/<sub>0</sub>; число совершенно выздоровѣвшихъ за такой короткій промежутокъ времени равняется 25<sup>0</sup>/<sub>0</sub>—30<sup>0</sup>/<sub>0</sub>.

Главные условія жизни чахоточныхъ сводятся въ санаторіяхъ къ усиленному питанію, возможно полному покою и постоянному пребыванію на свѣжемъ воздухѣ. Нѣтъ сомнѣнія, что, если бы тѣ же условія примѣнялись съ такою же систематичностью ко множеству другихъ болѣзней, то результаты получались бы не менѣ блестящіе. Во всякомъ случаѣ всѣ мы одинаково, независимо отъ того, здоровы мы или больны, должны всѣми силами стремиться къ тому, чтобы наши условія жизни какъ можно ближе подходили къ условіямъ жизни въ санаторіи.

**Сантонинъ.** Очень дѣйствительное противоглистное средство, которое охотно и съ большимъ успѣхомъ примѣняется у дѣтей. Дается сантонинъ въ количествѣ 3—10 центиграммовъ (смотря по возрасту ребенка) съ шоколадомъ или сахаромъ, чтобы замаскировать вкусъ лекарства. Не слѣдуетъ, однако, злоупотреблять этимъ средствомъ, въ виду его несомнѣнной ядовитости. См. также „Глисты“, „Круглая глиста“, „Солитеръ“ и пр.

**Саркомой** называютъ мясистую опухоль, которая можетъ развиваться въ различныхъ частяхъ тѣла. Увеличивается она обыкновенно медленно; она довольно тверда. При значительномъ увеличеніи своихъ размѣровъ она производитъ давленіе на близъ лежащіе нервы и на окружающіе органы. Самое вѣрное леченіе состоитъ въ удаленіи ея путемъ операціи. Въ томъ случаѣ, когда операція по мѣстнымъ условіямъ или по условіямъ, зависящимъ отъ состоянія больной, невыполнима, намъ остается только одно: поддерживать, елико возможно, силы больной.

**Сахарная болѣзнь—діабетъ.** Проявляетъ себя сахарная болѣзнь слѣдующими признаками. Появляется сильная, иногда неутолимая жажда. Увеличивается и количество мочи, которое можетъ въ 2—3 и больше разъ превосходить нормальное количество. Моча бываетъ свѣтлой, но очень плотной. При химическомъ ея изслѣдованіи въ ней нетрудно бываетъ от-

\*) См. мое сочин. «Современная «чума»—чахотка».

крыть присутствіе сахара. Во многихъ случаяхъ появляется также усиленный—иногда прямо волчій аппетитъ. Несмотря на то, что больные поглощаютъ много пищи и напитковъ, и то и другое имъ очень мало идетъ въ прокъ, и они обыкновенно довольно замѣтно худѣютъ. Въ виду того, что основной причиной появленія сахарной болѣзни можно съ положительностью считать разстройство въ обмѣнѣ веществъ, нарушаются и другія отправленія организма. Между прочимъ и кожа бываетъ очень сухой и служитъ мѣстомъ частаго появленія чирьевъ и нарывовъ, которые нерѣдко совершенно истощаютъ больныхъ. Изъ *осложненій* диабета слѣдуетъ на первый планъ поставить воспаленіе легкихъ и легочную чахотку.

При **леченіи** сахарной болѣзни намъ предоставляется двойная задача: съ одной стороны, питать больного такимъ образомъ, чтобы количество сахара въ мочѣ не только не возрастало, но, по возможности, уменьшалось бы; съ другой стороны, поддерживать силы больного. Для достиженія первой цѣли мы должны обратить особенное вниманіе на *питаніе* больного. Въ виду того, что мучнистыя вещества содержатъ крахмалъ, который легко переходитъ въ сахаръ, больнымъ возбраняется употребленіе въ какомъ бы то ни было видѣ сахара и сладстей, а также мучнистыхъ веществъ.

Такимъ образомъ больнымъ запрещается потребление въ какомъ бы то ни было видѣ хлѣба, исключая **алейронавтоваго** (см.). Должны быть изгнаны также изъ употребленія сахаръ и сласти и всякія сладкія блюда. Въ очень умѣренныхъ количествахъ разрѣшается сахаринъ. Изъ плодовъ разрѣшаются въ умѣренныхъ количествахъ тѣ, которые содержатъ небольшое количество сахару. Къ таковымъ относятся: персики, абрикосы, яблоки, арбузы, смородина и крыжовникъ. Что же касается до вишенъ, грушъ, малины, апельсиновъ, особенно же винограда, то упомянутыя вещества должны быть рѣшительно изгнаны изъ употребленія. Изъ овощей должны быть изгнаны: свекловица и лукъ.

Въ отношеніи мучнистыхъ и крахмалистыхъ веществъ запрещается почти все, за исключеніемъ небольшого количества рису и картофеля. Несладкіе овощи разрѣшаются къ употребленію.

Бѣлковыя вещества и жиры разрѣшаются въ какомъ угодно количествѣ. Точно такъ же разрѣшается и рыба.

Что касается до напитковъ, то пить слѣдуетъ небольшими глотками и не часто. Воспрещается употребленіе сладкихъ винъ и пива. Молока слѣдуетъ выпивать не больше 2—3 стакановъ въ день. Чай и кофе разрѣшаются, только пить ихъ слѣдуетъ безъ сахара.

Никогда не слѣдуетъ рѣзко мѣнять обычнаго режима жизни и питанія больного, такъ какъ это можетъ нанести ему слишкомъ тяжелый ударъ. Тѣмъ не менѣе, слѣдуетъ твердо имѣть въ виду намѣченную цѣль и преслѣдовать ее неуклонно.

Разсмотримъ теперь также и вторую задачу: какъ поддержать силы больного, страдающаго сахарной болѣзью, и дать ему возможность справиться съ нею. Выполненіе этой задачи также довольно сложно: первое мѣсто должно быть отведено заботамъ о *кожѣ*, которая, какъ намъ извѣстно, является самой дѣятельной помощницей почекъ. Съ этой цѣлью дѣлаются растиранія. Каждые 2—3 дня больной долженъ принимать теплую (32° Ц.) ванну, продолжительностью отъ 20 минутъ до получаса. Желательно, чтобы за ванной слѣдовалъ общій массажъ. Нѣкоторымъ диабетикамъ приносятъ значительную пользу горячія воздушныя ванны. Приносятъ большую пользу и тепловатые (но отнюдь не холодные) души. Полезны крѣпкимъ больнымъ и холодныя обтиранія, которыя, однако, должно дѣлать очень быстро. За обтираніемъ холодной водой должно слѣдовать быстрое, но сильное обтираніе спиртомъ. Эта процедура сильно ободряетъ и укрѣпляетъ больныхъ. слѣдуетъ позаботиться и о соотвѣтствующей одеждѣ. Въ виду того, что диабетики почти всегда бываютъ зябкими, имъ слѣдуетъ тепло одѣваться. Полезно имъ также жить въ тепломъ и сухомъ климатѣ.

*Мышечныя упражненія*, преимущественно на свѣжемъ воздухѣ, должны занимать видное мѣсто въ дѣлѣ леченія диабетиковъ. Что касается до *духовной* гигиены, то окружающія больного лица должны приложить всѣ старанія къ тому, чтобы устранить изъ его жизни всякій поводъ къ раздраженію и волненію, а тѣмъ болѣе къ безпокойству и тревогѣ. Какъ видятъ читательницы, разумное леченіе сахарной болѣзни должно одновременно охватить всѣ стороны жизни больного. Только въ такомъ случаѣ можемъ мы рассчитывать на успѣхъ въ борьбѣ съ этой чрезвычайно упорной и тяжелой болѣзью.

*Свинецъ* является ядомъ для организма и, будучи введенъ въ него въ сколько-нибудь значительномъ количествѣ, вызываетъ болѣе или менѣе тяжелыя отравленія. *Острое* отравленіе свинцомъ наблюдается только въ исключительныхъ случаяхъ. Того же нельзя сказать про *хроническое* отравленіе, которое въ нѣкоторыхъ профессіяхъ наблюдается, какъ правило. Упомянемъ тутъ же кстати, что дамы отравляются не только разными предметами туалета, которые окрашиваются свинцомъ (преимущественно чулками, а также

шелкомъ, къ которому для увеличенія вѣса прибавляютъ свинцовыхъ солей), но и бѣлилами, а также краской для волосъ. Наблюдаются также случаи отравленія консервами, запаянными свинцомъ. Если консервы содержатъ какую-либо кислоту, напр., уксусную, что наблюдается нерѣдко, то кислота соединяется со свинцомъ и образуетъ довольно ядовитое соединеніе. Наблюдаются также случаи отравленія водой изъ водопроводовъ, если растворяется свинецъ, которымъ заливаются трубы. Свинецъ можетъ перейти и изъ полуды, наконецъ изъ вина, которое освѣтляется свинцовыми солями. Наиболѣе часто отравленія наблюдаются, однако, въ нѣкоторыхъ производствахъ, напр., зеркальномъ и особенно типографскомъ, гдѣ постоянно приходится имѣть дѣло со свинцомъ, который невидимой пылью носится въ воздухѣ и очень свободно проникаетъ въ легкія.

**Признаки** отравленія свинцомъ—слѣдующіе. Во рту появляется особенный металлическій вкусъ. На деснахъ появляется сѣрвато-зеленая кайма. Упорные и продолжительные запоры. Животъ сильно втянутъ. Сильнѣйшія колики. Позже—судороги. Въ смыслѣ **леченія** слѣдуетъ при *остромъ* отравленіи дѣйствовать по общимъ правиламъ. Въ качествѣ противоядія рекомендуется 10% растворъ сѣрнокислаго натра и магнезіи. Къ раствору этому прибавляютъ молока или же взбитаго яичнаго бѣлка. Изъ указанныхъ солей можно дѣлать и клизмы. Въ теченіе ближайшихъ дней дають въ довольно большомъ количествѣ прованское масло (по 1—2 стакана). Дѣлають теплыя водяныя, а также горячія воздушныя ванны.

**Севастополь**—на зап. бер. Чернаго моря. Купанья и климатическій курортъ. Живописное мѣстоположеніе; историческіе памятники. Чистая и слабая волна; море довольно глубокое; каменистое дно;—всѣ эти условія дѣлають купанье въ Севастополѣ очень пріятнымъ. Двѣ городскія и одна частная купальня. Окрестности (Балаклава, Херсонесъ, Георгіевскій монастырь, Инкерманъ и пр.) въ высшей степени живописны. Жизнь довольно дорога.

**Селезенка** представляетъ собой чрезвычайно важный органъ нашего тѣла. Расположена она въ верхней области живота, съ лѣвой стороны, непосредственно подъ діафрагмой. Простирается она отъ 9 и до 11 ребра. Мы должны сознаться, что до сихъ поръ не можемъ съ полной опредѣленностью сказать, каково именно назначеніе селезенки въ нашемъ организмѣ. У насъ имѣются, однако, основанія думать, что она играетъ важную роль въ дѣлѣ фабрикаціи крови. Съ другой стороны, бѣлые кровяные шарики, находящіеся въ

ней въ изобиліи, принимаютъ очень дѣятельное участіе въ борьбѣ съ микробами. Этимъ объясняется, несомнѣнно, тотъ фактъ, что при зараженіи организма селезенка тотчасъ увеличивается въ размѣрѣ. Особенно же это бываетъ замѣтно при **брюшномъ** и **возвратномъ тифѣ** (см.) и при **болотной лихорадкѣ** (см.). Значительно увеличивается она въ объемѣ и при такъ-называемомъ „бѣлокровіи“ (лейкеміи). Изъ состоянія и объема селезенки врачи постоянно извлекаютъ чрезвычайно цѣнные данныя для сужденія о ходѣ заразной болѣзни.

**Сельтерская вода** содержитъ поваренную соль и углекислоту. Это—довольно пріятный освѣжающій напитокъ, который мы особенно цѣнимъ лѣтомъ. Употребляется онъ также при нѣкоторыхъ желудочныхъ расстройствахъ. При бронхитахъ ее пьютъ обыкновенно съ молокомъ. Сельтерской воды слѣдуетъ избѣгать тѣмъ, кто страдаетъ расширеніемъ желудка и вялостью пищеваренія, такъ какъ она, какъ и всякая газовая вода, вздуваетъ животъ.

**Сергіевскія воды**—въ 8 вер. отъ Сергіевска, Самарск. г. *Холодные стрыные источники.* Употребленіе почти исключительно наружное. На сѣрномъ озерѣ устроены купальни; существуетъ специально ванное заведеніе. Сезонъ съ 1 іюня по 15 августа. Жизнь не дорога.

**Сердечныя болѣзни.** Можно сказать, что сердце, какъ и нервная система, занимаетъ *центральное* положеніе въ организмѣ и находится въ самой тѣсной связи со всѣми органами. Можно сказать и обратное, что тяжелая болѣзнь сердца неизбѣжно отражается и на любомъ органѣ. Сердце принадлежитъ къ наиболѣе дѣятельнымъ органамъ нашимъ: оно начинаетъ биться съ зарожденіемъ жизни и перестаетъ—только съ „последнимъ нашимъ издыханіемъ“. Какъ физическія, такъ и духовныя условія нашей жизни непосредственно отражаются на характерѣ сердечной дѣятельности. Что касается до **болѣзней сердца**, то читательницы не ждутъ отъ насъ, конечно, сколько-нибудь обстоятельнаго изложенія этихъ болѣзней, такъ какъ это составило бы отдѣльное сочиненіе. Мы можемъ только въ бѣглыхъ штрихахъ дать имъ *понятіе* о *главнѣйшихъ* страданіяхъ сердца. Мы разсмотримъ по порядку болѣзни сердечной оболочки, такъ-наз. „сердечной сорочки“, болѣзни внутренней оболочки сердца, которыя сводятся, главнымъ образомъ, къ порокамъ клапановъ, болѣзни самой сердечной мышцы и болѣзни нервного прибора сердца.

— **Воспаленіе сердечной сорочки (перикардитъ).** Наблюдается, какъ осложненіе нѣкоторыхъ острыхъ заразныхъ болѣзней, и особенно *ревматизма*. Иногда оно влечетъ за собой выпотъ въ полость сердечной сорочки. Въ такомъ случаѣ дѣятель-



ность сердца значительно стѣсняется. Въ нѣкоторыхъ случаяхъ требуется—во избѣжаніе серьезной опасности—немедленно приступить—послѣ прокола—къ удаленію жидкости. Въ большинствѣ случаевъ, однако, жидкости скопляется очень мало, но происходитъ склеиваніе между собой, спаиваніе обоихъ листочковъ сердца, вслѣдствіе чего сердце не можетъ всецѣло опорожнить при сокращеніи свое содержимое и выгнать всю содержащуюся въ немъ кровь. Страданіе это остается чаще всего на всю жизнь.

— **Воспаленіе внутренней оболочки сердца** также является послѣдствіемъ заразныхъ болѣзней, при которыхъ вмѣстѣ съ токомъ крови заносятся въ сердце и микробы, производящіе нагноенія, наросты и пр. Измѣненія эти являются главной и непосредственной причиной **пороковъ сердца** (см.), о которыхъ у насъ уже была рѣчь выше. Мы уже указывали на то, что мы почти не обладаемъ средствами для уничтоженія пороковъ сердца. Все, что мы можемъ сдѣлать, это надлежащимъ образомъ жизни противодѣйствовать тѣмъ послѣдствіямъ, которыя они влекутъ за собой. Въ этомъ направленіи мы можемъ достигнуть нерѣдко вполне удовлетворительныхъ результатовъ.

— **Воспаленіе сердечной мышцы (міокардитъ)**. Главной причиной страданія и въ данномъ случаѣ являются заразные болѣзни. На ряду съ ними очень видное мѣсто должно, однако же, быть отведено и нѣкоторымъ хроническимъ отравленіямъ: спиртными напитками, свинцомъ, табакомъ. Выражается это страданіе въ ослабленіи дѣятельности сердца. Сердце перестаетъ биться съ надлежащей силой. Сообразно этому ослабѣваетъ и пульсъ. Въ виду ослабленія сердечной мышцы, сердце черезъ нѣкоторое время растягивается, такъ какъ оно не можетъ противостоятъ напору крови. Въ нѣкоторыхъ случаяхъ наблюдаются разрывы отдѣльныхъ мышечныхъ пучковъ, что сопряжено съ очень сильными и острыми болями. Перерожденіе сердца, неразрывно связанное съ воспаленіемъ сердечной мышцы, подготавливаетъ также почву для возможнаго разрыва сердца.

— **Ожирѣніе сердца** уже обсуждалось нами; мы уже указывали на то, что слѣдуетъ строго различать между отложеніемъ жировой ткани на сердцѣ, что только до нѣкоторой степени стѣсняетъ его дѣятельность, и между жировымъ перерожденіемъ самой *сердечной мышцы*, которое имѣетъ гораздо болѣе серьезное значеніе. Въ такихъ случаяхъ мѣсто дѣятельной мышечной ткани заступаетъ бездѣятельная и бесполезная жировая ткань, которая совершенно неспособна ни на какую производительную работу. Очевидно, что въ такомъ

случаѣ сердце не имѣетъ возможности удовлетворительно справляться со своими обязанностями; оно ослабѣваетъ. Кровяная волна устремляется по артеріямъ не съ надлежащей силой. Кровь въ венахъ и лимфатическихъ сосудахъ начинаетъ застаиваться, появляются отеки. Питаніе тканей начинаетъ сильно страдать. Само сердце, будучи не въ силахъ справляться съ напоромъ крови, растягивается.

Всѣ описанныя нами до сихъ поръ болѣзни сердца имѣютъ по своимъ признакамъ много общаго между собой. Какова бы ни была основная причина зла, дѣло рано или поздно сводится къ тому, что сердце утрачиваетъ способность удовлетворительно справляться со своими обязанностями. Оно растягивается и ослабѣваетъ. Вслѣдствіе этого кровяная волна не съ надлежащей энергіей устремляется по артеріямъ. Это, въ свою очередь, вызываетъ застой крови и сыворотку въ венахъ и лимфатическихъ сосудахъ. Появляются отеки. Различные органы начинаютъ плохо орошаться кровью. Вслѣдствіе этого страдаетъ въ болѣе или менѣе значительной степени ихъ питаніе. Наступаетъ, наконецъ, моментъ, когда болѣзнь сосредоточивается уже не въ одномъ только органѣ — сердцѣ, но *во всехъ рѣшительно органахъ*. Страдаетъ процессъ дыханія, такъ какъ неудовлетворительно совершается окисленіе крови кислородомъ. Затѣмъ кровь начинаетъ застаиваться въ нижнихъ доляхъ легкихъ, послѣдствіемъ чего можетъ явиться **отекъ легкихъ** (см.). Страдаетъ пищеварительная система. Аппетитъ пропадаетъ, появляются расстройства пищеваренія. Страдаютъ и почки. Ядовитые продукты обмѣна недостаточно энергично удаляются изъ организма и отравляютъ его. Страдаетъ, наконецъ, и нервная система, такъ какъ отекъ можетъ распространиться и на мозгъ.

Когда дѣло зашло такъ далеко, задача наша въ смыслѣ борьбы съ болѣзью становится чрезвычайно неблагоприятной, а потому необходимо обратиться къ врачебной помощи, какъ только появляются *первые признаки* расстройства сердечной дѣятельности. Въ такомъ случаѣ при разумномъ и настойчивомъ **леченіи** результаты могутъ быть достигнуты очень удовлетворительные. Въ виду недостатка мѣста, мы здѣсь не будемъ вновь распространяться объ этомъ вопросѣ, но отошлемъ читательницъ къ статьѣ „**Пороки сердца**“, въ которой мы подробно остановились на леченіи сердечныхъ болѣзней. Въ статьѣ этой мы, конечно, набросали только общій планъ леченія, частности и особенности котораго должны быть установлены врачомъ, въ строгомъ соотвѣтствіи съ тѣмъ, какой именно сердечной болѣзью страдаетъ больная и въ

какой именно стадіи она находится. При этомъ врачемъ взвѣшиваются также очень строго и условія, при которыхъ живетъ данная больная, общее состояніе ея здоровья, состояніе отдѣльныхъ органовъ и пр. и пр. Какъ бы то ни было, повторяемъ еще разъ: теченіе многихъ сердечныхъ болѣзней зависитъ въ очень значительной степени отъ *образа жизни* больныхъ. При неблагоприятныхъ условіяхъ болѣзнь въ короткое время можетъ принять дурной оборотъ, и наоборотъ: при благоприятныхъ условіяхъ можно съ очень серьезной болѣзью сердца достигъ преклоннаго возраста. Намъ остается теперь сказать еще нѣсколько словъ о грудной жабѣ, въ основѣ которой лежитъ расстройство нервнаго прибора сердца.

— **Грудная жаба** представляетъ собой сердечную болѣзнь. Ученые не совсѣмъ согласны между собой относительно ея ближайшихъ причинъ: одни полагаютъ, что въ основаніи этого страданія лежитъ суженіе вѣчныхъ артерій, которыя питаютъ кровью сердце. Другіе полагаютъ, что оно вызывается воспаленіемъ сердечныхъ нервовъ. Грудная жаба появляется *приступами*, продолжительность которыхъ бываетъ очень незначительна, и которые, тѣмъ не менѣе, оставляютъ по себѣ надолго очень тяжелое воспоминаніе въ тѣхъ, кому ихъ пришлось хотя бы одинъ разъ пережить. Въ области сердца больной испытываетъ раздирающую боль, которая распространяется и въ другихъ направленіяхъ. Вмѣстѣ съ тѣмъ, онъ испытываетъ также чувство замиранія въ груди. Въ томъ случаѣ, когда припадокъ болѣе силенъ, больной испытываетъ такое ощущеніе, какъ если бы жизнь окончательно замерла въ немъ. Испытываемое при этомъ пациентомъ чувство не можетъ идти въ сравненіе ни съ какимъ другимъ ощущеніемъ. Во время приступа лицо больного блѣднѣетъ и покрывается холоднымъ потомъ. По окончаніи приступа больной еще не скоро приходитъ въ себя, и въ теченіе долгихъ недѣль не оставляетъ его грозный призракъ могущаго возвратиться приступа. Въ общемъ, теченіе грудной жабы со временемъ ухудшается: съ одной стороны, самые припадки становятся чаще; съ другой стороны, припадки дѣлаются серьезнѣе и злѣе.

Въ смыслѣ *предохраненія* очень важно устраненіе нѣкоторыхъ физическихъ и духовныхъ условій, влияніе которыхъ на появленіе припадковъ грудной жабы несомнѣнно. Слѣдуетъ избѣгать обильныхъ обѣдовъ, злоупотребленія спиртными напитками, табакомъ. Важно избѣгать утомительной работы, поздняго бодрствованія, тяжелыхъ заботъ и волнений. Въ нѣкоторыхъ случаяхъ появленіе припадковъ грудной жабы можетъ быть поставлено въ непосредственную связь съ нѣко-

торыми болѣзнями, какъ то: ревматизмомъ, подагрой, сифилисомъ. Въ такомъ случаѣ необходимо, очевидно, прежде всего бороться съ *основной болѣзью*. Во время самага *приступа* кладутъ холодные компрессы или ледъ на область сердца. Во многихъ случаяхъ дѣло не обходится, однако, безъ морфія. Въ промежуткахъ между приступами слѣдуетъ прибѣгать къ отвлекающимъ. Нѣкоторыя отвлекающія имѣютъ общее значеніе. Къ таковымъ мы должны причислить, напр., горячія ванны. Другія, въ видѣ смазываній іодомъ, различныхъ пластырей, мушекъ, примѣняются мѣстно, на область сердца. Больнымъ обыкновенно дается одновременно и іодистый калий. Слишкомъ рѣзкія физическія упражненія должны быть тщательно избѣгаемы. Не слѣдуетъ ходить противъ сильнаго вѣтра. Внимательно должно слѣдить за тѣмъ, чтобы не обременять желудка, а также и за тѣмъ, чтобы аккуратно опорожнять кишечникъ.

**Сердцебіенія.** Всѣмъ извѣстно, что именно мы называемъ сердцебіеніями, а потому понятіе это въ объясненіи не нуждается. Врачамъ извѣстно также, что сердцебіенія относятся къ тѣмъ явленіямъ, которыя, какъ и кровохарканія, напр., всего больше внушаютъ страха больнымъ. Въ большинствѣ случаевъ, одержимые сердцебіеніями не сомнѣваются въ томъ, что у нихъ болѣзнь сердца, и притомъ—опасная. Къ счастью, врачи во многихъ случаяхъ имѣютъ возможность успокоить встревоженныхъ больныхъ. Въ дѣйствительности сердцебіенія должны быть раздѣлены на двѣ большія группы: на сердцебіенія, въ основѣ которыхъ дѣйствительно лежитъ *болѣзнь сердца* (всего чаще пороки), и на сердцебіенія *на нервной почвѣ*, которыя наблюдаются значительно чаще первыхъ. Нерѣдко сердцебіеніе вызывается страданіемъ какого-либо органа, имѣющаго довольно отдаленное отношеніе къ сердцу. Такъ, въ основѣ сердцебіенія лежитъ въ одномъ случаѣ страданіе матки, въ другомъ—желудочное расстройство, въ третьемъ—глисты и т. д.

Что касается до нервныхъ сердцебіеній, то причины ихъ также очень разнообразны. Въ одномъ случаѣ они обуславливаются неврастеніей, въ другомъ—истеріей, въ третьемъ—быстрымъ ростомъ организма. Наблюдаются нерѣдко сердцебіенія у хлоротичныхъ дѣвушекъ, а также у юношей, занимающихся рукоблудіемъ. Нерѣдки они и у лицъ, злоупотребляющихъ половыми сношеніями. Что же касается до сердцебіеній, вызываемыхъ волненіями, то ихъ испытали, безъ сомнѣнія, по тому или иному поводу всѣ наши читательницы.

Ужъ изъ приведеннаго краткаго перечня, въ который

вошли, конечно, далеко не всѣ причины, могущія вызвать сердцебіенія, видно, что причины сердцебіеній не только очень многочисленны, но и крайне разнообразны. Отсюда вытекаетъ, что нѣтъ способа **леченія**, который могъ бы быть одинаково примѣнимъ ко всѣмъ безъ различія сердцебіеніямъ. Для того, чтобы помочь горю, необходимо прежде всего отыскать истинную его *причину*. Только въ такомъ случаѣ мы можемъ рассчитывать на успѣхъ въ борьбѣ съ нимъ. Очевидно, что съ сердцебіеніями, вызываемыми присутствіемъ солитера, мы должны бороться совсѣмъ иными мѣрами, чѣмъ съ сердцебіеніями, въ основѣ которыхъ лежитъ блѣдная немочь. Существуютъ, однако, мѣры, одинаково примѣнимыя ко всѣмъ видамъ сердцебіеній. Къ таковымъ мы можемъ отнести: устраненіе всякихъ излишествъ, особенно половыхъ, а также устраненіе изъ пищи возбуждающихъ веществъ, преимущественно чаю, кофе или табаку. Что касается до самаго *принадка*, то его можно приостановить или, во всякомъ случаѣ, значительно облегчить холодными компрессами (въ нѣкоторыхъ случаяхъ льдомъ) на область сердца. Прибѣгаютъ также къ смазыванію іодомъ. Производитъ также растиранія области сердца—сухой тряпочкой или же тряпочкой, смоченной въ спирту.

**Сибирская язва.—Карбункулъ.—Антоновъ огонь.** Причиной сибирской язвы является особенная палочка-*микробъ*, который находится въ крови и различныхъ органахъ больныхъ животныхъ, преимущественно рогатаго скота и овецъ. Люди заражаются самыми различными путями. Можно заразиться мясомъ больного животного, при сдираніи шкуры съ мертвого животного, при обработкѣ этой шкуры и пр. Многие крестьяне Калужской губерніи заражаются „сибиркой“ при выдѣлкѣ тулуповъ, составляющихъ ихъ главный промыселъ. Иногда зараза передается посредствомъ укуса мухъ, впитавшихъ въ себя вмѣстѣ съ кровью павшаго животного и находящаяся въ ней бациллы. Слѣдуетъ указать на то, что зародыши палочекъ сибирской язвы—споры—отличаются чрезвычайной стойкостью и въ теченіе продолжительнаго времени сопротивляются высушиванію.

Сибирская язва проявляется вначалѣ въ видѣ совершенно невиннаго небольшого пузырька, находящагося преимущественно на открытыхъ частяхъ тѣла \*). Пузырекъ этотъ — сибиреязвенный карбункулъ, — причиняетъ чаще всего невыносимый зудъ и на слѣдующій день обращается въ свинцоваго цвѣта припухлость, окруженную небольшими

\*) См. мою ст. «*Несвиные признаки опасныхъ болѣзней*» въ прилож. къ «Спутнику здоровья» за 1902 г. Ред.

пузырьками. Пораженное мѣсто омертвѣваетъ, и вмѣстѣ съ тѣмъ бациллы, расплодившись во множествѣ на мѣстѣ первоначальнаго зараженія, массами начинаютъ переходить въ *кровь*. Въ этотъ моментъ болѣзнь перестала быть мѣстной и стала *общей*. Цвѣтъ лица становится блѣднымъ, наблюдаются: упадокъ силъ, наклонность ко сну, бредъ и повышение температуры.

Въ смыслѣ *борьбы* съ болѣзью особенно важно обратить вниманіе на первоначальный *карбункулъ*. Въ большинствѣ случаевъ распознаваніе болѣзни не представляетъ особенныхъ затрудненій, и часто даже необразованные больные сами ставятъ діагнозъ „сибирки“. Народъ часто самъ же и лечитъ „сибирку“ сулемой въ порошокъ, что составляетъ, хотя и героическій, но довольно вѣрный способъ леченія первоначальной сибирской язвы. Въ большинствѣ случаевъ прибѣгаютъ къ прижиганіямъ крѣпкимъ (90%) растворомъ карболовой кислоты въ алкоголь; раствора этого слѣдуетъ вылить на язву одну каплю. За отсутствіемъ такого раствора, прибѣгаютъ къ крестообразному разрѣзу язвы и послѣдовательному прижиганію ея раскаленнымъ до бѣла желѣзомъ или же ляписомъ. Необходимо дѣйствовать энергично и всѣми силами стараться предупредить переходъ бациллъ изъ первоначальнаго очага (язвы) въ кровь.

*Сидръ* представляетъ собой яблочное вино или квасъ, который находится въ большемъ употребленіи въ южной Германіи и особенно во Франціи, гдѣ особенной любовью пользуется нормандскій сидръ. Напитокъ этотъ очень приятенъ на вкусъ и очень хорошо освѣжаетъ. Его, несомнѣнно, слѣдуетъ отнести къ наиболѣе „гигіеническимъ“ напиткамъ.

*Сидячая ванна*. Въ виду того, что въ тазу нашемъ помѣщаются очень важные органы и тамъ совершаются очень важные процессы, понятно, что надлежащее воздѣйствіе на эту область тѣла имѣетъ огромное значеніе. Таковое воздѣйствіе и производитъ сидячая ванна, при которой въ воду оказывается погруженной область, въ которой помѣщаются половые органы, мочевого пузыря, крестецъ и кишечникъ. Къ сожалѣнію, изъ сидячихъ ваннъ далеко не всегда извлекается вся польза, которую онѣ въ дѣйствительности въ состояніи принести, такъ какъ далеко не всѣ имѣютъ опредѣленные свѣдѣнія относительно того, какъ вліяетъ температура воды и продолжительность ванны на организмъ. Поэтому мы считаемъ необходимымъ дать читательницамъ слѣдующія общія указанія:

1. *Короткая холодная* сидячая ванна въ 10<sup>о</sup>—18<sup>о</sup> Ц. и продолжительностью въ 1/2 минуты, приблизительно, дѣйствуетъ,

какъ сильное отвлекающее на вышележащiе органы и должна быть примѣняема при состоянiяхъ слабости и въ тѣхъ случаяхъ, когда желательно привлечь какъ можно больше крови къ тазу.

2. *Продолжительная холодная* ванна, которая длится 10 и даже 20 минутъ, отымаеъ отъ мѣстныхъ органовъ много теплоты. Поэтому такого рода ванна примѣняется при хроническихъ воспаленiяхъ тазовыхъ органовъ. Тѣмъ не менѣе, такiя ванны должны быть принимаемы съ предосторожностями, такъ какъ при малокровiи и большой нервной слабости могутъ наблюдаться непрiятныя побочныя явленiя. Поэтому мы, въ случаѣ малѣйшаго сомнѣнiя относительно цѣлесообразности ихъ примѣненiя, охотнѣе рекомендуемъ замѣнять ихъ, особенно у женщинъ, холодными обливанiями бедеръ, или же попеременными ручными ваннами.

3. *Тепловатая* сидячая ванна градусовъ въ 24—30 и продолжительностью въ 5—10 минутъ имѣеъ во всѣхъ отношенiяхъ болѣе мягкое дѣйствiе. Она не влечетъ за собою ни застоевъ, ни довольно упорной головной боли, которая такъ часто наблюдается послѣ холодныхъ ваннъ. Тѣмъ не менѣе, ванна эта имѣеъ отвлекающее влiянiе. Если сѣсть въ ванну болѣе теплой температуры, въ 34°, напр., и постепенно приливать холодной воды такъ, чтобы низвести температуру до 20 или даже до 16°, то можно, въ сущности, добиться тѣхъ же результатовъ, которые мы получаемъ отъ холодной ванны, и вмѣстѣ съ тѣмъ избѣжать непрiятныхъ побочныхъ явленiй послѣдней. Особенно пригодна такого рода ванна для лицъ легко возбуждающихся и обнаруживающихъ склонность къ судорогамъ.



Рис. 340. Сидячая ванна.

4. *Горячая ванна* въ 37—42° Ц. и продолжительностью въ 10—15 минутъ, примѣняется съ цѣлью воздѣйствовать на выпоты, хроническiя утолщенiя или же недостаточный приливъ къ тазу крови. Она оказываетъ очень хорошее дѣйствiе при хроническихъ воспаленiяхъ личниковъ, а также при от-

сутствiи мѣсячныхъ, раздраженiи мочевого пузыря и пр.

За каждой сидячей ванной должно слѣдовать энергичное

сухое обтираніе. Можно также согрѣть себя пребываніемъ въ постели или посредствомъ усиленнаго движенія.

**Симптомъ.** Признаки болѣзни имѣютъ двойное значеніе. Нѣкоторые изъ нихъ сами по себѣ болѣзненны и причиняютъ много страданій больнымъ. Поэтому мы должны искать способовъ для ихъ устраненія. Еще большее значеніе имѣютъ признаки въ томъ смыслѣ, что они даютъ намъ возможность *распознать болѣзнь* и вмѣстѣ съ тѣмъ на твердыхъ основаніяхъ установить надлежащее *леченіе*. Было бы желательно, чтобы каждый изъ насъ болѣе внимательно слѣдилъ за собой и за тѣми отклоненіями, которыя во время болѣзни появляются въ организмѣ. Такимъ путемъ мы можемъ значительно облегчить задачу врача. Особенно важно слѣдить въ этомъ смыслѣ за здоровьемъ дѣтей.

**Синильная кислота** вмѣстѣ съ атропиномъ и стрихниномъ представляютъ наиболѣе сильныя и наиболѣе страшныя яды, какіе намъ только въ настоящее время извѣстны. Въ самыхъ ничтожныхъ дозахъ синильная кислота дѣйствуетъ смертельно, причѣмъ отравленный падаетъ, какъ бы сраженный молніей. Синильная кислота содержится въ естественномъ видѣ въ косточкахъ нѣкоторыхъ плодовъ: персикахъ, вишняхъ и всего больше въ горькомъ миндалѣ. Она же придаетъ характерный вкусъ и киршу, который изготовляется, какъ извѣстно, изъ вишенъ. Медицина утилизируетъ синильную кислоту въ видѣ горько-миндальныхъ и лавровишневыхъ капель. Само собой разумѣется, что синильная кислота входитъ въ эти вещества въ самой ничтожной дозѣ, въ количествѣ  $\frac{1}{1000}$ , причѣмъ даются они въ количествѣ не болѣе 15 капель. Въ такой гомеопатической дозѣ синильная кислота дѣйствуетъ успокаивающе.

При **отравленіи** синильной кислотой въ какомъ бы то видѣ ни было—въ томъ случаѣ, конечно, когда доза не была достаточно сильною, чтобы вызвать моментальную смерть,—слѣдуетъ немедленно дать **рвотное** (см.)—всего лучше изъ рвотнаго корня. Затѣмъ, если можно, прибѣгаютъ къ **промыванію желудка** (см.). Одновременно дѣлаютъ и холодныя обливанія вдоль позвоночника въ то время, какъ самага пациента помѣщаютъ въ горячую ванну. Въ случаѣ надобности, прибѣгаютъ къ **искусственному дыханію** (см.).

**Синюха.**—**Цианозъ.** Нормальная кровь, въ которой содержится достаточно кислорода, имѣетъ алыі цвѣтъ и придаетъ нашей кожѣ розовый оттѣнокъ. Въ томъ случаѣ, когда въ крови находится недостаточно кислорода, и она, наоборотъ, обременена излишкомъ углекислоты, кожа наша принимаетъ синеватый огливъ. Всего рѣзче это наблюдается при нѣкото-



рыхъ отравленіяхъ, особенно же при **угарѣ** (см.). Помимо того, синюха наблюдается также и при нѣкоторыхъ болѣзняхъ, преимущественно при нѣкоторыхъ **поракахъ сердца** (см.) и нѣкоторыхъ легочныхъ болѣзняхъ. Почему это такъ, понять не трудно. Кровь только тогда можетъ надлежащимъ образомъ окисляться, когда кровообращеніе совершается совершенно правильно, а именно этого-то и не наблюдается при указанныхъ болѣзняхъ. Кровь застаивается и не успѣваетъ въ достаточной мѣрѣ пропитываться кислородомъ. Въ ней скопляется въ избыткѣ углекислота и кожа получаетъ синюшный цвѣтъ. Наблюдается легкая синюха и въ томъ случаѣ, когда страдаетъ окисленіе крови, вслѣдствіе сидячаго образа жизни и недостаточнаго обмѣна воздуха.

Изъ сказаннаго мы можемъ вывести заключеніе, что синюха представляетъ собой явленіе болѣзненное, подъ которымъ нерѣдко скрывается тяжкое страданіе. Поэтому окружающіе никоимъ образомъ не должны относиться къ этому явленію равнодушно. Какъ можно скорѣе слѣдуетъ выяснитъ причину этого явленія и принять всѣ возможные мѣры къ его устраненію. Стремиться, очевидно, слѣдуетъ къ тому, чтобы оживить кровообращеніе и усилить окисленіе крови.

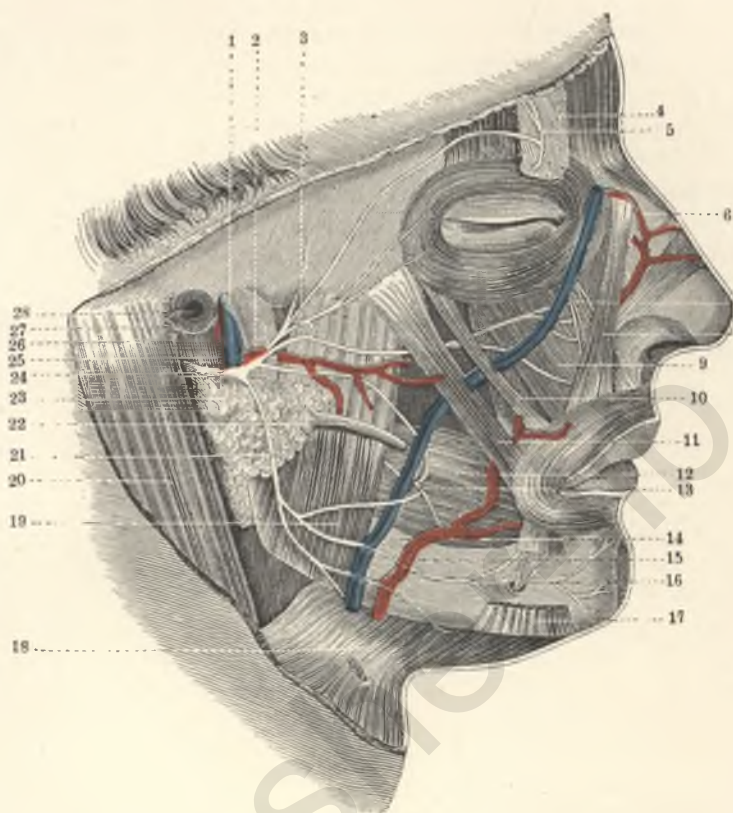
**Синякъ**, см. „**Кровоподтекъ**“.

**Сифилисъ**.—**Дурная болѣзнь**. Сифилисъ принадлежитъ къ наиболѣе страшнымъ болѣзнямъ, такъ какъ онъ обрушивается со страшной силой не только на самого больного, но и на его потомство „до седьмого колѣна“, говоря словами Библии. Нѣкоторые царственные роды обязаны этой болѣзни своимъ исчезновеніемъ. Въ Россіи сифилисъ часто называютъ „французской болѣзнью“.

Среди простыхъ классовъ населенія, особенно у насъ въ Россіи, сифилисъ распространяется всего больше *внѣполовымъ* путемъ, посредствомъ совмѣстнаго житья, пользованія общей посудой и пр. Всего чаще сифилисъ заносится въ деревни солдатами, возвращающимися со службы, да крестьянами, уходящими въ города на отхожіе промыслы. Нѣкоторыя мѣстности сифилисъ привелъ у насъ въ Россіи почти къ полному вырожденію.

Будетъ ли сифилисъ полученъ половымъ или внѣполовымъ путемъ—безразлично: болѣзнь имѣетъ одно и то же теченіе, одни и тѣ же признаки, одни и тѣ же страшныя послѣдствія. Теченіе сифилиса раздѣляется обыкновенно на три періода, которые мы вкратцѣ и разсмотримъ.

Слѣдуетъ прежде всего указать на то, что сифилисъ, какъ и всякая заразная болѣзнь, имѣетъ и *скрытый періодъ*, т. е. періодъ, который протекаетъ между моментомъ зара-



Человѣческое лицо съ его мышцами, нервами и сосудами.

- 1.—Головка нижней челюсти, сочленяющаяся съ верхней челюстью.
- 2.—Поперечная лицевая артерія.
- 3, 21.—Развѣтвленія лицевого нерва.
- 4.—Внутренній лобный нервъ.
- 5.—Наружный лобный нервъ, вступающій въ соединеніе съ лицевымъ.
- 6.—Лицевая артерія соединяется съ окончаніемъ глазничной.
- 7.—Соединеніе нервовъ, происходящихъ изъ различныхъ источниковъ.
- 8, 9, 10, 11, 12, 17, 18.—Лицевыя мышцы.
- 14.—Лицевая вена (синимъ).
- 15.—Лицевая артерія (краснымъ).
- 16.—Подчелюстной нервъ при его выступленіи наружу.
- 19.—Наружная жевательная мышца.
- 20.—Грудно-ключично-сосцевидная мышца.
- 22.—Выводной протокъ околоушной железы, открывающійся въ полости рта.
- 23.—Околоушная железа.
- 24.—Лицевой нервъ.
- 25.—Поверхностная височная вена.
- 26.—Одноименная артерія.
- 27.—Хрящъ наружнаго слухового прохода.
- 28.—Наружный слуховой проходъ въ разрѣзѣ.

женія и моментомъ появленія первыхъ симптомовъ. Продолжительность этого періода равна, въ среднемъ, **25 днямъ**. Первымъ признакомъ зараженія является т. - наз. „**твердый шанкръ**“ (см.) или твердая язва, который появляется въ томъ мѣстѣ, гдѣ ядъ проникъ въ организмъ. При внѣполовомъ зараженіи положеніе шанкра бываетъ самое различное: онъ появляется на губѣ при зараженіи посредствомъ поцѣлуя или общей посуды; на пальцѣ—при подаваніи акушерской помощи врачомъ или акушеркой зараженной сифилисомъ роженицѣ и т. д. При зараженіи половымъ путемъ онъ появляется на половыхъ частяхъ. Главнымъ отличіемъ сифилитическаго шанкра отъ простаго—гнойнаго—заключается въ томъ, что онъ *твердъ, плотенъ на ощупь*, отдѣляетъ очень мало гною, несколько не болѣзненъ, бываетъ въ подавляющемъ большинствѣ случаевъ въ *единственномъ числѣ* съ гладкимъ дномъ и неподрытыми краями и не принимается, если отдѣлимое его привить больному въ другомъ мѣстѣ.

То, что первичная язва при сифилисѣ совершенно безболѣзненна, влечетъ за собой самыя тяжелыя послѣдствія для многихъ больныхъ, такъ какъ они оставляютъ этотъ первичный признакъ безъ всякаго вниманія. Одновременно съ твердой язвой появляется и *припуханіе лимфатическихъ железъ* соответствующаго участка; такъ, при половомъ зараженіи опухаютъ паховыя железы. Но и этотъ признакъ остается больными, которые не привыкли тщательно слѣдить за собой, безо всякаго вниманія, тѣмъ болѣе, что и это явленіе не сопровождается никакими болями.

Послѣ того, какъ появились эти **первичные** признаки, наступаетъ второй періодъ въ теченіи сифилиса. Во второмъ періодѣ болѣзнь изъ мѣстной обращается уже въ *общую*. Появляется обыкновенно небольшая лихорадка. Общее состояніе больного довольно замѣтно измѣняется къ худшему; силы ему начинаютъ измѣняться. Больной блѣднѣетъ и худѣетъ. Въ конечностяхъ и въ головѣ появляются боли, которыя усиливаются ночью и могутъ послужить причиной упорной бессонницы, появляются т.-наз. „*розеола*“: небольшія мѣднаго цвѣта пятна, которыя располагаются преимущественно у основанія конечностей и на животѣ. На лицѣ ихъ обыкновенно не бываетъ. Розеола не причиняетъ ни боли, ни зуда. *Слизистыя бляшки*—папулы появляются на различныхъ слизистыхъ оболочкахъ. Чаще всего ихъ находятъ во рту и въ глоткѣ. Отдѣлимое этихъ бляшекъ отличается сильной *заразительностью*, и стоитъ попасть хотя бы самой незначительной частицѣ этого отдѣленія на слизистую оболочку, чтобы болѣзнь передалась почти навѣрняка. Въ этомъ же

періодѣ часто наблюдается выпаденіе волосъ и пошатываніе зубовъ.

„Намъ неизвѣстна другая болѣзнь, которая была бы такъ ужасна по своимъ послѣдствіямъ, какъ сифились. Чухотка безконечно менѣе страшна, такъ какъ отъ нея и предохранивъ себя гораздо легче, и послѣдствія ея, въ смыслѣ передачи потомству, не такъ опасны. Между тѣмъ сифились поражаетъ не только того, кто имѣлъ несчастье имъ заразиться, но и его дѣтей и внуковъ. Къ тому же это—болѣзнь, чрезвычайно коварная, и нерѣдко проявляется только десятки лѣтъ спустя послѣ зараженія и именно въ такой моментъ когда этого всего менѣе, казалось бы, можно было ожидать“\*).

Въ *третьемъ* періодѣ сифились является болѣзнью, по истинѣ ужасной. Не такъ уже рѣдко наблюдаются случаи, когда въ теченіе нѣсколькихъ дней сифились въ *третичномъ* періодѣ вызываетъ чрезвычайно тяжкія и непоправимыя поврежденія. Въ этомъ періодѣ болѣзнь не имѣетъ никакого опредѣленнаго мѣста пребыванія: весь организмъ оказывается зачумленнымъ. У одного больного въ теченіе нѣсколькихъ дней показывается прободеніе неба; у другого *гуммозная опухоль*, незамѣтнымъ образомъ развившаяся въ мозгу, приводитъ къ мозговому удару, конвульсіямъ или параличамъ; у третьяго появляется опухоль въ печени, легкихъ и т. д., и т. д. Вновь появляются пятна и различныя сыпи, которыя на сей разъ не щадятъ и лица. Вообще можно сказать, что въ этомъ періодѣ несчастные больные вынуждены бываютъ въ подавляющемъ большинствѣ случаевъ тяжело страдать не только физически, но и нравственно, такъ какъ нерѣдко одинъ ужъ внѣшній видъ ихъ оповѣщаетъ весь міръ о томъ, какой болѣзнью они страдаютъ.

Продолжительность этого періода чрезвычайно различна. Бываютъ случаи, что и третичныя явленія имѣютъ относительно невинный характеръ и легко поддаются леченію. Одновременно наблюдаются, однако, и очень тяжелыя формы, противъ которыхъ всѣ наши усилія пасуютъ. Чтò также составляетъ особенность сифилиса, такъ это то, что никогда нельзя сказать съ увѣренностью, какой именно оборотъ приметъ въ своемъ дальнѣйшемъ теченіи болѣзнь. Случается, что сифились, который едва проявилъ себя въ первичномъ и вторичномъ періодѣ, оказывается чрезвычайно лютымъ въ третичномъ періодѣ. Не можемъ мы также съ увѣренностью сказать, что и излечились отъ болѣзни, такъ какъ она иногда десятилѣтіями дремлетъ въ нѣдрахъ организма, чтобы проснуться затѣмъ со страшной силой.

\*) См. моя «Основныя начала личной гигиены»

Мало-по-малу больные худѣютъ, блѣднѣютъ, различныя отправления организма тяжело разстраиваются, и больные болѣе или менѣе быстрыми шагами направляются къ могилѣ. Справедливость заставляетъ насъ заявить, что въ настоящее время болѣзнь эта далеко не представляется столь грозной, какой она представлялась нѣкогда. Произошло ли это отъ того, что мы научились ее лучше лечить, или, какъ утверждаютъ другіе, отъ того, что въ теченіе многихъ поколѣній человѣческій организмъ понемногу приспособился къ ея страшному дѣйствію, какъ бы то ни было, но тѣ страшныя картины живыхъ разлагающихся труповъ, которыя въ такомъ страшномъ количествѣ наблюдались въ прежніе вѣка, наблюдаются въ настоящее время значительно рѣже.

== **Лечение.** Было время, когда противъ сифилиса человечеству не было извѣстно никакого вѣрнаго средства, и тогда участь заразившихся была, въ истинномъ смыслѣ слова, ужасна и безнадежна. Въ настоящее время мы въ ртути (см.) (для вторичнаго періода) и іодистомъ калии (см.) (для третичнаго) обладаемъ очень вѣрными средствами противъ сифилиса. Примѣнять ртуть начинаютъ только тогда, когда природа болѣзни (сифились) установлена съ достовѣрностью. Въ противоположность тому, что дѣлалось нѣкогда, мы въ настоящее время не только не стараемся вызвать, но всѣми мѣрами стараемся *избѣгать* ртутнаго отравленія, которое неизбѣжно появляется при переполненіи организма ртутью. Первымъ признакомъ ртутнаго отравленія является *слюнотеченіе*, которое сопровождается дурнымъ запахомъ изо рта, отсутствіемъ аппетита, шатаніемъ зубовъ и пр.

Какъ только признаки эти замѣчены, лечение ртутью прекращается и принимаются мѣры къ быстрѣйшему выдѣленію ртути изъ организма. Лечать сифились ртутью въ самыхъ различныхъ видахъ, начиная съ внутренняго ея употребленія и кончая подкожными впрыскиваніями. Всего чаще употребляются, однако, ртутныя втиранія, причемъ область, въ которую производятся *втиранія*, ежедневно мѣняется. Талантливый французскій сифилидологъ Фурнье ввелъ въ употребленіе методъ ряда *последовательныхъ періодовъ леченія*. По этому методу лечение сифилиса длится въ теченіе нѣсколькихъ лѣтъ, причемъ съ каждымъ годомъ продолжительность періода леченія сокращается. Такимъ образомъ организмъ медленно, но вѣрно пропитывается ртутью и оказываетъ наиболѣе надежное сопротивленіе болѣзни.

**Скарлатина.** Скарлатина принадлежитъ къ очень распространеннымъ и вмѣстѣ съ тѣмъ очень опаснымъ дѣтскимъ болѣзнями. *Скрытый* періодъ болѣзни, т. е. тотъ срокъ, ко-

торый протекает между моментом проникновения микроба скарлатины в организм и моментом, когда проявляются первые признаки болѣзни, равняется, въ среднемъ, 4—7 днямъ. Начинается болѣзнь сразу сильнымъ жаромъ градусовъ въ 39,5° — 40°, рвотой и болью при глотаніи. На слѣдующій же день появляется сперва на лицѣ, потомъ груди и на спинѣ, а затѣмъ и на всемъ тѣлѣ характерная сыпь. Сыпь состоитъ изъ мелкихъ красненькихъ пузырьковъ, которые мѣстами сливаются въ одно сплошное пятно, причемъ мѣста эти имѣютъ такой видъ, какъ если бы ихъ смазали малиновымъ сокомъ. Сыпью этой усѣяно все тѣло, только не повсюду отличается она одинаковой густотой. На лицѣ сыпь эта падаетъ носъ, подбородокъ и губы, которые рѣзко выдаются своей бѣлизной и нормальнымъ цвѣтомъ на лицѣ, залитомъ яркой краской. Скарлатинная сыпь отличается указанными признаками отъ сыпи, которая наблюдается при другихъ сыпныхъ заболѣваніяхъ у дѣтей. Различія эти видны на рис. въ краскахъ № 12, — „**Корь и скарлатина въ начальномъ періодѣ**“.

Скарлатина никогда не обходится безъ жабы (ангины, см.). Въ нѣкоторыхъ случаяхъ жаба бываетъ очень легкой; въ другихъ—очень тяжелой; можетъ она осложниться и дифтеритомъ. Языкъ первые дни бываетъ обложенъ, потомъ онъ начинаетъ очищаться и принимаетъ черезъ нѣсколько дней характерный *красный* цвѣтъ. Лихорадка держится на указанной высотѣ въ теченіе трехъ-четырехъ, иногда шести дней, какъ это видно и изъ изображенной на рис. 341 температурной кривой; затѣмъ быстро падаетъ. *Шелушеніе* отличается при скарлатинѣ тѣмъ, что кожица иногда, отходя въ цѣлыми пластами, и съ пальцевъ, напр., снимается подобно перчаткѣ. Помимо жабы, однимъ изъ наиболѣе опасныхъ и почти неизбѣжныхъ осложнений скарлатины является **воспаленіе почекъ** (см.). Надо полагать, что ядовитыя вещества, выделяемыя микробомъ

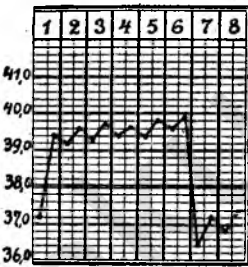


Рис. 341. Температурная кривая при скарлатинѣ.

скарлатины, отличаются особенно сильнымъ раздражающимъ дѣйствіемъ. При скарлатинѣ слѣдуетъ ежедневно и самымъ внимательнымъ образомъ изслѣдовать мочу на **бѣлокъ** (см.). Какъ именно это дѣлается, нами было подробно изложено въ упомянутой статьѣ.

Скарлатина отличается, какъ сказано, своей *заразительностью*. Лица, которыя были въ соприкосновеніи съ скарлатинознымъ больнымъ (напр., братья и сестры больного), спо-

собны передавать заразу здоровымъ лицамъ въ теченіе 10—11 дней, и потому въ теченіе этого времени не должны приходить въ соприкосновеніе со здоровыми.

— **Лечение** скарлатины, какъ и всѣхъ прочихъ дѣтскихъ заразныхъ болѣзней, сводится, преимущественно къ мѣрамъ гигиеническимъ и діететическимъ. Первое время больной не получаетъ въ пищу ничего, кромѣ молока и воды въ различныхъ видахъ. Большое вниманіе слѣдуетъ обратить на провѣтриваніе комнаты больного. Съ этой цѣлью предпочтительнѣе отводить больному, по совѣту проф. Н. Филатова, двѣ комнаты: въ то время, какъ больной находится въ одной изъ нихъ, другая провѣтривается. Комната не должна быть жарко натопленной и температура въ ней не должна превышать 15°. Въ лихорадочный періодъ болѣзни все тѣло смазывается прованскимъ масломъ. Если же сыпь показывается вяло, то смазываютъ тѣло очень теплымъ, почти горячимъ масломъ. Ротъ слѣдуетъ полоскать довольно усердно борной кислотой или же бертолетовой солью (чайную ложку на стаканъ теплой воды).

По прекращеніи лихорадки больному дѣлаютъ раза два въ недѣлю *теплыя ванны*: этимъ облегчается, между прочимъ, и шелушеніе. Въ случаѣ значительнаго подъема температуры прибѣгаютъ къ обертыванію въ холодныя простыни, къ постепенно охлаждаемымъ теплымъ или же къ холоднымъ ваннамъ; прибѣгаютъ также къ охлаждающимъ клистирамъ. За правильностью испражнений должно слѣдить съ особеннымъ вниманіемъ. Больнымъ слѣдуетъ принимать побольше жидкостей преимущественно въ тепломъ видѣ.

**Слабительныя средства** бываютъ самаго различнаго происхожденія. Къ таковымъ слѣдуетъ причислить какъ многочисленныя растительныя вещества, такъ и нѣкоторыя минеральныя. Къ слабительнымъ средствамъ слѣдуетъ причислить и нѣкоторыя „горькія“ воды. Современное человечество, несомнѣнно, сильно злоупотребляетъ всевозможными слабительными, отъ чего и результаты получаются довольно вредныя. Дѣйствіе слабительныхъ сводится, въ существенныхъ чертахъ, къ раздраженію слизистой оболочки кишекъ. За каждымъ раздраженіемъ слѣдуетъ, однако, какъ извѣстно, и ослабленіе. Понятно поэтому, что у лицъ, которыя въ теченіе продолжительнаго времени злоупотребляли слабительными, кишечникъ ослабѣваетъ до того, что и сильныя дозы этихъ веществъ перестаютъ оказывать на нихъ какое-либо дѣйствіе. Очевидно, что положеніе такихъ лицъ мало завидно.

Многократно указывали мы уже на то, что всѣми силами слѣдуетъ стремиться къ тому, чтобы кишечникъ работалъ са-

*мостоятельно.* Въ случаѣ запора предпочтительнѣе прибѣгать къ клистирамъ, чѣмъ къ слабительнымъ. Въ томъ случаѣ, однако, когда кишечникъ весь засоренъ и его требуется основательно очистить, приходится иногда прибѣгать къ слабительнымъ. При склонности къ запорамъ слѣдуетъ, при желаніи очистить кишечникъ, начать съ самыхъ невинныхъ средствъ. Къ таковымъ относятся, напр., стаканъ свѣжей воды, въшитой натошакъ, что во многихъ случаяхъ дѣйствуетъ очень быстро и вѣрно. Затѣмъ можно ввести въ пищу нѣкоторыя вещества, которыя пользуются репутаціей слабительныхъ. Къ таковымъ относится прежде всего черносливъ, затѣмъ фиги, виноградъ, печенныя яблоки. Слабительно дѣйствуютъ также простокваша, сыворотка и слабый (однодневный) кефиръ. На нѣкоторыхъ лицъ дѣйствуютъ слабительно персики, апельсины и абрикосы.

Къ довольно невиннымъ слѣдуетъ причислить тамариндовую мякоть, которую особенно охотно примѣняютъ у дѣтей. Очень хорошо дѣйствуетъ также, особенно у дѣтей, и каломель (см. „Ртуть“), который прописывается, однако, только врачамъ, преимущественно въ началѣ остро-заразныхъ заболѣваній. Чаше прибѣгаютъ въ домашнемъ быту къ **касторовому маслу** (см.), которое дѣти принимаютъ, однако, болѣе охотно, нежели взрослые, испытывающіе къ нему нерѣдко положительно непреодолимое отвращеніе. Къ относительно невиннымъ слѣдуетъ причислить и зайдлицкій порошокъ, глауберову соль, жженую магнезію и солодковый (лакричный) корень.

Еще рѣже рекомендуется прибѣгать къ *слабительнымъ водамъ*, которыя, какъ правило, вызываютъ нѣкоторое время спустя запоръ. Къ таковымъ слѣдуетъ причислить воду Франца-Іосифа, Гуниади-Яносъ, Сейдлицъ, Пульну и пр.

Къ *сильно дѣйствующимъ* слабительнымъ причисляютъ сабуръ, ремень, александрийскій листъ, корку крушины. Не такъ давно вошла въ употребленіе и въ настоящее время пользуется большими симпатіями въ публикѣ каскара саграда. Къ очень сильно дѣйствующимъ слабительнымъ относится кротоновое масло, которое дается въ количествѣ 1—12 капель. Къ нему прибѣгаютъ только въ самыхъ исключительныхъ случаяхъ.

Ко всѣмъ перечисленнымъ слабительнымъ—даже и наиболѣе легкимъ—рекомендуется, однако, прибѣгать, какъ сказано, *какъ можно рѣже*. Какъ и всякая другая органическая функція, испражненіе должно совершаться только *естественнымъ* путемъ. Если же этого почему-либо не наблюдается, то этому должна быть причина, которая должна быть тщательно



установлена и устранена. Что же касается до слабительныхъ, то за временное облегченіе, которое они намъ доставляютъ, они заставляютъ насъ платиться позже довольно дорогой цѣной...

**Слабоуміе.** Не всегда намъ бываетъ возможно отыскать истинную причину слабоумія у дѣтей. Въ одномъ случаѣ обвиняють нетрезвое состояніе родителя во время зачатія. Въ другомъ сваливають отвѣтственность на то, что мать во время беременности подвергалась тяжелымъ нравственнымъ волненіямъ и страданіямъ. Несомнѣнное вліяніе имѣетъ въ смыслѣ порожденія слабоумія — существованіе въ семьѣ наслѣдственныхъ и душевныхъ болѣзней (см.). Какова бы ни была, однако, истинная причина слабоумія, оно начинаетъ проявляться довольно рано. Дѣти оказываются очень отсталыми въ развитіи и слабо поддаются нравственному воздѣйствію. По мѣрѣ того, какъ они растутъ, разница между ними и нормальными дѣтьми сказывается все рѣзче и рѣзче: въ школѣ они значительно отстають отъ своихъ сверстниковъ, по успѣхамъ; у нихъ замѣчается равнодушіе ко всему, слаба память, слаба и способность къ мысленію. Будучи уже юношами, они отличаются нерѣдко чисто дѣтскими складомъ ума, наклонностями и вкусами. Позднѣе у нихъ проявляются нерѣдко тяжелыя нервныя и душевныя заболѣванія.

Такихъ дѣтей всего лучше какъ можно раньше удалить въ деревню и, если возможно, опредѣлить ихъ въ специальное заведеніе для умственно отсталыхъ дѣтей. Физическій трудъ, житье на лонѣ природы, цѣлесообразныя и систематическія упражненія и развлеченія, а также и занятія, которыя никоимъ образомъ не предъявляли бы чрезмѣрныхъ требованій къ ихъ слабому умственному развитію — вотъ о чемъ всего больше слѣдуетъ позаботиться у подобныхъ дѣтей.

Что касается до *старческаго* слабоумія, то оно появляется въ преклонномъ возрастѣ, какъ результатъ хроническаго перерожденія мозга. Поступки и поведеніе такихъ лицъ привлекаютъ къ себѣ вниманіе своей странностью и несообразностью.

**Славянскъ** — Изюмск. уѣзда, Харьк. губ. — Лежитъ по линіи курско-харьковско-азовской ж. д. *Соленые источники* и озера различной крѣпости, а также минеральная грязь. Для внутренняго употребленія служитъ преимущественно вода искусственнаго приготвленія. Всевозможныя вспомогательныя методы леченія. Сѣздь довольно значительный. Жизнь не особенно дорога. Сезонъ съ 15 мая по 1 сентября. Издается „Сезонный листокъ“; устраиваются прогулки и развлеченія; курортъ — довольно благоустроенный.

**Слюнотеченіе** замѣчается у грудныхъ дѣтей въ усиленной степени въ періодъ прорѣзыванія зубовъ; затѣмъ—при нѣкоторыхъ отравленіяхъ, напр., іодомъ и пилокарпиномъ. Особенно сильное слюнотеченіе наблюдается, однако, при отравленіи **ртутью** (см., а также см. „Сифились“). Въ такомъ случаѣ прекращаютъ прежде всего приѣмъ вещества, вызвавшего отравленіе, затѣмъ полощутъ ротъ вяжущими растворами: квасцовъ, дубовой коры и пр.

**Смерть мнимая.** Мнимая смерть можетъ наступить при самыхъ разнообразныхъ условіяхъ. Для того, чтобы не смѣшать *обмиранія* съ истинной смертью, слѣдуетъ руководиться признаками, изложенными въ ближайшей статьѣ. Всего чаще наблюдается мнимая смерть у *новорожденныхъ* (см. III часть).

**Смерти—признаки.** Какое множество лицъ увѣрено въ томъ, что часто погребаютъ мнимо умершихъ, и очень боятся и сами подвергнуться этой ужасной участи!.. Въ сущности, страхи эти очень преувеличены, и случаи погребенія мнимоумершихъ должны быть отнесены къ величайшимъ рѣдкостямъ. Тѣмъ не менѣе, считаемъ необходимымъ указать главнѣйшіе признаки, по которымъ можно отличить истинную смерть отъ мнимой.

Главнѣйшіе **признаки истинной смерти**—слѣдующіе. Прекращаются всѣ, безъ исключенія, жизненныя функціи. Прекращается дыханіе. Грудная клѣтка—неподвижна. Если поднести ко рту умершаго лезвіе хорошо отполированнаго стального ножа или зеркало, то они не помутнѣютъ, какъ у живого. Сердце перестаетъ биться. Пульсъ не прощупывается. Кровь перестаетъ обращаться въ тѣлѣ. Поэтому пальцы мертвеца, разсматриваемые на свѣтъ, не бываютъ алыми, какъ у живого, но темными, какъ бы каменными.

*Утрачивается всякая чувствительность*; можно стрѣлять надъ ухомъ, класть на языкъ самыя ѣдкія вещества, не появится ни малѣйшаго движенія, ни малѣйшей реакціи. Глаза—полуоткрыты, утрачиваютъ свой блескъ, становятся мутными; при приближеніи сильнаго свѣта они не суживаются. Точно также зрачки не сокращаются и въ томъ случаѣ, если къ соединительной оболочкѣ прикоснуться пальцемъ. Если туго перевязать оконечность пальца, то у живого опухаетъ часть пальца, повыше перевязки, которая поближе къ сердцу; у мертвеца опухаетъ, наоборотъ, часть пальца—пониже перевязки, которая дальше отъ сердца. Сама полоска имѣетъ у обоихъ не одинаковый видъ: у мертвеца мы видимъ просто бѣленькую полоску; у мнимоумершаго—по краямъ бѣленькой—имѣется съ каждой стороны по красенькой полоскѣ.

Значительно болѣе вѣрностью и надежностью отли-

чаются слѣдующіе признаки: мертвецъ *быстро остываетъ*, между тѣмъ, какъ мнимоумершій сохраняетъ извѣстную теплоту. До тѣхъ поръ, пока температура не упала ниже 16° R., мы не можемъ считать человѣка умершимъ. Очень вѣрное средство, основанное на томъ, что у мертвого совершенно прекращается кровообращеніе, было недавно предложено однимъ французскимъ ученымъ. Средство это состоитъ во впрыскиваніи въ какую-либо поверхностную вену незначительнаго количества сильно красящаго, но совершенно безвреднаго вещества. У живого человѣка мы черезъ короткое время можемъ констатировать присутствіе того же вещества въ части тѣла, довольно отдаленной отъ первоначальнаго мѣста впрыскиванія, между тѣмъ, какъ у мертвого этого не наблюдается.

Къ очень вѣрнымъ признакамъ слѣдуетъ также отнести *сколеченіе* и появленіе на отлогихъ мѣстахъ *трупныхъ пятенъ* сине-багроваго цвѣта. Наиболѣе вѣрнымъ признакомъ, не оставляющимъ ни тѣни сомнѣнія въ томъ, что мы имѣемъ дѣло съ трупомъ, слѣдуетъ считать *разложеніе*

По всѣмъ этимъ признакамъ почти совершенно невозможно смѣшать истинную смерть со смертью мнимой. Въ тѣхъ случаяхъ, когда такого рода трагическая ошибка имѣла мѣсто, можно сказать, что мнимоумершаго почему-либо поторопились похоронить прежде, чѣмъ было произведено основательное и всестороннее изслѣдованіе. Подробности объ этомъ предметѣ см. въ моемъ сочиненіи „*Простѣйшій способъ оживленія мнимоумершихъ*“ \*).

**Сновидѣнія** имѣютъ у различныхъ лицъ различный характеръ. Въ томъ случаѣ, однако, когда они принимаютъ неспокойный и тревожный характеръ, они лишаютъ сонъ его освѣжающаго дѣйствія, утомляютъ и разстраиваютъ насъ. Появляются сновидѣнія вслѣдствіе того, что мозгъ и во время сна продолжаетъ орошаться кровью и функционировать. Между тѣмъ, способность чувствовать и мыслить во время сна значительно притупляется. Вслѣдствіе этого сновидѣнія въ большинствѣ случаевъ отличаются своей несвязностью и непоследовательностью. Для того, чтобы лишить сонъ его тревожнаго характера, слѣдуетъ принять нѣкоторыя мѣры предосторожности. Никогда не слѣдуетъ ложиться въ постель на полный желудокъ. Не слѣдуетъ также вести и слишкомъ оживленной бесѣды, а тѣмъ болѣе читать въ постели. Комнату слѣдуетъ провѣтривать какъ можно лучше. Передъ сномъ слѣдуетъ совершить хотя бы непродолжительную прогулку. Всего лучше

\*) Изд. «Читальни Народной школы» 1901 г.

дѣйствуетъ умѣренная *физическая усталость*, которая доставляетъ наиболѣе полный покой мозгу.

**Совокупленіе**, см. „*Половая жизнь*“ въ I части сочиненія.

**Сокслетовъ аппаратъ**, см. „*Аппаратъ Сокслета*“, а также въ III части книги гл. „*Искусственное питаніе поворожденныхъ*“.

**Солитеромъ** называютъ, какъ всѣмъ извѣстно, червя, который имѣетъ пребываніе въ человѣческомъ кишечникѣ и достигаетъ нерѣдко длины въ нѣсколько сажень. Попадаетъ онъ въ нашъ желудокъ въ томъ случаѣ, когда мы ѣдимъ недостаточно проваренное или прожаренное мясо, зараженное финнами (см. въ I части сочиненія „*Наши пищевыя средства*“—стр. 91, а также и иллюстрирующіе текстъ рисунки). Попадая въ человѣческій желудокъ, финны эти развиваются въ солитера. Когда солитеръ достигъ зрѣлости, отъ него время отъ времени отходятъ вмѣстѣ съ испражненіями отдѣльные бѣловатые членики—колечки, которые содержатъ яйца. Будучи проглоченными подходящими животными, яйца эти вновь обращаются со временемъ въ финны и начинаютъ сначала свой циклъ существованія.

Въ нѣкоторыхъ случаяхъ присутствіе солитера проходитъ почти незамѣченнымъ. Въ другихъ случаяхъ оно способно вызвать очень тяжкія явленія. Явленія эти до чрезвычайности разнообразны. Перечислимъ главнѣйшія. Наблюдается слюнотеченіе; аппетитъ становится очень капризнымъ и временами почти совершенно пропадаетъ; въ другое время больной становится, наоборотъ, ненасытнымъ. Наблюдаются частыя отрыжки. Неправильными становятся и испражненія. Помимо того, наблюдается множество отраженныхъ—**рефлекторныхъ** (см.) явленій, начиная съ почесыванія носа и зубоваго скрежета по ночамъ, и кончая иногда конвульсіями. Больные худѣютъ безъ всякой видимой причины.

Какъ только существованіе солитера установлено (но никакъ *не раньше*), слѣдуетъ приступить къ его **изгнанію**. Укажемъ здѣсь въ нѣсколькихъ словахъ, какъ узнается существованіе солитера. Въ томъ случаѣ, когда отходятъ отдѣльныя *колца*—членики, слѣдуетъ ихъ собрать въ теплую чистую воду и представить врачу. Въ томъ случаѣ, когда отхожденія колець не наблюдается, прибѣгаютъ къ изслѣдованію испражненій, и подъ микроскопомъ находятъ *яйца*, по которымъ узнаютъ солитера. Въ такомъ случаѣ приступаютъ, какъ сказано, къ изгнанію червя. Обыкновенно изгнаніе это требуетъ дня—другого подготовки. Въ теченіе этого времени больной долженъ быть на самой легкой діетѣ. Наканунѣ рекомендуется ѣсть много луку, селедки и вообще

острыхъ и раздражающихъ веществъ. Въ тотъ день, когда врачъ назначилъ пріемъ глистогоннаго, больной долженъ оставаться въ постели. Изъ глистогонныхъ наибольшимъ успѣхомъ пользуется эфирная вытяжка изъ мужского папоротника, а также гранатовая корка и **сантонинъ** (см.). Во многихъ случаяхъ успѣхъ достигается, однако, и гораздо болѣе невинными средствами, какъ то: касторовымъ масломъ, сѣмечками тыквы и пр.

Въ отношеніи глистовъ слѣдуетъ имѣть въ виду, главнымъ образомъ, слѣдующія три вещи: въ *предупрежденіе* ихъ появленія слѣдуетъ всегда основательно проваривать и прожаривать мясо; если присутствіе глистовъ удостовѣрено, слѣдуетъ немедленно принять мѣры къ ихъ *изгнанію*; въ томъ случаѣ, когда относительно присутствія глистовъ имѣется

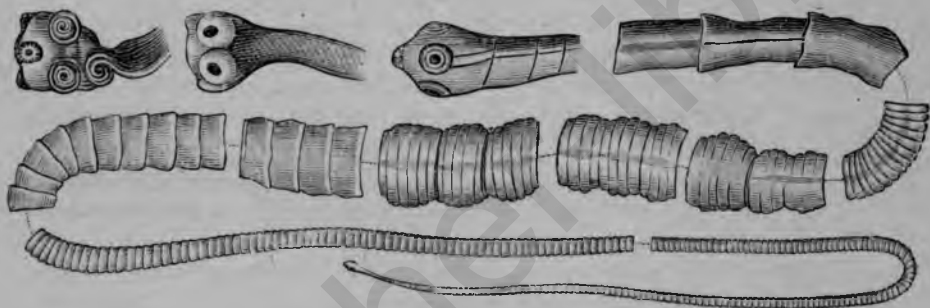


Рис. 342. Солитеръ въ натуральную величину.  
Въ промежуткахъ выпущено по ряду колець. (По Лайкарту).

только подозрѣніе, но не увѣренность, никогда *не слѣдуетъ* прибѣгать къ глистогоннымъ, которыя никоимъ образомъ не могутъ считаться невиннымъ средствомъ. Само собой разумѣется, что въ высшей степени неосторожно, во многихъ же случаяхъ прямо опасно, принимать глистогонныя безъ указанія врача. См. также ст. „Круглая глѣста“.

**Солнечная ванна**, см. „Ванна — солнечная“.

**Солнечный удар**, см. „Ударъ — солнечный“.

**Соль — бертолетова** получила свое названіе отъ французскаго химика Бертоле, впервые добывшаго ее. Употребляется она особенно часто у дѣтей для полосканія рта при **ангинѣ** (см.), а также при заболѣваніяхъ слизистой оболочки полости рта. Берутъ обыкновенно ложечку на стаканъ воды.

**Соль — глауберова**. Принадлежитъ къ слабительнымъ средствамъ. Представляетъ она собой сѣрнистый натрій и содержится въ водѣ наиболѣе знаменитыхъ слабительныхъ источниковъ: Карлсбада, Мариенбада и Франценсбада. Будучи принята въ болѣе значительномъ количествѣ, соль эта вызы-

ваетъ даже жидкія испражненія, а потому къ ней не слѣдуетъ прибѣгать безъ крайней надобности.

**Сотрясеніе мозга.** Сотрясеніе мозга происходитъ всего чаще при паденіи или ударѣ въ голову. Признаки сотрясенія мозга не всегда бываютъ одинаковыми: въ одномъ случаѣ они бываютъ едва выражены, между тѣмъ, какъ въ другомъ, они непосредственно угрожаютъ жизни. Наблюдается полная потеря сознанія или же разстройство сознанія, которое можетъ длиться нѣсколько дней подъ рядъ. На ряду съ этимъ наблюдается рвота, произвольное испусканіе мочи и кала. Какъ неизбѣжный признакъ, можно отмѣтить тѣлесную и духовную слабость. Въ томъ случаѣ, когда дыханіе совершается правильно, можно удовольствоваться холодными компрессами на голову и на область сердца. Въ томъ случаѣ, когда ноги холодны, ихъ согрѣваютъ горячими ваннами или таковыми же салфетками, сильнымъ растираніемъ, горячими бутылками, грѣлками и пр. Одновременно дѣлаютъ пострадавшему и маленькіе холодные клистиры. Черезчуръ сильнаго раздраженія на какую-либо область тѣла слѣдуетъ избѣгать. Въ томъ случаѣ, когда сотрясеніе мозга не было особенно глубокимъ, пострадавшій черезъ нѣсколько дней возвращается къ своему нормальному состоянію, если его оставить въ полномъ покоѣ и оберегать его отъ какихъ бы то ни было сильныхъ ощущеній.

**Сохраненіе пищевыхъ продуктовъ.** Вопросъ этотъ имѣетъ огромное значеніе въ хозяйствѣ. Необходимыя условія для продолжительнаго сохраненія пищевыхъ продуктовъ въ хорошемъ состояніи — слѣдующія: чистый воздухъ, отсутствіе пыли и прохладная температура. Посуду лучше всего чистить горячей водой съ содой, послѣ чего ее обмываютъ холодной водой. Крышки должны плотно—по возможности герметически—прикрывать сосуды. Слѣдуетъ избѣгать сырости и образованія уголковъ, въ которыхъ скопляются различные кухонные отбросы, преимущественно—овощей. Должно помнить, что наиболѣе благоприятными условіями для появленія броженія, плѣсени и всевозможныхъ грибковъ, портящихъ пищевые продукты, являются теплота, сырость и отсутствіе солнечнаго свѣта. Этихъ условій и слѣдуетъ всего тщательнѣе избѣгать.

**Спазмъ голосовой щели — ларингоспазмъ.** Наблюдается, преимущественно, у полныхъ дѣтей, страдающихъ *англійской болѣзью* (см.), и особенно часто у тѣхъ, у которыхъ существуетъ одновременно и размягченіе затылка (см. также „Роднички“). Наблюдается нерѣдко и при *глистахъ* (см.). Припадокъ состоитъ въ томъ, что вслѣдствіе болѣзненной

судороги мышц голосовой щели послѣдняя закрывается, и такимъ образомъ притокъ воздуха въ легкія совершенно прекращается. Ребенокъ становится синимъ, остается бездыханнымъ и падаетъ нерѣдко навзничъ. Припадокъ нерѣдко бываетъ такого свойства, что повергаетъ въ глубокой ужасъ родителей.

== **Леченіе.** Прежде всего необходимо позаботиться о томъ, чтобы привести ребенка въ сознаніе. Открыть окна, разстегнуть платье и бѣлье, освободить шею и грудь, прыскать на грудь и на лицо холодной водой, копчикомъ указательнаго пальца придавить книзу корень языка. Такимъ образомъ облегчается доступъ воздуха въ дыхательную трубку. Ноги погрузить въ горячую ванну или же класть на нихъ очень горячіе компрессы.

Горячій же компрессъ слѣдуетъ положить и на переднюю область шеи. Само собой разумѣется, что, по минованіи припадка, слѣдуетъ позаботиться о томъ, чтобы предупредить повтореніе его. Для этого необходимо заняться леченіемъ *основной болѣзни* (рахита, глистовъ и пр.).

**Спинного мозга — болѣзни.** Спинной мозгъ подверженъ очень многочисленнымъ болѣзнямъ, изъ которыхъ нѣкоторыя появляются въ дѣтскомъ возрастѣ (напр., дѣтскій параличъ), другія — въ болѣе зрѣломъ. Болѣзнь обыкновенно ограничивается тѣмъ или инымъ *столбомъ* спинного мозга. Различныхъ столбовъ насчитываютъ теперь въ спинномъ мозгу довольно большое количество, и каждый изъ нихъ имѣетъ свое опредѣленное назначеніе. Такъ, передніе столбы спинного мозга — имѣютъ двигательное назначеніе; задніе — проводятъ различные виды чувствительности. Признаки болѣзни находятся поэтому въ зависимости отъ того, какіе именно столбы поражены. Часто заболѣваетъ нѣсколько столбовъ одновременно, и тогда картина болѣзни усложняется. Нѣкоторыя болѣзни спинного мозга протекаютъ безлихорадочно и тянутся десятки лѣтъ (напр., спинная сухотка); другія протекаютъ съ лихорадкой и очень быстро. Наиболѣе частыми признаками этихъ болѣзней является возбужденіе или же, наоборотъ, притупленіе, а затѣмъ и полное исчезновеніе *чувствительности* и *способности къ движенію* въ различныхъ частяхъ тѣла. Всего рѣзче отражаются болѣзни мозга на конечностяхъ и на органахъ, заключенныхъ въ области живота. Тѣмъ не менѣе, и всѣ прочіе органы не могутъ считаться застрахованными отъ послѣдствій заболѣванія. Нерѣдко болѣзни спинного мозга осложняются болѣзнями *головного мозга*; въ другихъ случаяхъ онѣ слѣдуютъ за ними. Короче сказать, связь между болѣзнями спинного и черепного мозга существуетъ

самая тѣсная. Иначе она, впрочемъ, и быть не можетъ, если подумать о томъ, что спинной мозгъ составляетъ прямое и непосредственное продолженіе черепного. Лечение болѣзней спинного мозга представляетъ чрезвычайныя затрудненія и, къ сожалѣнію, далеко не всегда увѣнчивается успѣхомъ.

**Спорынья**, см. „**Маточные рожки**“.

**Старая Русса**—уѣздн. гор., Новгород. губ. *Соленые источники*; примѣняются, какъ наружно, такъ и внутренне. Ванны показываются при воспаленіяхъ суставовъ, англійской болѣзни, подагрѣ, ревматизмѣ, нѣкоторыхъ женскихъ, а также нѣкоторыхъ нервныхъ и кожныхъ заболѣваніяхъ. *Вредными* могутъ оказаться источники при разстройствахъ органовъ кровообращенія, а также при далеко зашедшемъ ракѣ и чахоткѣ. Питье водъ (въ количествѣ 2—3 стакановъ натошакъ) способствуетъ подъему питанія и оживленію обменъ веществъ. Поэтому оно оказывается полезнымъ при хроническихъ страданіяхъ пищеварительнаго и дыхательнаго аппарата. Жизнь неособенно дешева. *Сезонъ* съ конца мая по конецъ августа.

**Старческая дряхлость** должна быть разсматриваема, какъ явленіе естественное и неизбѣжное, когда она наступаетъ на 7—8-мъ десяткѣ. Къ сожалѣнію, въ нашъ вѣкъ нерѣдко встрѣчаешь людей, физически и умственно одряхлѣвшихъ задолго до наступленія этого періода жизни. Чтобы избѣжать преждевременной дряхлости, мы должны, съ одной стороны, укрѣплять свой организмъ, съ другой стороны, щадить свои силы; при такихъ условіяхъ мы можемъ до наиболѣе преклоннаго возраста сохранить свои тѣлесныя силы, свою умственную мощь и способность наслаждаться жизнью. По этому поводу отсылаемъ также нашихъ читателейъ къ заключительной главѣ I части сочиненія, въ которой обсуждались нами „**Долговѣчность и смерть**“ (стр. 345—350).

**Стеклянный глазъ**. Вслѣдствіе нѣкоторыхъ несчастныхъ случайностей глазъ можетъ вытечь. Въ другихъ случаяхъ мы намѣренно удаляемъ больной глазъ. Чтобы замаскировать довольно рѣзкое уродство, которое является послѣдствіемъ удаленія глаза, прибѣгаютъ къ замѣщенію его искусственнымъ глазомъ: стекляннымъ. По методу Боннэ является возможность сохранить глазныя мышцы; такимъ образомъ глазъ не утрачиваетъ своихъ естественныхъ движеній. Что же касается до внѣшности его (цвѣта и пр.), то современная техника достигла въ этомъ отношеніи удивительной степени совершенства. При такихъ условіяхъ искусственный глазъ получаетъ столько сходства съ естественнымъ, что непосвященный человѣкъ никогда и не подмѣтитъ искусственности



его. Пациенты скоро сами научаются вынимать искусственный глазъ, чистить его и вновь вставлять.

**Столбнякъ** есть страшная болѣзнь, которая подчасъ является послѣдствіемъ самыхъ незначительныхъ причинъ. Какъ доказано было въ послѣднее время, онъ вызывается особенной палочкой (бациллой), которая живетъ, преимущественно, въ землѣ—въ саду, конюшнѣ и пр. Палочка эта, имѣющая на одномъ концѣ булавовидное утолщеніе, придающее ей чрезвычайно характерный видъ, изображена нами на рис. 343. Вслѣдствіе незначительнаго пораненія палочка попадаетъ въ тѣло, начинаетъ тамъ плодиться и черезъ нѣкоторое время вызываетъ ужасную картину столбняка. Первые признаки—довольно невинны и сводятся только къ легкой гримасѣ на губахъ. Ужасное значеніе этой гримасы понятно только врачу. Проходитъ короткое время, и появляются общія *судороги*, которыя постепенно захватываютъ все болѣе и болѣе обширныя области тѣла. Во время судорогъ больной изгибается дугой, все тѣло приподнимается сразу на довольно значительную высоту и вообще больной выдѣлываетъ движенія, которыя не подъ силу были бы и лучшему акробату. Судороги становятся все сильнѣе и сильнѣе, и скоро не остается ни одной части тѣла, которая не была бы охвачена ими. Въ то же время и самые приступы дѣлаются чаще. Вслѣдствіе значительныхъ мышечныхъ усилій температура тѣла поднимается до необычайной высоты (42° даже 44°). Челюсти больного судорожно сводитъ. Когда судороги захватываютъ и дыхательныя мышцы, больной умираетъ въ страшныхъ мученіяхъ, въ буквальномъ смыслѣ задыхаясь отъ недостатка воздуха. Изъ сказаннаго слѣдуетъ, что и къ самой незначительной ранкѣ мы всегда должны относиться съ полнымъ вниманіемъ, тщательно промывать ее обеззараживающимъ растворомъ, и затѣмъ только перевязывать. Въ деревняхъ у насъ существуетъ обычай употреблять для перевязки разъ *паутину*, которая обыкновенно въ изобилии находится на чердакахъ въ разныхъ темныхъ углахъ. Неоднократно уже наблюдалось, что такимъ образомъ прививали столбнякъ, такъ какъ черезъ паутину фильтруется масса пыли, и она удерживаетъ микробовъ, которые въ ней находятся. Поэтому гораздо безопаснѣе совсѣмъ не осматривать кровотоčenія, нежели прибѣгать къ паутинѣ.



Рис. 343.  
Палочки столбняка.  
(По Галлопѣ).

— **Леченіе** столбняка представляетъ очень большія затрудненія. Больного стараются охранить отъ малѣйшихъ раздраженій внѣшняго міра. Прибѣгаютъ къ сильнымъ успокаива-

вающимъ средствамъ (хлораль-гидрату, морфію и пр.). Въ послѣднее время стали все съ большимъ и большимъ успѣхомъ прибѣгать къ специфической противостолбнячной *сывороткѣ*.

**Страданія женской половой сферы.** Подъ женскими болѣзнями понимаютъ заболѣванія женскаго полового аппарата. Болѣзни эти очень многочисленны и разнообразны. Не имѣя возможности войти въ ихъ подробное разсмотрѣніе, мы удѣлимъ нѣсколько словъ наиболѣе важнымъ изъ ихъ числа. Женскія болѣзни могутъ быть подраздѣлены на четыре большія группы: воспалительныя заболѣванія; заболѣванія, связанныя съ анатомическими измѣненіями, появившимися вслѣдствіе наклоненій, перегибовъ и вообще перемѣщеній и сращеній матки; новообразованія (опухоли); и, наконецъ, функциональныя заболѣванія, появившіяся на почвѣ расстройства обмѣна веществъ или кровообращенія, или же вслѣдствіе нервнаго раздраженія.

I. **Воспалительныя заболѣванія** встрѣчаются чрезвычайно часто. Помимо ненормальныхъ условій жизни вообще—на появленіе воспалительныхъ заболѣваній женскаго полового аппарата вліяютъ: половыя излишества (обусловливаемыя чаще всего неумѣренностью мужей); условія, вызывающія появленіе застоевъ въ полости таза, и, наконецъ, погрѣшности во время родовъ и въ послѣродовомъ періодѣ. Заболѣванія эти отравляютъ, можно сказать безъ преувеличенія, существованіе сотнямъ тысячъ женщинъ. Воспаленіе слизистой оболочки, которой выстлана полость матки, вызываетъ появленіе *блѣй*, которыя также составляютъ столь обычное явленіе въ жизни современныхъ женщинъ.

II. Встрѣчаются очень часто у современныхъ женщинъ и **анатомическія измѣненія** мѣстоположенія тазовыхъ органовъ. Главными причинами, вызывающими появленіе наклоненій и перегибовъ, слѣдуетъ считать ослабленіе половыхъ тканей и сдерживающихъ ихъ связокъ, воспаленіе названныхъ органовъ и частый приливъ къ нимъ крови, вызываемый половымъ возбужденіемъ. Во многихъ случаяхъ перемѣщенія тазовыхъ органовъ и спеціально матки бываютъ, несомнѣнно, врожденными. Въ томъ случаѣ, когда перемѣщенія незначительны и общее состояніе женщины—хорошее, они остаются почти незамѣтными. Дѣло рѣзко мѣняется въ томъ случаѣ, когда присоединяется воспаленіе, наблюдается обильный приливъ крови къ маткѣ или же наступаетъ беременность. Въ такомъ случаѣ появляются сильнѣйшія боли, которыя особенно рѣзко усиливаются во время менструацій. Вполнѣ понятно, что въ томъ случаѣ, когда матка измѣнила свой-

ственное ей при нормальныхъ условіяхъ положеніе, оттоку крови изъ полости ея представляются значительныя затрудненія. Въ томъ случаѣ, когда перемѣщеніе матки—болѣе или менѣе значительно, женщина нерѣдко страдаетъ **бездѣтностью**. Въ другихъ случаяхъ беременность хотя и наступаетъ, но оканчивается выкидышемъ или преждевременными родами. Различаютъ прежде всего наклоненіе и перегибъ матки. *Наклоненіемъ* называютъ положеніе, при которомъ ось матки сохраняетъ свою первоначальную форму и матка измѣняетъ свое положеніе только по отношенію къ полости таза. Перегибомъ же мы называемъ положеніе, при которомъ самая ось матки искривляется въ болѣе или менѣе значительной степени. Изъ сказаннаго уже видно, что перегибъ представляетъ, въ общемъ, страданіе болѣе тяжкое, нежели наклоненіе. Какъ перегибъ, такъ и наклоненіе, совершаются въ различныхъ направленіяхъ: кпереди, кзади и въ стороны. Перемѣщенія матки носятъ названіе въ зависимости отъ того, куда именно направлено дно матки. Дно матки наклонено впередъ—мы имѣемъ дѣло съ переднимъ наклоненіемъ; дно матки направлено назадъ—мы имѣемъ дѣло съ наклоненіемъ кзади и т. д. Перемѣщенія матки, которыя и сами по себѣ причиняютъ чаще всего очень сильныя страданія, становятся еще болѣе болѣзненными въ томъ случаѣ, когда измѣнившая свое естественное положеніе матка оказываетъ давленіе на *сосѣдніе органы*. Всего сильнѣе бываетъ боль въ томъ случаѣ, когда она съ ними сростается болѣе или менѣе плотно.

III. Что касается до **опухолей**, то и въ данномъ случаѣ, какъ и во всѣхъ прочихъ, различаютъ прежде всего *доброкачественныя* и *злокачественныя* опухоли. Первые не только значительно медленнѣе увеличиваются въ размѣрахъ, но не влекутъ за собой и столь тяжелаго общаго разстройства и упадка силъ, какъ вторыя. Къ первымъ причисляютъ міомы, фибромы, полипы и кисты. Ко вторымъ относятся, преимущественно, раковыя опухоли.

IV. Переходимъ къ четвертому разряду женскихъ болѣзней, обусловливаемыхъ различными **общими разстройствами**. Особенное вліяніе имѣютъ въ данномъ отношеніи разстройства кровообращенія и нервной системы. Разстройства эти сказываются ближайшимъ образомъ на **менструаціяхъ**. (См. „**Менструальный періодъ**“ въ I части соч., стр. 327 и „**Менструація — болѣзненная**“—во II „**Энциклопедической**“ части книги). Въ одномъ случаѣ менструація бываетъ слишкомъ слабыми и крови отходитъ очень мало. Наблюдается это преимущественно у малокровныхъ, блѣднономочныхъ и нервныхъ дѣвушекъ, а также у страдающихъ разстрой-

ствами пищеваренія. Въ другихъ случаяхъ теряется, наоборотъ, слишкомъ много крови, что ведетъ дѣвушку или молодую женщину къ истощенію. Въ третьемъ случаѣ регулы бываютъ слишкомъ болѣзненными и служатъ постояннымъ источникомъ сильныхъ страданій. У дѣвушекъ, страдающихъ блѣдной немочью, наблюдаются нерѣдко анатомическія смѣщенія половыхъ органовъ, да и самые органы сохраняютъ нерѣдко совершенно дѣтскіе размѣры. Съ подъемомъ общаго состоянія здоровья улучшаются и отправления половыхъ органовъ.

Что касается до отдѣльныхъ болѣзней женской половой сѣры, то о важнѣйшихъ изъ нихъ читательницы найдутъ надлежащія свѣдѣнія подъ соответствующими начальными буквами.

**Судорога въ икрахъ** наблюдается у женщинъ нерѣдко при общемъ нервномъ состояніи, беременности, болѣзняхъ матки. Судороги эти причиняютъ довольно жестокія боли. Растирать икры теплыми руками, обертывать ихъ теплыми салфетками. Хорошо дѣйствуютъ также горячія ножныя ванны. Общее леченіе не должно во многихъ случаяхъ быть упускаемо изъ виду.

**Судорожный смѣхъ и плачъ** наблюдаются очень часто при **истеріи** (см.). Какъ только начался припадокъ, слѣдуетъ больную уложить въ постель, разстегнуть платье, освободить шею и грудь. Побольше свѣжаго воздуха. Горячую ножную ванну. Если это почему-либо невозможно, — горячіе компрессы на ноги. При сильномъ возбужденіи больной — холодный компрессъ на область сердца. Хорошо дѣйствуютъ мягкія поглаживанія рукой особы, которая симпатична больной. По минованіи припадка внимательное врачебное изслѣдованіе должно установить причину припадка и выяснить, не кроется ли въ основѣ его маточное страданіе. Укрѣпляющій общій режимъ: продолжительное пребываніе на воздухѣ, физическій трудъ или спортъ, соответствующее нравственное воздѣйствіе. Оберегать больную, по возможности, отъ всякихъ неприятностей, заботъ и волненій.

**Сулема** употребляется въ нѣкоторыхъ производствахъ; отличается своей крайней ядовитостью. Признаки **отравленія** сулемой см. выше въ статьѣ „Ртуть“. Тамъ же указано и леченіе отравленія.

**Суставной ревматизмъ**, см. „Ревматизмъ суставной“.

**Суставовъ—воспаленіе** наблюдается чаще среди женщинъ, нежели среди мужчинъ. Причины его различны. Одной изъ наиболѣе частыхъ является *ревматизмъ*. При воспаленіи суставовъ въ нихъ часто скопляется жидкость. Въ нѣкоторыхъ

случаяхъ воспаленіе бываетъ гнойнымъ, и тогда дѣло принимается, понятно, болѣе серьезный оборотъ. Какъ послѣдствіе воспаленія, остается утолщеніе связокъ и тугоподвижность сустава.

— **Леченіе** разнится въ зависимости отъ того, въ какой стадіи находится воспаленіе, и отъ вызвавшей его причины. Если воспаленіе *острое*, то слѣдуетъ быть очень осторожнымъ. На воспаленный суставъ кладутъ тепловатые компрессы градусовъ въ 25<sup>0</sup>—30<sup>0</sup>. Въ пищу употребляютъ преимущественно молоко. О полномъ покоѣ больного сустава упоминаютъ почти излишне, такъ какъ способность двигаться въ такихъ случаяхъ и безъ

того бываетъ ограничена. Болѣе рѣшительнымъ можетъ быть леченіе по окончаніи острого періода болѣзни. Въ такомъ случаѣ мы прибѣгаемъ къ горячимъ обертываніямъ или же общимъ горячимъ ваннамъ. Въ другихъ случаяхъ бываютъ показаны паровыя ванны. Въ другихъ случаяхъ бываютъ показаны паровыя ванны. Въ нѣкоторыхъ случаяхъ большую пользу оказываютъ и перемѣнные мѣстные души въ 42<sup>0</sup> и 44<sup>0</sup>. Хорошо дѣйствуютъ также и солнечныя ванны, выполняемыя приблизительно такъ, какъ это изображено у насъ на рис. 344. Въ томъ случаѣ, когда воспаленіе обусловило тугоподвижность сустава, прибѣгаютъ къ соответствующей гимнастикѣ и массажу. Во многихъ случаяхъ бываетъ показано леченіе **грязями** (см.).



Рис. 344. Солнечная ванна, принимаемая на балконѣ—при хроническомъ воспаленіи колѣннаго сустава.

Нѣсколько словъ мы должны посвятить въ отдѣльности колѣнному и бедренному суставамъ. **Колѣнный суставъ** въ большей степени, чѣмъ многіе другіе суставы, подверженъ различнымъ заболѣваніямъ. Часто наблюдается растяженіе связокъ этого сустава. Еще чаще того—воспаленіе, преимущественно ревматическаго происхожденія. Нерѣдко въ суставной сумкѣ скопляется при такихъ условіяхъ жидкость, и тогда движенія этого сустава въ высшей степени затрудняются. Въ нѣкоторыхъ случаяхъ скопляется также и гной.

Воспаленіе **бедреннаго сустава** наблюдается нерѣдко, преимущественно при золотухѣ, ревматизмѣ, нѣкоторыхъ заразныхъ заболѣваніяхъ и сифилисѣ. Иногда воспаление сопровождается нагноеніемъ, и тогда оно можетъ повлечь за собой очень грустныя послѣдствія. Даже въ томъ случаѣ, когда нагноенія не наблюдается, результаты получаются въ послѣдствіи довольно тяжелые, какъ это видно также и изъ рис. 345. Позвоночникъ искривляется; нижняя конечность укорачивается и становится тугоподвижной. У дѣвушекъ получается въ результатѣ неправильное строеніе таза, что можетъ въ послѣдствіи очень тяжело отразиться на нихъ при актѣ родовъ.

== **Леченіе** нами уже было изложено выше. Въ томъ случаѣ, когда укороченіе соответствующей нижней конечности уже образовалось, прибѣгаютъ къ гимнастикѣ, массажу и специально прировненнымъ ортопедическимъ аппаратамъ. Не слѣдуетъ упускать изъ виду и общаго укрѣпляющаго леченія.

**Съуженіе кишечника**, см. „**Кишечника—съуженіе**“.

**Сыворотка** различается въ настоящее время различныхъ родовъ. О *молочной сывороткѣ* у насъ была рѣчь въ I части въ главѣ „**Наше питаніе**“ („**Молоко**“, стр. 92). О *кровяной сывороткѣ* у насъ была рѣчь въ главѣ, въ которой мы описывали составъ крови. Не разъ говорили мы и о *цѣлебной сывороткѣ*, которой суждено играть такую блестящую роль въ дѣлѣ леченія заразныхъ болѣзней. Первое мѣсто въ ряду этихъ сыворотокъ должно, по справедливости, быть отведено *противодифтерійной* и *противочумной*. Число этихъ — специфическихъ, — какъ ихъ называютъ, — сыво-



Рис. 345. Воспаленіе бедреннаго сустава.

1. Искривленіе позвоночнаго столба.
2. На здоровой сторонѣ тѣла — бедро нѣсколько приподнято по сравненію съ нормальнымъ.
3. На больной сторонѣ тѣла бедро ниже нормальнаго.
4. На больной сторонѣ сѣдалище уплощено.
5. Сѣдалищная складка отклонена въ сторону.
6. Нижняя конечность укорочена и тугоподвижна.

ротокъ растетъ съ каждымъ днемъ. Такимъ образомъ мы получаемъ возможность все болѣе и болѣе успѣшно бороться съ заразными болѣзнями.

**Сыпной тифъ**, см. „**Тифъ—сыпной**“.

**Сыпь** бываетъ самага разнороднаго происхожденія. Она сопровождается какъ нѣкоторыя хроническія, такъ и острыя болѣзни, особенно дѣтскія. Сыпь появляется у чувстви-

тельныхъ особъ вслѣдствіе вкушенія нѣкоторыхъ пищевыхъ веществъ, имѣющихъ раздражающее вліяніе на кожу. Къ такимъ веществамъ относятся: устрицы, омары, земляника, острый сыръ и пр. Нѣкоторыя лекарства также вызываютъ появленіе сыпи (напр., іодистый калий, скипидаръ и др.). Далѣе сыпь можетъ явиться послѣдствіемъ неправильнаго состава соковъ въ организмѣ. Мы не говоримъ уже о столь многочисленныхъ сыпяхъ, сопровождающихъ кожныя заболѣванія.

Изъ этого краткаго перечня уже видно, что невозможно давать какія-либо общія правила, которыя бы могли быть примѣняемы ко всякаго рода сыпи безъ различія. Прежде всего необходимо уяснить себѣ истинную ея *причину*. Только въ такомъ случаѣ можемъ мы рассчитывать и на успѣшное ея *лечение*. Въ смыслѣ руководящихъ началъ мы можемъ указать только на слѣдующее: все, что привлекаетъ кровь къ кожѣ, какъ то: слишкомъ раздражающія вещества, яркій солнечный свѣтъ, очень холодная и очень горячая вода, только ухудшаетъ состояніе сыпи. Но и изъ этого правила существуютъ исключенія, а именно, въ томъ случаѣ, когда сыпь является послѣдствіемъ недостаточнаго кровообращенія. Въ такомъ случаѣ свѣтолечение даетъ очень благопріятные результаты. При *сухихъ* сыпяхъ слѣдуетъ прибѣгать къ втиранію въ умѣренномъ количествѣ жирныхъ мазей. При мокнущихъ сыпяхъ прибѣгаютъ, наоборотъ, къ покрыванію сыпи всасывающими веществами и порошками. Во многихъ случаяхъ главное вниманіе должно быть обращено на *общее* лечение; перемѣну пищи, мѣстопробыванія, воздуха, занятія и т. д.

**Сѣдалищная боль** является, несомнѣнно, послѣдствіемъ раздраженія сѣдалищнаго нерва. Причины этого раздраженія—самыя разнообразныя: простуда, застой крови въ тазу, тазовыя опухоли, общія болѣзни и пр. Сѣдалищная невралгія принадлежитъ къ наиболѣе упорнымъ страданіямъ. Прибѣгаютъ къ теплымъ обертываніямъ, воздушно-горячимъ ваннамъ, распыленію эфира изъ особеннаго (Ричардсоновскаго) аппарата. Въ нѣкоторыхъ случаяхъ остается, какъ крайнее средство, обнаженіе и растяженіе нерва.

**Сѣмени истеченіе**—**непроизвольное**. Непроизвольное истеченіе сѣмени обличаетъ, прежде всего, довольно глубокое расстройство и ослабленіе нервной системы. Ближайшей же его причиной является ослабленіе мышцъ, завѣдывающихъ выдѣленіемъ сѣмени. Страданіе это должно во всѣхъ случаяхъ обращать на себя самое серьезное вниманіе. Тщательное врачебное изслѣдованіе должно выяснитъ истинныя при-

чины страданія. Въ большинствѣ случаевъ врачъ пропишетъ мѣры, которыя имѣють цѣлью укрѣпленіе организма вообще и—нервной системы въ особенности. Всѣ стороны жизни юноши, какъ физическія, такъ и духовныя, должны быть тщательно урегулированы. Вниманіе должно быть устремлено, главнымъ образомъ, на то, чтобы избѣгать переутомленій и чувственныхъ раздраженій. Пребыванію на воздухѣ, физическимъ упражненіямъ и закаливанію должно быть отведено очень видное мѣсто. На подробностяхъ относительно того, какъ провести эти начала въ жизнь, мы останавливаться не станемъ. Объ этомъ мы бесѣдовали уже съ нашими читательницами неоднократно.

**Сѣтчатой оболочки—заболѣванія.** Въ сѣтчатой оболочкѣ оканчиваются, какъ извѣстно, развѣтвленія зрительнаго нерва. Она же посредствомъ означенныхъ окончаній воспринимаетъ и зрительныя впечатлѣнія. Въ томъ случаѣ, когда заболѣваетъ стволъ зрительнаго нерва, нарушается и процессъ зрѣнія. Моментальная слѣпота наступаетъ въ случаѣ *отслойки* сѣтчатой оболочки. Вообще не должно упускать изъ виду, что большинство глазныхъ заболѣваній находится въ самой тѣсной связи съ общимъ состояніемъ организма, и что такія страданія, какъ расстройство кровообращенія, воспаленіе почекъ, сифилисъ и пр., способны вызывать самыя тяжкія заболѣванія нашего зрительнаго аппарата.

## Т.

**Табакъ.** Объ этомъ продуктѣ у насъ уже упоминалось въ I части сочиненія. Употребленіе табаку распространилось въ Европѣ только съ XVI в., когда онъ былъ привезенъ изъ Америки. Табакъ употребляютъ въ различныхъ видахъ: его жуютъ, нюхаютъ и, главнымъ образомъ, курятъ. Онъ дѣйствуетъ, какъ наркотическое вещество. Въ томъ случаѣ, когда наша нервная система уже привыкла къ возбужденію, производимому никотиномъ, намъ очень трудно бываетъ отстать отъ употребленія табаку. Всего лучше поэтому вовсе *не привыкать* къ его употребленію. Особенно необходимо въ этомъ отношеніи слѣдить за *дѣтьми*, чтобы они—главнымъ образомъ изъ чувства подражанія взрослымъ и товарищамъ—не выработали въ себѣ этой потребности. Само собой разумѣется, что мѣрами строгости всего меньше возможно бываетъ въ такихъ случаяхъ достигнуть цѣли: гораздо вѣрнѣе дѣйствуетъ убѣжденіе и, особенно, примѣръ.

**Тайныя средства** обладаютъ большимъ обаяніемъ не



только среди простых и некультурных слоев населения, в которых истинные понятия о сущности болѣзней и наиболѣе правильныхъ путяхъ къ ихъ исцѣленію развиты, понятно, очень слабо, но и среди культурныхъ слоевъ населенія, которые нерѣдко привлекаетъ именно таинственность средства. Страсть къ потребленію тайныхъ средствъ не имѣетъ никакихъ пагубныхъ послѣдствій въ томъ случаѣ, когда составъ ихъ оказывается совершенно невиннымъ и рассчитанъ только на эксплуатацію легковѣрной публики, какъ это имѣло, напр., мѣсто съ пилюлями графа Маттеи, которые оказались состоящими изъ хлѣбнаго мякиша;—со средствомъ барона Вревскаго, которое оказалось простой невской водой и пр. Въ такомъ случаѣ вредъ, приносимый ими, сводится, главнымъ образомъ, къ тому, что больной тратитъ дорогое время и тѣмъ даетъ болѣзни укорениться. Въ другихъ случаяхъ тайныя средства приносятъ непосредственный вредъ. Къ таковымъ мы можемъ отнести, напр., виталинъ Гачковскаго, бывший въ свое время причиною смерти одного очень виднаго сановника. Что касается до научной медицины, то вредъ тайныхъ средствъ ею признанъ давно, и факультетская присяга, которую даютъ врачи при полученіи диплома, включаетъ въ себѣ обѣщаніе не держать въ тайнѣ средства, найденнаго или изобрѣтеннаго врачомъ. Предупреждаемъ и мы читателейъ противъ употребленія тайныхъ средствъ.

**Танинъ**, см. „Дубильная кислота“.

**Танцы.** Этотъ вопросъ былъ нами обсуждаемъ въ I части сочиненія въ главѣ „Спортъ“ (стр. 270), а потому мы къ нему вновь возвращаться не станемъ.

**Температуры — измѣренія.** Всѣмъ нашимъ читательницамъ, особенно же матерямъ, извѣстно, что такое лихорадка (см.) и температура и какъ послѣдняя измѣряется. Температура можетъ быть измѣряема различно: въ подмышечной впадинѣ, во рту и въ прямой кишкѣ. Повторимъ еще разъ въ краткихъ словахъ, какимъ именно



Рис. 316. Измѣреніе температуры въ прямой кишкѣ.

образомъ производятся измѣренія температуры въ указанныхъ мѣстахъ. Подъ *мышкой* температура измѣряется всего

чаще. Это вмѣстѣ съ тѣмъ и наиболѣе простой способъ. Необходимо только слѣдить за тѣмъ, чтобы верхушка термометра упиралась въ глубину подмышечной впадины, и чтобы впадина была во время измѣренія сухой: для этого ее предварительно тщательно вытираютъ. Во рту удобнѣе всего измѣрять тем-



Рис. 347. То же—въ подмышечной впадинѣ

пературу въ томъ случаѣ, когда больная находится на воздухѣ (напр., легочныя больныя, которыя лечатся въ санаторіяхъ). Измѣренія въ *прямой кишкѣ* даютъ намъ, въ сущности, наиболѣе точные результаты. Къ сожалѣнію, не всегда бываетъ возможно прибѣгать къ этому способу. Всего проще прибѣгать къ этому способу *у дѣтей*, которыя въ большинствѣ случаевъ отлично его переносятъ. Предварительно необходимо слегка смазать кончикъ термометра какимъ-нибудь чистымъ жиромъ. Различные способы измѣренія температуры представлены нами на приложенныхъ при семь рисункахъ.



Рис. 348. То же—во рту.

Теперь намъ остается сказать еще нѣсколько словъ относительно *температуры тѣла*. Какъ всѣмъ извѣстно, она равняется, приблизительно 37° Ц. У дѣтей она бываетъ выше; у стариковъ, у которыхъ обмѣнъ веществъ значительно ослабленъ, соотвѣтственно ниже. Высота нашей температуры обусловливается напряженностью обмѣна веществъ въ организмѣ, причѣмъ какъ обмѣнъ веществъ,

такъ и температура, котораго она служитъ наилучшимъ показателемъ, регулируются очень сложнымъ нервнымъ приборомъ. При лихорадкѣ обмѣнъ веществъ значительно усиливается, и такъ какъ потребление пищи вмѣстѣ съ тѣмъ обыкновенно падаетъ, то больной при сколько-нибудь продолжительной лихорадкѣ и худѣетъ замѣтно. Температура падаетъ

*ниже нормы* въ томъ случаѣ, когда обмѣнъ веществъ въ организмѣ значительно понижается. Въ общемъ это обстоятельство должно быть разсматриваемо, какъ чрезвычайно неблагоприятное.

Что же касается до *измѣренія температуры*, то каждая мать и каждая женщина вообще должна бы владѣть этимъ нехитрымъ искусствомъ. Очень важно также отмѣчать *ежедневно* температуру два раза въ день и еще лучше заносить данныя термометра на *температурные листки*. Такимъ образомъ значительно облегчается задача врача.

**Тералія.** Такъ называютъ на научномъ языкѣ науку о *леченіи*. О разнообразіи современныхъ методовъ леченія въ современной медицинѣ, которая стремится воздѣйствовать на *всѣ* стороны живого организма, мы уже многократно говорили, и этого вопроса здѣсь специально касаться не станемъ. Точно такъ же не будемъ мы останавливаться и на способѣ дѣйствія лекарствъ на организмъ, каковой вопросъ нами уже тоже разбирался.

**Термометры.** На прилагаемыхъ при семъ рис. 350 и 351 нами изображенъ термометръ для измѣренія температуры тѣла, а также ванный термометръ. Въ то время, какъ болѣе старый термометръ Реомюра дѣлится на 80 частей или градусовъ, термометръ Цельзія дѣлится на *сто* частей, что значительно облегчаетъ и упрощаетъ счетъ. Къ сожалѣнію, у насъ въ Россіи и по сю пору болѣе употребителенъ термометръ Реомюра, нежели Цельзія. Между тѣмъ въ медицинскихъ сочиненіяхъ всего чаще дѣлаются указанія по 100-градусному термометру. Для того, чтобы избавить нашихъ читателей отъ необходимости производить каждый разъ болѣе или менѣе сложныя вычисленія, мы сочли необходимымъ приложить къ настоящему сочиненію скалу (рис. 349), на которой непосредственно можно видѣть, сколькимъ градусамъ по одному термометру равняются столько-то градусовъ другого. Предположимъ, что мы желаемъ знать, сколькимъ градусамъ по Цельзію равняется 25 градусовъ Реомюра. Для этого мы двигаемъ подвижную ли-

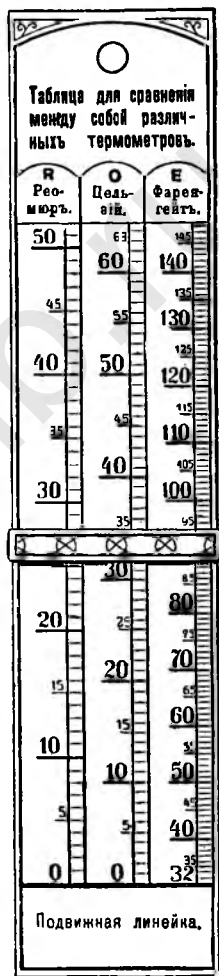


Рис. 349. Таблица для сравненія между собой различныхъ термометровъ. По «Архиву для физико-діетическаго леченія».

нейку до тѣхъ поръ, пока она не будетъ находиться на линіи 25° R. Тогда мы видимъ, что линія эта соотвѣтствуетъ 32 градусамъ Ц. Если мы желаемъ знать, сколькимъ градусамъ R. равняются 50° градусовъ Ц., то мы поступаемъ такимъ же образомъ и тотчасъ же убѣждаемся, что они равняются 40° R. Таблица это значительно упрощаетъ, слѣдовательно, разныя вычисления и переводъ градусовъ съ одного термометра на другой.

При измѣреніи температуры тѣла термометръ долженъ оставаться на мѣстѣ минутъ 10. Что же касается до показаній его, то слѣдуетъ принять во вниманіе, что внутренняя температура тѣла, измѣряемая въ прямой кишкѣ, на  $\frac{1}{2}$ —1 градусъ выше, чѣмъ измѣряемая подъ мышкой.

**Течь** можетъ появиться изъ различныхъ естественныхъ отверстій тѣла. Обусловливается она чрезвычнымъ раздраженіемъ слизистой оболочки. Во многихъ случаяхъ течь имѣетъ не слизистый, но *тойный* характеръ. Прежде всего необходимо отыскать причину течи; а причины эти могутъ быть очень разнообразными. Непосредственно мы стараемся воздѣйствовать на течь тепловатыми впрыскиваніями и промываніями, къ которымъ можно прибавлять въ небольшомъ количествѣ какого-либо антисептическаго средства, всего лучше борной кислоты. Можно также вводить въ отверстіе, изъ котораго появилась течь, небольшіе ватные шарики (тампончики), которые имѣютъ назначеніемъ всасывать отдѣляющуюся жидкость.

**Тимьянъ, см. „Богородская трава“.**

**Тифъ.** Различаютъ три различныхъ вида тифа: тифъ брюшной, возвратный и сыпной. Въ виду того, что всѣ эти три тифа встрѣчаются у насъ въ Рос-

Рис. 350.  
Термометръ для измѣренія температуры тѣла.

сій, считаемъ необходимымъ дать читательницамъ понятію обо всѣхъ.

**Тифъ—брюшной.** Вызывается онъ особенной—Эбертовской палочкой. Появляется, преимущественно, у лицъ переутомленныхъ—безразлично, физическимъ или умственнымъ трудомъ, при неблагоприятныхъ условіяхъ жизни: недостаточномъ питаніи,

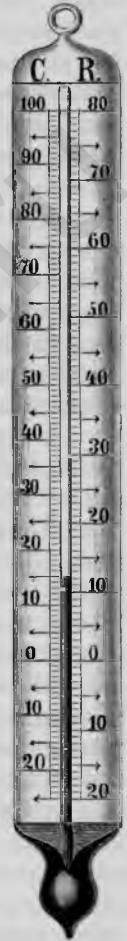


Рис. 351.  
Ванный термометръ.

недостаточномъ доступѣ свѣжаго воздуха и свѣта, плохой питьевой водѣ и пр. Тянется этотъ тифъ около трехъ недѣль, да столько же времени продолжается, приблизительно, и выздоровленіе. Начинается тифъ съ упорной головной боли и бессонницы. Ощущается общій упадокъ силъ. Аппетитъ пропадаетъ. Черезъ нѣсколько дней *температура* начинаетъ равномерно повышаться и затѣмъ получаетъ теченіе настолько характерное, что врачъ, при первомъ взглядѣ на температурную кривую, можетъ съ полной увѣренностью заявить, что имѣетъ дѣло съ брюшнымъ тифомъ. Въ теченіе одной недѣли, приблизительно, температура повышается; затѣмъ она въ теченіе недѣли держится на одной и той же высотѣ, съ нѣко-

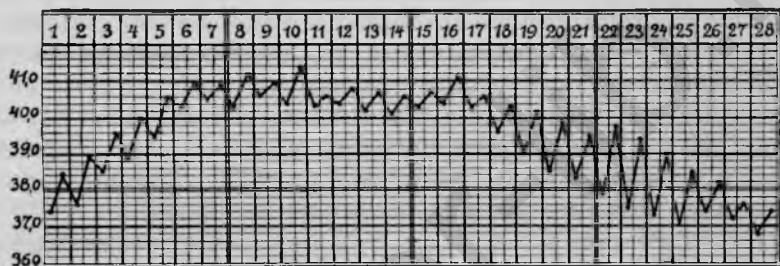


Рис. 352. Температурная кривая при брюшномъ тифѣ.  
По Лаврану и Тэссье.

торымъ пониженіемъ по утрамъ. Затѣмъ она въ теченіе такого же времени медленно спускается до нормы.

Самая болѣзнь характеризуется тѣмъ, что въ тонкихъ кишкахъ образуются *язвы*. Въ томъ случаѣ, когда язвы эти, вызвавъ предварительно прободеніе брюшной стѣнки, открываются въ брюшину, онѣ ведутъ къ воспаленію брюшины, которое можетъ легко стать смертельнымъ. Такой же трагическій результатъ можетъ имѣть и вскрытіе изъязвившагося крупнаго сосуда. Въ такомъ случаѣ пациентъ можетъ скончаться и въ нѣсколько минутъ отъ слишкомъ значительной потери крови. Признаки **кишечнаго кровотечения** (см.)— слѣдующіе: больной внезапно блѣднѣетъ, теряетъ сознаніе, пульсъ становится слабымъ, сердце начинаетъ тихо биться; также могутъ появиться судороги, за которыми слѣдуетъ смерть.

Характерную особенность брюшного тифа представляютъ *пятна*, которые появляются на 3—4-й день болѣзни, прежде всего обыкновенно на животѣ, затѣмъ у основанія нижнихъ конечностей и на спинѣ. Пятна эти имѣютъ видъ небольшой чечевицы; цвѣтъ ихъ красноватый. При нажатіи пальцемъ они блѣднѣютъ, но черезъ короткое время показываются вновь.

*Селезенка* бываетъ сильно увеличенной. У больныхъ появляется *поносъ*. Въ правой подвздошной впадинѣ чувствуется боль. Черезъ нѣсколько дней послѣ начала тифа больные въ большинствѣ случаевъ совершенно утрачиваютъ сознание и начинаютъ бредить. Во многихъ случаяхъ **бредъ** (см.) бываетъ неистовымъ и можетъ принять очень опасное направление.

Въ общемъ слѣдуетъ сказать, что брюшной тифъ принадлежитъ не только къ очень распространеннымъ, но также и къ очень тяжелымъ болѣзнямъ. Тифозные больные подвержены множеству *осложненій*, изъ числа коихъ—нѣкоторыя очень опасны. О нѣкоторыхъ мы уже говорили выше. Здѣсь упомянемъ еще о **воспаленіи легкихъ** (см.), которымъ тифъ осложняется такъ часто. Не лишень опасности и періодъ выздоровленія. Нѣкоторые больные падаютъ мертвыми въ тотъ самый моментъ, когда дѣлаютъ первую попытку сѣсть въ постели. Смерть происходитъ въ такомъ случаѣ отъ *паралича сердца*. Если отъ тифа многіе (въ общемъ, при хорошемъ уходѣ и леченіи, не больше однако же 80%), умираютъ, то подавляющее большинство все же выздоравливаетъ.

Скажемъ теперь нѣсколько словъ о **леченіи** этой болѣзни. Больше, чѣмъ при какой-либо иной болѣзни, важно въ данномъ случаѣ соблюденіи нѣкоторыхъ гигиеническихъ условій. Можно сказать безъ преувеличенія, что во многихъ случаяхъ благополучный исходъ болѣзни находится не въ меньшей зависимости отъ заботливаго ухода, чѣмъ отъ разумнаго леченія. Основы ухода за брюшно-тифознымъ больнымъ слѣдующія. Больному необходимо отвести просторную комнату, которая должна часто и тщательно провѣтриваться. Пищей должно служить больному, главнымъ образомъ, *молоко*, которому являются на помощь бульонъ, сушы и кофе. Во многихъ случаяхъ приходится поддерживать силы больного коньякомъ или виномъ. Пить больной долженъ какъ можно больше; онъ долженъ выпивать въ день стакановъ 10—15 жидкости въ различныхъ видахъ; такимъ путемъ ядовитыя вещества удаляются изъ организма. Въ тѣхъ случаяхъ, когда явленія болѣзни выражены слишкомъ рѣзко и непосредственно угрожаютъ организму, приходится прибѣгать къ леченію *холодной водой*. Дѣлать это можно въ различныхъ видахъ, чаще всего прибѣгаютъ къ холоднымъ **ваннамъ** (см.). Больного сажаютъ въ ванну въ 24° Ц. и приливаніемъ холодной воды температуру постепенно понижаютъ въ теченіе  $\frac{1}{4}$  часа до 18°. На голову кладутъ свѣжій компрессъ, и больного время отъ времени поятъ виномъ или коньякомъ. Въ другихъ случаяхъ холодныя ванны замѣняются **холодными обертываніями** (см.). *Испраженія* боль-

ного, которыя во многихъ случаяхъ кишать болѣзнетворными бактеріями, обеззараживаютъ сулемой или хлорной известью (см. „Обеззараживаніе“). За больнымъ необходимо очень тщательно слѣдить не только во время болѣзни, но и въ періодъ выздоровленія, такъ какъ и этотъ періодъ далеко не изъять отъ непріятныхъ осложненій, какъ нами уже и указывалось выше.

**Тифъ—возвратный.** Въ зап. Европѣ болѣзнь эта наблюдается въ настоящее время довольно рѣдко, но въ нѣкоторыхъ мѣстностяхъ Россіи она свила себѣ довольно прочное гнѣздо. Начинается возвратный тифъ съ явленій очень рѣзкихъ: сильного озноба, упорной головной боли, рвоты и поясничныхъ болей. Температура подымается до 40° и даже 42°. Явленія эти продолжаются дней 5; затѣмъ,—послѣ того, какъ больной хорошенько пропотѣетъ,—всѣ означенныя явленія быстро исчезаютъ, и больной, повидимому, окончательно выздоравливаетъ. Но выздоровленіе это—только кажущееся. Проходитъ нѣкоторый промежутокъ времени—отъ одной до двухъ недѣль—и больной снова находится во власти припадка, который во всѣхъ отношеніяхъ напоминаетъ первоначальный. Затѣмъ уже больной выздоравливаетъ окончательно, и припадки больше не возвращаются.

Въ виду сильной заразительности болѣзни, а также въ виду того, что нерѣдко, непосредственно за возвратнымъ тифомъ, слѣдуетъ сыпной, должно обратить особенное вниманіе на условія жизни больныхъ; отдѣлить заболѣвавшихъ и улучшить условія жизни тѣхъ, кто находился съ ними въ непосредственномъ соприкосновеніи. Большое вниманіе слѣдуетъ обратить также и на **обеззараживаніе** (см.) вещей и квартиръ, въ которыхъ больные проживали.

**Тифъ сыпной—пятнистый—голодный.** Французы называютъ этотъ тифъ также „военнымъ“, въ виду того, что онъ наблюдается часто какъ послѣдствіе тяготъ и лишеній военного времени. Во многихъ войнахъ сыпной тифъ уноситъ значительно большее количество жертвъ, нежели непріятельское оружіе. Прозваніе его „голоднымъ“ указываетъ на то, что голодъ въ очень сильной степени благопріятствуетъ его появленію, что нерѣдко наблюдается и у насъ въ голодающихъ мѣстностяхъ. Скрытый періодъ длится дней 14; самая болѣзнь тянется около 2-хъ недѣль. Начинается болѣзнь съ очень быстрого и значительнаго *повышенія температуры*, которому сопутствуетъ головная боль, сильная жажда, полный упадокъ силъ и запоръ. На 5—6 день показываются *пятна*, которыя имѣютъ большое значеніе, съ точки зрѣнія точнаго распознаванія болѣзни. Пятна эти напоминаютъ отчасти ко-

ревыя; они также ведутъ къ шелушенію кожи. Въ теченіе второй недѣли *нервныя явленія* бываютъ выражены очень рѣзко. Заканчивается сыпной тифъ не постепеннымъ (какъ при брюшномъ), но быстрымъ и рѣзкимъ паденіемъ температуры. Въ томъ случаѣ, когда организмъ истощенъ предварительными лишеніями, онъ очень легко падаетъ жертвой сыпного тифа, который въ то же время отличается также своей *заразительностью* и прилипчивостью.

Въ смыслѣ **леченія** особенно важно поддержаніе силъ больного. Очень серьезное вниманіе слѣдуетъ обратить на *предохраненіе*, главнымъ образомъ на *изоляцію* (отдѣленіе заболѣвшихъ) и на правильное **обеззараживаніе** (см.).

**Тошнота.** Всѣмъ читательницамъ, несомнѣнно, знакомо довольно тягостное ощущеніе тошноты, которое часто предшествуетъ рвотѣ. Во многихъ случаяхъ мы получаемъ значительное облегченіе, если намъ удастся вызвать рвоту. Достичь мы этого можемъ иногда довольно простымъ образомъ, выпивъ стаканъ воды и запустивъ затѣмъ палецъ поглубже въ глотку. Болѣе упорный характеръ имѣетъ тошнота, которая наблюдается при беременности, нѣкоторыхъ страданіяхъ матки и желудка и, всего чаще, катаррахъ. Въ такомъ случаѣ мы можемъ получить облегченіе, проглотивъ немного соды, шипучаго порошка, или глотая маленькіе кусочки льда. Само собою разумѣется, что *основная причина* страданія должна быть отыскана и затѣмъ устранена.

**Травами—леченіе.** Изъ разумнаго употребленія нѣкоторыхъ травъ можно при нѣкоторыхъ заболѣваніяхъ извлечь довольно значительную пользу. Употреблять ихъ можно въ пищу въ размельченномъ состояніи въ натуральномъ видѣ, а также въ видѣ настоевъ (чаевъ). Большинство травъ дѣйствуетъ возбуждающимъ образомъ на кишечникъ, а также на почки, усиливая обмѣнъ веществъ въ организмѣ. Изъ *весеннихъ травъ* мы упомянемъ только щавель, крапиву, кербель, подорожникъ, одуванчикъ, цикорій, легочную траву и пр. Менѣе раздражающимъ образомъ дѣйствуютъ на кишечникъ, и вмѣстѣ съ тѣмъ усиливаютъ мочеотдѣленіе, настои изъ березовыхъ листьевъ и можжевелевыхъ ягодъ. При отсутствіи аппетита съ успѣхомъ употребляютъ золототысячникъ, настой котораго пьютъ по утрамъ натошакъ. Однородно дѣйствуетъ и настой полыни, которой приписывается также дѣйствіе на печень. Валерьяна дѣйствуетъ успокаивающимъ образомъ, особенно при судорогахъ. Липовый листъ дѣйствуетъ моче- и потогоннымъ образомъ.

Предостерегаемъ, тѣмъ не менѣе, читательницъ, отъ злоупотребленія травяными настоями, такъ какъ при болѣе



или менѣе неумѣреннымъ и продолжительномъ употребленіи они разстраиваютъ отправленія желудка и кишечника.

**Травяныя ванны.** Нѣкоторыя травы, будучи прибавлены къ ваннамъ, сообщаютъ послѣднимъ болѣе возбуждающее дѣйствіе, чѣмъ какое оказываетъ простая вода. Всего чаще прибавляютъ къ ваннамъ ромашки, которая дѣйствуетъ также смягчающимъ образомъ.

**Трахеотомія.** см. „Горлоѣченіе“.

**Трахома—египетская болѣзнь.** Очень опасная и, повидимому, заразительная болѣзнь глазъ. Отличается своимъ упорствомъ. Очень распространена въ нашей арміи, въ которой упорная борьба съ ней до сихъ поръ не дала еще никакихъ ощутительныхъ результатовъ. Состоитъ эта болѣзнь въ зернистомъ воспаленіи соединительной оболочки глазъ. Маленькія *зернышки*, которыя могутъ быть видимы и простымъ глазомъ, въ послѣдствіи нагнаиваются, образуютъ *рубцы*, ведутъ къ изуродованію глаза и могутъ вызвать въ послѣдствіи и слѣпоту. Какъ видно изъ этого краткаго очерка, съ трахомой шутить не приходится, и при появленіи малѣйшихъ подозрѣній, слѣдуетъ тотчасъ же начать ее систематически лечить. Въ мыслѣ *предохраненія*, важно изолированіе заболѣвшихъ. Ни въ коемъ случаѣ не слѣдуетъ допускать, чтобы здоровые пользовались тѣмъ же личнымъ бѣльемъ, что и больные. Въ противномъ случаѣ болѣзнь передается почти навѣрняка. Въ томъ случаѣ, когда намъ приходится жить въ болѣе или менѣе близкомъ соедѣствіи съ трахоматознымъ больнымъ, слѣдуетъ почаще мыть руки слабымъ антисептическимъ растворомъ.

**Трещины кожи.** Трещины эти появляются вслѣдствіе значительной сухости кожи въ томъ случаѣ, когда частымъ обращеніемъ съ нѣкоторыми веществами (содовой водой, напр.) мы отнимаемъ у кожи много жира. Появляются онѣ также при рѣзкомъ воздѣйствіи сильнаго жара или холода. Сильная ихъ болѣзненность объясняется тѣмъ, что верхняго защищающаго покрова кожи (кожицы) въ такомъ случаѣ не существуетъ. Вслѣдствіе этого обнажается нижняя (истинная) кожа, въ которой распредѣляются сосуды и нервы, а именно эти-то органы и отличаются особенной чувствительностью. Прежде всего необходимо позаботиться объ устраненіи указанныхъ вредныхъ условій. Затѣмъ слѣдуетъ смазывать потрескавшіяся мѣста какимъ-либо чистымъ жиромъ: гольдъ-кремомъ, ланолиномъ, вазелиномъ и пр. (См. также въ I части сочиненія главу „Уходъ за красотой“, стр. 272 и слѣд.).

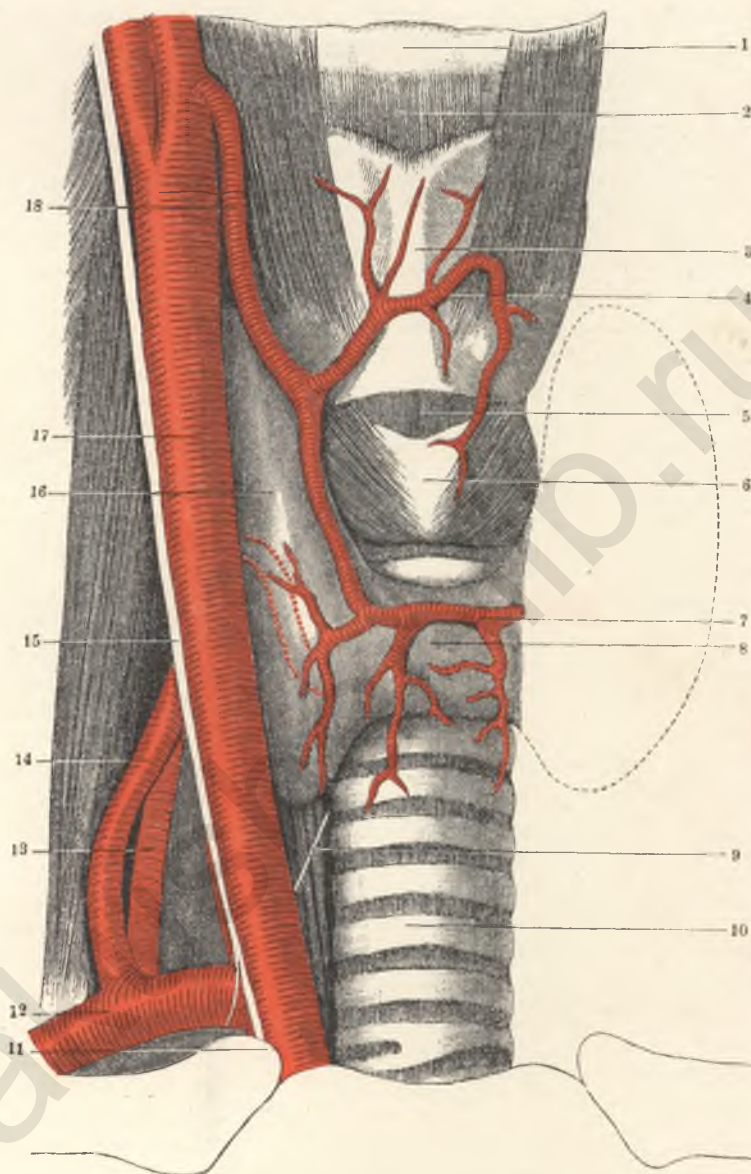
**Трипперъ,**—см. „Перелой“.

**Трихины**,—см. вторую главу I части „О питаніи“. (стр. 90; тамъ же и рис.).

**Трупный ядъ.** Читательницамъ нашимъ уже извѣстно, что и въ живомъ человѣкѣ имѣются ядовитыя вещества, тѣмъ менѣе должно насъ удивлять, что подобныя вещества развиваются въ разлагающемся трупѣ. Зараженіе трупнымъ ядомъ можетъ легко стать смертельнымъ, если не были приняты вовремя надлежащія мѣры предосторожности. Къ таковымъ можно причислить обильное промываніе водой, высасываніе яда ртомъ—въ томъ случаѣ, конечно, если мы можемъ быть увѣрены въ томъ, что во рту у насъ не имѣется никакихъ ранокъ или ссадинъ. Послѣ того хорошо прижечь ранку какой-нибудь сильной кислотой или какимъ-либо антисептическимъ растворомъ. Не слѣдуетъ упускать изъ виду, что въ нѣкоторыхъ случаяхъ трупный ядъ переносится и стервоядной (золотистой) мухой.

**Трупосожженіе** было, какъ извѣстно, въ чрезвычайно большомъ употребленіи въ древности. Затѣмъ оно было совершенно заброшено, и только въ самое недавнее время къ нему возвратились вновь. Главнымъ преимуществомъ сожженія труповъ надъ погребеніемъ ихъ слѣдуетъ считать то, что будучи сожженымъ, трупъ перестаетъ служить источникомъ зараженія, и что не требуется отводить много мѣста подъ кладбища, что въ большихъ городахъ сопряжено съ большими затрудненіями и расходами. У насъ въ Россіи трупосожженія еще не существуетъ. Что же касается до западной Европы и Америки, то тамъ оно получило въ нѣкоторыхъ мѣстностяхъ довольно широкое распространеніе. Всего больше успѣха имѣла пропаганда трупосожженія въ Италіи и южной Германіи. Во многихъ городахъ построены въ настоящее время *крематоріи*—сжигательныя печи, въ которыхъ производится сожженіе труповъ. При посредствѣ такъ-наз. регенеративныхъ газовыхъ печей человѣческой трупъ въ нѣсколько часовъ обращается въ нѣсколько фунтовъ бѣлаго пепла, который затѣмъ и сохраняется въ теченіе неопредѣленно продолжительнаго времени въ урнахъ. Если за трупосожженіемъ нельзя не признавать огромнаго значенія и въ обыкновенное время, то особенное значеніе ему слѣдуетъ придавать въ военное время, когда трупы считаются иногда тысячами, а также во время жестокихъ эпидемій.

**Тучность.—Ожирѣніе.** Тучность представляетъ собой, несомнѣнно болѣзненное состояніе. Характеризуется оно тѣмъ, что въ организмѣ скопляется чрезмѣрное количество жировой ткани, которая, съ физиологической точки зрѣнія, должна считаться тканью совершенно бесполезной и даже отжившей.



Передняя область шеи. (Въ натуральную величину).

- 1.—Подъязычная кость. 2.—Перепонка, соединяющая щитовидный хрящъ съ подъязычной костью. 3.—Щитовидный хрящъ. 4.—Артерія, орошающая гортань. 5.—Перепонка, соединяющая перстневидный хрящъ со щитовиднымъ. 6.—Перстневидный хрящъ. 7.—Артерія, орошающая область щитовидной и перстневидной железъ. 8.—Слизніе оболочки долей щитовидной железы. 9.—Возвратный нервъ. 10.—Дыхательное горло. 11.—Везикулярная артерія (общій стволъ сонной и подключичной артерій). 12.—Подключичная артерія. 13.—Позвоночная артерія—направляется вдоль шейныхъ позвонковъ къ заднимъ долямъ мозга, гдѣ соединяется съ ветвями сонной артерій, орошающей передніи и среднія доли мозга. 14.—Крупная вѣтвь подключичной артерій. 15.—Блуждающій нервъ, дающій вѣтви легкимъ, сердцу и брюшнымъ внутренностямъ. 16.—Щитовидная железа. 17.—Общая сонная артерія, распадающаяся на наружную, орошающую лицо (см. табл. XXI), и внутреннюю, орошающую мозгъ. 18.—Верхняя щитовидная артерія.

Въ каждомъ изъ насъ жиръ имѣется въ видѣ запаса, на случай непредвидѣннаго расхода теплоты. Въ такомъ случаѣ жиръ играетъ роль запаснаго топлива. Въ томъ случаѣ, однако, когда отложеніе жира достигаетъ значительныхъ размѣровъ, оно вызываетъ въ организмѣ множество болѣзненныхъ явленій, изъ числа коихъ мы укажемъ только на главнѣйшія. Даже легкое ожирѣніе вызываетъ довольно тяжелую одышку, которая значительно усиливается по мѣрѣ того, какъ жиръ скопляется въ большомъ количествѣ. Пищевареніе совершается вяло. Послѣ ѣды наступаетъ сонливость. Способность къ труду въ значительной степени понижается.

Въ томъ случаѣ, когда тучность приняла болѣе значительные размѣры, особенно у человѣка пожилого, признаки, которыми она проявляется, гораздо болѣе серьезны. Лицо бываетъ обыкновенно краснымъ; походка тяжела; поднятіе по лѣстницѣ представляетъ значительныя затрудненія. Аппетитъ оставляетъ желать лучшаго; зато почти постоянно испытывается сильная жажда. Пищевареніе—вялое; послѣ ѣды склонность ко сну бываетъ непреодолима. Способность не только къ физическому, но и умственному труду значительно ослаблена. На ряду съ этимъ идутъ и болѣе или менѣе глубокія измѣненія почти во всѣхъ органахъ, изъ которыхъ особенное значеніе имѣетъ *ослабленіе дѣятельности сердца*.

Именно съ этой стороны грозитъ тучнымъ особамъ наибольшая опасность. Онѣ одарены также въ очень слабой степени способностью сопротивляться заболѣваніямъ, а потому подвергаются при сколько-нибудь серьезныхъ болѣзняхъ значительной опасности. Тучность очень часто передается по *наслѣдству*. Въ силу легко понятныхъ причинъ, женщины обнаруживаютъ гораздо болѣе большую склонность къ тучности, нежели мужчины. Въ настоящее время ни для кого не существуетъ ни малѣйшаго сомнѣнія въ томъ, что тучность представляетъ собой болѣзнь, порождаемую замедленіемъ обмѣна веществъ въ организмѣ. Къ тому же ряду болѣзней относятъ въ настоящее время также подагру, почечную и желчно-каменную болѣзнь, астму, сахарное мочеизнуреніе, ревматизмъ и пр.

= **Леченіе** тучности основывается на нѣсколькихъ началахъ, въ числѣ коихъ наиболѣе важное мѣсто должно быть отведено *питанію*. Не имѣя возможности вдаваться здѣсь въ разборъ различныхъ методовъ леченія тучности и тѣхъ соображеній, которыми авторы этихъ методовъ руководятся, мы укажемъ только на тѣ методы леченія этой болѣзни, которые пользуются въ настоящее время наибольшимъ распро-

страненіемъ и наилучше, повидимому, достигаютъ цѣли. Подробно мы остановимся только на одномъ методѣ леченія (по *Эбштейну*); что же касается до другихъ, то мы укажемъ только на ихъ отличительныя черты.

Въ противоположность другимъ, Эбштейнъ не запрещаетъ тучнымъ принимать въ пищу жиръ, такъ какъ онъ находитъ, что жиръ быстро доставляетъ ощущеніе сытости и такимъ образомъ даетъ возможность ограничить потребление пищи. вмѣстѣ съ тѣмъ онъ запрещаетъ употреблять въ пищу углеводы, т. е. мучнистыя, сахаристыя вещества, сладости и картофель. Хлѣба разрѣшается съѣдать въ день не больше 100 граммъ. Преимущество этого способа леченія тучности надъ другими составляетъ то, что больные относительно довольно легко могутъ его переносить, чего никакъ нельзя сказать про другіе способы леченія, которые граничатъ иногда съ пыткой. Пищу разрѣшается принимать только три раза въ день. Разрѣшается принимать за ѣдой 2—3 рюмки легкаго вина. Чай и кофе разрѣшаются; пиво только въ исключительныхъ случаяхъ. Потребленіе въ пищу пряностей и соли должно, по возможности, ограничить.

Приводимъ здѣсь образецъ распisanія пищи при леченіи тучности по этому методу (по Рабову).

1) *Застракъ* зимой въ 7<sup>1</sup>/<sub>2</sub> ч. утра, лѣтомъ—въ 6<sup>1</sup>/<sub>2</sub>. Большая чашка (250 гр.) чернаго чаю безъ молока и сахару. 50 гр. бѣлаго или сушенаго пеклеваннаго хлѣба съ очень обильнымъ количествомъ масла.

2) *Обѣдъ* между 2 и 2<sup>1</sup>/<sub>2</sub> ч. дня. Супъ—часто съ костнымъ жиромъ, который подается въ плотной формѣ. 130—150 гр. мяса въ жареномъ или вареномъ видѣ съ жирнымъ соусомъ. Овощи въ умѣренномъ количествѣ; въ разныхъ видахъ капуста. Запрещаются картофель, морковь и рѣпа. На десертъ, если возможно, немного свѣжихъ фруктовъ. На компотъ—салатъ, печеные фрукты; яблоки вареные въ видѣ муса; вишни паренныя (безъ сахару). Для питья 2—3 рюмки легкаго бѣлаго вина. Черезъ короткое время послѣ обѣда—большая чашка чернаго чаю безъ сахара.

3) *Ужинъ* въ 7<sup>1</sup>/<sub>2</sub> ч. веч. Зимой почти регулярно; лѣтомъ же время отъ времени—большая чашка чернаго чаю безъ сахара и молока. Яйцо или немного жаренаго мяса (или и то и другое); или же немного ветчины съ жиромъ, колбасы, копченой или свѣжей рыбы. Около 30 граммъ бѣлаго хлѣба съ большимъ количествомъ масла. Иногда немного сыра или свѣжихъ фруктовъ.

*Эртель* главный центръ тяжести полагаетъ въ уменьшеніи количества жидкости въ организмѣ. Съ этой цѣлью

не только ограничиваютъ потребленіе жидкостейъ въ пищѣ, но и относительно твердыхъ веществъ устанавливается строгій выборъ. Помимо того, особенностью Эртелевскаго метода леченія является то, что онъ заставляетъ больныхъ совершать движеніе какъ по плоской мѣстности, такъ и по горамъ съ легкимъ и опредѣленнымъ наклономъ. Лечатъ тучность и *лечебными источниками*, преимущественно такими, которые производятъ слегка послабляющее дѣйствіе (содержать углекислыя щелочи и глауберову соль).

Можно на тучность повліять и нѣкоторыми водолечебными приѣмами, но послѣдніе могутъ быть выполняемы только опытными лицами въ специально для того приспособленныхъ заведеніяхъ.

Что касается до леченія тучности по способу Шротта—*сухояденіемъ*, то о немъ еще будетъ у насъ рѣчь нѣсколько

ниже, а потому мы на немъ останавливаться не станемъ. Въ послѣдніе годы сталъ пользоваться успѣхомъ методъ леченія тучности по способу Вейр-Митчелля. Въ виду того, что на этомъ способѣ мы подробнѣ остановились, когда говорили о неврастеніи, мы на немъ здѣсь больше останавливаться не будемъ. Лечатъ въ настоящее время не безъ успѣха



Рис. 353. Положеніе больной при производствѣ гинекологическаго изслѣдованія и массажа. По Тюре-Брандту.

тучность и вытяжками изъ щитовидной железы. Примѣненіе этого метода требуетъ большой постепенности и осторожности.

Тучнымъ лицамъ не слѣдуетъ упускать изъ виду, что уменьшеніе въ вѣсѣ не доказываетъ еще излеченія. Наклонность къ производству черезчуръ большихъ количествъ жира остается въ организмѣ, и исчезнувшій уже, было, жиръ очень быстро появляется вновь, какъ только въ теченіе короткаго хотя бы времени уклонялись отъ соотвѣтствующей діеты и надлежащаго образа жизни. Особенно благоприятствуютъ отложенію жира сидячій образъ жизни, бездѣятельность и продолжительный сонъ (особенно послѣ ѣды).

**Тюре-Брандта — методъ массажа.** Массажъ матки по Тюре-Брандту имѣетъ назначеніемъ исправлять перемѣщенія матки и придавать болѣзненно измѣненной маткѣ ея первоначальное по-

ложение и форму, не прибѣгая въ то же время ни къ операціямъ, ни къ ношенію колець. Сущность этого метода состоитъ въ томъ, что, поддерживая одной рукой матку изнутри, другой



Рис. 354. Массажъ матки.  
S — влагалище. M — прямая кишка. G — матка.  
Выпрямленіе наклоненной вперед матки.

прекращаются иногда даже упорныя до того страдала женщина во время



Рис. 355. Массажъ матки.  
M — прямая кишка. G — матка. S — влагалище. Массажъ вправленной матки при помощи наружной руки.

чтобы усилить кровообращеніе въ маткѣ, то достаточно и одного мѣсяца, между тѣмъ какъ застарѣлыя опухоли и перегибы матки требуютъ очень настойчиваго и продолжительнаго леченія.

рукой снаружи—черезъ брюшные покровы—производятъ по ней круговыя поглаживанія, стараясь придать ей въ то же время правильное положеніе. Сѣуженныя мѣста въ окружности матки стараются выпрямить и растянуть. Такимъ путемъ улучшается кровообращеніе въ маткѣ. Удастся иногда и при перегибахъ матки придать этому органу болѣе правильное положеніе. Вслѣдствіе этого боли уменьшаются, и

кровоотеченія, которыми менструаціи. Во время производства массажа пациентка занимаетъ обыкновенно положеніе, указанное у насъ на рис. 353. Продолжаются манипуляціи отъ 5 до 10 минутъ. Сеансы назначаются болѣе или менѣе часто (3—6 разъ въ недѣлю), въ зависимости отъ состоянія больной. Общая продолжительность леченія также бываетъ различной и колеблется въ большинствѣ случаевъ между однимъ и тремя мѣсяцами. Если дѣло идетъ, напр., только о томъ,

чтобы усилить кровообращеніе въ маткѣ, то достаточно и одного мѣсяца, между тѣмъ какъ застарѣлыя опухоли и перегибы матки требуютъ очень настойчиваго и продолжительнаго леченія.



Не слѣдуетъ упускать изъ виду, что внутренній массажъ матки требуетъ очень глубокихъ и основательныхъ познаній по медицинѣ. Слѣдовательно, даже и рѣчи не можетъ быть о томъ, чтобы доврѣить его лицу, не получившему спеціального образования. Изъ вполнѣ понятнаго чувства стыдливости, далеко не всѣ женщины рѣшаются прибѣгать въ такихъ случаяхъ къ услугамъ врачей-мужчинъ, и такимъ образомъ является лишній случай пожалѣть о томъ, что количество **женщинъ-врачей** (см.) у насъ еще такъ незначительно.



Рис. 356. Массажъ матки.

М—прямая кишка. G—матка. V—сращеніе матки съ прямой кишкой. Вслѣдствіе растяженія сращеніе это становится болѣе рыхлымъ и податливымъ.

Само собой разумѣется, что массажъ матки по Тюре-Брандту далеко не во всѣхъ случаяхъ оказывается одинаково дѣйствительнымъ средствомъ. Иногда же, напр., при сильныхъ боляхъ и общемъ нервномъ состояніи онъ способенъ даже значительно ухудшить состояніе больной. Съ другой стороны, закоренѣлыя страданія и перемѣщенія также далеко не всегда поддаются массажу по Тюре-Брандту.

Указавъ на основныя начала массажа по Тюре-Брандту, мы считаемъ излишнимъ распространяться относительно дальнѣйшихъ его особенностей, которыя способны интересовать только врачей.



Рис. 357. Массажъ матки. Выпрямленіе перегиба матки. М—прямая кишка. G—матка. (По Тюре-Брандту).



## У.

**Угарь** является послѣдствіемъ вдыханія особеннаго газа: *окси углерода*, который образуется во всѣхъ случаяхъ, когда уголь сгораетъ при *недостаточномъ* доступѣ воздуха. Всего больше случаевъ угара наблюдается *зимой*, когда изъ-за боязни охлажденія комнатъ слишкомъ рано закрываютъ печныя трубы. Даже самаго незначительнаго количества окиси углерода достаточно бываетъ, чтобы вызвать смертельное отравленіе, какъ это случилось, напр., недавно съ французскимъ писателемъ Э. Золя. Явленія наблюдаются при угарѣ слѣдующія: чувствуется головокруженіе, біеніе въ вискахъ, шумъ въ ушахъ. Появляется тошнота, за которой слѣдуетъ рвота. Затѣмъ угорающій испытываетъ ощущеніе мучительной тоски и *впадаетъ* въ глубокое безсознательное состояніе, которое очень легко можетъ перейти въ безпробудное, если помощь не будетъ оказана тотчасъ же.

— **Помощь** при отравленіи окисью углерода должна состоять прежде всего въ томъ, чтобы доставить угорѣвшему свѣжій воздухъ. Опрыскиваютъ лицо, голову, грудь и позвоночникъ холодной водой. Прибѣгаютъ къ оживляющимъ средствамъ: особенно же полезнымъ оказывается въ такихъ случаяхъ черный кофе. Въ случаѣ пониженія температуры тѣла прибѣгаютъ къ искусственному его согрѣванію. Не слѣдуетъ слишкомъ медлить и съ примѣненіемъ **искусственнаго дыханія** (см.).

**Ударъ**, см. „Апоплексическій ударъ“.

**Ударъ — солнечный.** Солнечный ударъ наблюдается преимущественно въ тѣхъ случаяхъ, когда непривычнымъ лицамъ приходится производить тяжелыя физическія упражненія или же вообще оставаться въ теченіе болѣе или менѣе продолжительнаго времени подъ палящими лучами солнца. Въ такомъ случаѣ больной испытываетъ головокруженіе: ему становится дурно, и онъ теряетъ сознаніе. Въ другихъ случаяхъ пораженный солнечнымъ ударомъ падаетъ сразу, какъ споль. Всего чаще наблюдаются солнечные удары во время лѣтнихъ походовъ у солдатъ, особенно въ томъ случаѣ, когда маршировать приходится при недостаточномъ притокѣ воздуха.

— **Пособіе** сводится прежде всего къ тому, чтобы положить больного въ тѣнь или же искусственно защитить его хотя бы отчасти отъ лучей солнца. Тотчасъ же слѣдуетъ разстегнуть платье и освободить шею. Глотокъ-другой свѣжей воды. По-

махиваніемъ и пр. доставлять ему какъ можно больше свѣжаго воздуха. Прыскать лицо свѣжей водой. Въ крайнемъ случаѣ примѣнить **искусственное дыханіе** (см.).

**Удушіе** наблюдается въ томъ случаѣ, когда вслѣдствіе той или иной причины (попаданія инородныхъ тѣлъ въ дыхательные пути, сильнаго сдавливанія грудной клѣтки и пр.) прекращается, съ одной стороны, доступъ кислорода въ организмъ, и, съ другой стороны, скопившаяся въ организмѣ углекислота не имѣетъ возможности удалиться изъ организма. Ближайшими *признаками* удушія является синюха лица, расширеніе зрачковъ, совершенно безсознательное состояніе, слабый пульсъ, а иногда также и судороги.

= **Пособіе** сводится къ мѣрамъ, указаннымъ въ предыдущей статьѣ. Помимо того, поколачиваніе всего тѣла, особенно же сердечной области. Обливанія холодной водой вдоль позвоночника. Искусственное дыханіе. Если причиной удушія послужило инородное тѣло, то, само собой разумѣется, слѣдуетъ начать съ удаленія его. Иногда приходится въ такихъ случаяхъ прибѣгать и къ **горлосѣченію** (см.).

**Удушье**, см. „Астма“.

**Укусъ** можетъ быть производимъ различными животными, а также и насѣкомыми. Что касается до укушенія животного, страдающаго или же подозрительнаго въ отношеніи **водобоязни**, то относительно пособія при такого рода укусѣ отсылаемъ читательницъ къ соответствующей главѣ. Даже въ томъ случаѣ, когда мы убѣждены въ томъ, что животное, производившее укусъ, здоровое, слѣдуетъ прибѣгнуть къ обеззараживанію раны легкими антисептическими растворами, такъ какъ уже въ самой слюнкѣ животныхъ содержатся вредныя и даже ядовитыя вещества.

Перейдемъ теперь къ укусамъ **ядовитыми насѣкомыми**, къ каковымъ мы въ нашихъ мѣстахъ можемъ отнести пчелъ, осъ, шмелей. Прежде всего слѣдуетъ постараться осторожно удалить—всего лучше тоненькими щипчиками (см. „Пинцетъ“) застрявшее въ ранѣ жало. Затѣмъ слѣдуетъ дѣйствовать на рану щелочами, всего лучше нашатырнымъ спиртомъ, который разводится въ 10—20 разъ. Кладутъ также примочки изъ свинцовой воды и ледъ. Въ томъ случаѣ, когда послѣдствія укушенія распространились на значительную поверхность, полезно бываетъ примѣнить общую щелочную ванну.

Особенное вниманіе должно нами быть удѣлено **змѣинымъ укусамъ**. Не всѣ змѣи въ нашихъ странахъ ядовиты. Къ **ядовитымъ** мы должны отнести: гадюкъ (обыкновенную, рыжеватую и черноватую), кавказскую кудію и козюльку. Первыми *признаками* отравленія являются сильная

боль въ укушенномъ мѣстѣ, которая скоро распространяется по всему члену, и *опухоль*, которая быстро увеличивается въ размѣрахъ и вмѣстѣ съ тѣмъ принимаетъ синеватый мертвенный отливъ. Позже появляется тошнота, обмороки, рвота и судороги. Сердечная дѣятельность находится въ упадкѣ; дыханіе становится поверхностнымъ; появляется помутнѣніе сознанія. Кожу покрываетъ холодный липкій потъ.

Ядъ заключается у змѣи въ особыхъ железахъ, находящихся въ непосредственной близости къ полости рта. Изливается онъ при посредствѣ особаго канала, выдавленнаго въ двухъ подвижныхъ зубахъ, имѣющихъ форму крючковъ.

**= Посobie при отравленіи змѣинымъ ядомъ.** Въ томъ случаѣ, когда укусъ—свѣжаго происхожденія, тотчасъ же слѣдуетъ перевязать ранку повыше—поближе къ центру тѣла съ цѣлью помѣшать яду распространяться вверхъ. Не слѣдуетъ однако перетягивать членъ слишкомъ туго. Затѣмъ—всеми мѣрами стараться поддержать кровотеченіе, чтобы такимъ путемъ удалить какъ можно больше яду изъ раны. Кровотеченіе можно поддержать различными способами. Углубляютъ рану разрѣзомъ, промываютъ ее въ изобиліи водой. Когда мы увѣрены въ томъ, что во рту у насъ не имѣется никакихъ ранокъ, можно высосать ранку ртомъ, причемъ, понятно, надо тотчасъ же выплюнуть слюну и какъ можно тщательнѣе прополоскать ротъ. Ставятъ также на ранку кровососныя банки, посредствомъ которыхъ извлекаютъ необходимое количество крови. Затѣмъ прополаскиваютъ рану спиртомъ или какой-либо антисептической жидкостью (карболкой, сулемой) или прижигаютъ ее раскаленнымъ до-бѣла желѣзомъ. Въ качествѣ противоядія впрыскиваютъ въ рану и въ окружность ея 2<sup>0</sup>/<sub>0</sub> растворъ марганцево-кислаго калия. Само собой разумѣется, что очень усердно нужно заботиться о поддержаніи силъ отравленнаго.

**Уремія**, см. „Мочекровіе“.

**Уродства.** Въ строеніи человѣческаго тѣла наблюдаются самыя разнообразныя и самыя поразительныя уродства, начиная съ придаточныхъ пальцевъ, заячьей губы, волчьей пасти, различныхъ неправильностей въ строеніи половыхъ органовъ и пр., и кончая перемѣщеніемъ внутренностей, причемъ сердце лежитъ направо, печень налѣво и пр. Въ нѣкоторыхъ случаяхъ причиной уродства является недоразвитіе плода. Во многихъ случаяхъ причина уродства представляется, однако, еще совершенно темной для насъ. Многія уродства являются послѣдствіемъ ненормальныхъ условий, влияющихъ на мать во время беременности. Еще большее количество ихъ находится въ зависимости отъ особенности строенія мужского

или женскаго яйца. Многія уродства передаются очень упорно по наслѣдству. Передаютъ, что одинъ отецъ, у котораго всѣ дѣти были, какъ и онъ самъ, шестипальцы, не хотѣлъ признавать своимъ — ребенка, который родился съ пятью пальцами.

Многія уродства удается въ настоящее время исправить хирургическимъ путемъ; другія—неисправимы; третьи—совершенно несовмѣстимы съ жизнью.

**Успокоеніе боли, см. „Боль“.**

**Утопленіе** насчитываетъ у насъ на Руси огромное количество жертвъ, которое нѣсколько уменьшилось только за послѣдніе годы, когда шире развилась дѣятельность общества спасанія на водахъ, были устроены многочисленныя спасательныя станціи и понятія о подачѣ первой помощи шире проникли въ массу. Тѣмъ не менѣе, и въ настоящее время еще не мало народу гибнетъ отъ утопленія.

„При спасеніи утопленника прежде всего слѣдуетъ позаботиться о томъ, чтобы освободить носъ, ротъ и горло отъ воды, грязи и слизи, которыя туда могли забиться, дабы воздухъ могъ проходить свободно. Очистить ихъ можно пальцемъ, обернутымъ въ холстину или платокъ. Палецъ слѣдуетъ запустить въ горло поглубже, причемъ, если утопленникъ еще живъ, то его при этомъ можетъ начать рвать, и это еще скорѣй послужитъ къ его оживленію. Иногда у утопленника челюсти бываютъ судорожно сжаты. Тогда какой-либо деревянной или желѣзной палочкой, пробкой или просто черенкомъ ножа слѣдуетъ проникнуть позади коренныхъ зубовъ, въ углу губъ. Тутъ имѣется свободный промежутокъ, черезъ который легко проникнуть въ ротъ и открыть его“.

„Въ то время, какъ носъ, ротъ и горло очищаются отъ слизи, стараются удалить изъ легкихъ попавшую туда воду. Для этого не слѣдуетъ поднимать утопленника за ноги, какъ это нѣкоторые дѣлаютъ:



Рис. 358. Опрокидываніе утопленника ничкомъ для удаленія изъ рта воды.

пріемъ этотъ очень опасенъ, такъ какъ легко можетъ вызвать приливъ крови къ мозгу. Поступать же слѣдуетъ слѣ-

дующимъ образомъ. Кладутъ утопленника животомъ книзу и, подставивъ одно колѣно подъ животъ, опрокидываютъ утопленника слегка ничкомъ, головой къ землѣ такъ, чтобы голова была пониже. Лобъ при этомъ поддерживается спасающимъ. Одновременно слѣдуетъ надавливать на спину. Если поступать такимъ образомъ, то вода скоро выходитъ вонъ“ \*).

Что касается до **пособія** утопленнику, то слѣдуетъ прежде всего руководствоваться его общимъ состояніемъ. Въ томъ случаѣ, когда онъ пробылъ въ водѣ достаточное время и успѣлъ не только поблѣднѣть, но и посинѣть, слѣдуетъ одновременно съ прочими мѣрами оживленія прибѣгнуть и къ сильному растиранію кожи щетками, теплыми полотенцами и пр. Само собой разумѣется, что начать во всѣхъ случаяхъ слѣдуетъ съ того, что распустить одежду и освободить шею и грудь. При производствѣ искусственнаго дыханія по какому-либо изъ вышеописанныхъ способовъ (всего проще по способу Лаборда), все время необходимо наблюдать за тѣмъ, чтобы *языкъ не западалъ* въ глотку, такъ какъ при такихъ условіяхъ никакое дыханіе невозможно. Языкъ необходимо придерживать наружу и за этимъ необходимо внимательно слѣдить оживляющему. Если пострадавшій сталъ подавать хотя бы самые слабые признаки жизни, ему вливаютъ въ ротъ глотокъ-другой вина, коньяку или рому; за отсутствіемъ же этихъ веществъ—чаю, кофе или водки.

Что касается до *спасательныхъ средствъ*, то наиболѣе пригоднымъ слѣдуетъ считать спасательный *пробочный поясъ*, который совершенно не даетъ возможности погрузиться въ воду. Такими поясами — по одному на каждого пассажира—снабжены въ настоящее время не только всѣ океанскія суда, но и большинство пароходовъ на нашихъ моряхъ. На рис. 359 у насъ



Рис. 359. Плаванье со спасательнымъ поясомъ.

представлено плаваніе со спасательнымъ поясомъ на спинѣ. Тѣмъ не менѣе, наиболѣе вѣрнымъ средствомъ противъ утопленія слѣдуетъ признавать умѣнье *плавать*, и какъ родители, такъ и воспитатели должны принять всѣ зависящія отъ нихъ мѣры къ тому, чтобы дѣти въ совершенствѣ овладѣли этимъ искусствомъ.

\*) См. мою брош. — «Простѣйшій способъ оживленія мнимоумершихъ».

**Уха — болѣзни.** Намъ нѣтъ возможности дать читательницамъ понятіе *обо всѣхъ* ушныхъ болѣзняхъ; для этого понадобилось бы специальное сочиненіе. Мы поэтому укажемъ только на главнѣйшія. Соответственно дѣленію уха на наружное, среднее и внутреннее, различаютъ и болѣзни этихъ частей.

Что касается до *наружнаго уха*, то въ немъ иногда появляются небольшіе, но чрезвычайно болѣзненные *нарывы*. Наблюдается *нерѣдко*, особенно у пожилыхъ людей, скопленіе *ушной серы*, которую всего лучше удалить теплыми промываніями. Попадаютъ въ ухо *нерѣдко*, особенно у дѣтей, *инородныя тѣла*. Во всѣхъ указанныхъ случаяхъ слѣдуетъ обращаться къ врачу, такъ какъ всевозможныя манипуляціи недостаточно подготовленныхъ лицъ имѣютъ чаще всего только вредныя послѣдствія и не разъ уже давали поводъ къ неизлечимому прободенію барабанной перепонки. Укажемъ только на невинный и вмѣстѣ съ тѣмъ довольно вѣрный способъ удаленія изъ уха *насыкомыхъ*. Ни въ какомъ случаѣ не слѣдуетъ ихъ выковыривать оттуда, но слѣдуетъ положить пострадавшаго больнымъ ухомъ къверху и осторожно вливать въ ухо тепловатое масло. Черезъ самое короткое время *насыкомое* показывается на поверхности уха. *Ушной катартъ* бываетъ наружнымъ и внутреннимъ. Последній происходитъ вслѣдствіе воспалительныхъ процессовъ въ барабанной полости и гораздо серьезнѣе перваго. Онъ можетъ повести къ прободенію барабанной перепонки, а также къ разрушенію слуховыхъ косточекъ. *Течь* изъ уха можетъ оказаться очень упорной и продолжительной.



Рис. 360. Примѣненіе ушнаго шприца.

Прочихъ болѣзней *средняго* или *внутренняго* уха мы совершенно касаться не станемъ, въ виду ихъ чрезвычайной сложности. Скажемъ только, что довольно часто появляются они на почвѣ расстройства кровообращенія и нервной системы. На рис. 360 нами представлено спринцованіе уха.

**Уходъ за больнымъ.** Съ незапамятныхъ временъ уходъ

за больными лежитъ на обязанности женщины. Ея сострадательное сердце, ея мягкость и осторожность, деликатность, выдержка и терпѣніе какъ бы создали ее для этой роли. Всѣхъ этихъ качествъ, несмотря на всю важность и значеніе ихъ, далеко однако, недостаточно для того, чтобы женщина всегда могла находиться въ каждомъ отдѣльномъ случаѣ на высотѣ своихъ обязанностей и своего въ данномъ случаѣ чрезвычайно отвѣтственнаго положенія. Для этого необходимы еще—и на это мы указывали уже въ нашемъ предисловіи—также положительныя опредѣленныя *знанія*, и болѣе или менѣе обширныя *свѣдѣнія* относительно нашего организма въ состояніи здоровья и болѣзни. Только въ такомъ случаѣ можетъ женщина стать—на поприщѣ ухода за больнымъ—разумной и полезной помощницей врача.

Въ настоящей статьѣ мы рассмотримъ обстоятельно условія, которымъ должны удовлетворять комната и постель больного, остановимся на вопросѣ о томъ какъ слѣдуетъ питать больного, и, въ заключеніе, скажемъ нѣсколько словъ объ обязанностяхъ сидѣлки. Само собой разумѣется, что мы будемъ имѣть въ виду не сидѣлку по профессіи, но сидѣлку домашнюю, семейную, въ каковой роли каждой женщинѣ приходится, конечно, бывать многократно.

Начнемъ съ **комнаты больного**. Искусство матери семьи состоитъ въ данномъ случаѣ въ томъ, чтобы обратить какую-либо жилую комнату или спальню въ комнату, которая вполне удовлетворяла бы потребностямъ больного. При этомъ всего больше слѣдуетъ считаться со слѣдующими соображеніями: 1) комната, отведенная больному, не должна служить сборнымъ мѣстомъ членамъ семьи или же быть расположенной слишкомъ близко отъ подобныхъ комнатъ, такъ какъ въ такомъ случаѣ больного слишкомъ будетъ беспокоить шумъ; 2) слѣдуетъ позаботиться о томъ, чтобы больному постоянно въ изобиліи доставлялся *свѣжій воздухъ*. Для этого всего лучше, если это только по климатическимъ условіямъ возможно, постоянно оставлять открытой половину окна или хотя бы форточку. Лѣтомъ окна днемъ и ночью должны быть открыты настежь. Вообще не слѣдуетъ забывать, что свѣжій воздухъ ни въ коемъ случаѣ не можетъ быть излишнимъ для больного. Зимой слѣдуетъ усердно топить комнату для того, чтобы имѣть возможность усиленно ее вентилировать. Температура ни въ коемъ случаѣ не должна превышать 13—15° Р. Еще лучше, если есть возможность отвести больному двѣ комнаты: въ то время, какъ онъ находится въ одной, провѣтривается другая. Излишнія вещи и украшения слѣдуетъ удалить. Тѣмъ не менѣе пред-

меты, видъ которыхъ способенъ по той или иной причинѣ доставить удовольствіе больному, могутъ оставаться или даже быть приносимы изъ другихъ комнатъ. Съ этой же цѣлью можно оставлять и цвѣты (если только они не обладаютъ слишкомъ рѣзкимъ ароматомъ). Что касается до доступа *солнца*, то на этотъ счетъ общихъ указаній давать нельзя: все зависитъ отъ характера болѣзни и отъ личнаго расположенія больного. Въ томъ случаѣ, когда болѣзнь не особенно тяжела и больной не находится въ возбужденномъ состояннн, яркіе лучи солнца могутъ только благотворно дѣйствовать на него. При обратныхъ условіяхъ предпочтительнѣе затемнить комнату больного и доставлять больному мозгу какъ можно меньше острыхъ и возбуждающихъ впечатлѣній. Вообще въ данномъ случаѣ, какъ и во многихъ другихъ, тактъ ухаживающей за больнымъ и личная ея сообразительность приносятъ значительно больше пользы, чѣмъ самыя подробныя указанія.

Теперь разсмотримъ *постель больного*. Необходимо, чтобы кровать стояла совершенно свободно и со всѣхъ сторонъ была доступна. Больной долженъ лежать на матрацѣ изъ конской гривы или изъ морской травы, но ни въ коемъ случаѣ не на пуховикахъ или перинахъ. Покрывать его слѣдуетъ зимой стеганымъ ватнымъ одѣяломъ, лѣтомъ—легкой простыней. Въ случаѣ надобности его можно укрыть легкимъ пуховикомъ. Въ головахъ также должна лежать подушка, набитая конской гривой. Въ томъ случаѣ, когда необходимо, чтобы голова лежала повыше, можно подместить подъ эту подушку, набитую конскимъ волосомъ—еще одну или двѣ небольшихъ обыкновенныхъ подушки. Всего лучше больной переноситъ вязаное шерстяное бѣлье. Ни въ коемъ случаѣ не должно оставлять въ постели больного бѣлья мокраго, грязнаго или же издающаго непріятный запахъ. Не слѣдуетъ забывать, что, если намъ чистота пріятна, то она больному *необходима*, и за соблюденіемъ ея слѣдуетъ слѣдить съ педантическимъ вниманіемъ. Въ томъ случаѣ, когда къ услугамъ больного не имѣется двухъ комнатъ, его во время провѣтْرِиванія слѣдуетъ укрыть поплотнѣе, или же можно самую кровать отгородить на это время ширмами. То же слѣдуетъ дѣлать и въ томъ случаѣ, когда условія не позволяютъ отводить больному отдѣльной комнаты. Въ случаѣ тяжелой или продолжительной болѣзни, слѣдуетъ имѣть *запасную кровать*. На этой кровати больной остается все время, пока постель и все постельное бѣлье провѣтْرِивается на воздухъ и освѣжается. Должно прибавить, что ничто не дѣйствуетъ на больного такъ благотворно, какъ только-что принесенное съ



воздуха и пропитанное еще, т. сказ., солнечной теплотой бѣлье.

Что касается до **пищи** больного, то мы, конечно, не можемъ давать на этотъ счетъ сколько-нибудь опредѣленныхъ указаній: каждая болѣзнь и каждый больной предъявляютъ въ этомъ отношеніи, какъ и во многихъ другихъ, *свои* требованія. Точныя же указанія въ каждомъ частномъ случаѣ долженъ давать врачъ. Мы можемъ ограничиться однимъ: указать въ общихъ чертахъ діету при *лихорадочныхъ* болѣзняхъ, которыя въ жизни наблюдаются чаще всего. Основой питанія является въ такихъ случаяхъ, какъ мы на это указывали неоднократно, *молоко*. Его даютъ сначала небольшими количествами, чтобы удостовѣриться въ томъ, насколько хорошо оно переносится. Затѣмъ прибавляютъ понемногу, и постепенно доходятъ до 1—1½—2 литровъ (7—10 стакановъ). Въ томъ случаѣ, когда оно плохо переносится, прибавляются небольшими количествами коньякъ, кофе или же известковое молоко (столовую ложку на стаканъ). Пить больной долженъ какъ можно больше, объ этомъ мы упоминали уже многократно. Больной можетъ пить жидкій чай, лимонадъ, кофе. Въ большинствѣ случаевъ больнымъ разрѣшается манный супъ, бульонъ, овсянка, яйца, мясной сокъ. Въ нѣкоторыхъ случаяхъ требуется для поддержки силъ давать больнымъ вино. Въ такомъ случаѣ его даютъ почаще, но небольшими количествами. Когда наступаетъ пора перейти больному на болѣе содержательную діету, къ пищѣ его начинаютъ подбавлять сухарей, наскобленнаго мяса, пюре изъ картофеля или рису.

Въ нѣкоторыхъ случаяхъ лицамъ, ухаживающимъ за больнымъ, приходится бороться съ чрезмѣрнымъ аппетитомъ пациента (при брюшномъ тифѣ, напр.); въ другихъ случаяхъ приходится, наоборотъ, изоцряться, какъ бы возбудить у больного аппетитъ.

На рис. 361 и 362 нами изображены приспособленія, дающія больнымъ возможность устраиваться съ нѣкоторымъ комфортомъ для принятія пищи или для чтенія.

Что касается до *непосредственнаго* ухода за больнымъ, то въ этомъ отношеніи трудно, повторяемъ, давать какія-либо общія указанія. Одно можно сказать съ увѣренностью, что въ данномъ случаѣ никогда нельзя погрѣшить *излишкомъ* заботливости и вниманія. Не слѣдуетъ пренебрегать никакими мелочами ни въ физическомъ, ни въ духовномъ отношеніи. При обмываніи больного, перемѣнѣ бѣлья, перестиланіи постели и пр. слѣдуетъ быть какъ можно мягче, осторожнѣе и деликатнѣе. Не слѣдуетъ торопиться, такъ какъ это дѣлаетъ

большихъ еще болѣе нервными. Не лишнее иногда нагрѣть руки, прежде, чѣмъ касаться ими больного. Тщательно слѣдуетъ избѣгать складокъ. Заранѣе слѣдуетъ себѣ твердо уяснить, что именно слѣдуетъ дѣлать и затѣмъ дѣлать свое дѣло увѣренно и спокойно: это имѣетъ очень благотворное вліяніе на больного. Вообще мы считаемъ необходимымъ указать на то, что состояніе окружающихъ имѣетъ огромное вліяніе на больного, которому оно передается очень легко. Никогда не показывайтесь поэтому больному съ озабоченнымъ лицомъ. Избѣгайте шуткаться по поводу его участи и состоянія. Избѣгайте вообще какихъ бы то ни было



Рис. 361.



Рис. 362.

Подвижные столики для больныхъ.

разговоровъ въ комнатѣ тяжелаго больного. Въ этомъ отношеніи, слѣдуетъ сознаться, больницы представляютъ нерѣдко огромныя преимущества надъ домашнимъ леченіемъ. Между тѣмъ, если къ теплому внимательному и глубоко сердечному отношенію, которое больной встрѣчаетъ обыкновенно среди домашнихъ, прибавить и указанныя черты, которыя при нѣкоторой настойчивости не такъ ужъ трудно въ себѣ выработать, то домашній уходъ по своему качеству безконечно превзошелъ бы, конечно, больничныи. А къ этому мы всѣ, само собой разумѣется, должны всѣми силами стремиться.

## Ф.

**Фиброма** — опухоль, развивающаяся на соединительной ткани; можетъ встрѣчаться на самыхъ различныхъ частяхъ

тѣла, но наблюдается, преимущественно, въ маткѣ. Почему фибромы оказываютъ такое предпочтеніе этому органу, понять не трудно. Развѣ же не на долю матки выпадаетъ въ женскомъ организмѣ всего больше труда и лишеній!.. Этой причиною слѣдуетъ вообще объяснить частоту всевозможныхъ опухолей въ этомъ органѣ. Что касается до фибромъ, то признаки, которыми онѣ проявляютъ свое существованіе, не всегда бываютъ одинаковыми. Всего чаще наблюдается въ теченіе болѣе или менѣе продолжительнаго времени вялость кишечника, пролонгированные запоры, нервная работа сердца, одышка, зябкость ногъ, удрученное состояніе. Временами появляются кровотечения, которыя принимаютъ иногда угрожающіе размѣры и которыя могутъ длиться недѣлями.

Фибромы могутъ появиться и въ раннемъ возрастѣ. Чаще всего онѣ появляются, тѣмъ не менѣе, въ болѣе зрѣломъ возрастѣ — въ сороковыхъ годахъ и позже. Въ нѣкоторыхъ случаяхъ фибромы разрастаются до грандіозныхъ размѣровъ и достигаютъ иногда величины головы взрослого человѣка. Въ такомъ случаѣ, а также и въ томъ случаѣ, когда вслѣдствіе частыхъ или обильныхъ кровотеченій появляется опасность для организма, остается только одинъ путь для избавленія отъ опухоли и сопряженныхъ съ ней опасностей. Это — операция.

**Физиологія** — наука объ отправленияхъ (человѣческаго) организма. На ряду съ **анатоміей** (см.) — наукой объ устройствѣ нашего тѣла — физиологія составляетъ основу изученія человѣческаго тѣла. Въ I части сочиненія нами были даны понятія о главнѣйшихъ физиологическихъ процессахъ въ организмѣ. Было бы въ высшей степени желательно, чтобы эти основныя понятія составляли *всеобщее* достояніе, и чтобы каждый изъ насъ имѣлъ сколько-нибудь правильное представленіе хотя бы о главнѣйшихъ процессахъ нашей жизни.

**Фистулой** зовется искусственный проходъ, который гной пробиваетъ себѣ изъ какого-либо естественнаго канала или полости наружу или же въ какой-либо сосѣдній органъ. Такъ, напр., **кишечная фистула** (см.) можетъ открываться наружу; фистула задняго прохода можетъ вскрыться въ матку и пр. Разнаго рода фистулы представлены нами на рис. 226—228 (кишечныя фистулы) и на рис. 288 — маточныя фистулы. Въ большинствѣ случаевъ для излеченія фистулы требуется оперативное пособіе.

**Флюсъ.** Сколькимъ читательницамъ знакомо это незначительное, но все же довольно тяжкое страданіе по личному горькому опыту!.. Вслѣдствіе различныхъ причинъ, а, главнымъ образомъ, вслѣдствіе **костоѣда** (см.), воспаляется корешокъ

зуба и появляется гной. Въ томъ случаѣ, когда гной черезъ короткое время пробивается въ полость рта, дѣло оканчивается сравнительно благополучно. Иное дѣло, если гной скопляется въ глубинѣ. Въ такомъ случаѣ появляется лихорадка и болѣе или менѣе сильныя ознобы; щеку вздуваетъ; глотаніе значительно затрудняется; появляется бессонница, и вообще положеніе пациентки становится довольно тяжелымъ. Такъ продолжается дѣло до тѣхъ поръ, пока гной не найдетъ себѣ исхода въ полость рта или не пробьетъ себѣ дороги сквозь щеку (въ такомъ случаѣ появляется **фистула**), или же пока гной не будетъ удаленъ посредствомъ разреза. Въ такомъ случаѣ всѣ явленія быстро успокаиваются. Вначалѣ слѣдуетъ испробовать горячія полосканія 2<sup>0</sup>/<sub>0</sub>—4<sup>0</sup>/<sub>0</sub> растворомъ борной кислоты, согреваемыхъ компрессы на щеку и пр. Въ томъ случаѣ, когда эти средства не привели къ цѣли и гной не удаленъ наружу, необходимо прибѣгнуть къ удаленію зуба. Въ предупрежденіе повторенія возвратовъ флюса, слѣдуетъ позаботиться о томъ, чтобы привести въ порядокъ **зубы** (см.) и запломбировать отверстія, черезъ которыя микробы столь легко проникаютъ въ глубь. Въ то же время необходимо удвоить вниманіе въ смыслѣ содержанія полости рта въ чистотѣ. Что именно слѣдуетъ съ этой цѣлью дѣлать, см. въ I части. („Уходъ за полостью рта“—стр. 296).

**Фонтанели**, см. „Роднички“.

**Фосфоръ** представляетъ собой очень ядовитое вещество, которое вызываетъ какъ *хроническое*, такъ и острое *отравленіе*. Первое наблюдается, преимущественно, у работающихъ на спичечныхъ фабрикахъ и въ другихъ производствахъ, въ которыхъ приходится имѣть дѣло съ фосфоромъ. Въ такомъ случаѣ отравленіе, производимое фосфорными парами, ведетъ черезъ нѣкоторое время къ очень тяжелымъ послѣдствіямъ, въ заключеніе которыхъ является **омертвѣніе** (см.) нижней челюсти и полное изуродованіе лица.

*Острое отравленіе* фосфоромъ (посредствомъ настоя спичекъ) производится всего чаще съ цѣлью *самоубійства*. Ядовитъ только желтый или кристаллическій фосфоръ. Наиболѣе рѣзкими признаками остраго отравленія фосфоромъ является то, что вырванные массы отдають чеснокомъ и *свѣтятся въ темнотѣ* фосфорическимъ свѣтомъ. Наблюдается острое разстройство желудка и кишекъ. Появляется желтуха. Моча выдѣляется въ очень скудномъ количествѣ. Сначала наблюдается возбужденіе нервной системы; возбужденіе это скоро, впрочемъ, смѣняется угнетеніемъ. Затѣмъ наблюдается охлажденіе всего тѣла и наступаетъ смерть вслѣдствіе **паралича сердца** (см.). Рѣдко смерть наступаетъ въ теченіе первыхъ

двухъ сутокъ; въ большинствѣ случаевъ она наступаетъ на 8—10 день.

Въ отношеніи **пособія** при остромъ отравленіи укажемъ прежде всего на то, чего *не слѣдуетъ* дѣлать при остромъ отравленіи фосфоромъ. Ни подъ какимъ видомъ *не слѣдуетъ давать молока, масла* и вообще какихъ-либо жирныхъ веществъ. Почему это—такъ, понять не трудно: они только способствуютъ растворенію и всасыванію фосфора и увеличиваютъ, слѣдовательно, опасность. Въ качествѣ *противоядія* даютъ неочищенное терпентинное (скипидарное) масло въ капсуляхъ или въ слизистомъ отварѣ по 1—2 грамма повторными приемами. Помимо того, прибѣгаютъ къ промыванію желудка, даютъ **рвотное** (см.) изъ сѣрнаго купороса или изъ рвотнаго корня въ обильномъ количествѣ льняного отвара.

Фосфоръ представляетъ собой также одно изъ цѣнныхъ медицинскихъ средствъ.

**Френологія**—наука о распознаваніи чертъ характера по особенностямъ черепа. Родоначальникомъ этого ученія слѣдуетъ признать швейцарца Галля. Несмотря на то, что френологіи далеко, конечно, нельзя придавать того значенія, какое ей придавалъ авторъ ея, и дальнѣйшія научныя данныя подтвердили, тѣмъ не менѣе, что между внѣшними—тѣлесными—и внутренними духовными особенностями организма существуетъ нѣкоторая связь. Читательницъ, которыя желали бы получить болѣе обстоятельныя свѣдѣнія по этому вопросу, отсылаемъ къ нашей спеціальной статьѣ \*).

**Фурункулъ**, см. „Чирей“.

## Х

„Хаджибеевскій лиманъ“ см. „Одесса“.

**Хлораль-гидратъ** — снотворное средство, къ которому, какъ и ко всѣмъ прочимъ наркотическимъ средствамъ, врачи прибѣгаютъ только въ случаѣ крайней необходимости. При сколько-нибудь продолжительномъ употребленіи хлораль-гидратъ вызываетъ довольно тяжкія явленія со стороны нервной системы и сердца.

**Хлорозъ**, см. „Блѣдная немочь“.

**Хлороформъ** былъ изобрѣтенъ въ 1849 г. нѣсколькими учеными почти одновременно. Хлороформъ представляетъ одно изъ наиболѣе драгоценныхъ средствъ медицинскаго арсенала, такъ какъ даетъ возможность переносить совершенно безбо-

\*) „Ученіе о мозговыхъ локализацияхъ“ — «Нов. жур. иностр. лит.» 1901 г.  
Ред.

лѣзненно самыя страшныя операціи, о которыхъ мы—при отсутствіи наркоза—и мечтавъ бы не смѣли. Опасность при хлороформномъ наркозѣ грозитъ намъ, главнымъ образомъ, со стороны нѣкоторыхъ болѣзней сердца, легкихъ и почекъ. Съ тѣхъ поръ, какъ мы научились изготовлять болѣе чистый хлороформъ и ознакомились глубже съ причинами, всего чаще вызывающими смерть при хлороформѣ, количество жертвъ наркоза все болѣе и болѣе уменьшается и одинъ смертный случай приходится на многія тысячи благополучныхъ. Нѣкоторые ученые предпочитаютъ, однако, эфиръ хлороформу, такъ какъ находятъ его болѣе безопаснымъ. Третьи употребляютъ различныя смѣси. Какъ бы то ни было, усыпленіе во время производства операцій является однимъ изъ наиболѣе драгоценныхъ приобретений медицины XIX столѣтія. См. также „Анестезія“ и „Наркозъ“.

**Холера—азіатская.** Какъ и самое ея названіе указываетъ, холера является азіатской гостьюей. Въ Азіи существуютъ мѣстности, въ которыхъ она никогда не прекращается. Что же касается до условій, благопріятствующихъ занесенію ея въ Европу, то они еще не окончательно изучены. Какъ и при другихъ моровыхъ болѣзняхъ, наибольшая опасность въ смыслѣ появленія какой-либо заносной эпидеміи угрожаетъ именно Россіи. Съ одной стороны, этому благопріятствуетъ наше непосредственное сосѣдство со странами, въ которыхъ имѣются постоянные очаги этихъ болѣзней. Съ другой стороны, заносъ облегчается тѣмъ, что на значительномъ пространствѣ наши границы съ этими странами—сухопутныя, а за сухопутными границами всего труднѣе бываетъ учредить сколько-нибудь дѣйствительный санитарный надзоръ. Вслѣдствіе этого къ намъ всего чаще заносится какъ холера, такъ и чума.

Ближайшая причина азіатской холеры—запятая—была открыта относительно очень недавно берлинскимъ бактериологомъ Кохомъ, по имени котораго и носитъ названіе коховской запятой.

Какъ было съ полной достовѣрностью доказано во время послѣднихъ холерныхъ эпидемій, холера всего легче распространяется водой. Такъ, большія рѣки (у насъ, преимущественно, Волга) значительно способствуютъ распространенію эпидеміи. Ближайшей же причиной распространенія являются *изверженія больныхъ*, въ которыхъ возбудители болѣзни кишатъ массами.

Перейдемъ теперь къ описанію *признаковъ*, которыми проявляется болѣзнь. Прежде всего появляется—всего чаще совершенно неожиданно—ночью — *поносъ*, которому больные

рѣдко •придаютъ большое значеніе, хотя въ дѣйствительности онъ является уже однимъ изъ признаковъ страшной болѣзни. Затѣмъ массы, извергаемыя изъ кишечника, понемногу измѣняютъ свой характеръ и черезъ нѣкоторое время принимаютъ характерный видъ тонко измельченныхъ *рисовыхъ зеренъ*. Одновременно появляется и *рвота*, которая сопровождается очень тяжелыми кишечными *судорогами*. Животъ вдавливается. Появляются также судороги—и притомъ чрезвычайно болѣзненные—въ икрахъ. За очень короткое время больной становится совершенно неузнаваемъ. На лицѣ выступает холодный липкій потъ; глаза вваливаются; носъ и подбородокъ становятся заостренными. Больной лежитъ иногда совершенно безучастно и какъ будто совершенно спокойно ожидаетъ своей ужасной участи. Температура наружныхъ частей тѣла падаетъ иногда очень сильно.

Прежде, чѣмъ говорить о леченіи азиатской холеры, удѣлимъ нѣсколько словъ *предупрежденію* ея. Наибольшее значеніе имѣютъ, конечно, *государственныя* и *общественныя мѣры* предохраненія. Къ государственнымъ мѣрамъ слѣдуетъ отнести: наблюдательные посты на границахъ, карантинныя для судовъ, устройство особенныхъ стоянокъ для судовъ, на которыхъ имѣются подозрительные случаи, изоляція заболѣвшихъ и пр. Въ смыслѣ общественныхъ мѣропріятій огромное значеніе имѣютъ мѣры очищенія и оздоровленія. Санитарная борьба съ холерой и чумой всегда давала наилучшіе результаты. Съ тѣхъ поръ, какъ эта точка зрѣнія была усвоена правительствомъ и населеніемъ, страшныя восточныя эпидеміи въ значительной степени утратили тотъ ужасъ, который онѣ совершенно справедливо внушали нашимъ даже не особенно отдаленнымъ предкамъ. Эпидемія холеры 90-хъ годовъ прошлаго столѣтія, а также эпидемія чумы, которую пережила, напр., Одесса не далѣе прошлаго года, не идутъ, самой собой разумѣется, ни въ какое сравненіе съ тѣми же эпидеміями въ средніе вѣка, когда онѣ нерѣдко совершенно опустошали нѣкоторыя мѣстности.

Что касается до мѣръ *личною предохраненія*, то всего внимательнѣе слѣдуетъ слѣдить за *испражненіями* больныхъ, которыя слѣдуетъ съ особенной тщательностью обеззараживать (см. также „*Обеззараживаніе*“), такъ какъ они представляютъ собой самый страшный ядъ. Съ особеннымъ вниманіемъ слѣдуетъ во время эпидеміи слѣдить за исправностью желудка, такъ какъ малѣйшее разстройство желудка подготовляетъ почву для внѣдренія коховской запятой. Въ томъ случаѣ, когда холера уже проявилась, при-

нимають мѣры къ *согрванію большаго*, который ощущаетъ сильное охлажденіе, и заботятся о томъ, чтобы доставлять ему какъ можно больше жидкости, такъ какъ онъ очень много теряетъ ея вслѣдствіе поноса. Часто больные испытываютъ неутолимую жажду. Относительно *непосредственнаго леченія* холеры мы не имѣемъ возможности распространяться здѣсь. Скажемъ только, что наилучшіе результаты были получаемы отъ такъ-наз. высокихъ вливаній, предложенныхъ итальянскимъ профессоромъ Кантани, и отъ *специфическаго* леченія холеры по способу Хавкина и др.

**Холера—дѣтская.** Этимъ именемъ называютъ заразные поносы у дѣтей. Такого рода поносы наблюдаются исключительно *лѣтомъ*, когда жара очень велика. Поносы эти бываютъ только у *рожковыхъ* дѣтей, т. е. у дѣтей, которыхъ вскармливаютъ искусственно. Главнѣйшими *признаками* этого поноса являются сильнѣйшая рвота и не менѣе сильный поносъ (ребенка слабитъ разъ 10—15 въ день). Испражненія при этомъ бываютъ очень жидкими. Въ то же время и температура подымается до значительной высоты до 39°—40°! Въ очень короткое время ребенокъ доходитъ до сильнѣйшаго истощенія. Появляется синюшная окраска кожи и лица. Чувствуется похолоданіе конечностей и, если ребенку не оказывается въ-время разумная помощь, дѣло можетъ окончиться трагически.

Прежде, чѣмъ перейти къ леченію дѣтской холеры, удѣлимъ нѣсколько словъ *предохраненію*. Нѣтъ никакого сомнѣнія въ томъ, что, если дѣтская холера проявляется исключительно лѣтомъ и исключительно у дѣтей, питаемыхъ искусственно, то въ этомъ огромную роль играетъ *броженіе молока* и *нечистота посуды*. На эти стороны дѣтской жизни должно быть обращено особенное вниманіе. По поводу этихъ вопросовъ мы отсылаемъ читателей къ III части настоящаго сочиненія. Совѣтуемъ также внимательно ознакомиться съ многочисленными статьями, разсѣянными въ настоящей II части и также имѣющими очень тѣсное отношеніе къ затро-нутымъ вопросамъ.

Что касается до *леченія*, то прежде всего слѣдуетъ лишить ребенка продукта, который вызвалъ у него болѣзнь. Молока, слѣдовательно, не должно давать маленькому пациенту ни подъ какимъ видомъ. Ему слѣдуетъ давать только питье со льда чайными ложками. Даютъ отварную воду или же лучше отварную воду съ бѣлкомъ, которую приготавливаютъ слѣдующимъ образомъ. Бѣлокъ сырого яйца размѣшиваютъ въ стаканѣ отварной воды, процѣживаютъ, прибавляютъ чайную ложку коньяку съ ложечкой толченаго са-



хара и ставятъ на ледъ. Этого-то питья и даютъ ребенку по чайной ложкѣ каждыя 5—10 минутъ. Слѣдуетъ принимать также мѣры къ согрѣванію ребенка въ томъ случаѣ, когда онъ начинаетъ холодѣть. На животъ кладутъ согрѣвающие компрессы. Заботятся также о поддерживаніи дѣятельности сердца, для чего врачами употребляются анисовыя, лавровишневыя капли и пр. Въ послѣднее время стали примѣнять—и съ довольно большимъ успѣхомъ—клизмы изъ танина, а также вливанія фізіологическаго раствора въ вены.

**Холерина** называется на научномъ языкѣ также *нашей*—домашней холерой (*cholera nostras*) въ отличіе отъ *азиатской*, съ которой она по своимъ симптомамъ имѣетъ огромное сходство. И въ данномъ случаѣ имѣется жестокая рвота, обильный поносъ и судороги. Не можетъ быть, однако, сомнѣнія въ томъ, что возбудителемъ холерины является какой-то иной микробъ, но не коховская запятая, такъ какъ въ общемъ холерина протекаетъ несравненно благопріятнѣе холеры. Большой частью холерина проявляется въ сильную лѣтнюю жару—при рѣзкихъ погрѣшностяхъ въ діетѣ.

Въ смыслѣ **леченія** укажемъ прежде всего на необходимость очистить кишечникъ, а также на необходимость доставить кишечнику полный покой. Больной долженъ поэтому находиться на самой строгой діетѣ. На животъ кладутъ грѣлки или согрѣвающий компрессъ; горячія же бутылки или грѣлки прикладываютъ также и къ икрамъ. Больному даютъ пить глотками холодную отварную воду, къ которой можно подбавляютъ небольшое количество соку.

**Хромота.** Въ томъ случаѣ, когда оба бедра находятся не на одинаковой высотѣ, появляется неправильная походка, именуемая хромотой. Причины хромоты очень многочисленны и разнообразны. Въ общемъ можно сказать, что наиболѣе частыми причинами ея являются различныя заболѣванія **тазобедреннаго** или же **колѣннаго** (см.) сустава и укороченіе костей нижней конечности вслѣдствіе неправильнаго сращенія перелома и пр. Само собой разумѣется, что для молодой дѣвушки хромота является испытаніемъ еще значительно болѣе тяжкимъ чѣмъ для мужчины. И въ данномъ случаѣ, какъ и во многихъ другихъ, въ высшей степени важно захватить страданіе во-время: въ такомъ случаѣ разумными ортопедическими мѣрами часто удается еще многое исправить и даже излечить настолько, что хромота становится почти совершенно незамѣтной (см. также въ III части „**Ортопедическое леченіе искривленій**“).

**Хроническія болѣзни, см. „Болѣзни—хроническія“.**

**Худоба.** Бросающаяся въ глаза худоба ни въ коемъ слу-

чаѣ не можетъ считаться нормальнымъ явленіемъ. Въ такомъ случаѣ имѣется, вѣроятно, какое-нибудь сокрытое отъ насъ гайное страданіе или же упорное разстройство пищеварительнаго аппарата. Какъ въ томъ, такъ и въ другомъ случаѣ организмъ лишенъ возможности прикопить то количество жира, которое необходимо для сообщенія нашимъ внѣшнимъ формамъ привычной округленности. Съ выясненія этой причины и слѣдуетъ начать **леченіе**. Во всякомъ случаѣ слѣдуетъ удалить изъ жизни всѣ физическія и духовныя условія, которыя лишаютъ насъ возможности надлежащимъ образомъ пользоваться поглощаемой нами пищей.

## Ц.

**Цвѣтолеченіе.** Наблюденіе, что нѣкоторые цвѣта имѣютъ особенное вліяніе на тѣ или иные болѣзненные процессы, принадлежитъ къ довольно древнимъ. Тѣмъ не менѣе, должно сознаться, что мы и по сию пору еще далеко не использовали тѣхъ выгодъ, которыя могутъ представить разнаго рода лучи при леченіи болѣзней. Передадимъ въ краткихъ чертахъ то, что намъ на этотъ счетъ теперь извѣстно. *Красные и желтые лучи* дѣйствуютъ возбуждающимъ и оживляющимъ образомъ и должны примѣняться поэтому въ тѣхъ случаяхъ, когда необходимо оживить обмѣнъ веществъ, при параличахъ, истощеніи и пр. *Зеленый и голубой* цвѣтъ дѣйствуетъ, наоборотъ, успокоительнымъ образомъ и долженъ поэтому быть примѣняемъ при состояніяхъ возбужденія, напр., при высокой лихорадкѣ, въ камерахъ буйныхъ больныхъ и пр.

Теперь является вопросъ, какимъ образомъ можемъ мы воздѣйствовать на больныхъ тѣми или иными лучами? Вспомнимъ прежде всего о томъ, что солнце обладаетъ *всѣми* лучами спектра. Если мы поэтому вставимъ въ окна стекла того или иного цвѣта или завѣсимъ ихъ матеріей соответствующаго цвѣта, то мы такимъ путемъ можемъ очень легко получить тѣ или иные лучи. Того же самаго можемъ мы въ нѣкоторой степени достигъ и искусственнымъ освѣщеніемъ, пользуясь для этого соответствующаго цвѣта абажурами.

**Центральная нервная система** состоитъ изъ головного и спинного мозга. Что же касается до нервовъ которые берутъ начало въ мозгу, то они относятся къ *периферической* нервной системѣ. Центральная нервная система заключаетъ въ себѣ органы воспріятія, мышленія и воли, т. е. наиболѣе важныя органы каждаго высшаго существа. Отсылаемъ также чита-

тельницъ къ главѣ „Наши нервы“ (стр. 18), въ I части сочиненія.

Цианозъ, см. „Синюха“.

## Ч.

**Чай китайскій.** Объ этомъ продуктѣ у насъ была рѣчь въ I части сочиненія (стр. 159).

**Черви.** О главнѣйшихъ червяхъ, находящихъ себѣ приютъ въ человѣческомъ организмѣ, у насъ была рѣчь въ статьяхъ „Глисты“, „Круглая глиста“ и „Солитеръ“, къ которымъ мы и отсылаемъ читательницъ. Тамъ же нами были приложены и соответствующіе рисунки.

**Чесотка.** Болѣзнь эта вызывается особеннымъ грибокъ, который проникаетъ въ кожу, размножается тамъ, кладетъ яйца и роетъ особенные ходы, которыми иногда бываютъ покрыты довольно обширныя поверхности на кожѣ. Чесотка представляетъ собой болѣзнь въ высшей степени заразительную и особенно легко передается отъ одного ребенка къ другому. Чесотка производитъ въ высшей степени тягостный зудъ. Поэтому-то кожа чесоточныхъ больныхъ бываетъ такой красной.

— **Лечение.** Лечение чесотки должно быть очень энергичнымъ и настойчивымъ. Въ противномъ случаѣ болѣзнь будетъ распространяться все больше и больше. Существуетъ много способовъ леченія чесотки, изъ которыхъ выбираютъ тотъ или другой, въ зависимости отъ условій жизни пациента, его чувствительности и пр. Всего лучше дѣйствуютъ на чесотку сулема, сѣра и керосинъ. Лечение во всѣхъ случаяхъ начинается одинаковымъ образомъ. Начинаютъ съ того, что минутъ 20 растираютъ себѣ все тѣло, особенно же мѣста, гдѣ чесотка свила себѣ прочное гнѣздо, чернымъ мыломъ и теплой водой. Затѣмъ принимаютъ очистительную теплую ванну, продолжительностью около  $\frac{1}{2}$  часа, причеиъ и въ ваннѣ продолжаютъ себя растирать и мыть. Въ томъ случаѣ, когда кожа еще не очень раздражена и у пациента хватаетъ терпѣнія выносить нѣкоторую боль, растираютъ себѣ тѣло грубымъ полотномъ, съ цѣлью разорвать и вскрыть ходы, прорытые въ кожѣ паразитомъ. Затѣмъ натираютъ себѣ все тѣло *спрной мазью*, которую слѣдуетъ сохранить на тѣлѣ, если возможно, цѣлыя сутки. Послѣ этого можно быть увѣреннымъ въ томъ, что всѣ паразиты погибли, и остается только принять мѣры для успокоенія кожи, съ каковой цѣлью принимаютъ крахмальные ванны, натираютъ

себѣ тѣло кольдъ-кремомъ, чистымъ миндальнымъ масломъ и пр.

Вмѣсто сѣры можно примѣнить, какъ сказано, *керосинъ*. Съ этой цѣлью натираютъ себѣ имъ на ночь все тѣло и утромъ смываютъ его мыломъ. Затѣмъ ту же процедуру повторяютъ раза два—три. Для того, чтобы лечение чесотки дѣйствительно привело къ цѣли, указанныхъ мѣръ недостаточно и, если не будутъ соблюдены мѣры, къ перечисленію которыхъ мы переходимъ, то нельзя ни минуты сомнѣваться въ томъ, что чесотка возвратится съ прежней силой. Необходимо, чтобы *всѣ* зараженные чесоткой члены семьи подверглись леченію *единовременно*; въ противномъ случаѣ они вновь передадутъ болѣзнь другъ другу. Въ то же время необходимо принять мѣры къ обеззараживанію одежды и бѣлья, въ которыхъ паразитъ гнѣздится очень прочно. Тамъ, гдѣ имѣются паровыя дезинфекціонныя камеры, всего вѣрнѣе произвести обеззараживаніе паромъ. Въ тѣхъ мѣстахъ, гдѣ таковыхъ камеръ не имѣется, платяе обеззараживаютъ химическимъ путемъ, бѣлье же кипятятъ въ водѣ, къ которой прибавляютъ соды. Перчатки во всякомъ случаѣ должны быть уничтожены.

**Чешуйчатый лишай**, см. „Лишай—чешуйчатый“.

**Чирей.—Фурункулъ.** Причины появленія чиревъ могутъ бытъ какъ мѣстными, такъ и общими. Къ *мѣстнымъ* слѣдуетъ отнести загрязненіе, вслѣдствіе котораго въ данное мѣсто попадаютъ разнаго рода микробы. Къ *общимъ* можно отнести **сахарную болѣзнь** (см.), **альбуминурію** (см.), общее истощеніе и пр.

Для того, чтобы *предупредить* появленіе новыхъ чиревъ, которые иногда своимъ изобиліемъ совершенно истощаютъ больныхъ, слѣдуетъ принимать нѣкоторыя мѣры предосторожности. Не кушать никакихъ острыхъ и возбуждающихъ веществъ (сыра, рыбы, устрицъ, дичи и пр.); не пить никакихъ возбуждающихъ напитковъ. Вести правильный образъ жизни и пуще всего избѣгать переутомленія. Особенно тщательно слѣдить за правильнымъ опорожненіемъ кишечника. Что касается до *мѣстнаго леченія*, то для успокоенія можно рекомендовать тепловатые борные компрессы. Иногда приходится примѣнить пульверизацію различными растворами. Прибѣгаютъ нерѣдко съ успѣхомъ и къ льнянымъ припаркамъ. Въ нѣкоторыхъ случаяхъ чирья принимаютъ такіе размѣры какъ въ ширину, такъ и въ глубину, что необходимо бываетъ прибѣгнуть и къ хирургическому пособию; въ противномъ случаѣ могутъ образоваться довольно обширныя омертвѣнія.

**Чиханіе** представляет собой **рефлекторное движеніе** (см.), состоящее въ очень сильномъ спазматическомъ выдыханіи. Причиной его служитъ обыкновенно сильное раздраженіе съ поверхности слизистой оболочки носа. Большею частью оно служитъ указаніемъ на начинающійся насморкъ. Въ другихъ случаяхъ оно служитъ къ удаленію мелкихъ инородныхъ тѣлъ, напр., пылевыхъ частицъ, попавшихъ въ полость носа. Въ нѣкоторыхъ случаяхъ, чиханіе является однако послѣдствіемъ раздраженія отдаленныхъ органовъ, напр., матки, яичниковъ. Очень тяжелымъ является чиханіе въ томъ случаѣ, когда оно принимаетъ *судорожный* характеръ. Въ такомъ случаѣ, помимо мѣстнаго успокоительнаго — необходимо и *общее* леченіе.

**Чума—бубонная.** Болѣзнь эта довольно неожиданно приобрѣла у насъ въ Россіи интересъ современности. Главные очаги чумы расположены въ Индіи \*). Къ намъ въ Россію чума заносится какъ сухимъ путемъ (мусульманскими паломниками), такъ и моремъ. Чума, несмотря на то, что она въ настоящее время совершенно утратила вредоносность, которой она отличалась нѣкогда, все же должна считаться наиболѣе страшной изъ извѣстныхъ намъ болѣзней. Въ нѣкоторыхъ мѣстностяхъ Азіи она и въ настоящее время производитъ сильныя опустошенія, которыя, однако, совершенно блѣднѣютъ передъ опустошеніями, которыя она производила въ средніе вѣка. Такъ, *черная чума*, которая свирѣпствовала въ Европѣ въ половинѣ XV в., похитила, по расчетамъ современниковъ около 25 милліоновъ жертвъ и почти совершенно опустошила нашу столицу Москву.

*Скрытый* періодъ рѣдко тянется при чумѣ дольше недѣли; часто бываетъ онъ короче.

*Признаки* чумы не во всѣхъ случаяхъ бываютъ одинаковы. Большею частью болѣзнь начинается со страшныхъ ознобовъ, совершенно особеннаго чувства усталости и разбитости. Въ другихъ случаяхъ больные бываютъ, наоборотъ, сильно возбуждены и находятся какъ бы въ состояніи опьянѣнія. Между вторымъ и четвертымъ днемъ появляется припуханіе лимфатическихъ железъ. Въ то же время появляется и *бубонъ*, который составляетъ настолько характерную особенность болѣзни, что сообщилъ ей свое названіе. Большею частью бубонъ бываетъ въ единственномъ числѣ и помѣщается въ паху. Въ послѣднее время нерѣдко наблюдались формы чумы, которыя протекали подъ видомъ тяжелаго *воспаленія легкихъ* и оканчивались большей частью смертельно.

\*) См. карту, приложенную къ моей ст. «Чума по современнымъ даннымъ». — «Военно-медиц. журн.». 1900. Ред.

Въ мокротѣ находились въ изобиліи чумныя палочки. Поворотъ къ выздоровленію замѣчается уже на 6—8 день. Въ большинствѣ случаевъ конецъ бываетъ, однако, трагическимъ. Иногда наблюдаются почти молніеносные случаи смерти отъ чумы.

Относительно **предупрежденія** и **леченія** чумы намъ приходится сказать немного, такъ какъ съ ними успѣли ознакомиться всѣ читательницы, благодаря вспышкамъ эпидемій чумы въ нашихъ азіатскихъ владѣніяхъ, затѣмъ въ Царевскомъ уѣздѣ и, наконецъ, очень недавно въ Одессѣ \*). Что касается до леченія, то отъ *специфическаго* леченія чумы противочумными сыворотками Хавкина, Ру и др. получаются во многихъ случаяхъ чрезвычайно удовлетворительные результаты. Какъ бы то ни было, то, что нами было сказано по отношенію къ „холерѣ“ (см.), можетъ цѣликомъ быть примѣнено и къ чумѣ. Моровыя болѣзни эти, благодаря, главнымъ образомъ, прогрессу культуры въ населеніи, лучшему нашему знакомству съ причиной этихъ болѣзней и разумнымъ способомъ борьбы съ ними, почти совершенно утратили тотъ ужасный ореолъ, которымъ онѣ окружены въ воображеніи народа съ незапамятныхъ временъ.

## Ш.

**Шалфейный корень** содержитъ довольно значительное количество дубильныхъ веществъ, вслѣдствіе чего дѣйствуетъ стягивающимъ образомъ. Употребленіе его довольно разнообразно: употребляется онъ и противъ пота, и при катарральныхъ выдѣленіяхъ, въ видѣ полосканія, въ видѣ чая и пр.

**Шампанское** — наиболѣе тонкое изъ извѣстныхъ намъ винъ; дѣйствуетъ чрезвычайно пріятнымъ возбуждающимъ образомъ на мозгъ. Рекомендуются небольшими количествами при сильномъ истощеніи, большой слабости, угрожающемъ обморокѣ, тошнотѣ и т. д. Въ замороженномъ видѣ отлично дѣйствуетъ противъ рвоты. При злоупотребленіи—влечетъ за собой, помимо прочихъ послѣдствій алкоголизма, всего чаще и *подагру*. Не слѣдуетъ также упускать изъ виду, что настоящаго шампанскаго производится настолько мало, что его не хватаетъ даже для европейскихъ дворовъ. Что же касается до обычнаго шампанскаго, находящагося въ употребленіи, то оно представляетъ собой только болѣе или менѣе удачную поддѣлку этого благороднаго вина.

\*) См. описаніе и иллюстраціи борьбы съ холерой въ Одессѣ въ послѣднихъ №№ „Нивы“ за 1902 г. Ред.

**Шанкръ.** Различаютъ твердый и мягкій шанкръ. Первый значительно опаснѣе второго, такъ какъ представляетъ собой не что иное, какъ первую стадію *сифилитической* заразы. Главныя отличія твердаго шанкра отъ мягкаго заключаются въ томъ, что—помимо своей плотности, въ которой легко можно убѣдиться ощупываніемъ—онъ никогда не нагнаивается, бываетъ только въ единственномъ числѣ и не можетъ быть вновь привить его владѣльцу.

О леченіи шанкровъ считаемъ излишнимъ распространяться. По поводу твердаго шанкра мы сошлемся на статью „сифились“. Что же касается до **мягкаго** шанкра, то слѣдуетъ соблюдать, главнымъ образомъ, антисептическія предосторожности, такъ такъ онъ очень легко передается какъ съ одного мѣста на другое, такъ и отъ одного лица къ другому. Излишнимъ считаемъ указывать на то, что при появленіи малѣйшаго подозрѣнія на шанкръ, слѣдуетъ неотложно обратиться къ врачу, какъ для установленія природы болѣзни, такъ и для правильнаго ея леченія.

**Шведская гимнастика**, см. „Гимнастика—шведская“.

**Шейныя железы.** Железы эти обнаруживаютъ очень сильную склонность къ припуханію у *золотушныхъ* дѣтей. Подъ челюстями у нихъ нерѣдко появляются шарики, которые представляютъ собой не что иное, какъ опухшія железы. Мы неоднократно имѣли уже случай знакомить нашихъ читателей со взглядами современной науки на **железы** (см.), какъ на барьеръ, который сопротивляется распространенію микробовъ. По этой причинѣ теперь не съ такой легкостью приступаютъ къ вылушенію железъ. Въ послѣднее время была также найдена связь между лимфатическими железами грудной полости и шеи. Въ нѣкоторыхъ случаяхъ опуханіе шейныхъ железъ заставляеть врача внимательно искать, не имѣетъ ли онъ дѣла съ чахоткой. Совѣтуемъ также читательницамъ вновь перечестъ статьи о „**Чахоткѣ**“ и „**Золотухѣ**“.

**Шелушеніе кожи** наблюдается, какъ правило, при нѣкоторыхъ *сыпныхъ* болѣзняхъ, всего больше при скарлатинѣ и кори. У нѣкоторыхъ лицъ шелушеніе кожи наблюдается, однако, и при отсутствіи какой бы то ни было сыпной болѣзни. Въ такомъ случаѣ оно должно быть признано болѣзненнымъ явленіемъ. Шелушеніе состоитъ въ томъ, что отпадаютъ поверхностныя чешуйки нашей кожи, въ которыхъ не происходитъ ни обмѣна веществъ, ни орошенія кровью. Въ каждомъ изъ насъ происходитъ непрерывно шелушеніе кожи, но оно совершается невидимымъ и незамѣтнымъ для насъ образомъ. Въ томъ же случаѣ, когда чешуйки съ головной кожи, напр., падаютъ въ такомъ значительномъ ко-

личествѣ, что покрываютъ (какъ мы это видимъ у нѣкоторыхъ лицъ) довольно густымъ слоемъ воротникъ, съ этимъ явленіемъ непременно надлежитъ бороться, какъ съ ненормальнымъ явленіемъ.

— **Лечение** сводится къ тому, чтобы оживить дѣятельность салъныхъ железъ и сдѣлать кожу болѣе мягкой и влажной. Въ томъ случаѣ, когда мы имѣемъ дѣло съ шелушеніемъ головной кожи, прибѣгають къ частымъ обливаніямъ головы водой въ 34° съ послѣдовательнымъ теплымъ обертываніемъ головы. Затѣмъ прибѣгають ко втиранію маслъ. Чесанья частыми гребнями слѣдуетъ избѣгать, такъ какъ вслѣдствіе раздраженія шелушеніе въ такихъ случаяхъ только усиливается. Ко втиранію жирныхъ помадъ, въ которыя входитъ вазелинъ, ланолинъ и пр., прибѣгають также и при шелушеніи на другихъ частяхъ тѣла. Что касается до шелушенія при сыпныхъ болѣзняхъ, то всего лучше дѣйствуютъ въ такомъ случаѣ теплыя ванны.

**Шипучій порошокъ** слагается обыкновенно изъ двухъ порошковъ: бѣлаго, въ который входитъ виннокаменная кислота, и синяго, состоящаго изъ соды. Соединяясь вмѣстѣ въ водѣ, оба эти порошка выдѣляютъ углекислоту. Этимъ и объясняется приятное дѣйствіе шипучаго порошка при тошнотѣ, склонности ко рвотѣ и его освѣжающее дѣйствіе вообще. Шипучихъ порошковъ слѣдуетъ тщательно избѣгать лицамъ, которыя страдаютъ язвами желудка, склонностью къ кровоточеніямъ изъ желудка, расширеніемъ желудка, аневризмами и пр.

**Шроттовскій методъ леченія** насчитываетъ въ настоящее время довольно мало поклонниковъ, а потому мы считаемъ себя въ правѣ коснуться его только въ нѣсколькихъ словахъ. Главными его основами являются: возможно полное исключеніе изъ пищи жидкостей и обертываніе на ночь въ холодныя простыни. Употреблялся онъ въ тѣхъ случаяхъ, когда желательнo бывало достигъ всасыванія вышотовъ, при хроническомъ ревматизмѣ и пр., особенно же **тучности** (см.) Полное почти *сухояденіе* въ теченіе довольно продолжительнаго времени представляетъ собой подвигъ, на который далеко не всякая больная или больной оказываются способными. Въ настоящее время наука обладаетъ не менѣе дѣйствительными, но вмѣстѣ съ тѣмъ гораздо менѣе жестокими способами достигъ въ указанныхъ случаяхъ желаемой цѣли.



## Э.

**Экзема** представляет собой сыпь, состоящую из маленькихъ пузырьковъ, появляющихся на поверхности кожи или слизистыхъ оболочекъ. Въ другихъ случаяхъ наблюдаются не пузырьки, но красныя пятна на кожѣ, изъ которыхъ также выдѣляется въ незначительномъ количествѣ сывороточная жидкость. Экзема вызываетъ сильный зудъ и отличается своимъ упорствомъ.

Что касается до **леченія**, то оно должно быть одновременно и мѣстнымъ и общимъ. Само собой разумѣется, что слѣдуетъ устранить всѣ условія, вызывающія раздраженіе въ кожѣ, а послѣдовательно и появленіе экземы въ тѣхъ или иныхъ открытыхъ частяхъ тѣла (на лицѣ и рукахъ вслѣдствіе рѣзкаго ощущенія холода или сильной жары; на рукахъ у лицъ, которымъ приходится имѣть дѣло съ раздражающими веществами и пр.). Въ смыслѣ *непосредственнаго воздѣйствія* на экзему укажемъ на смягчительныя средства (ванны съ крахмаломъ, ромашкой и пр.). Присыпаютъ больныя мѣста порошками изъ крахмала, висмута и пр. Примѣняютъ также смягчительныя обтиранія и припарки изъ картофельной муки и др. веществъ. Что же касается до различныхъ помадъ и мазей, то онѣ во многихъ случаяхъ оказываются скорѣе вредными, нежели полезными. Въ отношеніи *общаго* леченія, безъ котораго невозможно бываетъ во многихъ случаяхъ добиться сколько-нибудь утѣшительныхъ результатовъ, особенное значеніе имѣетъ строгій пищевой режимъ, изъ котораго тщательно исключаются всѣ острые и возбуждающія вещества. Необходимо строго слѣдить за правильнымъ опорожненіемъ кишечника. Въ нѣкоторыхъ случаяхъ большую пользу оказываетъ леченіе при помощи мышьяка и сѣры. Бываетъ нерѣдко показано и леченіе минеральными водами.

**Эклампсіей** называютъ продолжительныя припадки судорогъ, каковыя наблюдаются, преимущественно, у беременныхъ женщинъ и у дѣтей. Мы рассмотримъ въ отдѣльности эклампсію беременныхъ и дѣтскую эклампсію.

**Эклампсія беременныхъ** наблюдается, преимущественно у первородящихъ. Въ нѣкоторыхъ случаяхъ иредвѣстникомъ ея является небольшая водянка; въ другихъ случаяхъ она появляется совершенно неожиданно и какъ громомъ сражаетъ несчастную женщину. Чему именно слѣдуетъ приписать появленіе эклампсіи, намъ до сихъ поръ въ точности неиз-

вѣстно. Одни полагаютъ, что причина лежитъ въ разстройствѣ обмѣна веществъ; другіе — что эклампсія зависитъ отъ разстройства нервной системы; третьи, наконецъ, и въ ихъ числѣ проф. В. И. Строгановъ—полагаютъ, что эклампсія вызывается особеннымъ микробомъ и что она представляетъ собой болѣзнь заразную.

Перейдемъ теперь къ описанію *признаковъ эклампсіи*. Начинается она съ головной боли, помутнѣнія зрѣнія и боли подъ ложечкой. Затѣмъ появляются припадки *судорогъ*, промежутки между которыми сокращаются все болѣе и болѣе. Одновременно появляется и очень упорная рвота. Судороги принимаютъ нерѣдко очень тяжелый характеръ и производятъ самое удручающее впечатлѣніе даже на постороннихъ лицъ. Заканчивается дѣло чаще всего полной потерей сознанія, послѣ чего нерѣдко наступаетъ смерть. Въ другихъ случаяхъ наблюдается выздоровленіе. Въ виду того, что намъ неизвѣстна причина эклампсіи, у насъ не можетъ быть и вѣрнаго средства борьбы съ ней. Поведеніе врача не можетъ въ такихъ случаяхъ быть всегда одинаковымъ. Въ однихъ случаяхъ помощью наркотическихъ веществъ, преимущественно, хлораль-гидратомъ и морфіемъ, а также горячими ваннами, большими опоражнивающими клистирами и пр., удается успокоить припадки, и беременность можетъ закончиться благополучно. Въ другихъ случаяхъ—мѣры эти остаются безуспѣшными, и врачу—въ видѣ крайности—остается лишь одинъ исходъ: вызвать *искусственнымъ образомъ роды*. Было въ самомъ дѣлѣ замѣчено, что, какъ только матка освобождается отъ своего содержимаго—еклампсія утихаетъ какъ бы по маговенію волшебнаго жезла.

Въ III части мы еще не разъ будемъ указывать, указывали мы неоднократно и въ настоящей—II части—на то, что во время беременности женщинамъ необходимо съ особеннымъ вниманіемъ слѣдить за появленіемъ малѣйшей склонности къ водянкѣ. Даже въ томъ случаѣ, когда нѣтъ ни малѣйшихъ признаковъ водянки и женщина чувствуетъ себя совершенно здоровой, необходимо время отъ времени производить анализъ мочи, и при появленіи малѣйшихъ слѣдовъ бѣлка—неотложно принять надлежащіе мѣры. Всего больше относится сказанное къ перво-беременнымъ.

**Эклампсія—дѣтская.—Дѣтскія судороги.** Несмотря на то, что и дѣтская эклампсія нами изучена далеко неосновательно, можно, однако, сказать съ увѣренностью, что причиной появленія судорогъ у дѣтей чаще всего бываетъ *англійская болѣзнь* (см.); затѣмъ—малокровіе и общая нервность. Въ большинствѣ случаевъ судороги появляются у дѣтей въ возрастѣ

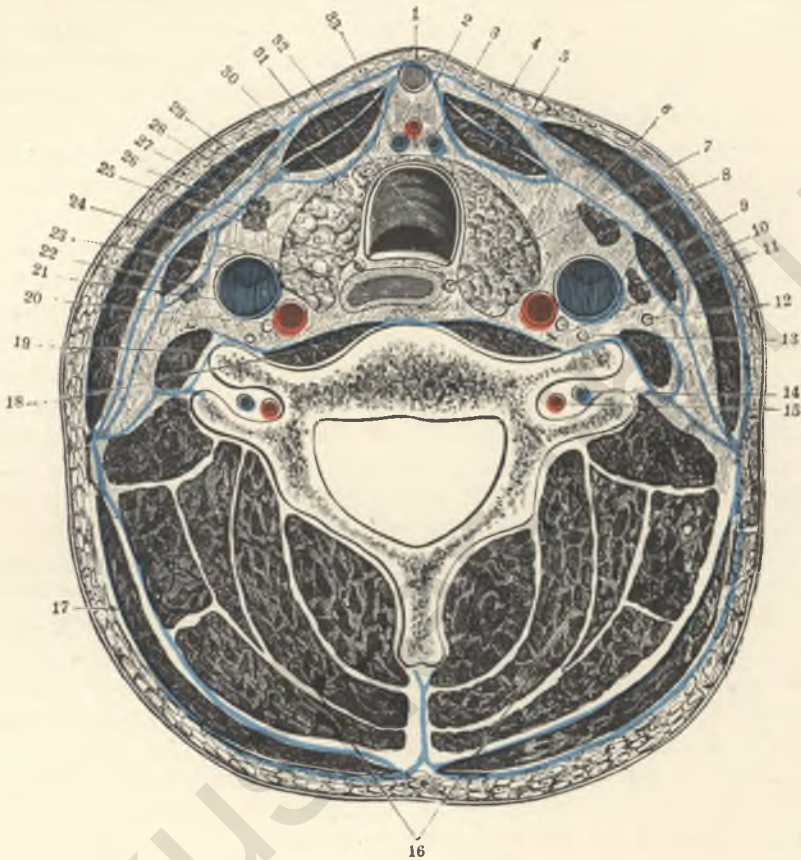
отъ 4-хъ мѣсяцевъ и до года, всего чаще у тѣхъ, которыя страдаютъ *размяченіемъ затылка*. Судороги появляются обыкновенно совершенно неожиданно, въ то время, какъ ребенокъ кажется совершенно здоровымъ. Ребенокъ теряетъ сознание, падаетъ, и у него появляются подергиванія лица и конечностей. Приступъ самыхъ судорогъ продолжается всего нѣсколько минутъ, но прежде чѣмъ ребенокъ вновь придетъ въ сознание, проходитъ обыкновенно не менѣе получаса. Относительно того, какъ часто повторяются припадки эклампси, также не существуетъ общаго закона: у однихъ за всю жизнь бываетъ одинъ-два припадка; у другихъ они повторяются по нѣскольку разъ на день, и притомъ много дней подъ рядъ. По мѣрѣ того, какъ ребенокъ растетъ, теченіе болѣзни обыкновенно улучшается.

Переходимъ къ **леченію**. Скажемъ прежде всего нѣсколько словъ о леченіи самаго *припадка*. Какъ только появились судороги, тотчасъ слѣдуетъ разстегнуть бѣлье и платье и освободить грудь и шею. Одновременно необходимо позаботиться о свѣжемъ воздухѣ. Затѣмъ растираютъ руки и ноги ребенка мокрыми тряпками. На голову кладутъ холодный компрессъ; одновременно слѣдуетъ положить легкій теплый компрессъ на переднюю область шеи. Хорошо дѣйствуютъ также тепловатые клистиры. Въ томъ случаѣ, когда послѣдствіемъ припадка является глубоко подавленное и угнетенное состояніе, производятъ общія обтиранія укусуной водой, за каковыми слѣдуетъ—въ случаѣ надобности—согрѣваніе ребенка теплыми бутылками, грѣлками и пр.

Еще важнѣе леченія припадковъ *предупрежденіе* возможности ихъ возвращенія. Съ этой цѣлью слѣдуетъ обратить надлежащее вниманіе на основную причину, каковой въ подавляющемъ большинствѣ случаевъ оказывается, какъ сказано, англійская болѣзнь. Ребенку необходимо бывать на чистомъ воздухѣ. Если представляется возможность, его слѣдуетъ переселить на жительство въ степную или лѣсистую мѣстность. Slѣдуетъ ему обезпечить хорошую пищу. Въ виду того, что припадки всего чаще наблюдаются у *рожковыхъ* дѣтей, слѣдуетъ взять для ребенка подходящую кормилицу. На ряду съ этимъ идутъ соленыя ванны, рыбій жиръ и пр.

**Экссессы, см. „Излишества“.**

**Электризація** въ самыхъ различныхъ видахъ заняла въ наше время довольно видное мѣсто въ леченіи многихъ болѣзней, преимущественно болѣзней нервной системы. О каждомъ изъ видовъ электричества, примѣняемаго съ лечебными цѣлями, мы скажемъ нѣсколько словъ. *Гальванизація*



Горизонтальный разръзъ шеи на высотъ шестого шейнаго позвонка.

- 1.—Средняя поверхностная (кожная) шейная вена. 2. — Щитовидная артерія. 3 и 33. — Мелкія шейныя вены.
- 4, 5, 9, 16, 17, 18, 19, 27. — Мышцы.
- 6, 11, 28, 29, 31. — Апоневрозы — особенные тонкіе листки плотной соединительной ткани, отдѣляющіе одну область отъ другой. — Обозначены *синими* линиями.
- 7 и 25.—Возвратные нервы.
- 8, 10, 22, 26.—Лимфатическіе узлы.
- 12.—Грудобрюшный нервъ.
- 13.—Большой симпатическій нервъ.
- 14.—Позвоночная вена. 15.—Позвоночная артерія.
- 20.—Влуждающій нервъ.
- 21.—Сонная артерія, несущая кровь къ головѣ и мозгу.
- 23.—Большая (внутренняя) яремная вена.
- 24.—Пищеводъ.
- 30.—Щитовидная железа.
- 32.—Дыхательное горло.

состоить въ примѣненіи постояннаго наведеннаго тока. Если такого рода токъ не особенно силенъ, то онъ дѣйствуетъ успокаивающимъ образомъ. *Фарадизація* состоитъ въ примѣненіи прерывистаго тока. Такого рода токъ дѣйствуетъ возбуждающимъ образомъ и примѣняется, главнымъ образомъ, при параличахъ для оживленія мышцъ и нервовъ. *Статическое электричество*, получаемое, преимущественно, при посредствѣ тренія другъ о друга двухъ тѣлъ, дѣйствуетъ также успокаивающимъ образомъ, и всего больше успѣшныхъ результатовъ даетъ при головныхъ и прочихъ упорныхъ боляхъ нервнаго происхожденія.

Въ недавнее время вошли въ употребленіе *электрическія ванны*, при которыхъ больной включается въ общій токъ. При *электрическомъ массажѣ* комбинируется дѣйствіе массажа съ дѣйствіемъ электричества. Употребляютъ въ настоящее время въ качествѣ лечебнаго фактора и *электрическій сотъ*. Пользуются съ этой цѣлью какъ свѣтомъ дуговыхъ фонарей, такъ и свѣтомъ лампочекъ накаливанія. Не можемъ мы, наконецъ, обойти молчаніемъ и *рентгеновскіе лучи*, которые не только даютъ намъ возможность распознавать нѣкоторыя внутреннія пораженія различныхъ органовъ, но далеко не лишены и цѣлебнаго значенія, особенно при нѣкоторыхъ болѣзняхъ кожи \*). Какъ видятъ читательницы, примѣненія электричества къ медицинѣ чрезвычайно разнообразны и многочисленны.—Прибавимъ тутъ же къ слову, что недавно открытые лучи *радiа* призваны, несомнѣнно, играть очень важную роль въ медицинѣ.

**Эмфизема**, см. „Легочныя болѣзни“.

**Эпидермъ**. Названіе это носитъ верхняя кожа, состоящая исключительно изъ ороговѣлыхъ клѣточекъ, лишенныхъ всякой чувствительности. Благодаря этому только обстоятельству и можемъ мы переносить довольно рѣзкія измѣненія температуры точно такъ же, какъ давленіе, толчки и прочія внѣшнія насилія. Клѣтки эпидермиса отпадаютъ безпрестанно, причемъ мы этого даже и не замѣчаемъ. Въ томъ случаѣ, когда кожа по какой-либо причинѣ (отекахъ, трещинахъ, раненіи и пр.) лишается этого слоя, мы безпрестанно испытываемъ довольно сильную боль, такъ какъ обнаженные нервы кожи подвергаются безпрерывнымъ раздраженіямъ.

**Эпилепсія**, см. „Надучая“.

**Эрготинъ**, см. „Маточныя рожки“.

**Эрекция**. Подъ этимъ словомъ понимаютъ напряженіе полового члена, въ каковомъ состояніи онъ становится значительно

\*) См. мою ст. «Современное значеніе рентгенографіи». — Совр. мед. и гиг., 1896 г. Ред.

больше и тверже обыкновеннаго. Мы уже неоднократно указывали на то, что неспособна правильно выполнять свои обязанности та мать, которая незнакома съ главнѣйшими явленіями половой жизни своихъ дѣтей. Поэтому мы считаемъ необходимымъ дать нашимъ читательницамъ-матерямъ нѣкоторыя понятія и объ этомъ половомъ процессѣ. Нормально онъ начинается проявляться у юноши, при достиженіи имъ половой зрѣлости. Физиологическое назначеніе эрекции состоитъ въ томъ, чтобы дать возможность дѣтородному члену глубоко проникнуть во влагалище и излить тамъ сѣмя, которое черезъ нѣкоторое время переходитъ отсюда въ полость матки. Происходитъ напряженіе полового члена благодаря тому, что къ пещеристымъ тѣламъ полового члена приливаетъ очень много крови, которая вслѣдствіе особаго механизма лишена возможности оттекать съ надлежащей быстротой. Вслѣдствіе этого членъ становится плотнымъ, полнымъ и напряженнымъ.

Въ томъ случаѣ, когда половой членъ теряетъ способность напрягаться, данное лицо страдаетъ импотенціей—**мужскимъ безсиліемъ** (см.). Въ такомъ случаѣ оплодотвореніе не можетъ, очевидно, имѣть мѣста. Въ нѣкоторыхъ случаяхъ наблюдается однако противоположное явленіе: членъ слишкомъ легко и часто напрягается. Достаточно бываетъ самаго незначительнаго—даже чисто психическаго—раздраженія, чтобы вызвать эрекцію. Такое состояніе не только ненормально, но и очень болѣзненно. Наблюдается оно преимущественно на почвѣ рѣзкой нервной возбудимости. Наблюдается эрекция и у нѣкоторыхъ дѣтей, преимущественно у тѣхъ, которые по наслѣдству отъ родителей получили слишкомъ легко возбудимую нервную систему. Во многихъ случаяхъ частая эрекция является признакомъ наслѣдственной или же благопріобрѣтенной **неврастеніи** (см.).

Изъ сказаннаго ясно слѣдуетъ, что только въ исключительныхъ случаяхъ можетъ привести къ цѣли **мѣстное** леченіе (въ видѣ влажныхъ обтираній позвоночника, напр.). Въ большинствѣ случаевъ имѣетъ гораздо болѣе значеніе **общее** леченіе. Соблюдать умеренность въ пищѣ; избѣгать переполненія желудка; избѣгать прямыхъ и острыхъ веществъ. Никакихъ спиртныхъ напитковъ. Какъ можно больше времени проводить на свѣжемъ воздухѣ въ физическомъ трудѣ. **Духовная тиѣна** должна сводиться, главнымъ образомъ, къ тому, чтобы избѣгать умственнаго переутомленія, возбуждающаго и соблазнительнаго чтенія, возбуждающихъ зрѣлищъ и пр. Въ частности мы, по понятнымъ причинамъ, вдаваться не можемъ: въ обсужденіе ихъ можетъ входить только мать

и жена. Отсылаемъ также читательницъ къ главѣ „**Половая жизнь**“ (стр. 301) I части книги, и къ различнымъ статьямъ, трактующимъ тѣ или инныя стороны этого вопроса, во II части.

**Эртелевъ методъ леченія** примѣняется всего чаще при чрезмѣрной тучности. Способъ этотъ состоитъ, съ одной стороны, въ томъ, что у организма стараются *отнять какъ можно больше жидкости*; съ другой стороны, онъ имѣетъ цѣлью *укрѣпить сердечную мышцу*. Первая цѣль достигается не только тѣмъ, что больнымъ рекомендуютъ принимать какъ можно меньше жидкостей, количество и родъ которыхъ строго указывается врачомъ, но и тѣмъ, что въ пищѣ ограничиваютъ количество жировыхъ и крахмалистыхъ веществъ. Количество бѣлковъ остается произвольнымъ. Вторая цѣль достигается тѣмъ, что больныхъ заставляютъ совершать прогулки по ровной мѣстности или, предпочтительнѣе, по склону горы, имѣющему строго опредѣленный подъемъ (Terraincur, „Philosophenwege“). См. также „**Сердечныя болѣзни**“.

**Эссентукская группа кавказскихъ минеральныхъ водъ** (см.). Источники №№ 6 и 18 содержатъ желѣзо съ угольной кислотой; №№ 17 и 19—сѣрно-кислый натръ, известь и магнезю. Эссентукскія воды находятъ себѣ примѣненіе при самыхъ разнородныхъ страданіяхъ дыхательнаго и мочеполоваго аппарата, при разстройствѣ обмѣна веществъ, всего же больше при нѣкоторыхъ разстройствахъ пищеварительнаго аппарата. Изъ эссентукской воды готовятся также лепешки и соль по образцу карлсбадскихъ. Помимо того, воды эти рассылаются также во множествѣ по всей Россіи. Кромѣ внутренняго—эссентукскія воды находятъ себѣ также и наружное примѣненіе въ видѣ ваннъ, а также въ видѣ влагалищныхъ промываній (при **безплодіи** [см.], вслѣдствіе кислой реакціи влагалищныхъ выдѣленій). Всевозможные вспомогательныя методы леченія. *Сезонъ* съ 15 мая по 1 сентября.

**Эфиръ** имѣетъ довольно разнообразныя примѣненія въ медицинѣ. Въ небольшомъ количествѣ онъ дѣйствуетъ возбуждающимъ образомъ. Будучи направленъ струей подъ извѣстнымъ давленіемъ, онъ въ короткое время производитъ пониженіе температуры настолько значительное, что данный участокъ совершенно утрачиваетъ свою чувствительность. Этимъ объясняется примѣненіе его зубными врачами для безболѣзненнаго удаленія зубовъ. Эфиръ служитъ, наконецъ, и для **наркоза** (см.). Многіе хирурги, преимущественно англичане и американцы, даже предпочитаютъ въ этомъ отношеніи эфиръ хлороформу.



## Ю.

**Юноша.** Измѣненія, которыя происходятъ въ физической области и въ духовной сферѣ у отрока, когда онъ понемногу обращается въ юношу, не столь рѣзки, какъ у молодыхъ дѣвушекъ, и тѣмъ не менѣе отрицать существованіе этихъ измѣненій, также какъ и ихъ вліянія на все бытіе юноши, невозможно. Поэтому на обязанности родителей, особенно же матерей, лежитъ самымъ внимательнымъ образомъ слѣдить въ этотъ періодъ жизни за своими сыновьями и въ случаѣ необходимости мягкимъ и деликатнымъ образомъ давать имъ надлежащіе совѣты и указанія. Само собой разумѣется, что совѣты эти только тогда достигнутъ цѣли, когда родители успѣли завоевать себѣ искреннее уваженіе и полное довѣріе со стороны своихъ сыновей, и въ этомъ состоитъ наиболѣе трудная и вмѣстѣ съ тѣмъ наиболѣе важная задача воспитанія.

## Я.

**Яблочное вино,** см. „Сидръ“.

**Ядовитые грибы.** Грибы составляютъ одно изъ наиболѣе распространенныхъ и одно изъ наиболѣе лакомыхъ блюдъ населенія въ нѣкоторыхъ мѣстностяхъ нашей страны. Къ сожалѣнію, нерѣдки также случаи отравленія ими, такъ какъ въ нѣкоторыхъ случаяхъ необходима особенная опытность, чтобы отличить ядовитый грибъ отъ съѣдобнаго, съ которымъ онъ имѣетъ, повидимому, очень много схожаго. Считаемъ, поэтому, необходимымъ указать на тѣ признаки, которыми проявляется отравленіе грибами, и на тѣ пособія, которыя неотложно должны быть оказаны отравившемуся.

== **Признаки отравленія** проявляются обыкновенно не скоро: часовъ черезъ 7—8 послѣ вкушенія грибовъ. Появляется общее разстройство, сильная жажда, чувство сильнаго стѣсненія въ области глотки, тошнота, рвота, боли въ желудкѣ и кишкахъ, очень болѣзненные колики, обильныя и имѣющія рѣзкій запахъ испражненія. Дыханіе стѣснено, силы ослабѣваютъ, лицо измѣняется, вытягивается. Въ нѣкоторыхъ случаяхъ губы и крылья носа становятся синими или даже фіолетовыми. Затѣмъ появляются судороги, ознобы, холодный потъ. Конечности становятся холодными, какъ ледъ. Иногда наблюдаются головокруженія, ощущается нѣчто въ родѣ опьяненія.



Загѣмъ ощущается особенное чувство тоски, которое переходитъ въ безсознательное состояніе.

— **Пособіе при отравленіи.** Освободить отъ яда желудокъ и кишки рвотными, слабительными, промываніемъ. Въ нѣкоторыхъ случаяхъ показаны бываютъ, сообразно преобладающимъ явленіямъ, впрыскиванія фізіологическаго раствора поваренной соли, атропина или стрихнина (которыя могутъ быть произведены только врачемъ). При упадкѣ силъ даютъ крѣпкій кофе, спиртъ, эфиръ. При сильной рвотѣ и возбужденіи—ледъ на голову. *Не* давать уксуса.

Къ *ядовитымъ грибамъ* должны быть причислены: мухоморъ—простой и пятнистый; сморчки и бѣлыя поганки; волнушки, сыроѣжки, чортовы грибы и масленки.

**Яды** бываютъ самаго различнаго происхожденія. Различаютъ *растительные* (опій, морфій, стрихнинъ, кокаинъ, атропинъ, синильная кислота и пр.), *минеральные* (мышьякъ, фосфоръ, сулема и пр.) и *животные* яды. Къ послѣднимъ мы можемъ причислить, помимо мясного, колбаснаго, рыбнаго и пр. ядовъ, и ядовитыя вещества, выдѣляемые бактеріями. Можемъ мы къ нимъ причислить и продукты самоотравленія, которые являются неизбѣжнымъ послѣдствіемъ дѣятельности нашего организма. На предыдущихъ страницахъ мы многократно и подробно останавливались на ядахъ разнаго рода и на пособіи, которое должно быть подаваемо пострадавшему. Къ этимъ различнымъ главамъ, особенно же къ ст. „Отравленія“, мы отсылаемъ читательницъ, болѣе живо интересующихся этими вопросами.

**Язвы голени** нерѣдко появляются у *женщинъ* въ извѣстномъ возрастѣ; появляются онѣ преимущественно у тѣхъ женщинъ, у которыхъ имѣются варикозныя утолщенія и расширенія венъ. Язвы эти, основной причиной которыхъ слѣдуетъ считать плохое кровообращеніе и недостаточный обмѣнъ веществъ, понемногу увеличиваются въ размѣрахъ и въ смыслѣ борьбы съ ними представляютъ большія трудности.

— **Леченіе.** Необходимо по возможности оживить обмѣнъ веществъ и усилить кровообращеніе. Помимо общихъ мѣръ, которыя могли бы насъ вести къ этой цѣли, слѣдуетъ изъ мѣстныхъ средствъ указать на полный покой больной конечности, на мѣстныя ванны въ 37° Ц. и минутъ въ 10 продолжительностью и на бинтованіе ноги,—такимъ, приблизительно образомъ, какъ это у насъ было представлено на рис. 185 (стр. 437). Въ нѣкоторыхъ случаяхъ требуется ношеніе эластическихъ чулокъ. На ночь дѣлаютъ влажныя обертыванія, причемъ тепло укрываютъ конечность.

**Языкъ** можетъ давать намъ довольно цѣнныя указанія

не только при мѣстныхъ, но и при нѣкоторыхъ общихъ заболѣваніяхъ. Въ томъ случаѣ, когда языкъ *чисто обложенъ*, (см. „Обложенный языкъ“), мы заранее можемъ поручиться за то, что у даннаго лица въ данное время очень плохой аппетитъ и что у него пищевареніе не въ порядкѣ. При *скарлатинѣ* языкъ окрашивается въ характерный красный цвѣтъ. При *брюшномъ тифѣ* языкъ также дѣлается краснымъ и остроконечнымъ и напоминаетъ языкъ попугая. Даже самыя маленькія *трещины* на языкѣ отличаются сильной болѣзненностью, такъ какъ языкъ обладаетъ очень многочисленными нервными развѣтвленіями. При посредствѣ языка мы получаемъ возможность оказать въ нѣкоторыхъ случаяхъ воздѣйствіе на общіе процессы въ организмѣ. Такъ, напр., въ томъ случаѣ, когда намъ необходимо бываетъ *вызвать рвоту*, мы прибѣгаемъ къ надавливанію корня языка. И обратно, въ томъ случаѣ, когда намъ желательно *остановить рвоту*, которая стала слишкомъ упорной, мы прибѣгаемъ къ приподнятію подъязычной кости, такимъ образомъ, какъ это изображено у насъ на рис. 334.

**Яичекъ—воспаленіе.** Воспаленіе яичекъ наблюдается при различныхъ заболѣваніяхъ, преимущественно заразнаго свойства; всего чаще — при *перелохѣ* (см.) и свинкѣ. Можетъ оно появиться и вслѣдствіе вѣшняго насилія (удара, паденія и пр.). Для успокоенія больного прикладываютъ къ мошонкѣ *свѣжіе компрессы*, которые мѣняютъ по мѣрѣ того, какъ они согрѣваются. Въ случаѣ сильнаго воспаленія съ рѣзкими общими явленіями (повышеніемъ температуры, сильными болями и пр.) прикладываютъ ледяные компрессы или же пузырь со льдомъ. Съ особеннымъ вниманіемъ слѣдуетъ также слѣдить за опороженіемъ кишечника. Самая легкая, преимущественно жидкая діета.

**Яичниковъ—болѣзни.** О яичникахъ у насъ уже была рѣчь въ послѣдней главѣ I части сочиненія (см. „**Назначеніе половыхъ органовъ**“ стр. 302). Заболѣванія яичниковъ очень разнообразны и тѣсно связаны не только съ половой жизнью и общимъ состояніемъ здоровья данной женщины, но и съ ея душевнымъ состояніемъ. Теченіе *менструацій* (см.) служитъ наилучшимъ и наиболѣе вѣрнымъ показателемъ состоянія яичниковъ. Существуютъ, тѣмъ не менѣе, дѣвушки и женщины, которыя, обладая совершенно здоровыми яичниками, все же не отличаются правильностью менструацій. Большей частью это нервныя или же легко возбудимыя особы, страдающія разстройствомъ кровообращенія. Неправильности менструацій не всегда въ такихъ случаяхъ можно придавать серьезное значеніе: часто онѣ вновь

становятся правильными, когда жизнь становится спокойнѣе или же когда дѣвушка счастливо выходитъ замужъ. Серьезнѣе обстоитъ дѣло въ томъ случаѣ, когда проявляются упорныя, колющія или давящія боли, которые сосредоточиваются въ окружности пушка и сопровождаются измѣнчивостью настроенія, рѣзкой впечатлительностью и раздражительностью. Въ такомъ случаѣ у насъ имѣются основанія подозревать существованіе болѣзни яичниковъ. Болѣзни яичниковъ раздѣляются на острыя и хроническія. О тѣхъ и другихъ мы скажемъ нѣсколько словъ.

— **Острыя** заболѣванія яичниковъ наблюдаются нерѣдко, какъ послѣдствіе остраго заболѣванія матки или же зараженія перелойнымъ ядомъ, причѣмъ зараза передается по соудству—съ матки яичникамъ. Значительно чаще наблюдаются **хроническія** воспаленія яичниковъ, которыя также передаются этимъ органамъ всего чаще съ сосѣднихъ органовъ. Причины заболѣванія яичниковъ, въ общемъ, тѣ же, что и причины заболѣванія полового аппарата вообще (см. поэтому также „**Страданія женской половой сферы**“). Хроническія заболѣванія вкореняются исподволь и совершенно незамѣтно, что не мѣшаетъ имъ, однако, обратиться въ послѣдствіи въ источникъ безконечныхъ страданій для несчастной женщины.

— Среди **опухолей** яичниковъ всего чаще встрѣчаются **кисты**. Киста представляетъ собой пузырь, наполненный жидкостью. По размѣрамъ своимъ киста колеблется между величиной горошины и величиной головы взрослого человѣка. Въ нѣкоторыхъ случаяхъ она съ поразительной быстротой увеличивается въ объемѣ. Она можетъ внезапно лопнуть, и тогда жидкость переполняетъ полость брюшины. Можетъ она также нагноиться и открыть себѣ выходъ въ брюшину, въ какой-либо сосѣдній органъ или наружу. Въ томъ случаѣ, когда общее состояніе женщины—хорошее и особенно, когда можно констатировать отсутствіе плотныхъ сращеній между яичникомъ и сосѣдними органами, наилучшимъ средствомъ для избавленія отъ тѣхъ тягостныхъ явленій, съ которыми связано существованіе кисты, и той опасности, которой она угрожаетъ здоровью и даже жизни больной, является удаленіе ея **хирургическимъ** путемъ. При современной хирургической техники и тѣхъ предосторожностяхъ, съ которыми нынѣ принимаются операціи, количество неблагоприятныхъ исходовъ оказывается очень незначительнымъ, и не превышаетъ въ общемъ 7%.  
70/10.

Что касается до **леченія** болѣзней яичниковъ, то, само собой разумѣется, мы вынуждены ограничиться только самыми общими указаніями. Что же касается частностей, то

онѣ могутъ быть указаны только пользующимъ врачомъ. При остромъ воспаленіи яичника, связанномъ съ повышеніемъ температуры, нерѣдко бывають показаны холодныя обмыванія нижней части живота такъ, какъ это изображено у насъ на рис. 322. Помимо того, примѣняютъ общія обертыванія тѣла, причемъ простыню мѣняютъ ежечасно. Легкая діета и правильное опорожненіе кишечника. Часто бывають показаны влагалищныя впрыскиванія. При хроническомъ воспаленіи яичниковъ бывають показаны сидячія паровыя ванны (см.) и прикладываніе горячихъ бутылокъ или грѣлокъ (см.) къ животу. Примѣняютъ также отвлекающія полуванны съ холоднымъ обливаніемъ вдоль позвоночника. Большую пользу оказываютъ нерѣдко горячія спринцованія влагалища (50° Ц.), а также обильные холодные клистиры. Бывають показаны и спринцованія влагалища антисептическими растворами. Само собой разумѣется, что правильная діета и общій образъ жизни, имѣющій цѣлью укрѣпить организмъ, имѣють огромное значеніе.

При *опухольяхъ* яичника удается въ нѣкоторыхъ случаяхъ достигнуть значительнаго улучшенія соответствующимъ мѣстнымъ и общимъ леченіемъ (влагалищными душами, отвлекающей гимнастикой, діетой, осторожнымъ водолеченіемъ и пр.). Въ большинствѣ случаевъ, однако, особенно въ томъ случаѣ, когда опухоль принимаетъ угрожающіе размѣры или же обнаруживаетъ склонность къ быстрому увеличенію, бываетъ показано немедленное удаленіе опухоли хирургическимъ путемъ.

Въ томъ случаѣ, когда опухоль односторонняя, появилась довольно внезапно и повлекла за собой прекращеніе менструацій, имѣются основанія опасаться *трубной беременности*. Само собой разумѣется, что этотъ вопросъ, имѣющій, въ буквальномъ смыслѣ слова, *жизненное значеніе* для больной, долженъ *неотложно* быть выясненъ компетентнымъ врачомъ.

---

Третья часть.  
Мать и дитя.



Со взрослыми вы уже ничего не подѣляете;  
поэтому умнѣ начинать съ ранняго возраста.

Геме.





## Беременность.

### Зародышевые клѣтки и ихъ сліяніе.

**В**ъ послѣдней главѣ I части настоящаго сочиненія мы указали на тѣ условія, которыя оказываютъ болѣе или менѣе замѣтное вліяніе на развитіе зародышевыхъ клѣтокъ у человѣка и на процессъ оплодотворенія. Въ настоящей части сочиненія мы послѣдовательно рассмотримъ развитіе оплодотвореннаго яйца; измѣненія, которыя оно вызываетъ въ материнскомъ организмѣ; изгнаніе сзрѣвшаго плода; особенности въ строеніи и отправленіяхъ новорожденнаго и, въ заключеніе, уходъ за здоровьемъ матери и младенца.

Въ противоположность другимъ популярно-медицинскимъ сочиненіямъ, мы не считаемъ возможнымъ отдѣлить въ данномъ случаѣ мать отъ ребенка. Оба эти существа тѣсно и неразрывно связаны между собой самой природой: если нездорова мать, у нея не можетъ быть здороваго младенца; если неправильно развиты яичники и матка, женщина не можетъ забеременѣть. Если недостаточно развиты сердце и мышечная система, не можетъ быть здоровыхъ схватокъ, а слѣдовательно, и естественныхъ родовъ. Въ томъ случаѣ, когда плохо совершается питаніе матери и недостаточно развиты грудныя железы, новорожденный не можетъ надлежащимъ образомъ питаться. Даже душевное настроеніе матери глубоко вліяетъ и замѣтно отражается на здоровьѣ и развитіи ребенка. Вотъ почему мы считаемъ единственно правильнымъ совмѣстить въ одной и той же части сочиненія и разсматривать совмѣстно беременность, роды, кормленіе и развитіе ребенка. Нормальное теченіе первыхъ трехъ указанныхъ процессовъ необходимо для сохраненія здоровья и процвѣтанія ребенка: фактъ этотъ—внѣ сомнѣнія. И мы были бы счастливы, если бы намъ удалось убѣдить въ томъ же нашихъ читательницъ.

Женщина существуетъ не только для себя лично, но въ

значительной степени и для своего ребенка. Можно поэтому сказать, что та мать, которая вырастила сильных и здоровых дочерей, всего больше позаботилась о здоровом и счастливом потомствѣ, такъ какъ она обезпечила себѣ появленіе здоровыхъ и счастливыхъ внуковъ.

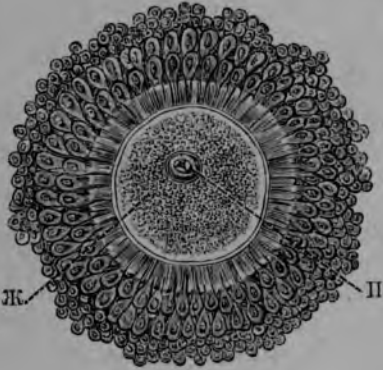


Рис. 363. Женское яйцо въ зрѣломъ состояніи.

Ж—желтокъ; П—зародышевый пузырекъ совмѣстно съ зародышевымъ пятномъ.

На рис. 363 мы вновь воспроизводимъ изображеніе зрѣлаго яйца, въ значительно увеличенномъ видѣ совмѣстно съ окружающими его клѣточными слоями. Если смотрѣть на это яйцо невооруженнымъ глазомъ, то оно представляется намъ въ видѣ маленькой точки, размѣромъ не болѣе  $\frac{1}{5}$  миллиметра. Человѣческое яйцо довольно сильно разнится отъ птичьяго, но очень мало—отъ яйца млекопитающаго. Мы видимъ наслоенными другъ на друга множество клѣтокъ, въ центрѣ которыхъ находится „зародышевый пузырекъ“. Пузырекъ этотъ представляетъ собой наиболѣе важную

часть клѣтки и онъ-то сливается съ сѣмяннымъ зерномъ. Въ I части на рис. 137 мы изобразили уже сѣмянные нити: живчиковъ, на которыхъ явственно видны головка и хвостъ. Сливаясь съ яйцомъ, голова обращается въ зародышевое зерно, между тѣмъ какъ хвостъ исчезаетъ.

Какимъ образомъ сѣмянные нити (живчики) проникаютъ въ яйцевую клѣтку, изображено у насъ на рис. 364. Здѣсь изображенъ этотъ процессъ у морской звѣзды, причемъ одновременно пять нитей проникаетъ въ яйцо. У человѣка этого не наблюдается; во всѣхъ же остальныхъ

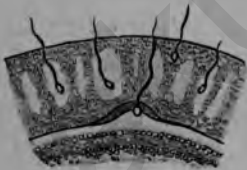


Рис. 364. Яйцевая оболочка морской звѣзды, черезъ которую проникаютъ живчики.



Рис. 365. Часть яйца лягушки, на которой видны какъ яйцевое ядро, такъ и головка живчика за короткое время до полного ихъ сліянія.

отношеніяхъ процессъ этотъ схожъ съ тѣмъ, какой происходитъ у человѣка.

Что касается до процесса *оплодотворенія*, то не лишены интереса слѣдующіе факты: для оплодотворенія необходима только одна сѣмянная нить. Между тѣмъ вычислено, что



Рис. 366—375. Развитие человеческого зародыша до начала третьего мѣсяца.— Увеличено въ три раза.



Рис. 376—378. Развитие человеческого лица, начиная съ третьей недѣли и заканчивая третьимъ мѣсяцемъ. Въ нѣсколько разъ больше натуральной величины.



при каждомъ совокупленіи во влагалище изливается около 800 милліоновъ живчиковъ! Если прибавить къ тому же, что каждый изъ этихъ живчиковъ сохраняетъ полную жизнеспособность и способность къ оплодотворенію въ теченіе 8 дней, приблизительно, то для насъ станетъ яснымъ, какія необычайныя предосторожности приняла природа для обезпеченія продолженія рода. Чѣмъ крупнѣе животное, и тѣмъ меньше яицъ оплодотворяется во время совокупленія. Такъ, въ то время, какъ количество оплодотворяемыхъ яицъ считается у рыбы, напр., милліонами, оно у собаки, кошки, и пр. спускается до нѣсколькихъ единицъ; у болѣе же крупныхъ млекопитающихъ: лошади, коровы, слона, а также и у человека ограничивается только однимъ единственнымъ, такъ что уже и двойни составляютъ относительно рѣдкое явленіе.

Сліяніе яйцевого ядра съ головкой живчика ведетъ къ очень рѣзкимъ и значительнымъ измѣненіямъ въ существѣ яйца, которое черезъ короткое время представляетъ собой скопленіе многочисленныхъ клѣтокъ или, точнѣе говоря, пузырьковъ. Въ такомъ состояніи находится человѣческое яйцо, приблизительно, на 11-й день послѣ оплодотворенія.

Мы не имѣемъ возможности посвятить нашихъ читательницъ во всѣ подробности развитія человѣческаго зародыша. Многія изъ этихъ подробностей намъ къ тому же пока неизвѣстны; другія же—отличаются своей чрезвычайной сложностью. Поэтому мы ограничимся въ этомъ направленіи только важнѣйшими данными. Скажемъ, что человѣческій зародышъ, какъ и всякій другой, состоитъ изъ трехъ зародышевыхъ листковъ: наружнаго, средняго и внутренняго, изъ которыхъ развиваются всѣ органы и ткани животнаго организма. Изъ *наружнаго* листка развиваются кожа, нервы и органы чувствъ; изъ *средняго* — кости, мышцы, соединительная ткань; изъ *внутренняго* — всѣ органы, имѣющіе железистое строеніе, а также пищеварительный аппаратъ.

### Развитіе человѣческаго плода.

Чтобы дать нашимъ читательницамъ болѣе или менѣе правильное представленіе о различныхъ ступеняхъ развитія человѣческаго зародыша, мы привели рис. 366—378. Относительно первой недѣли развитія человѣческаго зародыша у насъ не имѣется еще вполне опредѣленныхъ свѣдѣній. На 12-й день оплодотворенное яйцо представляетъ собой маленький пузырекъ, окруженный волокнами. Величина этого пузырька не превосходитъ  $\frac{1}{2}$  сантиметра. Постепенно форма зародыша обозначается все рѣзче и рѣзче. Особенно харак-

терны искривленіе головы и туловища и приближеніе хвостовидной нижней оконечности къ головѣ. Къ 4-мъ недѣлямъ длина зародыша достигаетъ одного сантиметра. Въ теченіе второго мѣсяца очерчиваются формы тѣла и только къ началу третьяго мѣсяца твердо обозначаются главнѣйшія человѣческія черты. Затѣмъ начинаютъ усиленно развиваться верхнія и нижнія конечности; на четвертомъ мѣсяцѣ обозначается полъ зародыша. На этомъ основное развитіе зародыша заканчивается. Въ послѣдніе же мѣсяцы беременности происходитъ, преимущественно, приращеніе вѣса и размѣровъ тѣла. На нашихъ рисункахъ изображено развитіе человѣческаго зародыша до третьяго мѣсяца, а также развитіе лица, начиная съ третьей недѣли и заканчивая началомъ третьяго мѣсяца. На этихъ рисункахъ бросаются въ глаза короткіе члены, далеко отстоящіе другъ отъ друга глаза, большой ротъ, незаконченный носъ. Всѣ эти черты, будучи взяты въ совокупности, значительно болѣе приближаютъ зародышъ къ животному, чѣмъ къ человѣку. Затѣмъ мало-по-малу и чрезвычайно медленно картина мѣняется. При помощи сращенія, сближенія, уменьшенія или увеличенія различныхъ частей зародышъ постепенно принимаетъ человѣческій обликъ.

Что касается до прикрѣпленія оплодотвореннаго яйца къ слизистой оболочкѣ матки, то процессъ этотъ изображенъ у насъ на рис. 379. Мы видимъ, какъ постепенно слизистая оболочка матки въ данномъ мѣстѣ утолщается и окружаетъ мало-по-малу яйцо со всѣхъ сторонъ. Послѣ того начинается, съ одной стороны, развиваться плодъ; съ другой стороны—развивается въ мѣстѣ прикрѣпленія яйца къ слизистой оболочкѣ матки—плацента—послѣдъ.



Рис. 379. Видѣніе оплодотвореннаго яйца въ слизистую оболочку матки.

G—полость матки; С—утолщеніе слизистой оболочку матки; S — влагалище; В — яйцо.

### Объ опредѣленіи пола потомства.

По этому вопросу мы можемъ сказать только очень немногое, такъ какъ положительныя данныя, которыми обладаетъ въ этомъ направленіи наука, пока еще недостаточно многочисленны, чтобы дать намъ возможность дѣлать какія-либо опредѣленныя заключенія.

Насчетъ опредѣленія пола потомства существуетъ нѣсколько теорій. Руководясь наблюденіями надъ животнымъ міромъ и многолѣтними наблюденіями на людяхъ, профессоръ вѣнскаго университета Шенкъ пришелъ къ заключенію, что питаніе матери въ первые два мѣсяца беременности имѣетъ рѣшающее вліяніе въ смыслѣ опредѣленія пола. Онъ полагалъ, что, если въ теченіе этого періода мать питается преимущественно животной пищей, богатой бѣлками, то родится мальчикъ; если же пища—преимущественно растительная и состоитъ изъ крахмалистыхъ веществъ, то всего вѣроятнѣе родится дѣвочка. Въ этой теоріи и есть, быть-можетъ, элементы истины, но абсолютнаго значенія ей все же при-дать нельзя.

По другой теоріи преобладающее вліяніе на опредѣленіе пола потомства имѣетъ тотъ родитель, который въ физическомъ и духовномъ отношеніи стоитъ выше, превосходитъ другого, причемъ ребенокъ рождается пола *противоположнаго* этому производителю. Такъ, напр., если преобладающимъ производителемъ является мужъ, то въ семьѣ будутъ преобладать дочери; если—мать, то сыновья. Иными словами, полъ зародыша соотвѣтствуетъ полу *слабѣйшаго* производителя.

Къ той же теоріи примыкаетъ отчасти и теорія, по которой огромное вліяніе на предопредѣленіе того или другого пола имѣетъ возрастъ яйца: чѣмъ яйцо моложе, тѣмъ болѣе преобладаетъ его вліяніе. Если поэтому яйцо оплодотворяется въ первые дни послѣ того, какъ оно отдѣлилось отъ яичника, то родится мальчикъ; если же яйцо становится старше, то преобладающее вліяніе получаетъ живчикъ, и родится дѣвочка. Другіе полагаютъ, наконецъ, что полъ предопредѣляется тѣмъ, какой изъ двухъ участниковъ принимаетъ болѣе страстное участіе въ половомъ актѣ, причемъ появляются представители противоположнаго пола.

Мы не должны скрывать отъ себя, что всѣ эти теоріи или, вѣрнѣе, гипотезы, несмотря на весь ихъ интересъ и несмотря на то, что каждая изъ нихъ содержитъ, быть-можетъ, частицу истины, еще очень далеки отъ научнаго подтвержденія. Мы еще, слѣдовательно, очень далеки отъ того момента, когда по желанію родителей будутъ являться представители того или другого пола.

### Плацента. — Послѣдъ.

На рис. 380 изображена нами цуповина, свѣшивающаяся съ плаценты, прикрѣпленной въ верхней части матки. Ру-

ководствуясь размѣрами плаценты, мы можемъ заключить, что совершенно зрѣлый плодъ только-что оставилъ матку. Верхняя часть пуповины, состоящая изъ при- и отводящихъ сосудовъ, находится въ связи съ губчатымъ тѣломъ, которое и представляетъ собой послѣдъ—дѣтское мѣсто. Состоить послѣдъ изъ множе-

ства отдѣльныхъ долекъ. Сосуды этихъ долекъ находятся въ непосредственной связи съ сосудами маточныхъ стѣнокъ. Такимъ образомъ сосуды матери приводятъ кровь въ организмъ плода, который такимъ путемъ питается. Мѣстѣ съ тѣмъ становится понятнымъ, какимъ образомъ нѣкоторыя болѣзни могутъ передаваться отъ матери къ плоду.

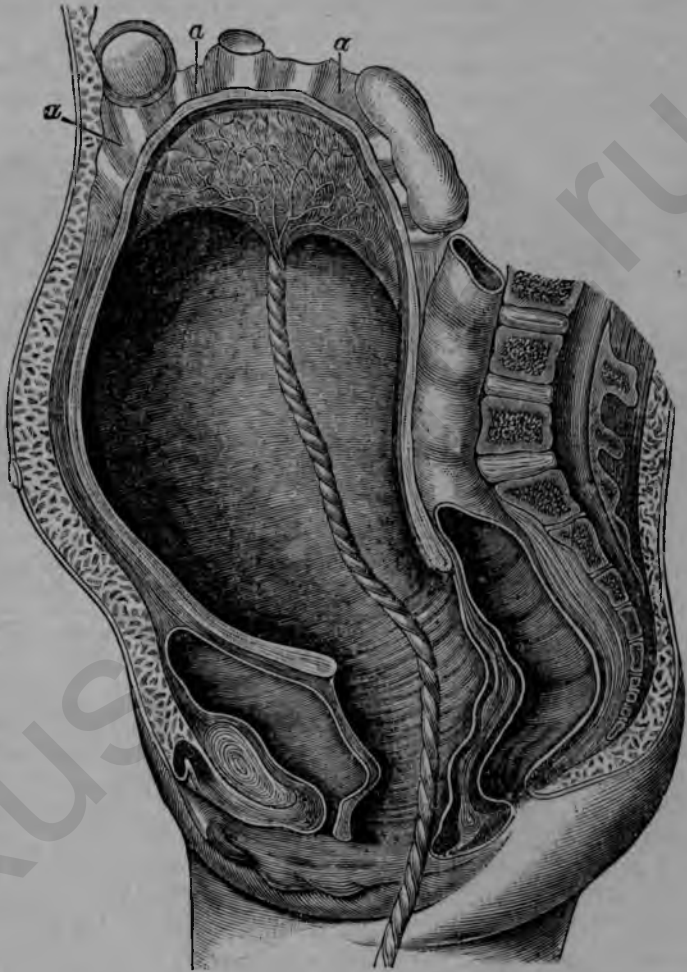
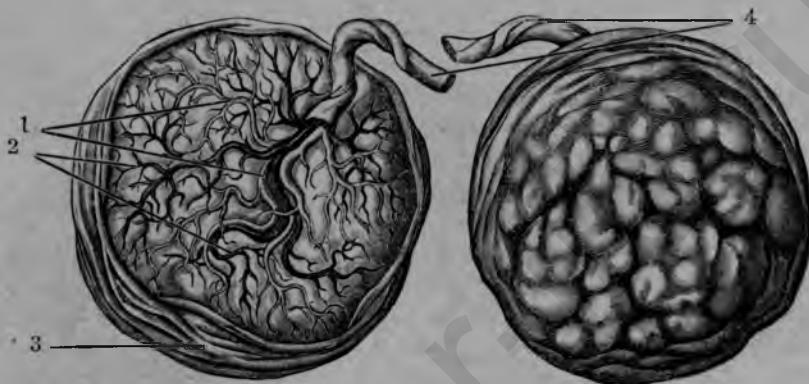


Рис. 380. Матка непосредственно послѣ родовъ. Въ глубинѣ матки видна плацента, съ которой свѣшивается пуповина.

Въ маткѣ младенецъ окруженъ не только околоплодной жидкостью, но также и *оболочками*: водная, ворсистая и отпадающая. Внутренняя (водная) оболочка совершенно гладка, между тѣмъ какъ наружная (отпадающая) имѣетъ, наоборотъ, неровное дольчатое строеніе. Изъ этой—наружной оболочки появились первоначально тѣ клѣтки, которыя были

погружены въ поля пространства — озера, наполненные кровью. Этимъ объясняется, почему при отдѣленіи плаценты во время беременности и при открытіи этихъ озеръ, женщина теряетъ такъ много крови. Этимъ объясняется также, почему родильницѣ грозитъ очень сильная опасность изойти кровью, если послѣ изгнанія плода изъ матки, послѣднія сокращается недостаточно энергично.

Въ зрѣломъ состояніи послѣдъ вѣситъ около 500 граммъ (фунтъ съ четвертью) при длинѣ въ 15 сантиметровъ; длина



Сторона плаценты, обращенная къ младенцу.  
Яйцевыя оболочки оттянуты кверху.

Сторона плаценты, обращенная  
къ маткѣ.

Рис. 381. Послѣдъ въ одну четверть, приблизительно, натуральной величины.  
Сосуды, входящіе въ составъ пуповины: 1 — артерій; 2 — вены; 3 — оттянутыя кверху  
яйцевыя оболочки; 4 — пуповина.

пуповины достигаетъ 50 сантиметровъ. Плацента, напоминающая собой губку, наполненную кровью, прикрѣпляется обыкновенно въ верхней части матки. Въ томъ случаѣ, когда она прикрѣпляется ниже, является значительная опасность какъ для беременной лично, такъ и для плода. Послѣду некуда развиваться; вслѣдствіе этого онъ можетъ начать отслаиваться, что влечетъ за собой кровотеченія — иногда очень опасныя. Съ другой стороны, головка плода, развиваясь и становясь твердой, оказываетъ давленіе на послѣдъ, вслѣдствіе чего въ немъ можетъ прекратиться кровообращеніе, что, въ свою очередь, влечетъ за собой пріостановку сердцебіенія и смерть младенца.

### Срокъ беременности и вычисленіе времени наступленія родовъ.

Съ того момента, какъ оплодотворенное яйцо укрѣпилось въ слизистой оболочкѣ матки и начинаетъ тамъ разви-

ваться, наступает *беременность*: въ теченіе этого періода народившійся организмъ развивается въ материнскомъ. Заканчивается беременность изгнаніемъ организма послѣ того, какъ онъ созрѣетъ, и этотъ процессъ мы называемъ „родами“. У человѣка процессъ созрѣванія яйца продолжается отъ 38 до 40 недѣль; иными словами, около девяти мѣсяцевъ съ недѣлями или же—десять лунныхъ мѣсяцевъ (по 28 дней). Въ виду того, что въ большинствѣ случаевъ женщина лишена возможности опредѣлить, когда именно она забеременѣла, приходится руководиться другими признаками. Самое большое значеніе

представляетъ *прекращеніе менструаций*, по которому и вычисляется срокъ беременности. Такъ какъ женщина обыкновенно не можетъ судить о томъ, наступила ли беременность непосредственно послѣ послѣднихъ регулъ или же, наоборотъ, ко-

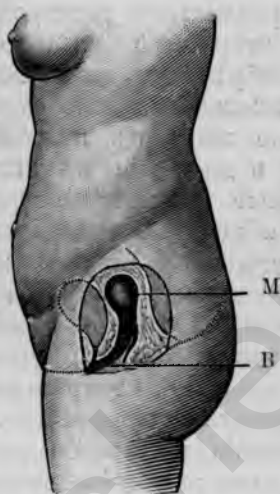


Рис. 382. Туловище небеременной женщины.

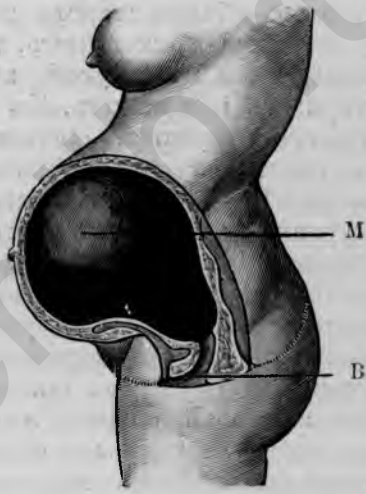


Рис. 383. Туловище женщины къ концу беременности.

М—матка. В—влагалище.

роткое время до того, какъ должны были появиться слѣдующія регулы, то и этотъ счетъ не представляетъ особенной точности, ибо разница можетъ простираться въ нѣкоторыхъ случаяхъ и до трехъ недѣль. Для большей точности приходится поэтому руководиться и другими признаками, изъ которыхъ особенное значеніе имѣетъ появленіе *движеній* плода. Появляются эти движенія обычно какъ разъ въ половинѣ беременности—на пятомъ мѣсяцѣ.

На рисс. 382 и 383 мы приводимъ параллельно профиль женщины въ небеременномъ и въ беременномъ состояніи. Мы видимъ, что у послѣдней матка не только значительно увеличилась въ объемѣ и округлилась, но выступаетъ далеко за предѣлы малаго таза, въ которомъ она заключена нормально. Въмѣстѣ съ тѣмъ она отгнѣсняетъ кишечныя петли кверху и въ стороны; прямую кишку—кзади и мочевой пузырь—кле-

реди. Этимъ въ значительной степени и объясняются значительныя разстройства въ отправленияхъ названныхъ органовъ, которыя обычно наблюдаются въ послѣдній періодъ беременности.

Громадное практическое значеніе имѣетъ во многихъ случаяхъ возможность твердо установить самое существованіе беременности. Для того, чтобы въ каждомъ отдѣльномъ случаѣ опредѣлить, имѣется беременность или нѣтъ, мы обладаемъ признаками вѣроятными и достовѣрными. *Вѣроятныя* признаковъ существуетъ очень много. Важнѣйшими изъ нихъ мы можемъ считать: прекращеніе менструацій, увеличеніе объема живота и различныя разстройства, которыя у нѣкоторыхъ женщинъ, повторяясь правильно отъ одной беременности къ другой, приобрѣтаютъ значеніе почти достовѣрныхъ признаковъ. Къ таковымъ можно отнести: рвоту по утрамъ, тошноту, ощущеніе жара въ половыхъ органахъ, ощущеніе чувства полноты и давленія въ тѣлѣ и пр. Тѣмъ не менѣе, всѣ перечисленные признаки встрѣчаются и при другихъ условіяхъ, ничего общаго не имѣющими съ беременностью. Такъ, регулы могутъ не наступить при душевномъ волненіи, простудѣ, переутомленіи, малокровіи и блѣдной немочи и нѣкоторыхъ другихъ болѣзняхъ. Увеличеніе размѣровъ живота наблюдается также и при другихъ условіяхъ, главнымъ образомъ, при опухоляхъ, которыя влекутъ къ тому же за собой обычно и приостановку регулъ. Что касается до рвоты, тошноты и ощущенія полноты и давленія, то эти признаки имѣютъ еще меньше значенія, такъ какъ наблюдаются при самыхъ разнообразныхъ **страданіяхъ женской половой сферы** (см. II „Энциклопедическую“ часть).

Что касается до *достовѣрныхъ* признаковъ, то таковыми можно считать воспріятіе сердцебіеній плода и ощущеніе его движеній. Сердцебіенія плода становятся слышными и движенія его ощутимыми къ *концу пятаго мѣсяца* беременности.

Таковы—признаки, которыми могутъ руководиться врачи. Что же касается до врачей, то они при непосредственномъ изслѣдованіи наружныхъ и внутреннихъ половыхъ органовъ получаютъ возможность руководиться и нѣкоторыми другими признаками, которые приобрѣтаютъ нерѣдко—особенно при повторномъ изслѣдованіи—характеръ полной достовѣрности. Врачъ имѣетъ возможность констатировать постепенное и равномерное увеличеніе размѣровъ матки и размягченіе ея, что также имѣетъ огромное значеніе въ смыслѣ распознанія беременности. Онъ имѣетъ возможность убѣдиться также въ томъ, что слизистая оболочка влагалища стала припухшей и синеватой. Синеватый же цвѣтъ приняли и губы

маточнаго зѣва. И эти признаки также далеко не лишены значенія.

Перейдемъ теперь къ ознакомленію читательницъ съ тѣмъ, какимъ образомъ вычисляется срокъ *вѣроятнаго наступленія родовъ*. Какъ сказано, беременность тянется въ среднемъ 280 дней или же 10 лунныхъ мѣсяцевъ (по четыре недѣли—28 дней). Практически срокъ беременности вычисляется обыкновенно слѣдующимъ образомъ: отъ перваго дня послѣднихъ регулъ отсчитываютъ три мѣсяца назадъ и прибавляютъ 7 дней. Это то число и можно считать днемъ наступленія родовъ. Приведемъ для поясненія нѣсколько примѣровъ. Предположимъ, что послѣднія регулы начались 15 мая. Отсчитываемъ назадъ три мѣсяца: получаемъ 15 февраля; прибавляемъ 7 дней, получаемъ 22 февраля. Такимъ образомъ, всего вѣроятнѣе, разрѣшеніе отъ бремени наступаетъ 22 февраля слѣдующаго года. Другой примѣръ. Послѣднія регулы начались 28 сентября. Когда можно ждать наступленія родовъ?—Отсчитываемъ три мѣсяца, получаемъ 28 іюня. Прибавляемъ 7 дней, получаемъ 5 іюля. Въ этотъ день мы и должны ждать наступленія родовъ. Во всякомъ случаѣ беременность закончится въ первой трети этого мѣсяца.

Сообщимъ теперь важнѣйшія свѣдѣнія относительно увеличенія плодовмѣстителя—матки—по мѣсяцамъ беременности. Во второмъ мѣсяцѣ беременности матка достигаетъ величины гусинаго яйца: въ третьемъ—размѣровъ небольшой дѣтской головки; въ пятомъ—она только пальца на два не доходитъ до пупка. На шестомъ—она доходитъ до пупка; на седьмомъ—она на три поперечныхъ пальца подымается надъ пупкомъ: на восьмомъ—она подходитъ подъ самыя ребра и въ девятомъ—нѣсколько спускается внизъ. Окружность живота достигаетъ къ концу беременности 100—110 сантиметровъ. Такимъ образомъ мы при нормальныхъ условіяхъ имѣемъ возможность съ большою вѣроятностью судить о томъ, въ какомъ мѣсяцѣ беременности находится данная женщина. Тѣмъ не менѣе, нельзя не указать на то, что нерѣдко возможны ошибки, какъ въ одну, такъ и въ другую стороны. Такъ, въ томъ случаѣ, когда плодъ слишкомъ малъ, роды наступятъ раньше, чѣмъ мы предполагали, и наоборотъ: въ томъ случаѣ, когда околоплодной жидкости имѣется очень много (нормально ея бываетъ 3—4 стакана), беременность въ дѣйствительности оказывается болѣе продолжительной, нежели мы предполагали.

Въ нижеслѣдующихъ строкахъ мы помѣщаемъ **календарь беременности**, который значительно облегчаетъ каждой беременной женщинѣ вычисленіе дня вѣроятнаго наступленія родовъ.



**Календарь беременности.**

| Последнія регулы наступили. |        | Вѣроятный день родовъ. |        | Последнія регулы наступили. |        | Вѣроятный день родовъ. |        |
|-----------------------------|--------|------------------------|--------|-----------------------------|--------|------------------------|--------|
| Мѣсяцъ.                     | Число. | Мѣсяцъ.                | Число. | Мѣсяцъ.                     | Число. | Мѣсяцъ.                | Число. |
| января                      | 1      | октября                | 8      | июля                        | 1      | апрѣля                 | 7      |
| »                           | 10     | »                      | 17     | »                           | 10     | »                      | 16     |
| »                           | 20     | »                      | 27     | »                           | 20     | »                      | 27     |
| »                           | 30     | ноября                 | 6      | »                           | 30     | мая                    | 7      |
| февраля                     | 1      | »                      | 8      | августа                     | 1      | »                      | 8      |
| »                           | 10     | »                      | 17     | »                           | 10     | »                      | 17     |
| »                           | 20     | »                      | 27     | »                           | 20     | »                      | 27     |
| »                           | 28     | декабря                | 5      | »                           | 30     | іюня                   | 7      |
| марта                       | 1      | »                      | 6      | сентября                    | 1      | »                      | 8      |
| »                           | 10     | »                      | 15     | »                           | 10     | »                      | 17     |
| »                           | 20     | »                      | 25     | »                           | 20     | »                      | 27     |
| »                           | 30     | января                 | 4      | »                           | 30     | іюля                   | 7      |
| апрѣля                      | 1      | »                      | 6      | октября                     | 1      | »                      | 8      |
| »                           | 10     | »                      | 15     | »                           | 10     | »                      | 17     |
| »                           | 20     | »                      | 25     | »                           | 20     | »                      | 27     |
| »                           | 30     | февраля                | 4      | »                           | 30     | августа                | 7      |
| мая                         | 1      | »                      | 5      | ноября                      | 1      | »                      | 8      |
| »                           | 10     | »                      | 14     | »                           | 10     | »                      | 17     |
| »                           | 20     | »                      | 24     | »                           | 20     | »                      | 27     |
| »                           | 30     | марта                  | 6      | »                           | 30     | сентября               | 6      |
| іюни                        | 1      | »                      | 8      | декабря                     | 1      | »                      | 7      |
| »                           | 10     | »                      | 17     | »                           | 10     | »                      | 16     |
| »                           | 20     | »                      | 27     | »                           | 20     | »                      | 26     |
| »                           | 30     | апрѣля                 | 6      | »                           | 30     | октября                | 6      |

Въ томъ случаѣ, когда женщина не помнитъ, когда именно наступили послѣднія регулы, или же когда это бываетъ трудно установить, такъ какъ мѣсячныя появлялись неправильно, или же потому, что и послѣ наступленія беременности появилось незначительное отдѣленіе крови, женщинѣ для того, чтобы имѣть возможность опредѣлить наступленіе вѣроятнаго дня родовъ, остается только очень внимательно слѣдить за моментомъ появленія первыхъ *движеній младенца*. Появляются эти движенія, какъ мы уже указывали выше, приблизительно на 20 недѣлѣ беременности. Прибавимъ еще разъ, что врачъ, руководясь размѣрами матки, также имѣетъ въ большинствѣ случаевъ возможность опредѣлить съ большою вѣроятностью срокъ наступленія родовъ.

**Образъ жизни беременной женщины.**

Если бы всѣ женщины постоянно вели правильный и гигиеническій образъ жизни, то въ этой главѣ не было бы никакой надобности, и намъ осталось бы только сказать, что во время беременности каждая женщина должна продолжать вести *тотъ же образъ жизни*, какой она вела и до беременности. Къ

сожалѣнію, образъ жизни большинства современныхъ женщинъ очень далекъ отъ требованій разумной гигиены, и, если въ обычное время страдаютъ отъ этого, главнымъ образомъ, онѣ лично, то во время беременности отъ этого тяжело страдаетъ еще другое существо: *младенецъ*.

Поэтому каждая мать, которая сколько-нибудь сознательно относится къ своимъ обязанностямъ по отношенію къ нарождающейся жизни, должна приложить всѣ старанія къ тому, чтобы главнѣйшія потребности ея организма удовлетворялись правильно. Въ чемъ состоятъ эти потребности, очень хорошо извѣстно всѣмъ читательницамъ, которыя со вниманіемъ изучали I часть настоящей книги. Умѣренная здоровая пища; постоянный притокъ свѣжаго чистаго воздуха; умѣренное движеніе; достаточный покой; умѣренность въ наслажденіяхъ — таковы главнѣйшія основы нормальнаго гигиеническаго образа жизни. Этимъ требованіямъ всего больше должны удовлетворять образъ жизни *беременной женщины*.

На нѣкоторыя стороны жизни во время беременности должно, однако, быть обращено *особенное* вниманіе какъ самой беременной, такъ и ея близкими. Женщина должна пользоваться надлежащимъ отдыхомъ и покоемъ для того, чтобы, съ одной стороны, кровь имѣла возможность правильно обращаться, и для того, чтобы, съ другой стороны, нервная система не разстраивалась и пребывала въ порядкѣ. Беременной женщинѣ слѣдуетъ избѣгать сколько-нибудь рѣзкихъ движеній, особенно въ томъ случаѣ, когда у нея обнаруживается хотя бы малѣйшая склонность къ выкидышамъ. Особенное вниманіе должно также быть обращено на сохраненіе душевнаго равновѣсія и спокойствія. Такъ какъ не въ нашей власти, однако, значительно ослабить воспримчивость нашей нервной системы, особенно въ періодъ беременности, когда и самая здоровая женщина находится въ болѣе или менѣе нервномъ настроеніи, то забота о томъ, чтобы охранять женщину отъ тревогъ, заботъ и волненій, должна лежать, главнымъ образомъ, на *охраняющихъ*.

Что касается до беременной женщины лично, то ей слѣдуетъ имѣть въ виду слѣдующее. Она должна относиться очень серьезно къ тѣмъ обязанностямъ, которыя уже лежатъ на ней по отношенію къ ребенку, котораго она носитъ въ себѣ. Эти соображенія должны постоянно стоять у нея на первомъ планѣ, и личнымъ удовольствіемъ нерѣдко должно поступаться въ пользу интересовъ младенца. вмѣстѣ съ тѣмъ она должна стойко и мужественно относиться къ различнымъ разстройствомъ и даже страданіямъ, съ которыми неразрывно связана беременность. Она не должна

однако же рисовать себѣ никакихъ страховъ относительно предстоящей ей участи, что особенно часто наблюдается у первородящихъ. Каждая беременная женщина должна помнить, что материнство составляетъ наиболѣе *естественную* функцію каждой женщины и что даже, съ этой точки зрѣнія, нѣтъ основанія предполагать, чтобы беременность грозила ей особенной опасностью. Кромѣ того, и въ дѣйствительности, количество несчастныхъ и неблагополучныхъ беременностей и родовъ совершенно тонетъ въ массѣ нормальныхъ и благополучныхъ. Всего же больше основаній рассчитывать на благополучный исходъ мы имѣемъ въ томъ случаѣ, когда принимаемъ необходимыя предосторожности, внимательно слѣдимъ за мочей и время отъ времени показываемся врачу. При такихъ условіяхъ имѣются всѣ шансы на благополучный исходъ.

Въ общемъ, мы охотно присоединяемся къ обычному совѣту, который дается беременнымъ: по возможности не вводить сколько-нибудь рѣзкихъ измѣненій въ свой обычный образъ жизни, въ томъ случаѣ, конечно, когда онъ удовлетворяетъ требованіямъ гигиены. Въ нижеслѣдующихъ строкахъ мы подробно останавливаемся на нѣкоторыхъ сторонахъ жизни, которыя пріобрѣтаютъ наибольшее значеніе для женщины въ періодъ беременности.

1. **Пища.** Не должно забывать, что младенецъ питается исключительно кровью матери и что кровообращеніе плода самымъ непосредственнымъ образомъ связано съ кровообращеніемъ матери. Связь эта становится очевидной для каждой читательницы изъ одного взгляда на рисс. 380 и 388. Изъ рисс. этихъ видно, какъ кровь изъ организма матери приливаетъ къ плацентѣ и изъ плаценты направляется по пупочнымъ сосудамъ въ организмъ младенца. Отсюда ясно также, что каждая пульсовая волна матери передается младенцу и что всѣ составныя части крови матери непосредственно передаются плоду. Поэтому разумная забота объ участи своего ребенка должна заставить беременную женщину очень внимательно относиться къ своей пищѣ и самымъ тщательнымъ образомъ избѣгать всего, что могло бы повредить развитію ребенка. Соотвѣтственно этому слѣдуетъ тщательно избѣгать всѣхъ острыхъ и раздражающихъ веществъ. Отъ этого въ большинствѣ случаевъ и сама беременная женщина извлечетъ большую пользу, такъ какъ различныя разстройства, которыя считаются почти неизбѣжными спутниками беременныхъ, въ значительной степени облегчаться. Къ числу этихъ разстройствъ мы можемъ отнести неправильный стулъ, сердцебіенія, тяжелые и страшные сны, различныя болѣзненные ощущенія въ животѣ, частую тошноту, различныя нервныя

разстройства, выражающіяся во внезапномъ и неожиданномъ появленіи слезъ и чувства страха и пр. и пр.

Если беременная будетъ также тщательно избѣгать всякихъ веществъ, ведущихъ къ образованію газовъ и вздутію живота (капусты, рѣдьки, сливъ и пр.); будетъ ежедневно производить легкое движеніе и неутомительныя домашнія работы; не стѣснять себя одеждой; будетъ носить помочи въ родѣ представленныхъ нами на рис. 109, то у нея имѣется много шансовъ, что беременность пройдетъ безъ особенныхъ разстройствъ. вмѣстѣ съ тѣмъ она получитъ увѣренность въ томъ, что сдѣлала все, что необходимо для того, чтобы обезпечить правильное и цѣлесообразное развитіе ребенка.

**2. Супружескія сношенія.** Если бы мы судили по аналогіи съ тѣмъ, что наблюдается въ животномъ мірѣ, то мы должны были бы сказать, что съ момента наступленія беременности должны прекратиться всякія половыя сношенія. Такъ, мы видимъ, что самки тщательно избѣгаютъ совокупленія послѣ того, какъ онѣ были оплодотворены. Совершенно противоположное явленіе наблюдаемъ мы въ человѣческомъ мірѣ: потребность въ половомъ сожитіи проявляется обычно не только со стороны мужа, но также и жены, и нерѣдко принимаетъ у нея даже слишкомъ страстный характеръ. Это обстоятельство вынуждаетъ насъ высказать свой взглядъ на супружескія сношенія во время беременности.

Въ томъ случаѣ, когда половыя сношенія совершаются не слишкомъ часто, а главное, не влекутъ за собой черезчуръ сильнаго возбужденія со стороны женщины, они могутъ продолжаться, особенно въ первые мѣсяцы беременности. Тѣмъ женщинамъ, однако, которыя слишкомъ легко возбуждаются во время полового акта и для которыхъ онъ бываетъ сопряженъ съ сердцебіеніями, вызываетъ рвоту и прочія разстройства, слѣдуетъ по возможности воздерживаться отъ него. Еще тщательнѣе слѣдуетъ избѣгать половыхъ сношеній тѣмъ, у которыхъ возбужденіе можетъ повести къ выкидышу. слѣдуетъ также избѣгать супружескихъ сношеній и въ томъ случаѣ, когда у беременной обнаруживается наклонность къ кровотечениямъ.

И въ данномъ случаѣ большія требованія должны быть нерѣдко предъявляемы къ мужу, нежели къ женѣ. Женщина нерѣдко находится въ это время въ состояніи сильнаго возбужденія и болѣзненной воспримчивости и вообще далеко не всегда обладаетъ въ періодъ беременности надлежащимъ самообладаніемъ.

**3. Уходъ за кожей.** Большинство женщинъ имѣетъ слабое представленіе о томъ, какого именно рода ванны и вообще

какія мѣры чистоты имѣ слѣдуетъ принимать во время беременности. Вслѣдствіе этого нерѣдко дѣлаются въ этомъ направленіи ошибки, которыя могутъ иногда имѣть и роковыя послѣдствія. Такъ, напр., многія женщины дѣлають себѣ горячія ванны; между тѣмъ горячія ванны могутъ вызвать и выкидышъ. Самое лучшее, что можно рекомендовать беременнымъ, такъ это — прохладныя сидячія ванны. Прохладная вода улучшаетъ самочувствіе и усиливаетъ обмѣнъ веществъ, что имѣетъ очень благотворное вліяніе не только на мать, но и на плодъ. Въ періодѣ беременности, преимущественно въ первую половину ея, можно дѣлать ежедневно сидячія ванны, температуры  $35^{\circ}$ — $30^{\circ}$  Ц., въ зависимости отъ времени года и личныхъ привычекъ. Въ водѣ этой температуры женщина остается минутъ 5; затѣмъ постепенно приливають холодной



Рис. 384. Беременная женщина въ сидячей ваннѣ.

воды, пока температура не понизится до  $24^{\circ}$  —  $20^{\circ}$ . Послѣ того слѣдуетъ сильно растирать крестецъ, поясицу и бедра и дѣлать болѣе или менѣе усиленныя движенія, чтобы избѣжать появленія озноба, что во всѣхъ отношеніяхъ нежелательно. Само собою раз-

умѣется, что зябкія, малокровныя и блѣдно-немочныя женщины не должны принимать ваннъ столь низкой температуры, но болѣе теплыя.

При такихъ условіяхъ, несомнѣнно, усилится аппетитъ, повысится обмѣнъ веществъ и улучшится самочувствіе беременной. Что же касается до поддержанія общей чистоты тѣла, то этого можно достигнуть или общими обтираніями или же общими теплыми ваннами, которыя дѣлають разъ—другой въ недѣлю.

**4. Движеніе.** II въ этомъ отношеніи наблюдаются самыя разнородныя явленія. Въ то время, какъ однѣ тщательно

избѣгаютъ малѣйшаго движенія и боятся, такъ сказать, дуновения вѣтра, другія позволяютъ себѣ наоборотъ въ этомъ отношеніи слишкомъ многое: предпринимаютъ прогулки, участвуютъ въ пикникахъ, спектакляхъ и даже танцахъ. Само собой разумѣется, что мы относимся одинаково неодобрительно къ обѣимъ крайностямъ. Каждая беременная женщина непременно должна предаваться нѣкоторымъ не особенно утомительнымъ занятіямъ, а также совершать прогулки на свѣжемъ воздухѣ. Всего лучше поставить себѣ за правило выходить на воздухъ ежедневно, какова бы погода ни была. Не слѣдуетъ также думать, будто комнатное движеніе способно замѣнить движеніе на воздухѣ: думать такимъ образомъ — значить сильно ошибаться.

Скажемъ теперь нѣсколько словъ по адресу тѣхъ, которыя представляютъ себѣ, что беременная женщина непременно должна беречься каждаго шага и остерегаться малѣйшаго движенія. Не слѣдуетъ забывать, что беременность представляетъ собой не болѣзненное, но совершенно *нормальное* состояніе, въ которомъ должна въ теченіе нѣкотораго времени своей жизни находиться *каждая* здоровая женщина. Поэтому такого рода опасливость и боязливость лишены всякаго разумнаго основанія. Повторяемъ, беременная женщина должна, по возможности, вести тотъ же образъ жизни, какой она ведетъ обычно, съ той только разницей, что она съ особенной заботливостью должна устранять всѣ сколько-нибудь нездоровыя и ненормальныя условія своего существованія.

### **Наиболѣе важныя болѣзненные явленія, присущія беременности.**

Было бы въ высшей степени желательно, чтобы дѣвушки, страдающія нѣкоторыми болѣзнями, вовсе не выходили замужъ, такъ какъ беременность грозитъ опасностью не только ихъ здоровью, но и самой жизни. Если же такая дѣвушка все же вышла замужъ, то было бы желательно, чтобы она не забеременѣвала. Къ сожалѣнію, пожеланія эти выполняются очень рѣдко... Мы лишены возможности разобрать всѣ страданія и болѣзни, которыя могутъ сопровождать беременность, а потому остановимъ вниманіе читательницъ только на тѣхъ, которыя встрѣчаются всего чаще.

*Опуханіе ногъ* составляетъ очень частое явленіе при беременности. Въ одномъ случаѣ оно представляетъ собой относительно невинное явленіе, между тѣмъ какъ въ другомъ случаѣ оно должно быть признано довольно опаснымъ симптомомъ. Часто опуханіе появляется въ нижнихъ конечностяхъ

вслѣдствіе того, что плодъ, съ одной стороны, и переполненная прямая кишка (переполненіе прямой кишки наблюдается при беременности нерѣдко), съ другой стороны, оказываютъ давление на сосуды, находящіяся въ тазу, и затрудняютъ въ очень значительной степени венозное кровообращеніе. При такихъ условіяхъ кровь и лимфа застаиваются въ нижнихъ конечностяхъ и вызываютъ ихъ опуханіе. Въ другихъ случаяхъ опуханіе нижнихъ конечностей приобретаетъ очень серьезное значеніе. Какъ бы то ни было, появленіе опухоли ногъ не должно оставлять женщины равнодушной и должно ее побудить немедленно обратиться къ врачебному изслѣдованію. Врачъ выяснитъ истинную причину этого явленія и вмѣстѣ съ тѣмъ укажетъ больной, какія мѣры ей слѣдуетъ принимать для устраненія его. Само собой разумѣется, что съ особеннымъ вниманіемъ должно слѣдить за тѣмъ, чтобы избѣгать запоровъ. Во многихъ случаяхъ бывають показаны горячія ванны, а также молочная діета.

Заслуживаетъ упоминанія и *расширеніе венъ*, которое такъ часто встрѣчается при беременности и которое въ основѣ признаетъ ту же самую причину, что и опуханіе нижнихъ конечностей. Въ томъ случаѣ, когда женщина оказываетъ животу поддержку какимъ-либо приспособленіемъ въ родѣ пояса Юноны, расширеніе венъ обыкновенно не достигаетъ столь значительныхъ размѣровъ. Хорошее дѣйствіе производятъ также и обливанія въ томъ видѣ, какъ они нами были изображены на рис. 298. Въ томъ случаѣ, когда въ икрахъ чувствуются покалыванія и появляются время отъ времени судороги, ноги бинтуютъ (см. рис. 185), причемъ на ночь бинтъ снимаютъ. Явленія эти не должны однако же служить противопоказаніемъ къ движенію, которое безусловно необходимо каждой беременной женщинѣ: что можетъ быть тяжелѣе, чѣмъ проводить въ постели весь срокъ беременности?! Грустные послѣдствія получаютъ одинаково и для матери и для младенца...

Случиться можетъ, что распухшая жила лопнетъ. Въ томъ случаѣ, когда кровотеченіе не слишкомъ обильное, его не слѣдуетъ особенно пугаться. Больную слѣдуетъ во всякомъ случаѣ уложить въ постель и наложить по всѣмъ правиламъ искусства и съ соблюденіемъ всѣхъ правилъ обеззараживанія давящую повязку такъ, какъ она изображена нами на рис. 164. Въ томъ случаѣ, когда кровотеченіе приняло сколько-нибудь значительные размѣры, немедленно слѣдуетъ озаботиться приглашеніемъ врача.

Очень опаснымъ осложненіемъ является иногда во время беременности *рвота*. Въ нѣкоторыхъ случаяхъ рвота ста-

новится *неукротимой*, и тогда она грозитъ опасностью не только плоду, но и самой беременной. Въ области желудка ощущаются сильныя боли, появляется отвращеніе къ пищѣ и сильная жажда; больная сильно падаетъ духомъ; слабѣютъ сердце и пульсъ; наступаютъ обмороки, и дѣло можетъ принять съ часу на часъ трагическій оборотъ. Причина этихъ рвотъ нами не совсѣмъ еще выяснена. Можно только предполагать, что онѣ вызываются особеннымъ рефлексомъ съ матки. Въ другихъ случаяхъ можно винить закоренѣлыя страданія желудка. Несомнѣнное вліяніе имѣетъ также нервная и особенно истерическая почва. Возможно, что не безъ вліянія остается и половое возбужденіе.

Во многихъ случаяхъ упорная рвота вызывается наклоненіемъ беременной матки кзади. Такого рода смѣщеніе служитъ вообще источникомъ многочисленныхъ страданій въ первые мѣсяцы беременности. Матка стремится выпрямиться, но такъ какъ она лишена возможности оставить полость малаго таза, то она оказываетъ давленіе на прямую кишку и служитъ причиной запоровъ; вызываетъ ощущеніе полноты въ тѣлѣ, зябкость ногъ и, какъ послѣдствіе всѣхъ этихъ тягостныхъ явленій, глубокой упадокъ духа. Само собой разумѣется, что, какъ только наличность смѣщенія матки установлена врачомъ, принимаются всѣ возможные мѣры къ ея выпрямленію и приданію ей нормальнаго положенія. (См. во II „Энциклопедической“ части — „Страданія женской половой сферы“ и „Матки—смѣщенія“).

Вернемся, однако, къ неукротимой рвотѣ. Какія мѣры слѣдуетъ принимать противъ этого столь тягостнаго и столь опаснаго явленія?—Прежде всего слѣдуетъ, если только это возможно, измѣнить весь строй жизни больной и притомъ самымъ кореннымъ образомъ. Пища должна быть самой легкой и удобоваримой. Слѣдуетъ испробовать кефиръ, апельсиновый и лимонный сокъ, различные лимонады, сельтерскую воду и пр. Если эти средства оказываются безсильными, больную помѣщаютъ въ уединенную комнату, удаленную отъ какого бы то ни было шума и въ которой царить полутьма. Необходимо уменьшить во всѣхъ направленіяхъ количество раздражающихъ впечатлѣній. Даютъ глотать маленькими кусочками ледъ, замороженное вино и еще лучше шампанское. Бываютъ, тѣмъ не менѣе, случаи, когда всѣ указанныя мѣры, а также всевозможныя медицинскія пособія не ведутъ къ цѣли, и тогда, какъ послѣдній исходъ, чтобы спасти жизнь больной, остается только вызвать *искусственнымъ образомъ* роды.

Не застрахована беременная и отъ всякихъ *случайныхъ заболѣваній*. Тѣмъ не менѣе, въ народѣ господствуетъ убѣ-



жденіе, будто беременность предохраняетъ отъ болѣзней, преимущественно, заразныхъ. И нельзя сказать, чтобы убѣжденіе это совершенно было лишено научныхъ основаній. Возможно, что, съ одной стороны, болѣе усиленный обмѣнъ веществъ и подъемъ жизнедѣятельности, вызываемые беременностью; съ другой стороны, присутствіе плода, который играетъ, такъ сказать роль предохранителя, уменьшаютъ воспримчивость къ инфекціоннымъ болѣзнямъ. Тѣмъ не менѣе, этому обстоятельству ошибочно было бы приписывать черезчуръ большое значеніе, и беременныя женщины обязаны не только въ своихъ личныхъ интересахъ, но и въ интересахъ своего ребенка усиленно беречься заболѣваній, тѣмъ болѣе, что при острыхъ болѣзняхъ нерѣдко наблюдается *выкидышъ*.

Не можемъ мы обойти молчаніемъ и вопроса о *сифилисѣ*. Многочисленными наблюденіями установлено, что, если женщина забеременѣваетъ отъ мужа, страдающаго сифилисомъ, то плодъ въ большинствѣ случаевъ заражается сифилисомъ, между тѣмъ какъ матери зараза не касается. Чѣмъ объяснить этотъ столь странный фактъ, намъ до сихъ поръ въ точности неизвѣстно. Возможно, что организмъ ея оказывается при такихъ условіяхъ привитымъ противъ сифилиса. По этой же причинѣ мать можетъ также кормить своего болѣющаго сифилисомъ ребенка, не рискуя заразиться; между тѣмъ, какъ посторонняя женщина, которая кормитъ того же самаго ребенка, почти неизбѣжно заражается сифилисомъ.

*Заболѣванія почекъ* играютъ большую роль въ беременности. Само собой разумѣется, что, если забеременѣваетъ женщина, у которой имѣется давнишняя болѣзнь почекъ, то дѣло обстоитъ еще серьезнѣе; но даже въ томъ случаѣ, когда женщина до того была совершенно здоровой, нерѣдко наблюдаются во время беременности разстройства дѣятельности этихъ столь важныхъ органовъ. Нерѣдко находятъ въ начальномъ и конечномъ періодѣ беременности *блокъ въ мочѣ*. Одновременно опухаютъ и нижнія конечности. Общее состояніе больной подвергается болѣе или менѣе рѣзкому ухудшенію. Иногда дѣло принимаетъ оборотъ настолько серьезный, что, какъ послѣдній исходъ, остается только прибѣгнуть къ вызванію преждевременныхъ родовъ. Въ другихъ случаяхъ дѣло кончается выкидышемъ или самопроизвольными преждевременными родами.

Заканчиваемъ этотъ краткій обзоръ *неврозами* и *психозами*, которые также относительно нерѣдко наблюдаются среди беременныхъ. Многія изъ нихъ, особенно изъ числа первородящихъ, впадаютъ въ глубокую меланхолію, становятся

равнодушными ко всему на свѣтѣ и перестаютъ интересоваться чѣмъ бы то ни было. Нѣкоторыя женщины бываютъ въ періодѣ беременности одолѣваемы злыми предчувствіями; другія — страстно желаютъ смерти, и притомъ не только на словахъ, какъ это большей частью наблюдается у истеричныхъ особъ. Нѣкоторыя очень сильно задумываются надъ самоубійствомъ. Общихъ правилъ относительно того, какимъ образомъ повліять на такого рода больныхъ, чтобы внушить имъ болѣе естественныя ощущенія и чувства и чтобы обратить для нихъ ожидаемое материнство не въ источникъ печали и горя, но въ источникъ радости и удовольшенія, какъ оно должно быть при нормальныхъ условіяхъ, мы рекомендовать не можемъ: все зависитъ отъ личности больной и условій ея существованія. Выполнѣ разумное и цѣлесообразное леченіе можетъ при такихъ условіяхъ быть установлено только психіатромъ или же врачомъ, который съ давнихъ поръ знакомъ съ больной и успѣлъ изучить какъ ея физическую, такъ и психическую организацію. Во всякомъ случаѣ, въ высшей степени желательно, чтобы женщины, у которыхъ беременность является источникомъ столь глубокихъ страданій, забеременѣвали не часто и чтобы онѣ имѣли возможность совершенно оправиться въ промежутокъ между двумя родами.

Что касается до *нервныхъ страданій*, съ которыми сопряжена беременность, то можно сказать безъ преувеличенія, что они неисчислимы. Образование газовъ въ полости кишечника, мучительные запоры, возбужденіе, бессонница, боли въ крестцѣ, судороги въ икрахъ; нервный кашель, сердцебиенія, опасеніе относительно предстоящей имъ участи и т. д. и т. д. — очень богатъ, короче, арсеналъ всевозможныхъ нервныхъ страданій у беременных!.. Что еще важнѣе, такъ это то, что далеко не всегда мы отваживаемся съ ними бороться такъ, какъ мы это дѣлаемъ у женщинъ небеременныхъ, такъ какъ нѣкоторые методы леченія и лекарства могутъ очень неблагоприятно отразиться на теченіи беременности. Вотъ почему беременнымъ женщинамъ болѣе, чѣмъ кому-либо, необходимо запастись терпѣніемъ и выносливостью. Сознательное и разумное отношеніе къ той важной задачѣ, которая лежитъ на нихъ, какъ на матеряхъ, дастъ имъ силы съ успѣхомъ переносить многія изъ перечисленныхъ страданій.

Что касается до другихъ болѣзней, которыя встрѣчаются иногда во время беременности, то мы считаемъ излишнимъ упоминать о нихъ. Онѣ встрѣчаются далеко не часто, и описаніемъ ихъ, а тѣмъ паче приложеніемъ соответствующихъ рисунковъ, мы не только напугали бы здоровыхъ, но и не принесли бы въ то же время никакой существенной пользы

больнымъ. На мѣсто того мы предпочитаемъ закончить эту главу такого же рода утверженіемъ, какимъ мы ее и начали, а именно, что беременность представляетъ собой самый *естественный* физиологическій процессъ, который, какъ и всякій естественный процессъ, въ подавляющемъ большинствѣ случаевъ протекаетъ совершенно *благополучно*. Что же касается до неблагоприятныхъ исходовъ, то они представляютъ собой относительно большую рѣдкость и, несомнѣнно, имѣли бы мѣсто еще значительно рѣже, если бы беременныя женщины усвоили привычку обращаться въ періодъ беременности время отъ времени къ врачу, хотя бы для того, чтобы тотъ могъ удостовѣрить, что все обстоитъ благополучно и успокоить женщину; въ противномъ же случаѣ—для того, чтобы принять заблаговременно соотвѣтствующія мѣры.

### Причины, предупрежденіе и леченіе выкидышей.

Причины появленія выкидышей бываютъ самыя разнообразныя. Къ таковымъ можно причислить: общую слабость, физическое переутомленіе, половое возбужденіе, душевныя волненія; сроченія и перегибы матки, тяжелыя лихорадочныя заболѣванія и пр. У нѣкоторыхъ слабыхъ женщинъ, которыя не принимаютъ во время беременности достаточныхъ предосторожностей, наблюдается нѣчто въ родѣ привычныхъ выкидышей. Беременность тянется два—четыре мѣсяца, и затѣмъ появляется выкидышъ; и то же самое повторяется нѣсколько разъ подъ рядъ. Само собой разумѣется, что послѣдствія бываютъ въ такихъ случаяхъ очень тяжелыми. Опухненіе, выпаденіе и ослабленіе тазовыхъ органовъ, запоры, тяжелое настроеніе, блѣдный цвѣтъ лица, общая слабость—таковы обычныя послѣдствія привычныхъ выкидышей. Въ томъ случаѣ, однако, когда беременность достигаетъ болѣе поздняго срока, женщина во всѣхъ отношеніяхъ здорова—и тѣмъ не менѣе, все же наступаетъ выкидышъ, мы имѣемъ сильное основаніе подозрѣвать существованіе *сифилиса*. Отецъ заразилъ плодъ сифилисомъ и тѣмъ лишилъ его возможности правильно развиваться и родиться живымъ. Въ такихъ случаяхъ предпочтительнѣе, очевидно, вовсе избѣгать беременности, по меньшей мѣрѣ, до тѣхъ поръ, пока мужъ окончательно не излечится отъ своей болѣзни.

Въ большинствѣ случаевъ выкидышъ даетъ знать о свемъ наступленіи *кровоотеченіемъ*, причиной котораго является постепенное отдѣленіе послѣда. Кровоотеченіе можетъ продолжаться недѣлями и сопровождается тянущими болями въ крестцѣ и спинѣ. Само собой разумѣется, что вслѣдствіе посте-

пеннаго отдѣленія послѣда страдаетъ питаніе плода, и онъ постепенно отмираетъ. Бываютъ случаи, что ослабленныя женщины въ теченіе четырехъ мѣсяцевъ носятъ въ себѣ мертвый плодъ, причемъ все время страдаютъ кровавистымъ истеченіемъ изъ матки, головными болями, отсутствіемъ аппетита, ознобами и пр., причемъ истинная причина ихъ страданій имъ остается неизвѣстной. Въ концѣ концовъ, изъ матки удаляется какая-то безформенная масса. Разумная помощь врача въ это время особенно необходима. Въ противномъ случаѣ появляется тяжелое хроническое заболѣваніе матки, выражающееся въ воспаленіи и перемѣщеніи, или же слишкомъ обильныхъ регулахъ. Женщины, у которыхъ съ плодомъ вышли не всѣ оболочки цѣликомъ, но часть оболочекъ задержалась въ маткѣ, могутъ послѣ того долгими мѣсяцами страдать отъ обильныхъ кровотеченій, отъ которыхъ ихъ нерѣдко избавляетъ только выскабливаніе матки. Только послѣ того, какъ произведена эта операція, кровоточащіе сосуды закрываются, слизистая оболочка матки выздоравливаетъ и кровотеченіе прекращается.

Въ томъ случаѣ, когда кровотеченіе настолько обильно, что угрожаетъ выкидышемъ, слѣдуетъ начать съ того, чтобы, по возможности, унять истеченіе крови и дать беременности благополучно завершиться. Съ этой цѣлью больную укладываютъ въ постель и предоставляютъ ей возможно полный физическій и духовный покой. На нижнюю часть живота кладутъ прохладные компрессы; въ болѣе угрожающихъ случаяхъ — на короткое время пузырь со льдомъ. Послѣ опорожненія кишечника дѣлаютъ маленькіе холодные клизмы. Изъ пищи тщательно удаляютъ всѣ острия и раздражающія вещества. Пищу даютъ преимущественно жидкую и только въ холодномъ видѣ (молоко, зелень, ягоды, лимонадъ, супы). Принимаютъ мѣры къ тому, чтобы обезпечить больной безпрерывный доступъ свѣжаго воздуха.

Если всѣ эти мѣры не привели къ цѣли и кровотеченіе все усиливается, то можно почти быть увѣреннымъ въ томъ, что плодъ — мертвъ. Въ такомъ случаѣ остается только принять мѣры къ тому, чтобы онъ какъ можно раньше оставилъ материнскую утробу. Съ этой цѣлью дѣлаютъ каждые два часа *горячую ванну* градусовъ въ 40 и продолжительностью въ 10 минутъ. Въ томъ случаѣ, когда цѣль такимъ путемъ не достигается, прибѣгаютъ къ энергичному *массажу живота*. Большей частью этими мѣрами удается вызвать достаточно сильныя схватки и обусловить отхожденіе плода. Врачъ внимательно осматриваетъ оболочки плода и прилагаетъ всѣ мѣры къ тому, чтобы онѣ удалились цѣликомъ. Въ томъ случаѣ, когда часть оболочекъ осталась въ маткѣ, онѣ часто

упорно поддерживаютъ кровотеченіе. Съ другой стороны, оболочки могутъ подвергнуться гніенію, что слѣдуетъ считать не менѣе опаснымъ. Въ такомъ случаѣ приходится нерѣдко прибѣгнуть къ выскабливанію матки. Всего хуже не слѣдуетъ женщинамъ, у которыхъ обнаруживается склонность къ выкидышамъ, вставать слишкомъ рано съ постели, что наблюдается, однако же, не только въ деревняхъ и вообще въ менѣе обезпеченныхъ классахъ, но и среди представительницъ болѣе интеллигентныхъ сословій. Необходимо дать маткѣ возможность полностью выдѣлить продукты беременности, въ достаточной мѣрѣ сократиться и совершенно зажить. Въ противномъ случаѣ беременной угрожаетъ очень серьезная опасность.

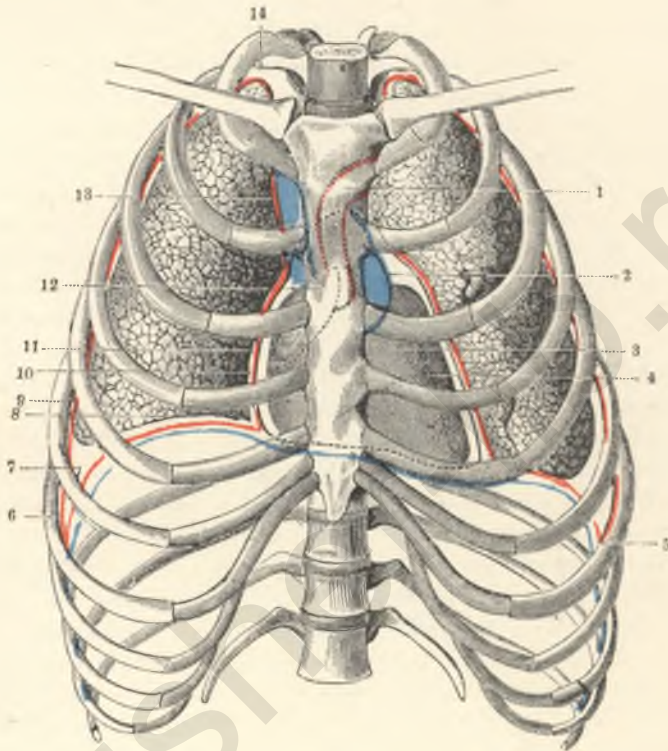
### Уходъ за беременными у другихъ народовъ.

Вопросъ этотъ не имѣетъ для читательницъ особеннаго практическаго значенія. Тѣмъ не менѣе, онъ далеко не лишенъ интереса, а также и нѣкоторой поучительности. Начнемъ съ первобытныхъ народовъ. Первобытные народы, особенно тѣ, которые въ завоевательныхъ цѣляхъ или въ видахъ самосохраненія дорожатъ своимъ существованіемъ, относятся къ беременной женщинѣ съ предупредительностью, заботливостью и уваженіемъ, которымъ могли бы позавидовать и многіе европейцы (въ томъ числѣ и наши крестьяне), у которыхъ беременная женщина нерѣдко исполняетъ довольно тяжелыя работы вплоть до наступленія момента разрѣшенія отъ бремени. Между тѣмъ, индѣйцы Южной Америки, а также жители Каролинскихъ острововъ очень тщательно слѣдятъ за тѣмъ, чтобы ихъ жены, находясь въ „интересномъ положеніи“, не выполняли никакихъ тяжелыхъ работъ, выполняя такого рода работы лично.

Уже древніе индусы запрещали беременнымъ женщинамъ подымать тяжести и производить вообще какую бы то ни было работу, связанную съ напряженіемъ.

Римлянкамъ запрещали во время беременности столь излюбленные ими холодныя ванны. Въ теченіе послѣднихъ мѣсяцевъ беременности имъ рекомендовались, наоборотъ, тепловатыя ванны; время отъ времени прописывались имъ и сидячія ванны, къ которымъ нерѣдко примѣшивали отваръ шалфея, льняной муки и пр. Дѣлали онѣ себѣ также и влагалищныя впрыскиванія сладкимъ масломъ, съ цѣлью сдѣлать болѣе гладкимъ и скользкимъ тотъ путь, по которому долженъ былъ проходить младенецъ.

Что касается до *дѣтны*, которую должны соблюдать бере-



Органы, заключенные въ грудной клѣткѣ.

- 1.—Дуга аорты (краснымъ пунктиромъ).
  - 2.—Легочная артерія (синимъ).
  - 3.—Правый желудочекъ сердца.
  - 4.—Передняя вѣнечная артерія (вмѣстѣ съ прочими вѣнечными артеріями орошающая сердце).
  - 5.—Нижній мѣшокъ, образуемый легочной плевой.
  - 6.—Углубленіе, образуемое ребрами и грудобрюшной преградой.
  - 7.—Плева, покрывающая грудобрюшную преграду сверху (краснымъ).
  - 8.—Основаніе праваго легкаго.
  - 9.—Реберная плева (краснымъ).
  - 10.—Средостѣнная плева (краснымъ).
  - 11.—Околосердіе (перикардъ) (чернымъ).
  - 12.—Правое предсердіе (чернымъ пунктиромъ).
  - 13.—Верхняя полая вена (синимъ).
  - 14.—Правая легочная верхушка и покрывающая ее легочная плева (краснымъ).
- Грудобрюшная преграда очерчена синей линіей.

менья, то, по изысканіямъ глубокаго знатока быта и нравовъ первобытныхъ и древнихъ народовъ д-ра Плосса, беременнымъ женщинамъ предписывалось избѣгать какихъ бы то ни было острыхъ и возбуждающихъ веществъ. Бразильскія индіанки должны воздерживаться въ этомъ періодѣ отъ употребленія мяса. Туземки Целебеса должны воздерживаться отъ употребленія сильно пахнущихъ веществъ точно такъ же, какъ и отъ употребленія краббовъ, устрицъ и пр. Древнимъ іудейкамъ Библия запрещала на это время употребленіе вина и прочихъ крѣпкихъ напитковъ. Островитянки Каролинскихъ острововъ должны ограничить свою пищу исключительно кокосовымъ молокомъ. Рекомендуютъ беременнымъ преимущественно растительную пищу и обычаи китайцевъ. У древнихъ индусовъ на каждый мѣсяць беременности имѣлась своя особенная діета.

Теперь остановимъ вниманіе читательницъ еще на одномъ вопросѣ, а именно на томъ, какимъ образомъ относились древніе народы къ *половымъ сношеніямъ* во время *беременности*. И въ этомъ отношеніи мы можемъ привести множество не только очень интересныхъ, но и поучительныхъ указаній. „Въ общемъ, говоритъ д-ръ Плоссъ, во всѣхъ странахъ міра существуютъ многочисленныя народности, у которыхъ половое сожителство во время беременности строжайшимъ образомъ запрещается. Въ большинствѣ случаевъ завѣтъ этотъ не претупается и строго соблюдается супругомъ, съ какими бы лишеніями это для него ни было сопряжено“.

Полное воздержаніе соблюдается во время беременности у индѣйцевъ Сѣверной Америки, апантіевъ и обитателей Антильскихъ острововъ. Временное воздержаніе, преимущественно начиная съ 5-го мѣсяца, наблюдается у многихъ народностей, считающихъ совокупленіе, начиная съ 4-го мѣсяца беременности, преступленіемъ, равнымъ по своей тяжести челоуѣкоубійству. Мидійцамъ и персамъ половое сожителство съ беременными женщинами было запрещено религіознымъ завѣтомъ, несоблюденіе котораго каралось довольно строго. Еще рѣзче выраженъ вышеизложенный взглядъ на половое сожителство съ беременной женщиной въ Талмудѣ, въ которомъ прямо сказано: „Совокупленіе съ беременной женщиной въ теченіе первыхъ трехъ мѣсяцевъ послѣ зачатія очень вредно отражается какъ на самой женщинѣ, такъ и на плодѣ. Тотъ, кто совокупляется съ беременной женщиной въ 90-ый день послѣ зачатія, совершаетъ преступленіе, равносильное уничтоженію челоуѣческой жизни“. У китайцевъ беременность также влечетъ за собой раздѣленіе супружескаго ложа. Итакъ, изъ всѣхъ приведенныхъ нами фактовъ

видно, что большинствомъ народовъ, не проникшихся европейской культурой, половое сожителство во время беременности запрещается до извѣстнаго періода или же на все время. Не можетъ быть никакого сомнѣнія въ томъ, что подобное отношеніе въ высшей степени разумно и заслуживаетъ самага широкаго подражанія со стороны европейцевъ, ибо не можетъ быть никакого сомнѣнія въ томъ, что множество тяжелыхъ страданій, преждевременныхъ родовъ и выкидышей должны быть приписаны, если не исключительно, то главнымъ образомъ злоупотребленію половыми сношеніями во время беременности.

### **Нѣкоторыя указанія молодымъ дѣвушкамъ и новобрачнымъ относительно замужества и связанныхъ съ нимъ послѣдствій.**

Было бы въ высшей степени желательнo, чтобы ни одна молодая дѣвушка не выходила замужъ, не посоветовавшись раньше съ врачомъ относительно состоянія своего здоровья и относительно того, не сопряжено ли для нея замужество и материнство съ опасностью для здоровья. Само собой разумѣется, что со временемъ, когда постоянное медицинское наблюденіе станетъ во всѣхъ слояхъ населенія правиломъ, какъ родители, такъ и сами заинтересованныя лица будутъ на этотъ счетъ достаточно освѣдомлены задолго до наступленія момента замужества. Къ сожалѣнію, это время, повидимому, наступитъ еще не скоро, и не скоро мы перестанемъ, слѣдовательно, быть свидѣтелями того, какъ выходятъ замужъ молодыя дѣвушки, для которыхъ материнство равносильно иногда смертному приговору.

Особенной опасностью грозятъ при замужествѣ молодымъ женщинамъ слѣдующія болѣзни: 1) нѣкоторыя болѣзни сердца и легкихъ; 2) нѣкоторыя болѣзни и искривленія позвоночника и 3) неправильное положеніе матки. Въ томъ случаѣ, когда молодая дѣвушка страдаетъ какой-либо изъ упомянутыхъ разрядовъ болѣзней, было бы желательнo, чтобы компетентный врачъ высказалъ ей свое мнѣніе о томъ, не грозитъ ли замужество опасностью ей или ея будущимъ дѣтямъ. Въ другихъ случаяхъ соотвѣтствующимъ леченіемъ удастся еще настолько улучшить дѣло, что молодой дѣвужкѣ возможно будетъ выйти замужъ со спокойной душой, что, очевидно, предпочтительнѣе во всѣхъ отношеніяхъ.

Несмотря на то, что перечисленныя группы болѣзней должны считаться наиболѣе опасными въ отношеніи замужества, онѣ далеко не единственныя въ этомъ смыслѣ. Къ



таковымъ слѣдуетъ также причислить глубоко укоренившуюся блѣдную немочь, а также нѣкоторыя нервныя и душевныя болѣзни. Въ этомъ отношеніи общихъ правилъ быть, конечно, не можетъ, и руководиться слѣдуетъ гораздо больше условіями и особенностями каждаго частнаго случая въ отдѣльности, нежели общими соображеніями. Обсудимъ теперь нѣсколько подробнѣе, въ какой мѣрѣ служатъ протипоказаніемъ ко вступленію въ бракъ упомянутыя нами болѣзни.

При болѣзняхъ легкихъ и сердца половая жизнь, особенно же беременность, не только ослабляетъ женщину, но грозитъ въ нѣкоторыхъ случаяхъ непосредственной опасностью ея жизни. Очень тяжело отражаются болѣзни эти и на здоровьѣ ребенка, который въ подавляющемъ большинствѣ случаевъ рождается болѣзненнымъ и хилымъ и во многихъ случаяхъ рано умираетъ. Изъ *легочныхъ* болѣзней наиболѣе опасной должно признать чахотку; изъ *сердечныхъ* — пороки митрального — двустворчататаго клапана (см. „Сердечныя болѣзни“). Нѣкоторыя пороки этого клапана во многихъ случаяхъ угрожаютъ непосредственно опасностью жизни во время родовъ. Само собою разумѣется, что въ томъ случаѣ, когда

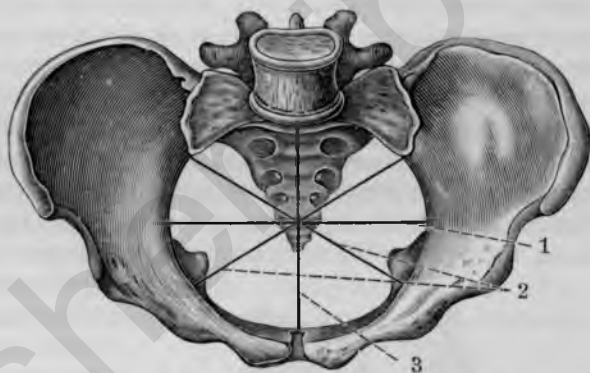


Рис. 385. Костный тазъ и его размѣры.  
1. Поперечный размѣръ. 2. Косой размѣръ; 3. Прямой размѣръ.

названныя болѣзни не успѣли еще глубоко укорениться и своевременно были подвергнуты разумному леченію, онѣ могутъ быть совмѣстимы не только съ замужествомъ, но и съ материнствомъ. Читательницъ, специально интересующихся этими вопросами, отсылаемъ ко II „Энциклопедической“ части сочиненія, въ которой онѣ найдутъ болѣе подробныя указанія относительно характера означенныхъ болѣзней.

Самаго серьезнаго вниманія заслуживаютъ съ точки зрѣнія беременности и вопроса о материнствѣ нѣкоторыя *болѣзни позвоночника* (см.), такъ какъ онѣ непосредственно отражаются на размѣрахъ таза. Для того, чтобы ребенокъ могъ во время родовъ свободно пройти черезъ тазъ, послѣдній долженъ непремѣнно обладать извѣстными размѣрами. Если размѣры эти меньше нормальныхъ, то въ однихъ случаяхъ

роды бываютъ очень трудными; въ другихъ же случаяхъ они вовсе не могутъ произойти естественнымъ образомъ. Между тѣмъ, нѣкоторыя искривленія позвоночнаго столба непосредственно отражаются на размѣрахъ таза въ смыслѣ ихъ укороченія. При *плоскомъ тазѣ* уменьшается прямой размѣръ (между лоннымъ соединеніемъ спереди и мысомъ позвоночника сзади) вслѣдствіе того, что позвоночникъ слишкомъ сильно искривляется по направленію кпереди. Выдающийся впередъ мысъ, укорачивающій прямой размѣръ таза, наблюдается и при боковомъ искривленіи позвоночника въ ту или другую сторону. Такого рода искривленіе является послѣдствіемъ неправильнаго ношенія дѣтей въ грудномъ возрастѣ, нѣжнаго строенія костей, косога положенія позвоночника при школьныхъ и домашнихъ занятіяхъ, причемъ положеніе это становится затѣмъ привычнымъ и т. д. Между тѣмъ, впоследствии, когда дѣвушка выходитъ замужъ, такого рода искривленіе является очень сильнымъ препятствіемъ при родахъ. На рис. 436 нами изображено косое положеніе плечъ и позвоночника при письменныхъ работахъ. На рис. 433— изображено неправильное ношеніе ребенка, также ведущее къ искривленію позвоночника. Если неправильность замѣчена вовремя, то разумной гимнастикой и правильнымъ примѣненіемъ ортопедическихъ пріемовъ можно очень многое поправить. Но, если на это не было обращено вниманіе своевременно, то это



Рис. 386. Тазомѣръ.

безусловно привлечетъ къ себѣ вниманіе, и притомъ самымъ грустнымъ образомъ, во время первыхъ же родовъ.

Между тѣмъ у насъ существуютъ довольно вѣрныя средства заблаговременно составить себѣ довольно опредѣленное сужденіе о томъ, *правильно ли устроена тазъ* и позволяютъ ли его размѣры рассчитывать на правильные и безпрепятственные роды. Съ этой цѣлью тазъ снаружи измѣряется специальнымъ инструментомъ, который носитъ названіе *тазомѣтра* и ко-

торый изображенъ нами на рис. 386. Еще болѣе опредѣленные результаты получаются при внутреннемъ измѣреніи таза, которое даетъ намъ размѣры таза въ томъ видѣ, какъ они у насъ изображены на рис. 387. Слѣдуетъ, однако, сказать,

что предпринять такого рода измѣренія мы можемъ только у женщинъ между тѣмъ, какъ у дѣвушекъ ихъ примѣнять нельзя, не рискуя произвести довольно серьезныя поврежденія въ области половыхъ органовъ. Какъ бы то ни было, можно сказать, что, въ общемъ, правильное строение позвоночника и правильные размѣры таза даютъ намъ очень сильное основаніе рассчитывать на то, что все при родахъ обойдется благополучно и что младенецъ не встрѣтитъ особенно сильныхъ препятствій при прохожденіи черезъ родовые пути.

Что касается до *смѣщенія* или *перегибовъ матки* (см.) то существованіе ихъ удастся установить и у дѣвушекъ, что не сопряжено для нихъ съ особенными страданіями и даже нарушеніемъ чувства стыдливости. Если все въ этомъ отношеніи обстоитъ благополучно или же, если отклоненія отъ нормальнаго положенія незначительны, дѣвушка спокойно можетъ выйти замужъ и съ полнымъ правомъ мечтать о материнствѣ. Иное дѣло, если отклоненія слишкомъ значительны. Въ такомъ случаѣ дѣвушка должна быть предупреждена о томъ, что ей въ томъ случаѣ, когда она забеременѣетъ, могутъ предстоять очень тяжкія страданія; въ нѣкоторыхъ же случаяхъ она вовсе не можетъ рассчитывать на естественные роды. Въ томъ случаѣ, когда смѣщеніе—незначительно, слѣдуетъ попытаться полечить и исправить его. Въ томъ случаѣ, когда оно не поддается леченію, дѣвушка должна быть готова къ тому, чтобы вовсе отказаться отъ мысли о замужествѣ; если же она вышла замужъ, то должна оставить мечты о материнствѣ.

Въ заключеніе упомянемъ еще объ одномъ обстоятельстве, котораго мы считаемъ долгомъ коснуться, несмотря на всю его щекотливость и несмотря на то, что оно не относится непосредственно къ женщинамъ: мы имѣемъ въ виду зачатіе „во хмелю“, которое, къ несчастью, далеко нерѣдко имѣетъ и у насъ мѣсто во всѣхъ слояхъ населенія. Имѣются, между тѣмъ, сильныя основанія думать, что зачатіе въ подобномъ состояніи оказывается далеко не безразличнымъ для плода, что было извѣстно еще древнимъ. Такъ, передаютъ, что Сократъ, встрѣтивъ разъ на улицѣ идиота, сказалъ ему:— „Отецъ зачалъ тебя во хмелю“. Нельзя, конечно, утверждать, чтобы всѣ дѣти, зачатые въ подобномъ состояніи, непременно были идиотами, но весьма вѣроятно, что они рождаются на свѣтъ Божій съ значительно ослабленной нервной системой, съ болѣзненной воспримчивостью и съ пониженными способностями къ тѣлесному и умственному труду. Весьма рано обнаруживаются въ нихъ нерѣдко дурныя черты характера въ видѣ гнѣва, раздражительности, упротства. Въ школѣ они

отстаютъ отъ своихъ сверстниковъ. Половая возбудимость проявляется у нихъ очень рано.

Можетъ ли при такихъ условіяхъ остаться въ комъ-

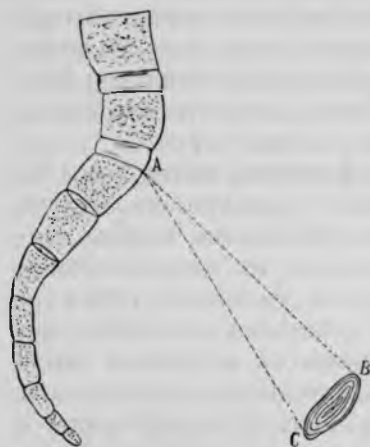


Рис. 387. Границы малаго таза. А—мышь, В—верхній край лоннаго сращенія; С — нижній край лоннаго сращенія; АВ—верхняя граница малаго таза; АС—наиболѣе важный размѣръ таза, такъ-наз., прямой размѣръ, который не долженъ быть меньше 12½ сант.

либо хоть тѣнь сомнѣнія въ томъ, что зачатія дѣтей въ состояніи опьянѣнія слѣдуетъ избѣгать всеми мѣрами!.. Если же мы одновременно подумаемъ объ условіяхъ дѣйствительной жизни, то мы легко поймемъ, что на мужа, который находится подъ вліяніемъ спиртныхъ паровъ, очень слабо отдаетъ себѣ отчетъ въ томъ, что происходитъ, и всего меньше способенъ помышлять о послѣдствіяхъ своихъ поступковъ, нечего разсчитывать. Слѣдовательно, вся забота о томъ, чтобы избѣжать зачатія въ подобномъ состояніи, должна падать, главнымъ образомъ, на жену. Мы, конечно, не считаемъ возможнымъ вдаваться въ разсмотрѣніе тѣхъ мѣръ, при помощи которыхъ жена можетъ избѣжать супружескихъ сношеній при подобныхъ условіяхъ. Каждая женщина

должна, тѣмъ не менѣе, быть предупреждена о вѣроятныхъ послѣдствіяхъ этого акта и тогда она найдетъ возможность устранить совершеніе самаго акта или, по крайней мѣрѣ, его послѣдствій, въ чемъ, навѣрное, никогда раскаиваться не будетъ.

### Какъ намъ достигъ того, чтобы дѣти рождались здоровыми и красивыми.

Читательницы не ждуть отъ насъ, конечно, никакихъ особенныхъ секретовъ. Тѣмъ не менѣе, мы считаемъ необходимымъ отгнѣнить и обратить ихъ особенное вниманіе на тѣ обстоятельства и условия, которыя всего больше вліяютъ на рожденіе хилыхъ и болѣзненныхъ или же, наоборотъ, красивыхъ и здоровыхъ дѣтей. Огромное вліяніе имѣетъ, само собой разумѣется, *наслѣдственность*, и, чѣмъ родители стоятъ выше какъ въ физическомъ, такъ и въ духовномъ отношеніи, тѣмъ больше основаній имѣютъ они разсчитывать на то, что и дѣти у нихъ будутъ здоровыя и хорошія. Отсюда ясно слѣдуетъ, что каждая и каждый изъ насъ

не только въ своихъ личныхъ интересахъ, но и въ непосредственныхъ интересахъ своего потомства обязанъ безпрестанно заботиться о своемъ тѣлесномъ, нравственномъ и умственномъ усовершенствованіи. Мы твердо можемъ рассчитывать на то, что усилія наши въ этомъ направленіи отнюдь не останутся безплодными.

Итакъ, первое условіе для того, чтобы дѣти были хороши, это то, чтобы таковыми были и родители, и чтобы они въ сѣмени и яйцѣ передали своимъ будущимъ дѣтямъ свои свойства. Таковы условія, касающіяся *зачатія*. Приступаемъ теперь къ разсмотрѣнію условій, отражающихся въ томъ или иномъ смыслѣ на *развитіи плода*. Можно ли думать, что для плода совершенно безразлично, при какихъ физическихъ и нравственныхъ условіяхъ живетъ въ теченіе этого времени та, соками которой питается и поддерживается его жизнь? Отсюда проистекаетъ второе указаніе: поставить мать, которая носитъ младенца, въ наиболѣе благопріятныя физическія и духовныя условія. Не только въ тѣлесномъ отношеніи: въ смыслѣ пищи, воздуха, движенія, покоя и пр. она должна быть обставлена какъ можно болѣе благопріятно, но на обязанности окружающихъ лежитъ также — обезпечить ей возможно полное душевное спокойствіе. Кто, впрочемъ, этого не понимаетъ, и не встрѣчаемся ли мы развѣ, даже у первобытныхъ народовъ и въ низшихъ классахъ, съ особенной заботливостью по отношенію къ беременной женщинѣ!

Въ народѣ очень глубоко живетъ убѣжденіе, что впечатлѣнія, подъ которыми живетъ во время беременности мать, самымъ непосредственнымъ образомъ отражаются на плодѣ. Такъ, красныя пятна на лицѣ, съ которыми рождаются нѣкоторыя дѣти и которыя остаются потомъ на всю жизнь, приписываются имъ тому, что мать въ періодъ беременности слишкомъ сильно была напугана и потрясена зрѣлищемъ пожара. Современная наука относится, правда, нѣсколько скептически къ подобнымъ воззрѣніямъ, но кто рѣшится отрицать, что въ нихъ имѣется, быть-можетъ, и зерно истины?! Какъ бы то ни было, едва ли можетъ существовать малѣйшее сомнѣніе въ томъ, что въ интересахъ плода необходимо создавать для матери самую благопріятную обстановку. И въ этомъ отношеніи, какъ и во многихъ другихъ, древніе греки могутъ намъ подать очень хорошій примѣръ. Въ интересахъ здоровья и красоты своей расы, которыми они такъ дорожили, они считали необходимымъ украшать комнаты, въ которыхъ пребывала беременная женщина, самыми чудными произведеніями искусства въ видѣ статуй, картинъ и пр.

Примѣръ этотъ достоинъ полнаго подражанія. Желательно, въ интересахъ будущаго ребенка, чтобы мать постоянно находилась въ самой пріятной и изящной атмосферѣ, чтобы все ея чувства воспринимали, по возможности, одни только пріятныя и благотворныя впечатлѣнія, чтобы настроеніе ея духа было постоянно ровнымъ, спокойнымъ и пріятнымъ. Гдѣ бы она ни находилась: дома ли, въ гостяхъ, на воздухѣ, мы должны принимать все зависящее отъ насъ мѣры къ тому, чтобы удалять отъ нея все тяжелое, некрасивое и грубое, и окружать ее только полезнымъ, пріятнымъ красивымъ и изящнымъ. При такихъ условіяхъ имѣется всего больше шансовъ на то, что родится здоровый и красивый младенецъ.

### Правильные роды.

Родами называютъ процессъ изгнанія плода изъ материнскаго лона. При своевременныхъ родахъ изгоняется совершенно зрѣлый плодъ. Въ томъ случаѣ, когда изгоняется незрѣлый, но жизнеспособный плодъ, мы имѣемъ дѣло съ преждевременными родами. Выкидываемъ мы называемъ роды въ томъ періодѣ, когда плодъ еще не жизнеспособенъ.

Изгнаніе зрѣлаго плода, иными словами—*нормальные* роды имѣютъ мѣсто только тогда, когда младенецъ, съ одной стороны, сталъ уже настолько взрослымъ, что способенъ вести болѣе или менѣе самостоятельное существованіе *внѣ* материнскаго организма и когда онъ, съ другой стороны, принялъ уже такіе размѣры, что не имѣетъ больше возможности развиваться въ материнскомъ организмѣ. Преимущественно послѣднее обстоятельство производитъ особаго рода раздраженіе въ маткѣ, которымъ обусловливается наступленіе въ ея волокнахъ сокращеній, играющихъ выдающуюся роль въ актѣ родовъ. Здѣсь уместно будетъ вновь указать на то, что матка состоитъ изъ нѣсколькихъ слоевъ волоконъ, которыя все очень тѣсно переплетены между собой и которыя въ случаѣ раздраженія сокращаются все одновременно. Въ этихъ сокращеніяхъ лежитъ причина „родовыхъ болей“. Къ этимъ сокращеніямъ матки присоединяются также сокращенія мышцъ живота. Эти сокращенія производятъ „схватки“. При наступленіи болей и схватокъ, плодъ невольно направляется туда, гдѣ онъ находитъ по пути наименьшее сопротивленіе. Такимъ направленіемъ оказывается въ данномъ случаѣ малый тазъ. Такимъ образомъ, мы получили понятіе о трехъ главнѣйшихъ элементахъ, играющихъ столь важную роль въ механизмѣ родовъ. *Изгоняющими силами* слѣдуетъ считать

родовыя боли и схватки. Слѣдующимъ элементомъ являются *родовые пути*, которые иногда оказываютъ совершенно непреодолимое препятствіе прохожденію плода. Третьимъ элементомъ является самъ *плодъ*, который долженъ быть такихъ размѣровъ, чтобы онъ могъ безпрепятственно пройти черезъ тазъ. Въ этомъ отношеніи также очень важна и податливость

предлежащей частитѣлаплода, т. е. той, которая пробиваетъ себѣ путь первой, такъ какъ это даетъ ей возможность уменьшать въ значительной степени свой объемъ. Прибавимъ тутъ же къ слову, что родовые, т. е. тѣ пути, черезъ которые

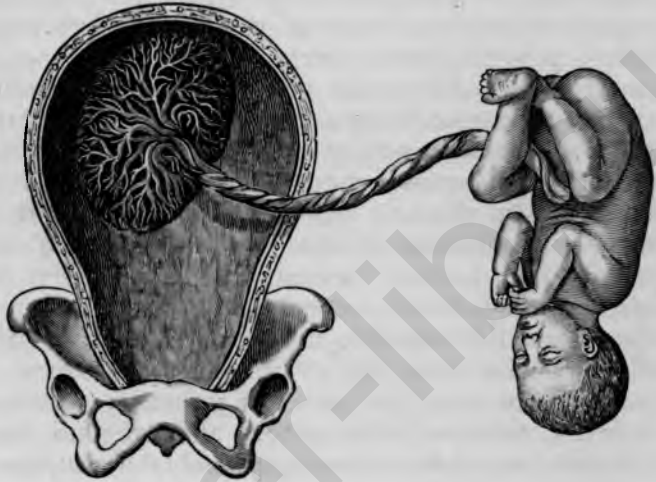


Рис. 388. Матка съ послѣдомъ, пуповиной и младенцемъ.

долженъ проходить младенецъ, состоятъ изъ малаго таза и наружныхъ половыхъ частей.

Выше мы уже указывали на то, что матка по мѣрѣ созрѣванія плода все выше и выше подымается изъ области малаго таза въ большой, а затѣмъ и въ брюшную полость. Вмѣстѣ съ тѣмъ все выше и выше подымается также и маточный зѣвъ. Такимъ образомъ плодъ вынужденъ не только значительно расширить маточный зѣвъ, но также пройти черезъ наиболѣе узкую и твердую часть малаго таза и черезъ влагалище, чтобы достигнуть, наконецъ, его наружнаго отверстія и появиться на свѣтъ Божій. Само собой разумѣется, что всего больше трудностей представляетъ проходъ черезъ *малый тазъ*, на что требуется обыкновенно нѣсколько часовъ, между тѣмъ, какъ проходъ черезъ матку и влагалище совершается очень быстро, иногда даже черезчуръ быстро, что можетъ грозить не малой опасностью роженицѣ. При сильныхъ боляхъ головка выталкивается иногда вонъ съ такой поспѣшностью и силой, что почти неизбѣжно влечетъ за собой разрывы промежности. На раскрашенныхъ таблицахъ №№ 14 и 15 нами изображено прорѣзываніе головки, и на нихъ мы можемъ видѣть, какъ съ каждой схваткой головка все дальше и дальше

протѣсняется во влагалище. На тѣхъ же таблицахъ нами изображено, какъ акушерка рукой старается сдержатъ напоръ головки, отталкивая ее кверху, и такимъ образомъ предохранить напряженную кожу промежности отъ разрывовъ. При податливости тканей и быстромъ напорѣ головки истонченная промежность рвется нерѣдко, какъ папирозная бумага. Впрочемъ, о томъ, какъ предупредить послѣдствія быстрого и рѣзкаго напора головки, и о томъ, какъ защититъ промежность, у насъ еще будетъ рѣчь ниже.

На рис. 388 нами изображено положеніе матки въ послѣднемъ періодѣ беременности, а также и прикрѣпленіе послѣда. *Прорѣзываніе головки* составляетъ наиболѣе трудный моментъ родовъ, который стоитъ женщинѣ большихъ страданій. Какъ только, однако, моментъ этотъ миновать, причемъ у роженицы вырывается обыкновенно отчаянный и безумный крикъ боли, остальное не требуетъ отъ нея особеннаго напряженія и совершается значительно легче. Послѣ прорѣзыванія головки, происходитъ наружный поворотъ, затѣмъ происходитъ прорѣзываніе плечиковъ и послѣ того— всего туловища. Во всѣ эти моменты врачъ или акушерка имѣютъ, однако, возможность значительно помочь роженицѣ, ускоритъ окончательное разрѣшеніе и такимъ путемъ облегчить страданія роженицы.

Черезъ короткое время послѣ того, какъ прорѣзалась головка, нормальный ребенокъ производитъ *вдыханіе*, при которомъ воздухъ проникаетъ въ легкія, и онъ испускаетъ обыкновенно *первый крикъ*, который производитъ столь глубокое потрясеніе въ каждой матери и часто примиряетъ ее со всѣми муками родовъ. Въ томъ случаѣ, когда младенецъ медлитъ заявить о своемъ появленіи на свѣтъ Божій крикомъ, его побуждаютъ къ тому легкими пошлепываніями и пр. Въ крайнихъ случаяхъ прибѣгаютъ къ производству искусственнаго дыханія и прочимъ мѣрамъ оживленія, о которыхъ у насъ еще будетъ рѣчь ниже.

Какъ видятъ наши читательницы изъ предыдущаго изложенія, роженица далеко не всегда нуждается, собственно говоря, въ чьей-либо посторонней помощи, такъ какъ нормальные роды должны совершаться и совершаются совершенно естественнымъ путемъ безъ чьего-либо вмѣшательства. Тѣмъ не менѣе, желательно, чтобы при каждыхъ родахъ присутствовали если не врачъ, то акушерка. Въ такомъ случаѣ роженица будетъ увѣрена въ томъ, что въ случаѣ какого-либо ненормальнаго и болѣзненнаго явленія на него своевременно будетъ обращено надлежащее вниманіе и приняты соотвѣтствующія мѣры къ его устраниенію. Помимо того, даже при совер-



шенно нормальныхъ родахъ очень полезно имѣть около себя опытнаго человѣка, который могуче способствовалъ бы сохраненію физическихъ силъ роженицы и сохраненію ею нравственнаго мужества. Роль акушерки при такихъ условіяхъ трудно поддается опредѣленію. Она должна, главнымъ образомъ, успокаивать больную и побуждать ее къ тому, чтобы она не тратила понапрасну силъ въ промежуткахъ между схватками, сохраняя ихъ для послѣднихъ. Въ случаѣ упадка духа, что особенно часто наблюдается у болѣзненныхъ женщинъ и первородящихъ, она должна поддерживать въ нихъ духъ и бодрость: и въ самомъ дѣлѣ, первородящія часто бываютъ искренно убѣждены, что муки ихъ никогда не кончатся.

Помимо того, каждая роженица должна, повторяемъ, твердо быть проникнута сознаниемъ, что роды составляютъ совершенно *естественный* актъ, который судьбой предназначено совершать каждой нормальной женщиной. Должна она также имѣть въ виду, что у первобытныхъ народовъ, а нерѣдко и у нашихъ крестьянокъ далеко не въ рѣдкость благополучное разрѣшеніе въ полномъ одиночествѣ среди поля или, какъ мы это наблюдаемъ у индѣйцевъ, въ лѣсу, причемъ женщина не только рождаетъ ребенка, но сама же перевязываетъ и отрѣзываетъ пуповину, послѣ чего вынуждена бываетъ нерѣдко догонять свой таборъ, который за это время довольно далеко ушелъ впередъ. Мы увѣрены, что, если бы европейскія женщины и, преимущественно, горожанки почаще имѣли въ виду подобные факты, то онѣ гораздо спокойнѣе относились бы вообще къ родамъ, отчего, онѣ несомнѣнно только выиграли бы.

Въ томъ случаѣ, когда все идетъ нормально, черезъ какія-нибудь  $\frac{1}{4}$  часа послѣ рожденія младенца, отдѣляется и дѣтское мѣсто, и все заканчивается самымъ благополучнымъ образомъ: нѣтъ ни особенныхъ болей, ни кровотеченій. Ребенокъ, покричавши, спокойно засыпаетъ; его примѣру слѣдуетъ утомленная и измученная мать, въ сладкомъ сознаниіи выполненнаго долга. Такъ и бываетъ оно, когда мать совершенно здорова и задолго до родовъ думала объ ихъ наступленіи и принимала надлежащія мѣры для того, чтобы быть здоровой. Къ сожалѣнію, оно *не всегда* бываетъ такъ, нерѣдко наблюдаются роды, при которыхъ далеко не все идетъ благополучно. Къ разсмотрѣнію этихъ-то родовъ мы и перейдемъ теперь.

### Тяжелые и неправильные роды.

Причиной тяжелыхъ родовъ могутъ быть самыя различныя условія. Всѣ они, однако, могутъ быть отнесены къ че-

тыремъ различнымъ разрядамъ, которые мы и рассмотримъ всё по очереди. Причиной тяжелыхъ родовъ можетъ быть *слабость потугъ*. Женщина можетъ быть настолько истощена, что и при нормальности всёхъ прочихъ условій она не въ состоянїи бываетъ вовсе родить ребенка или же роды тянутся слишкомъ долго. Въ другомъ случаѣ роды затрудняются *неправильнымъ положеніемъ плода*. Особенно затрудняются роды при поперечномъ положенїи плода или же при выпаденїи какой-либо конечности, что является, очевидно, значительнымъ препятствїемъ къ прохожденїю предлежащей части. Всё эти случаи изображены у насъ на раскрашенныхъ таблицахъ, къ которымъ мы и отсылаемъ читательницъ.

Въ третьемъ случаѣ затрудненїе является при родахъ со стороны *таза*, который имѣетъ совершенно неправильное строенїе. Всего чаще причиной неправильнаго таза является *англійская болѣзнь* (см.), на которой мы довольно подробно остановились во II „Энциклопедической“ части сочиненїя. При этой же статьѣ помѣщены нами и рисунки различныхъ узкихъ тазовъ. Будучи ограничены мѣстомъ, мы лишены возможности вновь возвращаться къ этимъ столь важнымъ вопросамъ. Поэтому мы рекомендуемъ читательницамъ, серьезно интересующимся этими вопросами, вновь перечестъ тѣ статьи и главы, которыя имѣютъ отношенїе къ данному предмету, а также внимательно изучить приложенные къ нимъ рисунки.

Причиной неправильныхъ и затруднительныхъ родовъ служатъ также и нѣкоторыя *особенности младенца*, которыя будутъ нами рассмотрѣны послѣдними.

**I. Родовыя боли.** Родовыя боли вызываются сокращенїями матки, которыя играютъ первостепенную роль при актѣ родовъ. *Сокращенїя матки* происходятъ совершенно произвольно, и роженица такъ же мало въ силахъ остановить ихъ, разъ онѣ появились, какъ и вызвать ихъ появленїе. При правильныхъ родовыхъ боляхъ матка сокращается законномѣрнымъ образомъ: сначала сокращается маточное дно, и оттуда уже сокращенїя передаются и всему тѣлу матки. Продолжительность болей вначалѣ бываетъ невелика, и онѣ продолжаются едва нѣскольکو секундъ. Затѣмъ продолжительность ихъ постепенно увеличивается и можетъ удлиниться до одной-двухъ и даже трехъ минутъ. Промежутки (паузы) между болями въ началѣ также бываютъ продолжительны, но затѣмъ и они сокращаются все болѣе, такъ что подъ конецъ родовъ однѣ боли отдѣляются отъ другихъ едва нѣсколькими минутами. Характеръ болей имѣетъ огромное влїянїе на теченїе родовъ. Правильныя боли ведутъ къ совершенно опредѣленнымъ результатамъ: сокращенїю матки, вслѣдствїе чего умень-

шается ея объемъ. Матка, сокращаясь, производитъ давленіе на свое содержимое—плодъ, заставляя его искать выхода изъ матки въ направленіи наименьшаго сопротивленія. Вслѣдствіе этого правильныя родовыя боли прежде всего производятъ разрывъ пузыря и отхожденіе водъ. Послѣ того онѣ обуславливаютъ истонченіе маточной шейки, раскрытіе маточнаго зѣва и послѣ того изгнаніе плода, а затѣмъ—и послѣда. При нормальныхъ условіяхъ каждый приступъ родовыхъ болей долженъ имѣть, хотя и не особенно рѣзкій, но все же довольно ощутительный результатъ.

Родовымъ болямъ приходятъ на помощь *потуги*, которыя состоятъ въ сокращеніи такъ наз. брюшнаго пресса. Потуги состоятъ въ сокращеніи грудобрюшной преграды, мышцъ брюшной стѣнки и тазоваго дна. Потуги до известной степени произвольны, исключая, однако, того момента, когда начинается прорѣзываніе головки. Въ этотъ моментъ женщина нерѣдко совершенно



Рис. 389. Роды негритянки—изъ племени чули.  
(По эскизу Фелкина).

теряетъ власть надъ собой и бессознательно напрягаетъ всѣ свои силы на то, чтобы какъ можно скорѣе изгнать младенца. Въ самомъ дѣлѣ, прохожденіе плода причиняетъ ей въ этотъ періодъ совершенно невыносимыя боли.

*Неправильными* родовыя боли называются въ томъ случаѣ, напр., когда онѣ появляются слишкомъ часто и не даютъ родамъ возможности совершиться правильнымъ и постепеннымъ образомъ. Въ другомъ случаѣ, всего чаще тогда, когда женщина истощилась и выбилась изъ силъ, онѣ начинаютъ

появляться черезчуръ рѣдко. Въ такомъ случаѣ процессъ родовъ также очень медленно подвигается впередъ. Въ другомъ случаѣ сокращенія матки происходятъ неравномѣрно; сокращается, напр., средній отдѣлъ матки, между тѣмъ какъ дно остается въ первоначальномъ положеніи. И въ такомъ случаѣ, очевидно, боли не приводятъ къ цѣли.

Что касается до *болѣзненности* родовыхъ болей, то она далеко не всегда находится въ прямомъ соотвѣтствіи съ силой маточныхъ сокращеній; многое зависитъ въ этомъ отношеніи также и отъ темперамента женщины и ея выносливости: при одинаковыхъ условіяхъ нервныя женщины гораздо больше страдаютъ, понятно, отъ родовыхъ болей, чѣмъ женщины съ вполне уравновѣшенной нервной системой.

Въ общемъ, какъ сказано, боли въ началѣ бываютъ сносными, тѣмъ болѣе, что промежутки между ними велики и даютъ женщинамъ возможность собраться съ силами. Чѣмъ



Рис. 390. Успокаивающія поглаживанія рукъ и живота роженицы.

больше подвигается, однако, впередъ родовой процессъ, тѣмъ сильнѣе становятся боли. Въ томъ случаѣ, когда боли становятся очень сильными, мы обладаемъ средствами, нѣсколько ослабить дѣйствіе ихъ на роженицу: на первомъ планѣ слѣдуетъ поставить нравственное воздѣйствіе. слѣдуетъ настойчиво указывать женщинамъ на то, что съ каждымъ новымъ приступомъ болей все болѣе и болѣе приближается столь страстно ожидаемый ею моментъ разрѣшенія. слѣдуетъ ей указывать также и на то, что при отсутствіи болей роды ни въ коемъ случаѣ не могутъ сколько-нибудь подвигаться впередъ. Помимо нравственнаго воздѣйствія, мы обладаемъ и нѣкоторыми физическими средствами успокоить нѣсколько роженицу. Такъ, мы можемъ примѣнить тепловатая ванны. Роженицѣ слѣдуетъ обезпечить доступъ свѣжаго воздуха. Въ случаѣ надобности акушерка или кто-нибудь изъ близкихъ къ роженицѣ женщинъ производитъ осторож-

ныя успокаивающія поглаживанія живота такъ, какъ это изображено у насъ на рис. 390.

Въ томъ случаѣ, когда роженица жалуется, главнымъ образомъ, на боли въ крестцѣ и въ поясницѣ, большую помощь оказываетъ также массажъ въ родѣ того, который изображенъ на рис. 391.

При ослабленіи болей бываетъ въ нѣкоторыхъ случаяхъ показана легкая прогулка роженицы. Въ этомъ, несомнѣнно, лежитъ основаніе обычая, очень распространеннаго среди нашихъ крестьянъ—водить роженицъ со слабыми потугами не только въ домѣ, но и по двору. Въ томъ случаѣ, когда головка уже достаточно прорѣзалась, роженица же окончательно истощена и не находитъ въ себѣ силъ для окончательнаго изгнанія младенца, какъ послѣдній исходъ, остается только примѣненіе *щипцовъ*. (см. на табл. „Наложеніе щипцовъ“).

II. Переходимъ теперь къ разсмотрѣнію различныхъ положеній плода. Плодъ можетъ занимать въ материнскомъ тазу продольное и поперечное положеніе. Положенія различаются по **предлежащей части**. При нормальныхъ условіяхъ, въ 98% всѣхъ случаевъ, приблизительно, предлежащей частью является *головка* младенца,



Рис. 391. Массажъ спины при боляхъ въ крестцѣ.

и именно затылокъ. Это предлежаніе должно быть признано наиболѣе благоприятнымъ, такъ какъ оно всего равномѣрнѣе и постепеннѣе расширяетъ родовой каналъ и подготавливаетъ свободное прохожденіе всѣхъ послѣдующихъ частей плода, такъ какъ головка представляетъ собой наиболѣе значительную и къ тому же наименѣе податливую и наименѣе способную къ уменьшенію своего объема часть плода.

При правильныхъ родахъ головка прорѣзывается *затылкомъ впередъ* по направленію къ лонному сочлененію и лицомъ назадъ—по направленію къ крестцу.

Отъ черепныхъ (или головныхъ) положеній естественный переходъ представляютъ *лицевыя* положенія, которыя можно назвать искаженными черепными положеніями. Раз-

ницу между первыми и вторыми можно объяснить тѣмъ, что при *лицевыхъ* положеніяхъ головка *разбивается*, между тѣмъ какъ при нормальныхъ—затылочныхъ она *сшибается*. Лицевыя положенія гораздо опаснѣе затылочныхъ, такъ какъ роды при нихъ значительно затрудняются. Во многихъ случаяхъ происходитъ естественный поворотъ, и лицевое положеніе само собой обращается въ черепное; въ другихъ случаяхъ результатъ этотъ достигается вмѣшательствомъ врача. Въ нѣкоторыхъ слу-



Рис. 392. Хижина, устраиваемая специально для родовъ индіанками изъ племени команчей. Хижина располагается въ сторонѣ отъ табора.

чаяхъ младенецъ такъ и рождается въ лицевомъ положеніи, что, впрочемъ, не представляетъ особенной опасности въ томъ случаѣ, когда тазъ матери довольно великъ, черепъ же младенца не обладаетъ чересчуръ большими размѣрами.

Разновидность продольнаго положенія представляетъ *ягодичное предлежаніе*: въ такомъ случаѣ младенецъ идетъ впередъ не головкой, но ягодицами. Что же касается до ножекъ, то онѣ могутъ занимать различное положеніе: въ одномъ случаѣ онѣ бывають приподняты вдоль ягодицъ, въ дру-

гомъ — онѣ бывають согнуты въ колѣняхъ; въ третьемъ — онѣ бывають совершенно вытянуты въ длину. При ягодичномъ предлежаніи опасность для жизни плода гораздо болѣе



Рис. 393.



Рис. 394.



Рис. 395.



Рис. 396.

Поворотъ младенца на ножки и рожденіе ножками.

значительна, главнымъ образомъ потому, что головка идетъ послѣдней. Въ такомъ случаѣ родовые пути часто оказываются при прорѣзываніи головки недостаточно расширенными, и она можетъ встрѣтить значительныя затрудненія при прохожденіи

через тазъ. Роды замедляются и ребенку грозитъ опасность задохнуться, такъ какъ наружнымъ воздухомъ онъ дышать не можетъ, пока не покажется наружу головка; что же касается до питанія кровью матери, то и оно значительно затрудняется вслѣдствіе того, что головка младенца можетъ своимъ прижатіемъ значительно затруднить обмѣнъ крови между матерью и имъ. Опасность начинается непосредственно грозить его существованію въ томъ случаѣ, когда происходитъ *ущемленіе пуповины*, такъ какъ въ такомъ случаѣ притокъ крови къ его организму совершенно прекращается. Изъ предыдущаго видно, что ягодичное предлежаніе должно въ общемъ, считаться довольно опаснымъ для младенца. Мѣры, къ которымъ прибѣгаютъ для ускоренія родовъ, не во всѣхъ случаяхъ одинаковы. Въ одномъ случаѣ производятъ, если еще не слишкомъ поздно, *наружный поворотъ* такимъ образомъ, чтобы обратить ягодичное положеніе въ головное. Въ другомъ случаѣ производятъ *внутренній поворотъ* на ножки, посредствомъ которыхъ и извлекаютъ младенца, какъ это у насъ изображено на рис. 393—396.



Рис. 397.

Извлеченіе младенца за ножки.

Въ третьемъ случаѣ дають совершиться родамъ естественнымъ образомъ, причеиъ врачъ внимательно слѣдитъ за ходомъ родовъ и особенно за тѣмъ, какъ себя чувствуетъ младенецъ, о чемъ мы можемъ постоянно имѣть довольно опредѣленное понятіе, выслушивая сердцебиенія плода. Врачъ внимательно слѣдитъ за родами, находясь во всякую минуту на готовѣ придти роженицѣ на помощь тѣмъ или инымъ путемъ. Очень часто приходится головку извлекать искусственнымъ образомъ, какъ это у насъ изображено на упомянутой раскрашенной таблицѣ. Различные виды продольныхъ положеній, какъ черепныхъ, такъ и ягодичныхъ, представлены нами на раскрашенныхъ таблицахъ XV и XVI.

Въ предыдущихъ строкахъ мы разсмотрѣли продоль-



ныя положенія. Въ послѣдующихъ мы разсмотримъ *поперечныя*, которыя представляются, въ общемъ, значительно болѣе опасными, нежели продольныя. При поперечномъ положеніи, которое въ большинствѣ случаевъ правильнѣе было бы называть *косымъ*, къ выходу изъ таза бываетъ обращена спина или животъ, въ большинствѣ случаевъ плечи; голова же и ягодицы, т. е. оконечности туловища младенца, лежатъ по сторонамъ таза. Очевидно, что младенецъ никогда не можетъ пройти черезъ тазъ спиной или животомъ. Поэтому можно сказать, что, если какимъ-либо путемъ не произойдетъ измѣненія поперечнаго положенія на продольное, то роды — *невозможны*. Съ другой стороны, поперечное положеніе лишаетъ врача возможности активно помочь родамъ; при черепномъ положеніи можно наложить щипцы; при ножномъ—можно тянуть за ножки; при поперечномъ положеніи у насъ не имѣется рѣшительно никакой точки приложенія силы. Каковы истинныя причины того, что въ нѣкоторыхъ случаяхъ младенецъ занимаетъ въ тазу столь несвойственное ему поперечное положеніе, намъ въ точности неизвѣстно. Имѣются, тѣмъ не менѣе, основанія предполагать, что этому часто способствуютъ незначительныя размѣры плода и ослабленіе тазовыхъ тканей. Возможно, что въ томъ же направленіи дѣйствуютъ и сильныя душевныя потрясенія. Послѣдствіемъ подобныхъ потрясеній матери могутъ быть конвульсивныя сокращенія матки, измѣняющія естественное положеніе плода. Какъ бы то ни было, поперечное положеніе несравненно чаще наблюдается у многорожавшихъ, чѣмъ у первородящихъ.

Что дѣлать при поперечномъ положеніи?—Въ томъ случаѣ, когда роды еще не наступили и имѣется, слѣдовательно, нѣкоторое время для того, чтобы выждать, помѣщаютъ беременную женщину въ постель и предоставляютъ ей полнѣйшій покой; при такихъ случаяхъ поперечное положеніе иногда самопроизвольно превращается въ продольное. Въ томъ случаѣ, когда этого не произошло, врачъ старается произвести *наружный* поворотъ такимъ образомъ, чтобы на мѣсто спины или живота оказалась въ отверстіи таза голова или, въ крайнемъ случаѣ, ягодицы или ноги. Онъ старается, однимъ словомъ, превратить поперечное положеніе въ *продольное*, черепное или ягодичное. Послѣ того, какъ цѣль эта достигнута, накладывается бандажъ, который не даетъ плоду смѣщаться и занять первоначальное неправильное положеніе. Достичь такихъ относительно довольно благопріятныхъ результатовъ возможно почти всегда въ томъ случаѣ, когда къ врачу обращаются *заблаговременно*. Къ несчастью, это случается далеко не всегда, и нерѣдко врачъ убѣждается

въ существованіи опаснаго поперечнаго положенія въ то время, когда *роды уже начались*. И въ такомъ случаѣ онъ начинаетъ съ того, что стремится достигнуть той же цѣли: превратить неправильное поперечное положеніе въ правильное—продольное. Если роды только недавно начались, то это оказывается не невозможнымъ. Нерѣдко случается, однако, что роды начались уже давно, что воды уже отошли и что роженица уже окончательно истощена совершенно безплодными родовыми болями и потугами. Въ нѣкоторыхъ слу-

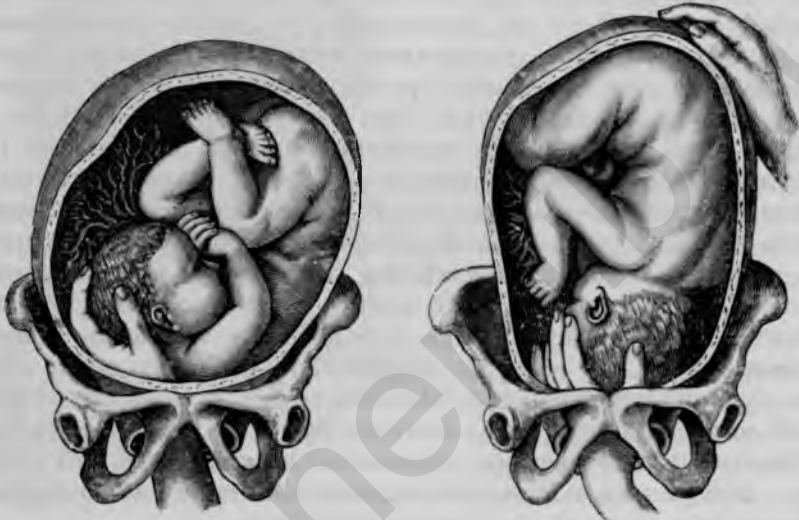


Рис. 398.

Рис. 399.

Внутренній поворотъ младенца на головку.

чаяхъ возможно бываетъ констатировать, что младенецъ успѣлъ уже задохнуться. При такихъ условіяхъ вышеизложенная цѣль оказывается недостижимой, и врачу остается думать только о томъ, чтобы спасти жизнь матери. Для этого нерѣдко приходится прибѣгнуть къ раздробленію плода и удаленію его кусками—наиболѣе тягостной операциі, которая намъ только извѣстна въ акушерствѣ. И подумать, что всего этого можно было бы въ подавляющемъ большинствѣ случаевъ избѣгать, если бы своевременно обращаться къ врачу для выясненія вопроса о томъ, въ какомъ положеніи находится младенецъ!.. Что, казалось бы, можетъ быть проще этого!..

**III. Форма таза.** Что форма таза имѣетъ чрезвычайно важное вліяніе на исходъ родовъ, само собой разумѣется, такъ какъ черезъ него предстоитъ пройти, всему тѣлу младенца. Поэтому всякаго рода неправильности въ строеніи таза

почти неизбежно отражаются крайне неблагоприятно на ходѣ родовъ: въ однихъ случаяхъ роды затрудняются, въ другихъ они становятся невозможными. Въ большинствѣ случаевъ наблюдается уплощенный тазъ, при которомъ бываетъ уменьшенъ прямой размѣръ, т. е. разстояніе между лонными костями спереди и наиболѣе выдающейся частью позвоночника—мысомъ сзади. Другія разновидности неправильностей таза приведены нами на рис. 145—149 (см. во II ч. „Англійская болѣзнь“). Большого вниманія заслуживаетъ также и косо сѣуженный тазъ.

Само собой разумѣется, что наибольшее препятствіе представляетъ при родахъ *входъ въ тазъ*, между тѣмъ какъ выходъ изъ таза рѣдко является непреодолимымъ препятствіемъ. Происходитъ это отъ того, что въ выходѣ таза копчикъ только въ исключительныхъ случаяхъ плотно срастается съ позвоночникомъ. Въ большинствѣ же случаевъ онъ остается до извѣстной степени подвижнымъ. Что же касается до дна таза, то оно состоитъ исключительно изъ мягкихъ частей и отличается, слѣдовательно, своей податливостью.

**Что дѣлать при неправильномъ тазѣ?**—Въ томъ случаѣ, когда размѣры таза сѣужены не особенно значительно, можно иногда рассчитывать и на то, что роды естественнымъ путемъ завершатся благополучно. Въ томъ случаѣ, однако, когда сѣуженіе болѣе значительно, на это рассчитывать невозможно. Если прямой размѣръ, имѣющій наибольшее значеніе, укороченъ на 2—2½ сант., прибѣгаютъ въ настоящее время къ операциі *лоносъченія*. Лонное сраженіе разъединяется разрѣзомъ, и это настолько увеличиваетъ размѣры таза, что даетъ при означенныхъ условіяхъ возможность родиться младенцу живымъ. Если же сѣуженіе превышаетъ 2—2½ сант., то въ томъ случаѣ, когда матери желательно имѣть живого младенца, остается выбрать одно изъ двухъ: или вызвать преждевременные роды, или же прибѣгнуть къ кесареву сѣченію. Если останавливаются на *преждевременныхъ родахъ*, то можно чаще всего избрать въ періодъ беременности такой моментъ, когда младенецъ уже жизнеспособенъ, и вмѣстѣ съ тѣмъ размѣры его настолько еще малы, что не могутъ встрѣтить препятствія въ сѣуженномъ тазѣ.

Нельзя, однако, скрывать отъ себя, что преждевременные роды сопряжены съ опасностью не только для матери, но и для младенца, особенно же для послѣдняго. Ребенокъ рождается хилымъ, крайне неустойчивымъ по отношенію ко всевозможнымъ заболѣваніямъ, и съ пониженной жизнеспособностью. Далекое не всегда онъ бываетъ способенъ и выжить. Какъ послѣдній исходъ, остается при указанныхъ усло-

віяхъ *кесарево сѣченіе*. О томъ, что кесарево сѣченіе представляетъ собой операцію очень серьезную и далеко не всегда безопасную, считаемъ излишнимъ распространяться. Въ томъ случаѣ, когда наступилъ срокъ родовъ и мать — при очень суженномъ тазѣ не рѣшается на кесарево сѣченіе, или же врачи не рѣшаются предпринять эту операцію въ виду болѣзненного состоянія роженицы, остается еще одинъ исходъ, но чрезвычайно тягостный, и о которомъ мы уже упоминали выше, а именно: умерщвление—раздробленіе плода.

Какъ видятъ читательницы, неправильное строеніе таза является не только источникомъ безчисленныхъ страданій при родахъ, но нерѣдко подвергаетъ опасности и самую жизнь роженицы и младенца. Между тѣмъ, случаи неправильности таза уменьшились бы, несомнѣнно, очень значительно, если бы у матерей существовала привычка осматривать своихъ дѣтей время отъ времени совершенно голыми, и въ случаѣ появленія малѣйшаго сомнѣнія относительно ихъ здоровья—подвергать ихъ обстоятельному медицинскому изслѣдованію. Если по отношенію къ мальчикамъ-сыновьямъ это является обязанностью матерей, то по отношенію къ дочерямъ это должно считаться священнымъ долгомъ!..

IV. Переходимъ къ разсмотрѣнію четвертаго и послѣдняго разряда неправильныхъ родовъ, находящихся въ зависимости отъ **строенія тѣла плода**. Изъ многочисленныхъ особенностей строенія плода, которыя могутъ явиться препятствіемъ къ правильнымъ родамъ, мы укажемъ только на главнѣйшія. Въ нѣкоторыхъ случаяхъ рождаются *дѣти „великаны“*, которые значительно превосходятъ по своему объему и вѣсу обыкновенныхъ дѣтей и бываютъ вѣсомъ въ 5 и даже 7 килограммовъ въ то время, какъ обычно ребенокъ вѣситъ 3½—4 килограмма. Очевидно, что подобныя дѣти могутъ родиться только съ большимъ трудомъ, особенно въ томъ случаѣ, когда мать не отличается гигантскимъ сложеніемъ. Еще болѣе серьезную опасность представляетъ *головная водянка*, при которой размѣры головки плода увеличиваются иногда до невѣроятныхъ размѣровъ. Естественные роды часто становятся при такихъ условіяхъ невозможными. Тогда въ распоряженіи врача остается часто только одно средство: прободеніе головки плода и опорожненіе скопившейся въ ней жидкости: по мѣрѣ того, какъ жидкость истекаетъ, головка спадается. За всѣмъ тѣмъ, нерѣдко бываетъ необходимо прибѣгнуть къ щипцамъ, чтобы довести роды до конца. Дѣти съ обильной головной водянкой въ однихъ случаяхъ оказываются совершенно не жизнеспособными; въ другихъ случаяхъ жизнеспособность ихъ бываетъ значительно понижена.

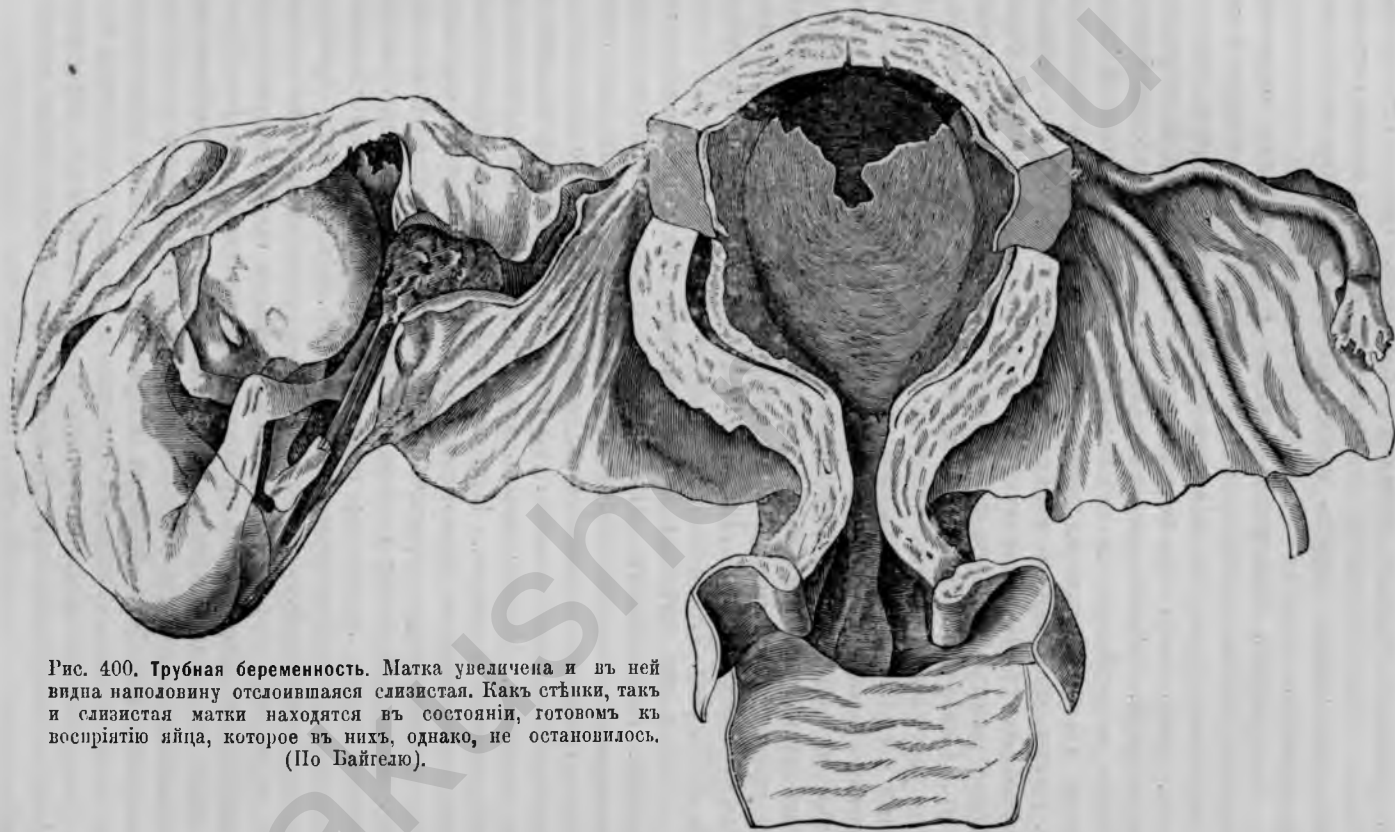


Рис. 400. Трубная беременность. Матка увеличена и въ ней видна наполовину отслоившаяся слизистая. Какъ стѣнки, такъ и слизистая матки находятся въ состояннн, готовомъ къ воспрнятню яйца, которое въ нихъ, однако, не остановилось.  
(По Байгею).

Въ рѣдкихъ только случаяхъ бываютъ они долговѣчны. Иногда вмѣсто головной водянки наблюдается *водянка въ животѣ*, что также можетъ явиться серьезнымъ препятствіемъ при родахъ.

О прочихъ ненормальностяхъ и уродствахъ строенія дѣтскаго тѣла, которыя могутъ явиться препятствіемъ къ естественному разрѣшенію отъ бремени, мы говорить не станемъ, такъ какъ они встрѣчаются только въ видѣ рѣдкихъ исключеній. Скажемъ мы нѣсколько словъ только о **двойняхъ**. Мысль о двойняхъ должна зародиться у беременной женщины въ томъ случаѣ, когда она чувствуетъ движенія плода съ двухъ противоположныхъ сторонъ; когда объемъ живота превосходитъ 100 сантиметровъ; когда появляются особенно рѣзкія расстройства со стороны мочевого пузыря, кишечника и пр. Само собою разумѣется, что гораздо болѣе опредѣленные результаты даетъ врачебное изслѣдованіе. При ощупываніи мы убѣждаемся въ присутствіе мелкихъ частей съ двухъ противоположныхъ сторонъ живота. Въ то же время намъ удается иногда непосредственно убѣдиться въ одновременномъ присутствіи въ маткѣ *двухъ плодовъ*. Въ другомъ случаѣ мы явственно слышимъ сердцебіенія съ двухъ противоположныхъ сторонъ и пр. Двойни представлены нами на таблицѣ XVI, рис. 7.

Здѣсь же умѣстно будетъ сказать нѣсколько словъ и о **трубной беременности**. При нормальныхъ условіяхъ плодъ развивается, какъ извѣстно, въ маткѣ. При нѣкоторыхъ условіяхъ, сущность которыхъ еще мало, однако, выяснена, плодъ развивается не въ маткѣ, но въ фаллопиевой трубѣ или же въ яичникѣ. Иногда плодъ можетъ достигъ тамъ значительной степени развитія. При такихъ условіяхъ естественные роды оказываются невозможными. Въ большинствѣ случаевъ дѣло оканчивается трагическимъ образомъ: въ одномъ случаѣ труба, не имѣя возможности выдержать напоръ развившагося плода, лопается; появляющееся кровотеченіе можетъ повлечь за собой моментальную смерть. Въ другихъ случаяхъ зараза проникаетъ извнѣ и влечетъ за собой разложеніе плода. Въ третьемъ случаѣ плодъ умираетъ и сохраняется въ теченіе болѣе или менѣе продолжительнаго времени въ утробѣ матери въ видѣ заноса. Какъ бы то ни было, **внѣматочная беременность** должна быть отнесена къ очень опаснымъ разновидностямъ беременности и притомъ не только для матери, но и для плода. Лишнимъ считаемъ указать на то, что, если у беременной женщины или у окружающихъ зародилось хотя бы малѣйшее подозрѣніе въ возможности существованія внѣматочной беременности, не слѣдуетъ успокаиваться до

тѣхъ поръ, пока тщательное врачебное изслѣдованіе не выяснитъ дѣла. См. рис. 400.

Изъ предыдущаго изложенія видно, что состояніе беременности сопряжено въ нѣкоторыхъ случаяхъ съ немалыми опасностями. Поэтому мы считаемъ своимъ священнымъ долгомъ подать нашимъ читательницамъ слѣдующій совѣтъ: женщины „въ положеніи“ непременно должны обращаться время отъ времени къ врачу: только въ такомъ случаѣ могутъ онѣ быть спокойными относительно ожидающей ихъ участи и приобрести полный душевный покой (когда все обстоитъ благополучно). Въ томъ случаѣ, когда не все окажется благополучнымъ, можно будетъ во-время принять надлежащія мѣры, чтобы избавить себя отъ угрожающей опасности. Меньше, чѣмъ кому-либо, слѣдуетъ беременнымъ женщинамъ забывать про то, что „береженаго и Богъ бережетъ“.

### Акушерскія операци.

Операци, примѣняемыя въ акушерствѣ, очень многочисленны и разнообразны. Всѣ онѣ имѣютъ цѣлью искусственнымъ образомъ привести роды къ благополучному концу въ томъ случаѣ, когда они не могутъ совершиться естественнымъ путемъ. Соответствующія операци существуютъ въ настоящее время почти для всѣхъ видовъ ненормальныхъ родовъ. Къ главнѣйшимъ операциамъ мы можемъ отнести примѣненіе щипцовъ, поворотъ, кесарево сѣченіе, прободеніе головки, обезглавливаніе младенца, вызываніе преждевременныхъ родовъ, ручное извлеченіе младенца или послѣда, наконецъ, вскрытіе полости живота (лапаротомія) при внѣматочной беременности. Само собой разумѣется, что дѣло врача—въ каждомъ отдѣльномъ случаѣ—разсудить, *необходима ли операци*, такъ какъ можно сказать съ увѣренностью, что совершенно невинныхъ акушерскихъ операци не существуетъ: всѣ онѣ наносятъ извѣстный ущербъ здоровью матери или плода, или же той и другому одновременно. Поэтому никакой врачъ не станетъ, само собой разумѣется, предпринимать какую-либо акушерскую операцию *безъ крайней необходимости*.

Въ тѣхъ случаяхъ, однако, когда вслѣдствіе извѣстнаго положенія плода, неправильнаго строенія таза или же одной изъ тѣхъ причинъ, которыя мы такъ подробно разсматривали въ предыдущей главѣ, для врача становится очевиднымъ, что роды никоимъ образомъ не могутъ совершиться естественнымъ путемъ, на его обязанности лежитъ указать на это роженицѣ и убѣдить ее въ неизбѣжности операци. Съ точки зрѣнія интересовъ матери и плода акушерскія операци распадаются на два

большихъ разряда: однѣ безопасны для плода, но сопряжены съ раненіями или даже опасностью для здоровья и жизни матери; другія опасны или же непосредственно влекутъ за собой смерть плода, но зато спасаютъ жизнь матери. Нерѣдко врачъ колеблется между двумя операціями, изъ которыхъ одна угрожаетъ жизни матери, другая—жизни плода. Рѣшеніе представляется обыкновенно въ такихъ случаяхъ матери, хотя очевидно, что мнѣніе врача играетъ въ данномъ случаѣ почти рѣшающую роль. Къ операціямъ, которыя всего больше угрожаютъ матери, можно причислить наложеніе щипцовъ, которыя нерѣдко сопряжены съ раненіями мягкихъ частей, кровотечениями, тяжелымъ послѣродовымъ періодомъ, иногда зараженіемъ и пр. Къ опаснымъ для матери операціямъ можно причислить также внутрѣнный поворотъ, и особенно кесарево сѣченіе.

Къ операціямъ, которыя угрожаютъ, наоборотъ, жизни младенца, слѣдуетъ причислить искусственные преждевременные роды. Прободеніе головки, вскрытіе полости живота, обезглавливаніе и раздробленіе младенца неизбѣжно связаны съ его умерщвленіемъ. Извлеченіе же руками, если только оно производится правильно и осторожно, не должно угрожать ни здоровью матери, ни плода. Несмотря на то, что всѣ перечисленныя операціи не лишены опасности для матери или плода или же для обоихъ вмѣстѣ взятыхъ, онѣ представляютъ собой истинное благодѣяніе для роженицъ и спасли уже многое множество человѣческихъ жизней, которыя, въ противномъ случаѣ, были бы обречены на вѣрную гибель.

Обо всѣхъ перечисленныхъ операціяхъ мы скажемъ по нѣскольку словъ. Начнемъ со щипцовъ. **Щипцы** представляютъ собой какъ бы продолженіе рукъ акушера. Какъ и всякіе щипцы или ножницы, они состоятъ изъ двухъ вѣтвей, изъ которыхъ каждая вводится въ отдѣльности и соотвѣтствующимъ образомъ накладывается. Затѣмъ щипцы замыкаются, и такимъ образомъ акушеръ получаетъ возможность тянуть за головку, какъ если бы онъ держалъ ее собственными руками. Щипцы приходится примѣнять въ тѣхъ случаяхъ, когда женщина уже окончательно истощена, родовыя боли утихли или же стали слишкомъ слабыми для того, чтобы изгнать младенца. Къ сожалѣнію, примѣненіе щипцовъ не всегда бываетъ возможно: для этого необходимо, чтобы головка стояла уже довольно низко. Въ противномъ случаѣ нѣтъ возможности захватить ее. Само собой разумѣется, что, какъ наложеніе щипцовъ, такъ и извлеченіе младенца должно производиться чрезвычайно осторожно. Въ противномъ случаѣ неизбѣжны раненія мягкихъ частей таза, разрывы промеж-



ности, а также болѣе или менѣе тяжелыя раненія плода, которыя даютъ о себѣ знать иногда въ теченіе всей послѣдующей жизни (параличи, вывихи и пр.). Въ томъ случаѣ, когда головка застряла очень высоко въ тазу и нѣтъ возможности наложить на нее щипцы, какъ послѣдній исходъ для спасенія жизни матери, остается только *прободеніе головки*, что дастъ возможность извлечь плодъ хотя бы мертвымъ.

**Поворотъ** различаютъ *наружный* и *внутренній*. О первомъ мы уже говорили: возможенъ онъ только въ томъ случаѣ, когда еще не отошли воды. Для того, чтобы плодъ вновь не принялъ неправильнаго положенія, рекомендуется покой и ношеніе соотвѣтствующаго бандажа. Для того, чтобы имѣть возможность произвести *внутренній* поворотъ, необходимо, чтобы маточная шейка была расширена настолько, чтобы рука оператора могла проникнуть въ матку и произвести поворотъ плода. Въ нѣкоторыхъ случаяхъ производятъ *смѣшанный*—комбинированный поворотъ: въ матку вводится только два пальца, между тѣмъ какъ наружная рука акушера старается снаружи повернуть соотвѣтствующимъ образомъ плодъ. Въ томъ случаѣ, когда это оказывается возможнымъ, стараются произвести поворотъ на головку; когда же это оказывается недостижимымъ, то ограничиваются поворотомъ на ножки. Для того, чтобы имѣть возможность произвести *внутренній* поворотъ, необходимо, чтобы матка не была особенно малой, что наблюдается преимущественно у многорожавшихъ, и чтобы рука акушера была какъ можно меньше. Какъ бы то ни было, не только у первородящихъ, но и у многородящихъ поворотъ часто бываетъ связанъ съ раненіями мягкихъ частей и нѣкоторыми другими осложненіями.

Здѣсь будетъ уместно упомянуть о томъ, что при акушерскихъ операціяхъ требуется въ подавляющемъ большинствѣ случаевъ устроить *поперечную кровать*, чтобы дать оператору возможность свободно дѣйствовать. На рис. 401 у насъ изображена такого рода кровать, причемъ одновременно представлено, какимъ образомъ мужъ приходитъ врачу на помощь, чтобы придать надлежащее положеніе женѣ, которая уже усыплена. Съ правой стороны зрительницы изображенъ стулъ, на которомъ находится во время производства операціи акушеръ. Въ томъ случаѣ, когда операція очень серьезна, и роженицу требуется усыпить, необходима помощь еще одного врача, который производитъ усыпленіе и слѣдитъ за пульсомъ; необходима также помощь акушерки. Болѣе простой видъ поперечной кровати, которую можно очень легко соорудить при всевозможныхъ условіяхъ, изображенъ у насъ на рис. 402. Вторая кровать, несмотря на свою простоту и

элементарность, еще лучше, пожалуй, достигаетъ цѣли, нежели первая.

Перейдемъ теперь къ разсмотрѣнію **преждевременныхъ родовъ**. Въ томъ случаѣ, когда вслѣдствіе какой-либо причины— всего чаще неправильности таза—мы не можемъ рассчитывать на то, что роды могутъ совершиться естественнымъ путемъ, и особенно въ томъ случаѣ, когда предположеніе это находитъ себѣ полное подтвержденіе въ предыдущихъ родахъ, мы прибѣгаемъ къ возбужденію преждевременныхъ родовъ. Чѣмъ раньше подобные роды возбуждаются, тѣмъ раз-



Рис. 401. Поперечная кровать для акушерскихъ операцій.

мѣрыплода меньше, тѣмъ кости его мягче и податливѣе, и тѣмъ больше имѣетъ онъ шансовъ благополучно прослѣдовать черезъ родовые пути. Въ этомъ

лежитъ, главнымъ образомъ, оправданіе преждевременныхъ родовъ. Чѣмъ уже тазъ, тѣмъ раньше должны быть вызваны—при прочихъ равныхъ условіяхъ—преждевременные роды.

Чтобы возбудить преждевременные роды, мы обладаемъ различными средствами. Прибѣгають къ прободенію яйцевыхъ оболочекъ, и послѣ отхожденія околоплодныхъ водъ наступаютъ обыкновенно родовыя боли, которыя и приводятъ къ изгнанію плода. Вводятъ также въ маточную шейку бужи, которые механическимъ образомъ раздражаютъ матку и вызываютъ наступленіе родовъ. Къ той же цѣли ведетъ и введеніе кольпейринтера. Это немного варварское названіе присвоено каучуковому пузырю, который изготовляется различныхъ размѣровъ. Пузырь этотъ вводится въ матку пустымъ и затѣмъ постепенно наполняется водой. Такимъ образомъ про-

исходить растяженіе маточнаго канала и возбуждаются роды. Можно, наконецъ, произвести преждевременные роды тампонираваніемъ влагалища или же попеременными — горячими и холодными — душами на маточную шейку. Всѣ эти средства болѣе или менѣе скоро ведутъ къ наступленію родовъ. Какъ и при нормальныхъ родахъ, и даже въ гораздо большей мѣрѣ, необходимо при искусственныхъ преждевременныхъ родахъ соблюденіе самой строгой, самой педантической чистоты и обеззараживанія. Необходимо также позаботиться, по возможности, о томъ, чтобы маточная шейка была достаточно

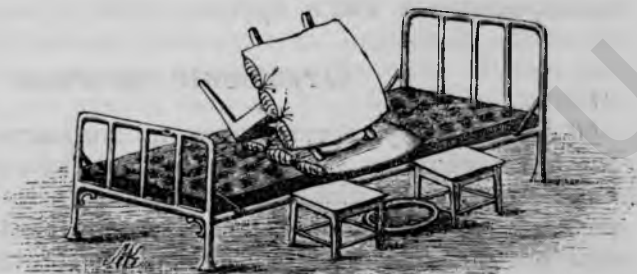


Рис. 402. Тоже. Болѣе упрощенная. (По Добрышину).

расширена, чтобы дать возможность свободно пройти плоду; поэтому безъ особенной крайности торопиться не слѣдуетъ.

О **кесаревомъ сѣченіи** мы здѣсь говорить не будемъ, такъ какъ о немъ уже была рѣчь въ настоящей части сочиненія; помимо того, ему была посвящена специальная статья во II „**Энциклопедической**“ части. Перейдемъ теперь къ разсмотрѣнію операций, которыя производятся надъ младенцемъ. **Прободеніе головки** производится въ томъ случаѣ, когда голова слишкомъ велика для даннаго таза и нѣтъ никакой возможности — въ виду размѣровъ таза — провести ее черезъ родовой каналъ. Такъ какъ головка представляетъ собой самую объемистую часть младенческаго туловища, прохожденіе которой связано съ наибольшими затрудненіями, то понятно, что прободеніе головки, удаленіе изъ нея мозга или же — въ случаѣ головной водянки — жидкости, значительно уменьшаетъ ее объемъ и облегчаетъ прохожденіе ее черезъ материнскій тазъ. Въ нѣкоторыхъ случаяхъ головка отрывается, въ другихъ — ее намѣренно отдѣляютъ съ тѣмъ, чтобы облегчить удаленіе изъ таза туловища. Послѣ того удаляютъ головку. Если возможно, операцию эту производятъ, не уменьшая объема головки. Чаще всего цѣль достигается посредствомъ введенія пальцевъ въ ротъ, причемъ получается точка опоры на нижней челюсти. Если это не удастся, то уменьшаютъ объемъ головки, какъ указано выше, а именно, выпуская наружу мозгъ.

Въ нѣкоторыхъ случаяхъ — при водянкѣ живота, напр., прибѣгаютъ къ **прободенію брюшной полости** и удаленію изъ нея жидкости

Что касается до **чревосѣченія** (лапаротоміи), которое необходимо **бываетъ** производить при внѣматочной беременности, то мы на немъ подробно останавливаться не станемъ, такъ какъ оно мало чѣмъ отличается отъ всѣхъ прочихъ видовъ чревосѣченія. Такимъ образомъ, мы **обозрѣли** почти всѣ операціи, которыя употребляются въ акушерствѣ и которыя бываютъ необходимы для спасенія матери или плода или же одновременно и той и другого.

### Отдѣленіе послѣда.

Выше мы уже указывали на то, какую важную роль играетъ послѣдъ въ жизни плода: послѣдъ доставляетъ плоду *питаніе* и *жизнь*. Короткое время послѣ того, какъ младенецъ родился, происходитъ и удаленіе послѣда. Происходитъ это обыкновенно черезъ  $\frac{1}{4}$ — $\frac{1}{2}$  часа послѣ родовъ. Послѣ того, какъ послѣдъ благополучно удалился, можно считать роды совершенно законченными. Тогда вновь даютъ родильницѣ много вина, чаю или кофе, тепло ее укрываютъ въ томъ случаѣ, когда дѣло происходитъ зимой или когда она чувствуетъ ознобъ вслѣдствіе значительной потери силъ или сильнаго нравственнаго напряженія. На животъ кладутъ свѣжій компрессъ, который мѣняють по мѣрѣ того, какъ онъ согрѣвается. Дѣлается это съ той цѣлью, чтобы правильнѣе совершилось какъ сокращеніе матки, такъ и закрытіе зіяющихъ маточныхъ сосудовъ. Отдѣленіе послѣда совмѣстно съ околоплодными оболочками представлено нами на раскрашенной таблицѣ XV. Врачъ внимательно изслѣдуетъ извергнутую плаценту и оболочки и удостовѣряется, не произошло ли задержки части оболочекъ въ маткѣ, что могло бы повлечь за собой нѣкоторыя осложненія.

Въ томъ случаѣ, когда все обстоитъ благополучно, а главное—не наблюдается кровотеченія изъ половыхъ органовъ, можно спокойно ждать, пока послѣдъ самъ собой отдѣлится. Общихъ правилъ относительно того, сколько именно времени слѣдуетъ ждать, пока дѣтское мѣсто отдѣлится, не существуетъ. Въ томъ случаѣ, однако, когда появляется кровотеченіе изъ половыхъ органовъ, акушерка или врачъ ни въ коемъ случаѣ не должны оставаться спокойными зрителями, но должны принять зависящія отъ нихъ мѣры къ тому, чтобы послѣдъ отдѣлился. Отдѣленіе послѣда чаще всего запаздываетъ вслѣдствіе того, что родовыя боли прекратились, такъ какъ женщина совершенно истощена родами. Въ такомъ случаѣ ей необходимо придти на помощь. Самое простое средство для этого представляетъ способъ Креде.

**Способъ Крече** состоитъ въ *выжиманіи послѣда*. Для этого начинаютъ прежде всего съ легкаго массажа матки черезъ брюшные покровы въ видѣ равномерныхъ поглаживаній. Когда родовыя боли вновь пробуждаются и матка начинаетъ сокращаться, тогда обхватываютъ дѣтское мѣсто спереди и сзади такъ, какъ это представлено у насъ на рис. 403, и крѣпко ее сжимаютъ. При этомъ большой палецъ кладется на переднюю поверхность матки, между тѣмъ какъ остальные пальцы сжимаютъ заднюю поверхность плаценты. Манипуляція эта сопряжена съ довольно ощутительными болями для родильницы; тѣмъ не менѣе, она въ большинствѣ случаевъ достигаетъ цѣли, и можно осязательно чувствовать, какъ сжимается послѣдъ.

Въ томъ случаѣ, когда способъ этотъ не привелъ къ цѣли, что указываетъ на то, что сращенія послѣда со стѣнками матки—очень крѣпки, остается нерѣдко прибѣгнуть къ *ручному удаленію* дѣтскаго мѣста. Прежде, однако, чѣмъ мы познакомимъ читательницъ съ тѣмъ, какъ это дѣлается, скажемъ нѣсколько словъ о тѣхъ причинахъ, которыя всего чаще обуславливаютъ сращеніе плаценты съ маткой. *Сращенія послѣда* наблюдаются при воспаленіяхъ матки, которыя еще до того давали о себѣ знать обыкновенно болями въ области матки и различными истеченіями. Хроническій катарръ матки, быть-можетъ слишкомъ частыя супружескія сношенія во время беременности, зараженіе отъ мужа перелойнымъ ядомъ—всѣ эти причины вмѣстѣ съ хроническимъ заболѣваніемъ матки ведутъ и къ сильному сращенію послѣда со стѣнками матки. Ни въ коемъ случаѣ не слѣдуетъ, однако, для отдѣленія плаценты тянуть за пуповину, какъ къ тому является искушеніе не только у неопытныхъ бабокъ, но и у акушерокъ. Такимъ путемъ мы можемъ способствовать только разрыву оболочекъ со всѣми ихъ вредными послѣдствіями. Гораздо вѣрнѣе въ такихъ случаяхъ прибѣгнуть къ ручному отдѣленію послѣда.

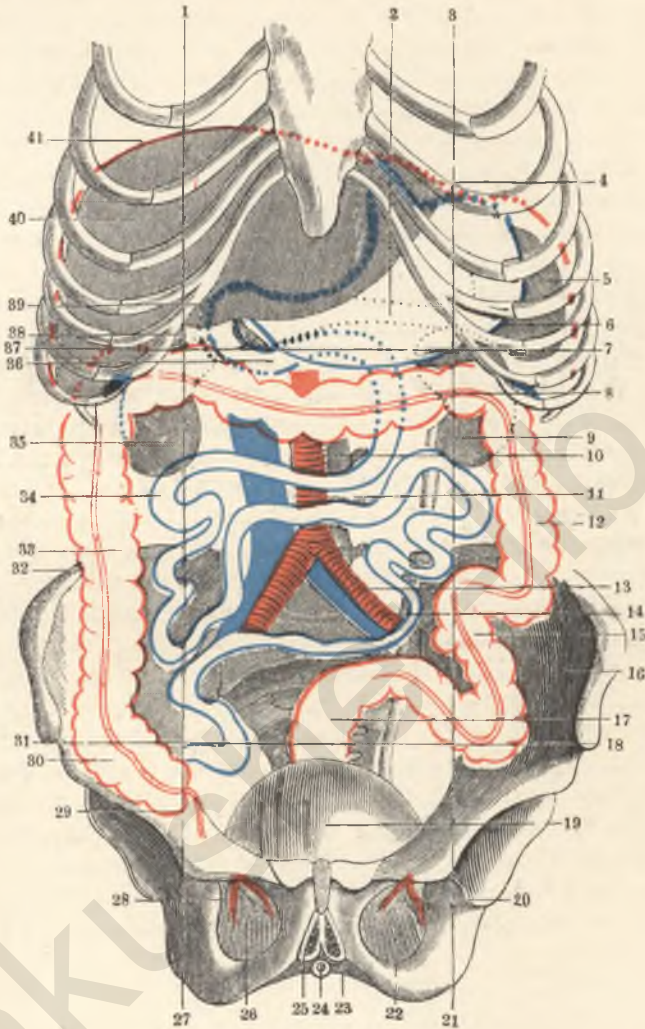
Съ этой цѣлью акушеръ постепенно и самымъ легкимъ образомъ вводитъ четыре пальца въ полость матки, легко скользя вверхъ по пупочному канатику. Такимъ образомъ достигаетъ онъ того мѣста, въ которомъ послѣдъ прикрѣпленъ къ стѣнкѣ матки. Здѣсь онъ старается, соблюдая полнѣйшую осторожность, отдѣлить послѣдъ отъ стѣнокъ матки. Человѣческая рука представляетъ собой наиболѣе совершенный инструментъ для такого рода операцій въ томъ, конечно, случаѣ, когда она руководима разумнымъ и просвѣщеннымъ сознаніемъ. Такимъ образомъ постепенно отслаивается послѣдъ на всемъ его протяженіи. Послѣ того, при появленіяхъ

болеѣ и сопровождающихъ ее сокращеній матки послѣдъ выдѣляется самъ собой. Излишне указывать на то, что, если соблюденіе крайней чистоты и правилъ обеззараживанія составляетъ непремѣнное правило для всѣхъ акушерскихъ операций, то при ручномъ отдѣленіи послѣда оно составляетъ высшую обязанность врача, такъ какъ въ противномъ случаѣ въ полость матки могутъ быть занесены микробы, которые вызовутъ воспаленіе, лихорадку, боли и множество другихъ вредныхъ послѣдствій.



Рис. 403. Способъ Креде для удаленія послѣда.

Не слѣдуетъ забывать о возможности *постродовыхъ кровотеченій*, которыя въ подавляющемъ большинствѣ случаевъ являются послѣдствіемъ слабого сокращенія матки, вслѣдствіе ослабленія ея. Въ такомъ случаѣ самымъ простымъ, но вмѣстѣ съ тѣмъ и самымъ вѣрнымъ средствомъ оказывается *массажъ матки* при помощи круговыхъ поглаживаній, которыя должны производиться хотя и съ постепенностью, но все же и съ нѣкоторой силой. Въ томъ случаѣ, когда манипуляція эта, будучи повторена многократно, все же не приводитъ къ цѣли, можно предположить, что произошло раненіе внутренней поверхности матки, что въ маткѣ остались куски послѣда, что произошелъ разрывъ влагалища, что имѣется



Полость живота. — Различныя ея области. — Расположеніе и соотношеніе содержимыхъ въ ней органовъ.  
(Полусхематическое изображеніе).

Условными линиями 1—27, 3—21, 37—7 и 31—18 область живота дѣлится на 9 областей, изъ которыхъ каждая носитъ въ медицинѣ особенное названіе. 2.—Поджелудочная железа (чернымъ пунктиромъ). 4.—Переходъ пищевода въ желудокъ. 5.—Селезенка. 6.—Вольная (нижняя) кривизна желудка. 8.—Поперечная часть ободочной кишки. 9.—Лѣвая почка—верхняя ея часть обозначена синимъ пунктиромъ. 10.—Брюшная аорта (краснымъ). 11.—Нижняя полая вена (синимъ). 12.—Нисходящая часть ободочной кишки (краснымъ). 13.—Лѣвая подвздошная артерія. 14.—Лѣвая подвздошная вена. 15.—S-образная кривизна толстой кишки. 16.—Лѣвая подвздошная виадина (область большого таза). 17.—Прямая кишка. 19.—Мочевой пузырь. 20.—Нервъ (запирательный). 22.—Запирательная связка. 23.—Связка (Баркасенова). 24.—Мочепускательный каналъ (въ разрывѣ). 25.—Пещеристое (губчатое) тѣло, окружающее дѣтородный членъ. 26.—Запирательная связка. 28.—Артерія, углубляющаяся въ запирательное отверстіе. 29.—Червеобразный отростокъ. Воспаленіе его влечетъ за собою довольно опасное воспаленіе слѣпой кишки. 30.—Слѣпая кишка (толстая кишка—краснымъ). 32.—Гребенекъ подвздошной кости. 33.—Восходящая часть ободочной кишки. 34.—Тонкія кишки (синимъ). 35.—Правая почка (верхняя часть—синимъ пунктиромъ). 36.—12-перстная кишка (синимъ пунктиромъ). 38.—Желчный пузырь. 39.—Привратникъ желудка. 40.—Печень. 41.—Грудобрюшная преграда (красной чертой и таковымъ же пунктиромъ).



сильный разрывъ на маточной шейкѣ и пр. Въ такомъ случаѣ акушеру остается вновь произвести тщательное изслѣдованіе, чтобы отдать себѣ отчетъ въ истинной причинѣ кровотеченія и поступить сообразно указаніямъ. Въ томъ случаѣ, когда въ маткѣ остались кусочки послѣда, ихъ удаляютъ; когда находятъ рану, ее стараются зашить или затампонировать. Въ томъ случаѣ, когда причина кровотеченія не можетъ быть устранена инымъ путемъ, прибѣгаютъ къ холоднымъ или же, наоборотъ, очень горячимъ *влагалищнымъ душамъ*, которые вызываютъ сокращенія матки и закрытіе сосудовъ, и такимъ образомъ останавливаютъ кровотеченіе. Въ томъ случаѣ, когда и души не привели къ цѣли, какъ крайнее средство, остается плотная *тампонація матки* по Дюрсену. Если влагалище плотно набить небольшими ватными шариками, кровотеченіе обычно останавливается очень скоро. Само собой разумѣется, что и въ данномъ случаѣ вата должна быть безукоризненной чистоты. Въ противномъ случаѣ мы грозимъ занести заразу въ полость влагалища.



Рис. 404. Ручное удаленіе дѣтскаго мѣста.

Какъ видятъ читательницы, ближайшіе моменты и даже ближайшіе дни послѣ родовъ требуютъ самаго тщательнаго надзора и наблюденія со стороны акушерки, а также и врача, и должно пройти относительно довольно продолжительное время, пока всѣ смогутъ, наконецъ, вздохнуть спокойно и съ облегченнымъ сердцемъ сказать себѣ, что все прошло благополучно.

### Послѣродовой періодъ.

Послѣродовымъ называютъ тотъ періодъ, который необходимъ родильницѣ для того, чтобы всѣ органы, которые принимали участіе въ актѣ беременности, вновь пришли въ первоначальное состояніе и совершили такъ-наз. „обратное развитіе“. При нормальныхъ условіяхъ періодъ этотъ тянется обыкновенно около 6 недѣль. Періодъ этотъ, однако, ни въ коемъ случаѣ не можетъ быть сравниваемъ съ болѣзью. Каждая родильница чувствуетъ себя обыкновенно слабой и истощенной; время отъ времени даютъ себя чувствовать послѣродовыя боли. Тѣмъ не менѣе, при нормальныхъ условіяхъ



страданія эти не должны быть особенно чувствительны. Обратное наблюдается большей частью только въ томъ случаѣ, когда совершаются какія-либо рѣзкія погрѣшности въ уходѣ за родильницей. И въ самомъ дѣлѣ, сколько еще и въ настоящее время царитъ въ этомъ отношеніи предрасудковъ, и и притомъ не только въ народной средѣ, но и среди интеллигентныхъ классовъ! Какъ, между тѣмъ, просты и элементарны основы разумнаго ухода за родильницей!.. Покой, чистый воздухъ, легкая діета, правильное опорожненіе кишечника — вотъ и всѣ главныя условія, которыя необходимо соблюдать для того, чтобы послѣродовой періодъ миновалъ совершенно благополучно. Правильное обратное развитіе матки имѣетъ огромное значеніе для сохраненія здоровья женщины. На рис. 406 нами представлена матка въ томъ видѣ, какой она имѣетъ непосредственно послѣ родовъ. Послѣ того, какъ удался послѣдъ, она постепенно уменьшается въ объемъ и мало-по-малу принимаетъ первоначальный видъ и размѣры. Въ теченіе первыхъ дней послѣ родовъ ее можно ощупать въ видѣ твердаго шара. На 12-й день она вновь исчезаетъ въ полости малаго таза. Послѣродовыя боли, которыя особенно сильно даютъ себя чувствовать у многородящихъ, значительно способствуютъ и содѣйствуютъ ея обратному развитію. Требуется обыкновенно не менѣе *шести недель* для того, чтобы матка вновь пришла въ свое первоначальное состояніе, причемъ нѣсколько увеличенные размѣры все же постоянно будутъ отличать ее отъ дѣвственной матки. Насильственное растяженіе, которое испытываетъ матка во время беременности и родовъ, не исчезаетъ, слѣдовательно, безслѣдно.

*Послѣродовыя очищенія*—*лохіи* представляютъ собой раневыя отдѣленія матки. Вначалѣ они бывають кровянистыми, затѣмъ у здоровыхъ женщинъ все больше и больше просвѣтляются. Окончательно отдѣленіе ихъ прекращается только недѣлямъ къ шести. Въ томъ случаѣ, когда слизистая оболочка матки здорова, когда уходъ во время родовъ и во время послѣродоваго періода былъ правильнымъ, послѣродовыя отдѣленія никогда не имѣють дурного запаха; отдѣленіе лохій не сопряжено съ болями; раны, появившіяся во время родовъ на половыхъ частяхъ, совершенно заживаютъ.

Пульсъ и температура не представляютъ у здоровыхъ родильницъ никакихъ колебаній. Точно такъ же не наблюдается у нихъ и такъ-наз. „молочной“ лихорадки. Стулъ бываетъ у родильницы обыкновенно нѣсколько вялымъ, чему имѣется множество причинъ. Съ одной стороны, она обыкновенно принимаетъ довольно мало пищи; съ другой стороны она слишкомъ ослабла, особенно же ослабѣлъ брюшной прессъ,

который принимает такое видное участіе въ актѣ испражняенія. Тѣмъ не менѣе, не слѣдуетъ злоупотреблять касторовымъ масломъ, къ чему во многихъ семьяхъ испытываютъ, по истинѣ, болѣзненное пристрастіе. Гораздо лучше прибѣгать время отъ времени къ теплой клизмѣ — простой или же съ масломъ.

Огромное значеніе имѣетъ вопросъ относительно того, сколько времени должна родильница оставаться *въ постели*? — По меньшей мѣрѣ столько времени, сколько необходимо для того, чтобы матка вновь опустилась въ полость малаго таза. Можно руководиться и самочувствіемъ роженицы. Если все обстоитъ благополучно и ей становится въ тягость вынужденный покой и пребываніе въ постели, она можетъ встать съ постели на 8—10 день. Затѣмъ еще въ теченіе нѣкотораго времени она должна систематически избѣгать какого бы то ни было физическаго напряженія. Въ томъ случаѣ, однако, когда послѣродовыя боли довольно сильны, отдѣленія сохраняютъ кровянистый характеръ, сама родильница истощена родами, отличается блѣднымъ цвѣтомъ лица и не обнаруживаетъ особенной потребности въ движеніи, ей полезно оставаться въ постели болѣе продолжительное время, а именно, не менѣе 12 дней или же двухъ недѣль. Во всякомъ случаѣ не слѣдуетъ упускать изъ виду, что множество тяжелыхъ страданій и упорныхъ маточныхъ заболѣваній наживается, особенно въ простыхъ классахъ населенія, вслѣдствіе того, что родильницы слишкомъ рано поднимаются съ постели и приступаютъ къ тяжелымъ работамъ. Этотъ примѣръ всего меньше заслуживаетъ подражанія. Надѣмся, что наши читательницы глубоко прониклись сознаніемъ того, насколько важно дать маткѣ и родовымъ органамъ вообще возможность отдохнуть надлежащимъ образомъ послѣ родовъ.

### Родильная горячка.

Въ настоящее время родильная горячка стала въ культурныхъ центрахъ относительно рѣдкимъ явленіемъ. Не то наблюдается въ разныхъ глухихъ углахъ, гдѣ родовспомогательную помощь оказываютъ невѣжественныя деревенскія бабки, которыя не имѣютъ никакого представленія объ опасности зараженія, и благодаря которымъ наблюдаются время отъ времени истинныя *эпидеміи* родильной горячки. Эпидеміи эти происходятъ благодаря тому, что зараза совершенно безсознательно переносится бабками отъ одной роженицы къ другой. То, что теперь наблюдается только въ очень глухихъ пунктахъ и что приводитъ насъ въ настоящее время въ

ужась, не далѣе еще сороковыхъ годовъ прошлаго столѣтія составляло чуть ли не общее правило повсюду, и даже въ университетскихъ акушерскихъ клиникахъ смертность отъ родильной горячки достигала иногда 25%. Иными словами, изъ каждаго *четырёхъ* женщинъ, поступавшихъ въ клинику, одна непременно падала жертвой родильной горячки. Между тѣмъ, въ настоящее время процентъ смертности низведенъ въ благоустроенныхъ клиникахъ до ничтожной *дробн...*

Вѣнскому врачу Земмельвайсу, а за нимъ Пастеру и Листеру принадлежитъ заслуга столь коренного и столь благодѣтельнаго измѣненія въ цифрахъ смертности отъ родильной горячки. Безчисленными изысканіями было установлено, что родильная горячка обязана своимъ происхожденіемъ тѣмъ же причинамъ, которыя вызываютъ и всѣ прочіе виды зараженія. Узнавъ истинную причину зараженія, мы получили возможность принимать противъ нея надлежащія мѣры и болѣе или менѣе успѣшно съ ней бороться. Родильная горячка вызывается различными *микробами*, изъ которыхъ первое мѣсто должно быть отведено *стрептококку* (цѣпекокку), зараженіе котораго было нами приведено въ ст. „*Бактеріи*“.

Что родовой періодъ представляетъ особенно благоприятныя условія для зараженія, понятно само собой. При какихъ другихъ условіяхъ наблюдается въ организмѣ столь обширная раневая поверхность, какъ при родахъ?!

При какихъ другихъ условіяхъ приходится внутренней полости тѣла приходить въ столь тѣсное соприкосновеніе съ посторонними предметами (руками, инструментами, ватой и пр.), которые имѣютъ столько шансовъ сохранять на себѣ элементы заразы?!

Въ родильной горячкѣ мы можемъ различать нѣсколько ступеней, начиная съ незначительной лихорадки, которая скоро безслѣдно проходитъ, и кончая тяжелымъ зараженіемъ брюшины или смертельнымъ зараженіемъ крови. Относительно нерѣдко наблюдается такъ-наз. *резорпціонная лихорадка*, которая приписывается всасыванію организмомъ продуктовъ съ поверхности раненой матки. Наблюдается воспаленіе наружныхъ дѣтородныхъ органовъ и влагалища; воспаленіе внутренней поверхности матки (эндометритъ); воспаленіе тазовой клѣтчатки (параметритъ); частичное или общее воспаленіе брюшины (перитонитъ) и, наконецъ, зараженіе крови, которое наблюдается въ двухъ видахъ: гноекровія и гнилокровія. По поводу всѣхъ этихъ страданій читательницы найдутъ соотвѣтствующія свѣдѣнія во II „*Энциклопедической*“ части.

*Признаки зараженія* появляются не сразу, но нѣкоторое

время спустя. Если зараженіе имѣло поэтому мѣсто *до родовъ* (вслѣдствіе разложенія мертваго плода или же микробы были занесены руками изслѣдующихъ), то признаки зараженія могутъ проявиться уже во время родовъ. Если же зараженіе имѣло мѣсто *во время родовъ*, то оно обнаруживается обыкновенно 24—48 часовъ спустя. Какъ въ томъ, такъ и въ другомъ случаѣ, первыми признаками служатъ легкій ознобъ, ускореніе пульса и болѣе или менѣе значительное повышеніе температуры. Въ томъ случаѣ, когда зараженіе не было особенно значительнымъ, организмъ быстро съ нимъ справляется, и оно проходитъ черезъ короткое время почти безслѣдно. Дѣло рѣзко мѣняется въ томъ случаѣ, когда микробы успѣли проникнуть глубоко въ кровь или же отличаются особенной ядовитостью. Въ такомъ случаѣ появляются боли; температура повышается очень значительно; пульсъ ускоряется, дыханіе становится болѣе частымъ, но вмѣстѣ съ тѣмъ и болѣе поверхностнымъ. Появляются ознобы; больная испытываетъ сильную жажду и значительную потерю силъ и быстрыми шагами направляется къ могилѣ. Особенно же страшно въ этомъ отношеніи общее зараженіе крови, которое вызываетъ гнило- или гноекровіе. *Гнилокровіе* способно убить женщину иногда въ нѣсколько часовъ. Внезапная смерть наблюдается иногда и при гноекровіи, вслѣдствіе переносныхъ пробокъ, которые могутъ приостановить кровообращеніе въ маломъ кругу (легочномъ). *Гноекровіе* проявляется сильнѣйшими ознобами, которыя сопровождаются повышеніями температуры иногда до 41°—42° Ц. Пульсъ бьется со скоростью 100—120 ударовъ въ минуту. Проявляется обычно гноекровіе не ранѣе второй недѣли послѣ родовъ и можетъ затянуться не только на нѣсколько недѣль, но и на мѣсяцы.

Какъ видятъ читательницы, родильная горячка должна почитаться очень страшной болѣзью, противъ которой мы обязаны принимать всевозможныя предосторожности. Въ чемъ должны состоять эти предосторожности?—Прежде всего въ томъ, чтобы безъ необходимости не приходило въ соприкосновеніе съ роженицей вообще и съ родовыми органами въ особенности. Въ томъ случаѣ, когда намъ необходимо бываетъ въ интересахъ роженицы произвести внутреннее изслѣдованіе, мы должны принимать самыя тщательныя и самыя педантическія предосторожности къ обеззараживанію рукъ, инструментовъ и всего, однимъ словомъ, что не только прямо, но и косвенно можетъ придти въ какое-либо, хотя бы и самое отдаленное, соприкосновеніе съ родовыми путями. Безъ надобности никто изъ окружающихъ не долженъ приходило въ соприкосновеніе съ роженицей. Что же касается до врача и акушерки, то въ

соблюденіи чистоты и правилъ обеззараживанія состоитъ ихъ первая обязанность по отношенію къ роженицѣ. Съ тѣхъ поръ, какъ понятія эти глубоко проникли въ сознаніе не только врачей, но и низшаго медицинскаго персонала, случаи родильной горячки стали наблюдаться, какъ мы уже упоминали выше, безконечно рѣже. Нашъ долгъ стремиться къ тому, чтобы она *совершенно исчезла*.

Въ томъ случаѣ, когда по той или иной причинѣ родильная горячка все же появилась,—въ чемъ несправедливо было бы всегда винить врача или акушерку, такъ какъ микробы проникаютъ иногда въ организмъ даже тогда, когда принимались самыя педантическія мѣры предосторожности,—не слѣдуетъ опускать руки и падать духомъ. Слѣдуетъ помнить, что организмъ нашъ, какъ мы на это указывали во многихъ статьяхъ во II „*Энциклопедической*“ части сочиненія, обладаетъ многочисленными средствами для успѣшной борьбы съ зарозой (см. „*Болѣзни—заразныя*“). Помимо общихъ средствъ укрѣпленія организма, мы обладаемъ и очень дѣйствительными *мѣстными* средствами въ видѣ обеззараживающихъ промываний матки. Въ настоящее время мы не можемъ считать себя безоружными въ борьбѣ даже съ зараженіемъ крови при родильной горячкѣ, такъ какъ во многихъ случаяхъ выцѣскиваніе специфической противощепочковой (антистрептококковой) сыворотки оказалось средствомъ очень дѣйствительнымъ. Само собой разумѣется, что, чѣмъ раньше мы начали борьбу съ родильной горячкой, тѣмъ больше имѣемъ мы шансовъ выйти изъ нея побѣдителями. Поэтому долгъ окружающихъ—самымъ внимательнымъ образомъ слѣдить за родильницей и въ случаѣ появленія малѣйшихъ тревожныхъ признаковъ немедленно обращаться къ врачу. Много несчастій можно было бы избѣжать, если бы это простое правило соблюдалось постоянно!..

### **Уходъ за грудями.**

Въ предыдущихъ главахъ мы рассмотрѣли очень подробно періодъ беременности и роды. Теперь мы приступимъ къ рассмотрѣнію трудовъ и обязанностей, выпадающихъ на долю матери по отношенію къ ея новорожденному младенцу. Послѣ рожденія младенецъ сталъ въ значительной степени независимъ отъ матери: онъ ведетъ до извѣстной степени самостоятельное существованіе; онъ не связанъ съ ней непосредственно, какъ въ періодъ беременности; организмъ его не питается больше ея кровью, какъ при внутри-утробномъ существованіи. Тѣмъ не менѣе, связь младенца съ матерью

все еще остается очень глубокой: она все же продолжает *питать его* соками своего тѣла. Новѣйшими изслѣдованіями доказано, что кормленіе материнскимъ молокомъ отражается очень благоприятно не только на самомъ ребенкѣ, что было извѣстно уже издавна, но имѣетъ очень благотворное вліяніе и на организмъ матери. Замѣчено, что у тѣхъ матерей, которыя сами кормятъ своихъ дѣтей, обратное развитіе внутреннихъ половыхъ органовъ послѣ родовъ совершается гораздо правильнѣе и равномѣрнѣе, чѣмъ у тѣхъ, которыя не кормятъ своихъ дѣтей. Кромѣ того, невозможно сомнѣваться въ томъ, что обменъ веществъ также совершается гораздо правильнѣе у первыхъ, чѣмъ у вторыхъ. При такихъ условіяхъ уродливо было бы со стороны матерей думать, будто обязанность ея по отношенію къ ребенку ограничивается рожденіемъ его; мало родить ребенка, надо его вскормить и воспитать \*).

„Мы не побоямся утверждать, говорили мы въ другомъ мѣстѣ\*\*), что мать, отказывающаяся безъ достаточныхъ основаній кормить своего ребенка, совершаетъ преступленіе по отношенію къ нему. Что подобное мнѣніе не преувеличено, ясно для всѣхъ, кто знаетъ, какія послѣдствія имѣетъ въ подавляющемъ большинствѣ случаевъ для ребенка искусственное кормленіе. Наблюденіями всѣхъ странъ и всѣхъ временъ неопровержимо установлено, что смертность дѣтей при такого рода кормленіи возрастаетъ до ужасающихъ размѣровъ. Поэтому мы едва ли ошибемся, если скажемъ, что однимъ ужь фактомъ обреченія ребенка на искусственное кормленіе мы значительно сокращаемъ его шансы на существованіе. Этого обстоятельства не должна



Гис. 405. Отвѣсный разрѣзъ черезъ грудную железу.

На рисункѣ изображены двѣ железы съ ихъ выводными протоками (млечными ходами), открывающимися на поверхности соска.— По Флинту.

\*) «Не та—мать, що родила, а та, що выкохала»,—говорятъ малороссы.

\*\*) «Общія основы личной гигиены».—«Гигіена новорожденнаго».

упускать изъ виду мать, вольно или невольно осуждающая своего ребенка на искусственное питаніе“.

„Когда матери ознакомятся съ послѣдствіями, которыми грозитъ ребенку искусственное питаніе, тогда тѣ изъ нихъ, которыя могли бы сами кормить своего ребенка, но не желаютъ этого, невольно призадумаются надъ этимъ вопросомъ; многія изъ нихъ привыкли рѣшать его слишкомъ легкомысленно. Что же касается до матерей, которыя, бытъ-можетъ, всей душой хотѣли бы своими соками вскормить своего младенца, но не имѣютъ возможности по тѣмъ или инымъ независящимъ отъ нихъ причинамъ сдѣлать это,—то онѣ будутъ

относиться къ искусственному кормленію съ безконечно большимъ вниманіемъ, такъ какъ знаютъ, какими опасными послѣдствіями грозитъ ихъ ребенку недостаточно внимательное отношеніе къ требованіямъ и предписаніямъ гигиены искусственнаго кормленія“.

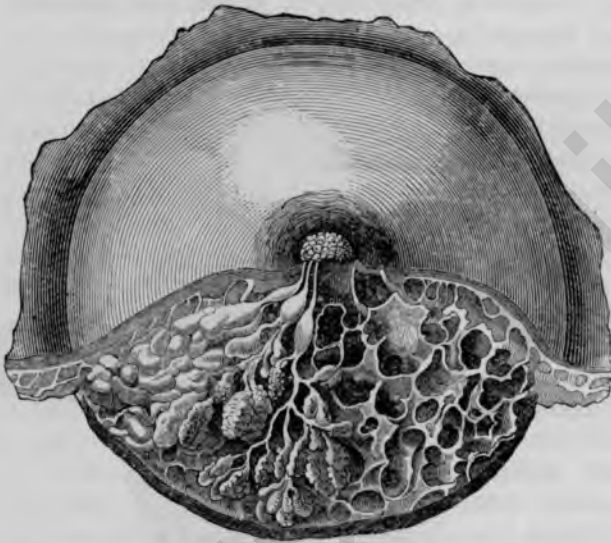


Рис. 406. Молочныя железы за короткое время до кормленія. Съ нижней половины железы кожа удалена. Съ лѣвой стороны мы видимъ набуханіе молочныхъ железъ и ихъ выводныхъ протоковъ въ близкомъ разстояніи отъ соска.—По Душка.

Само собой разумѣется, что еще задолго до рожденія ребенка каждая мать дол-

жна отдать себѣ ясный отчетъ въ томъ, *подготовлены* ли ея соски для кормленія. Въ томъ случаѣ, когда соски слишкомъ нѣжны или вдавлены, принимаютъ соотвѣтствующія мѣры къ тому, чтобы ихъ вытянуть и сдѣлать болѣе грубыми. Съ этой цѣлью ихъ слѣдуетъ нѣсколько разъ въ день вытягивать и даже щипать, дабы подготовить ихъ къ сильному сжатію, которое нерѣдко производитъ челюстями крѣпкій ребенокъ. Слѣдуетъ ихъ также нѣсколько разъ на дню обмывать холодной водой, водой съ коньякомъ или ромомъ или же отваромъ дубовой коры, чтобы укрѣпить ихъ еще больше. Подобныя же мѣры можно принимать и по отношенію къ грудямъ, если послѣднія невелики и если онѣ не обѣ-

щаютъ давать достаточно молока. Разминаніемъ и частымъ обмываніемъ холодной водой въ нихъ оживляютъ обмѣнъ веществъ; при этомъ онѣ также увеличиваются въ объемѣ.

Въ томъ случаѣ, когда млечные ходы оказываются слишкомъ слабыми, чтобы сдержатъ напоръ молока, или же когда количество выдѣляемаго молока слишкомъ значительно, слѣдуетъ принимать мѣры къ тому, чтобы не давать молоку сбѣгать. Съ этой цѣлью можно прибѣгнуть къ шведскому грудеподъемнику, который былъ нами изображенъ на рис.



Рис. 407 и 408. Треугольная косынка для поддержки груди.

110, или же къ треугольной косынкѣ, изображенной на рис. 407 и 408.

Къ той же цѣли ведутъ и частыя прохладныя обмыванія груди.

Большія неприятности и страданія причиняетъ какъ матери, такъ и ребенку *раненія сосковъ*, которыя приводятъ къ *трещинамъ* (см. во II части). Въ указанной статьѣ мы уже указывали на тѣ мѣры, посредствомъ которыхъ можно предупредить ихъ появленіе или же принять мѣры къ ихъ скорѣйшему исцѣленію. Мы къ этому вопросу больше возвращаться не станемъ. На рис. 271 изображено нами примѣненіе орѣховой скорлупы къ защитѣ больного соска. Очень хорошо дѣйствуютъ также частыя обмыванія холоднымъ борнымъ растворомъ.

**Воспаленіе** молочныхъ железъ (грудница) является обыкновенно послѣдствіемъ образованія трещинъ на соскахъ. При посредствѣ этихъ-то трещинъ заразительныя начала заносятся



въ глубь грудной железы и вызываютъ тамъ воспаленіе. Въ такомъ случаѣ кормленіе бываетъ связано не только съ болями для матери, но и съ нѣкоторой опасностью для ребенка. Въ нѣкоторыхъ случаяхъ грудница ограничивается незначительными страданіями. Въ другихъ случаяхъ, расстройства бываютъ однако, очень рѣзкими: температура значительно повышается, пульсъ учащается, появляется упорная бессонница и сильныя боли. Въ томъ случаѣ, когда воспаленіе находится только въ начальномъ періодѣ, слѣдуетъ принять



Рис. 409. Правильное положеніе ребенка при кормленіи.

мѣры къ тому, чтобы оно разрѣшилось. Съ этой цѣлью прибѣгаютъ къ массажу груди, преимущественно къ продолжительному ихъ растиранію. Накладываютъ согрѣвающие компрессы, втираютъ мягчительныя мази, накладываютъ поддерживающую и вмѣстѣ съ тѣмъ давящую повязку въ родѣ той, какая изображена у насъ на рис. 407 и 408. Сдѣлать это можно при помощи простой косынки. Смазываютъ также грудь коллодіемъ или же наклеиваютъ полосками липкій пластырь. Въ томъ случаѣ, когда успѣлъ уже образоваться *парывъ*, всѣ эти средства остаются, понятно, неэффективными. Въ такомъ случаѣ остается только принять мѣры къ

ускоренію созрѣванія нарыва. Съ этой цѣлью прикладываютъ согревающія припарки. Когда кожа уже достаточно истончилась, слѣдуетъ вскрыть нарывъ и выпустить накопившійся въ немъ гной. Операция эта всегда сопровождается пониженіемъ температуры и значительнымъ улучшеніемъ самочувствія больной.

Наилучшее представленіе о томъ, *какъ слѣдуетъ* и *какъ не слѣдуетъ* кормить ребенка, даютъ намъ рис. 409 и 410.



Рис. 410. Неправильное положеніе ребенка при кормленіи.

Мы не станемъ вдаваться въ подробности, которыя всего лучше видны на рис. Скажемъ только, что та рука, которая поддерживаетъ головку младенца, должна имѣть въ чемъ-либо твердую опору, чтобы мать не была принуждена каждыя нѣсколько минутъ мѣнять положеніе. При такихъ условіяхъ и дитя сумѣетъ удобно устроиться и спокойно кушать. На второмъ рис. мы видимъ, наоборотъ, мать въ очень неудобномъ положеніи: рука, поддерживающая головку ребенка, не имѣетъ никакой твердой поддержки. Поэтому она вынуждена

часто мѣнять положеніе, по той же причинѣ и головка младенца не находитъ себѣ твердой опоры, и ребенокъ становится безпокойнымъ.

### Разрывы промежности.

Несмотря на то, что объ этомъ предметѣ у насъ уже была рѣчь во II части сочиненія (см. „Промежности — разрывы“), мы считаемъ необходимымъ и въ данномъ мѣстѣ удѣлить нѣсколько строкъ разрывамъ промежности, играющимъ столь важную роль въ жизни женщинъ. Такого рода разрывъ изображенъ у насъ на рис. 411. Онъ называется *неполнымъ*, такъ какъ онъ не захватилъ круговой мышцы (жомы) задняго прохода. Очень часто бываетъ, всего чаще въ тѣхъ случаяхъ, когда принимаетъ простая бабка, что разрывъ промежности оста-



Рис. 411. Неполный разрывъ промежности. На рисункѣ видны разрыхленные и отчасти разорванные передняя и задняя стѣнки влагалища.—По Фричу.

вляется безъ всякаго вниманія, особенно когда онъ не влечетъ за собой тяжелаго кровоточенія или какихъ-либо иныхъ тяжелыхъ разстройствъ. Подобное отношеніе въ высшей степени неразумно. Въ очень рѣдкихъ случаяхъ разрывы заживаютъ самостоятельно. Въ большинствѣ же случаевъ они вызываютъ болѣе или менѣе тяжкія растройства со стороны сосѣднихъ органовъ, и даже въ томъ случаѣ, когда они заживаютъ, они ведутъ почти неизбѣжно къ укороченію промежности. Между тѣмъ нормальное состояніе этой области имѣетъ огромное значеніе для правильности будущихъ родовъ. По-

этому каждая родильница, которая испытываетъ послѣ родовъ жгучую боль въ области промежности, причемъ боль эта значительно усиливается во время мочеиспусканія, должна постараться выяснитъ вопросъ о томъ, нѣтъ ли у нея разрыва промежности. Особенно важное значеніе имѣетъ этотъ вопросъ для первородящихъ.

Въ виду того, что современные женщины не отличаются особенной крѣпостью и ткани ихъ—особенной устойчивостью,

разрывъ промежности, на который не было своевременно обращено должнаго вниманія, ведетъ со временемъ къ выпаденію влагалища и къ особенному ощущенію, какъ если бы влагалище опустилось въ нижнюю область живота. Происходить это вслѣдствіе того, что тазовые органы лишаются, при сколько-нибудь значительномъ разрывѣ промежности, того базиса—того устоя, который они нормально встрѣчаютъ въ тазовомъ днѣ. Большинство врачей ставитъ себѣ за правило—немедленно зашивать разрывы промежности и притомъ не только незначительные, которые требуютъ двухъ-трехъ уколовъ иглой, но и болѣе значительные; послѣднее, впрочемъ, часто бываетъ необходимо сдѣлать для того, чтобы остановить кровотеченіе. Такой образъ дѣйствія заслуживаетъ горячаго сочувствія; предпочтительнѣе немедленно зашить разрывъ промежности и избавить родильницу отъ дальнѣйшихъ страданій и разстройствъ, неизбѣжно связанныхъ съ существованіемъ разрыва промежности, чѣмъ откладывать операцію на неопредѣленное время. Къ тому же можно полагать, что послѣ чудовищныхъ болей, съ которыми бываютъ часто связаны роды, особенно же тѣ, которые ведутъ къ разрыву промежности, боль отъ нѣсколькихъ уколовъ иглы почти совершенно не воспринимается. Само собой разумѣется, что первые дни послѣ зашитія разрыва область промежности должна содержаться въ особенной чистотѣ. Моча должна быть выпускаема посредствомъ катетра. Что же касается до швовъ, то ихъ можно, въ зависимости отъ состоянія промежности, удалить на 8—10 день.

### **Родовспоможеніе у первобытныхъ народовъ.**

Читательницамъ нашимъ, навѣрное, не безынтересно будетъ знать, какимъ образомъ приходятъ женщинамъ на помощь во время родовъ первобытные народы. Для того, чтобы удовлетворить ихъ любознательности, мы дадимъ имъ на этотъ счетъ нѣкоторыя свѣдѣнія, заимствованныя, преимущественно, изъ сочиненія извѣстнаго авторитета по антропологии д-ра Пlossa.

Подобно тому, какъ у животныхъ беременная самка предоставляется собственной участи, должна сама помочь себѣ, какъ знаетъ, и принять всѣ мѣры для спасенія своей жизни и жизни новорожденнаго, такъ и у совершенно первобытныхъ народовъ роженица оставляется въ полнѣйшемъ уединеніи и предоставляется собственной участи. Болѣе гуманное отношеніе встрѣчаемъ мы у большинства народовъ, обладающихъ хотя бы элементарной культурой. У нихъ мужъ принимаетъ

дѣятельное участіе въ актѣ родовъ и старается придти своей женѣ на помощь по мѣрѣ своихъ силъ и разумѣнія. Такого рода помощь со стороны мужа изображена у насъ на рис. 392 и 412. На первомъ изъ нихъ мы видимъ индѣйца изъ племени команчей—помогающимъ своей женѣ разрѣшиться отъ бремени. Всѣми силами надавливаетъ онъ ей на животъ и такимъ образомъ присоединяетъ свои усилія къ ея потугамъ. Нѣсколько болѣе сложна помощь, оказываемая своей женѣ негромъ, на второмъ изъ указанныхъ рисунковъ. Обхвативъ животъ жены полотнищемъ, онъ упирается ногами въ ея поясе-



Рис. 412. Тяжелые роды негрятянки изъ племени Керія на Бѣломъ Нилѣ. Эскизъ Фелкина.

ницу и всѣми силами надавливаетъ полотнищемъ на животъ. Такого рода помощь, несмотря на всю ея первобытность и слишкомъ грубую форму, въ которую она облечена, все же не лишена значенія и въ нѣкоторыхъ случаяхъ можетъ оказаться очень дѣйствительной. \*).

На дальнѣйшей ступени развитія дѣло родовспоможенія всецѣло переходитъ въ руки женщины, какъ это и слѣдуетъ считать естественнымъ. Сначала помощь при родахъ оказываетъ каждая пожилая женщина, которая сама многократно

\*) Очень дѣятельную помощь оказываютъ, по нашимъ наблюденіямъ, на югѣ Россіи своимъ женамъ во время акта родовъ и безконечно болѣе культурные мелопты.

продѣлала роды и которая обладает поэтому нѣкоторымъ личнымъ опытомъ въ акушерствѣ (отсюда и названіе „бабка“). Позже начинается, однако, выдѣляться специальный классъ повивальныхъ бабокъ, съ которыми мы встрѣчаемся уже у древнихъ грековъ. Онѣ производили выкидыши, производили и необходимыя заклинанія для ускоренія родовъ; полотнищемъ нажимали онѣ на животъ роженицы, чтобы облегчить роды. Въ эту эпоху было уже извѣстно вліяніе того или иного положенія тѣла роженицы на ходъ родовъ. Былъ греческимъ врачамъ извѣстенъ уже и поворотъ на головку при неправильныхъ положеніяхъ плода.

Римскимъ матронамъ и акушеркамъ было извѣстно уже ручное изслѣдованіе и искусственное расширеніе маточной шейки. Для скорѣйшаго удаленія послѣда родильницамъ прописывали чихательныя средства. Римскими врачами производилось уже и кесарево сѣченіе. Укажемъ къ слову на то, что анатомированіе женскаго трупа было впервые произведено въ Италіи въ XIV вѣкѣ. Этотъ фактъ можно считать пеходной точкой дальнѣйшаго научнаго прогресса въ акушерствѣ.



Рис. 413. Роды персіанки въ колѣнно-локтевомъ положеніи.—По эскизу Полака.

Вернемся, однако, къ обзору акушерской помощи у первобытныхъ народовъ. На рис. 413 нами изображены роды персіанки въ колѣнно-локтевомъ положеніи (*à la vache*). Роженица наклонилась туловищемъ впередъ и упирается руками въ небольшую пирамиду изъ кирпичей. Не можетъ быть никакого сомнѣнія въ томъ, что при подобномъ положеніи родовыя боли значительно скорѣе ведутъ къ цѣли, чѣмъ въ лежачемъ положеніи. Тѣмъ не менѣе, принимая во вниманіе слабость современной европейской женщины, у изображенной нами персіанки едва ли найдется среди нихъ много подра-



Рис. 414.  
Нѣмецкое родильное кресло XVI в.

жательницъ, такъ какъ нѣтъ никакого сомнѣнiя въ томъ, что большинство роженицъ очень скоро упали бы въ обморокъ, если бы имъ пришлось рожать не въ лежащемъ положенiи.

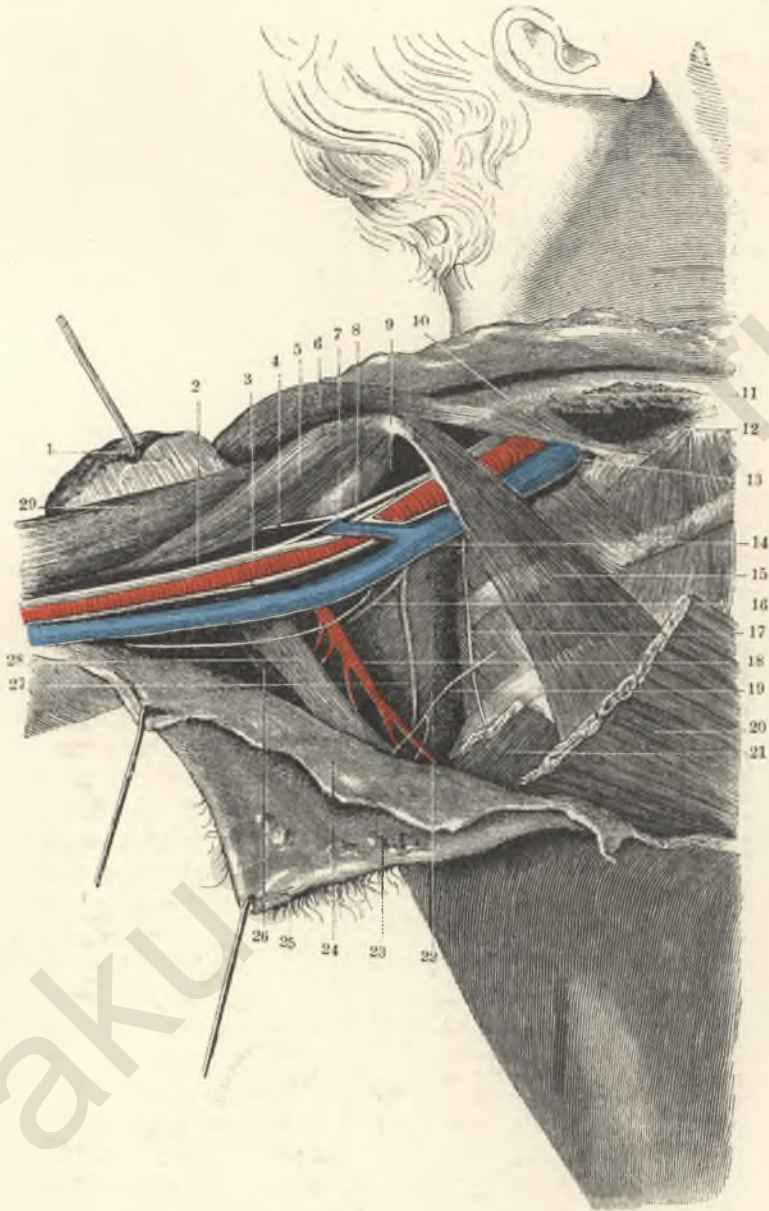
Въ среднiе вѣка очень были распространены роды въ сидячемъ положенiи, для чего специально было изобрѣтено *родильное кресло*, образецъ котораго читательницы видятъ на рис. 414. Такого рода кресло было въ употребленiи въ Германiи въ XVI вѣкѣ. Оно, быть можетъ, не предоставляло ро-

женицѣ особеннаго комфорта въ смыслѣ положенiя, но оно не было лишено и нѣкоторыхъ удобствъ: роженица со всѣхъ сторонъ доступна окружающимъ, которые могутъ оказать ей



Рис. 415. Роды въ родильномъ креслѣ.—Гравировано на деревѣ въ 1528 г.





### Правая подмышечная область.

1.—Прикрѣпленіе большой грудной мышцы. 2.—Срединный плечевой нервъ. 3, 7.—Кожные нервы. 4.—Кожно-мышечный нервъ. 5, 10, 21, 26, 28.—Различныя мышцы. 6.—Дельтовидная мышца, покрывающая верхушку плеча. 7.—Локтевой нервъ. 8.—Глубокая плечевая вена — перекрещиваетъ подкрыльцовую (подмышечную) артерію. 9.—Подмышечная впадина. 11.—Ключица. 12.—1-е ребро. 13.—Подкрыльцовая артерія, направляющаяся къ верхней конечности. 14.—Подкрыльцовая вена. 15.—Малая грудная мышца. 16, 17, 19, 27.—Нервные вѣтви. 18.—Артерія, направляющаяся къ нижней части лопатки. 20.—Начальная часть большой грудной мышцы. 23—25.—Кожа подмышечной впадины. 24.—Аноневризмъ подмышечной впадины.



надлежащую помощь; подъ кресло можно подставить необходимые сосуды и т. д.

Само собой разумѣется, что младенческое состояніе родовспоможенія въ описываемые періоды не можетъ идти ни въ малѣйшее сравненіе съ современнымъ состояніемъ акушерства. Если же число несчастныхъ случаевъ не бываетъ у первобытныхъ народовъ такъ велико, какъ это можно было бы предполагать, то это слѣдуетъ приписать, главнымъ образомъ, крѣпости и выносливости первобытныхъ женщинъ. Современное акушерство не только безконечно глубже изучило механизмъ родовъ, но оно также безконечно больше отдаетъ себѣ отчетъ въ происходящемъ. Соотвѣтственно этому и помощь стала болѣе разумной и болѣе дѣйствительной. На то же самое указываютъ и безчисленные операціи и инструменты, изъ которыхъ каждая и каждый имѣетъ свои спеціальныя показанія. Благодаря имъ, много жизней спасается, можно сказать, ежедневно.

### Уходъ за новорожденнымъ.

Первая забота по рожденіи ребенка состоитъ въ **перевязкѣ пуповины**, что обыкновенно выпадаетъ на долю принимающей акушерки или врача. Съ перевязкой пуповины ждутъ обыкновенно до тѣхъ поръ, пока она не перестанетъ пульсировать (биться). Такимъ образомъ даютъ возможность перейти наибольшему количеству крови изъ материнскаго организма въ организмъ новорожденнаго. Ждать приходится минутъ 10. Пуповина перевязывается большей частью въ двухъ мѣстахъ: сантиметрахъ въ 4 отъ пупка ребенка и у входа во влагалище. Перевязка производится двойнымъ узломъ, чтобы обезпечить ребенка отъ кровотеченія, затѣмъ пуповина перерѣзывается.

Къ перевязкѣ пуповины слѣдуетъ относиться съ особеннымъ вниманіемъ. Слѣдуетъ при этомъ соблюдать строжайшую чистоту; въ противномъ случаѣ можетъ произойти зараженіе со всѣми его послѣдствіями. Остатокъ пуповины всего лучше обмывать тепловатымъ растворомъ, обернуть въ чистую тряпочку и класть на лѣвую сторону живота. Затѣмъ ее перевязываютъ тѣльнымъ бинтомъ аршина въ два длины и пальца въ четыре ширины. Бинтъ этотъ завязываютъ сзади тесемками, а еще лучше закалываютъ безопасной, такъ-наз. англійской (карлсбадской) булавкой. Процессъ перерѣзыванія пуповины изображенъ у насъ на рис. 416. Что же касается до **пупочныхъ грыжъ** (см.), наблюдающихся, преимущественно, у слабыхъ дѣтей, которыя часто и подолгу кричатъ, то на пупокъ можно наложить биндажъ съ подушечкой (пело-

томъ). Такого рода бандажъ изображенъ у насъ на рис. 332. Можно также окружить грыжу полосками липкаго пластыря, который отлично удерживаетъ ее. Еще вѣрнѣе ведетъ къ цѣли укрѣпленіе грыжи полосками липкаго пластыря послѣ образованія кожныхъ складокъ, какъ это представлено нами на рис. 329 и 330. Совѣтуемъ читательницамъ вновь внимательно перечестъ статью, посвященную во II части пупочнымъ грыжамъ.

Въ моментъ рожденія въ новорожденномъ— всеговѣрятье, подъ вліяніемъ воздуха— происходитъ рѣзкая перемѣна:

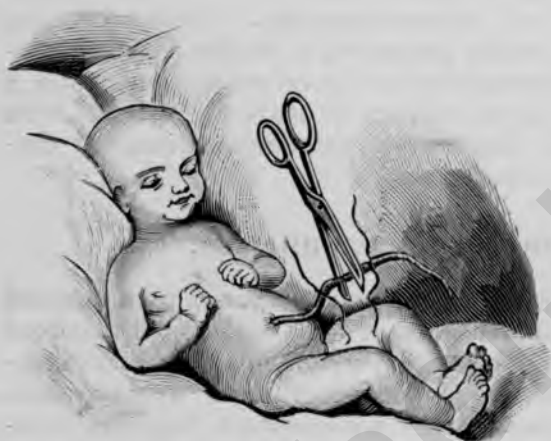


Рис. 416. Перерѣзка пуповины по Платону.

плацентарное кровообращеніе прекращается; къ легкимъ приливаетъ больше крови; легкія расширяются; младенецъ производитъ глубокое вдыханіе и испускаетъ затѣмъ *первый крикъ*, который производитъ столь своеобразное и вмѣстѣ съ тѣмъ столь благотворное дѣйствіе на материнское ухо. Въ томъ случаѣ, когда младенецъ не кричитъ, его къ тому побуждаютъ легкими пошлепываніями и пр. Если же новорожденный находится въ состояніи **мнимой смерти** (см. во II „Энциклопедической“ части), принимаются мѣры къ его оживленію посредствомъ примѣненія **искусственнаго дыханія** (см.).

Укажемъ тутъ же на *признаки доношеннаго младенца*. „Длина тѣла—около 50 сантиметровъ. Вѣсъ не многимъ больше 3-хъ килограммовъ (8<sup>1</sup>/<sub>4</sub> фунтовъ). Окружность головы—35, а груди—32 сантим. Кожа—ярко-краснаго цвѣта, не морщинистая и обладаетъ достаточнымъ количествомъ подкожнаго жира. Если провести прямую линію отъ мечевиднаго отростка къ лобку, то прикрѣпленіе пупка должно приходиться посрединѣ этой линіи. Младенецъ кричитъ звучнымъ громкимъ голосомъ“ (\*).

Черезъ нѣкоторое время послѣ рожденія младенца приступаютъ къ его *туалету*, такъ какъ онъ, будучи покрытъ кровью, слизью и первородной смазкой, отличается въ очень слабой степени благообразіемъ и нуждается въ основа-

\*) «Общая основы личной гигиены»—«Гиг. новорожденнаго».

тельной чисткѣ. Одной теплой водой съ мыломъ отмыть первородную смазку не удастся: для этого необходимо предварительно покрыть тѣло младенца какимъ-либо жирнымъ веществомъ: масломъ, жиромъ или яичнымъ желткомъ. Что же касается до воды, то температура ея никогда не должна превышать 29° Р., такъ какъ болѣе теплая вода располагается, по словамъ д-ра Добрынина, къ мозговымъ приливамъ.

Къ согрѣванію новорожденнаго слѣдуетъ принимать особенныя мѣры. Не слѣдуетъ забывать, что для него переходъ отъ утробы матери къ обычной атмосферѣ—очень рѣзокъ и что онъ вообще плохо переноситъ свѣжую температуру. Всего лучше, если возможно, согрѣвать его теплотой тѣла. Если мать не истощена окончательно родами, то его прикладываютъ къ ея груди. Въ противоположномъ случаѣ его укладываютъ въ колыбель, принадлежности которой были предварительно нагрѣты. Въ случаѣ надобности можно положить между ножекъ небольшую бутылку съ теплой водой (укутать салфеткой и хорошенько закупорить!). Въ томъ случаѣ, когда ребенокъ не доношенъ, его укутываютъ въ вагу. Если же онъ родился на мѣсяць или полтора раньше срока, то его необходимо держать въ особенномъ инструментѣ, который носитъ названіе *cuveuse* (спеціальная грѣлка для новорожденныхъ, преимущественно недоносковъ) и въ которомъ равномерно поддерживается повышенная температура.

Въ теченіе первыхъ сутокъ ребенокъ обыкновенно спитъ и не испытываетъ особеннаго голода, но даже и на второй день у матери не бываетъ еще въ большинствѣ случаевъ молока, а только молозиво, которое не имѣетъ питательныхъ свойствъ. Когда у матери молока еще нѣтъ, гораздо предпочтительнѣе давать ребенку время отъ времени немного отварной воды, къ которой прибавляютъ небольшое количество молочнаго сахара, чѣмъ давать ему коровье молоко. Коровье молоко очень легко разстраиваетъ у ребенка желудокъ, и этого нельзя не считать очень сквернымъ началомъ. Ребенка можно прикладывать время отъ времени къ груди матери даже въ томъ случаѣ, когда онъ не извлекаетъ изъ нея молока. Такимъ образомъ возбуждается дѣятельность молочныхъ железъ. Не слѣдуетъ также давать ребенку рожка, такъ какъ, привыкнувъ къ легкому добыванію молока изъ рожка, онъ затѣмъ обнаруживаетъ очень мало склонности къ тому, чтобы извлекать молоко изъ груди, для чего требуются значительно большія усилія.

Переходимъ къ разсмотрѣнію очень важнаго вопроса о томъ, *какъ часто слѣдуетъ кормить ребенка?* Въ этомъ отношеніи не все авторы согласны между собой, что зависитъ отъ

того, что они становятся при этомъ на различныя точки зрѣнія: одни имѣютъ въ виду, преимущественно, интересы матери, другіе—интересы ребенка. Желательно, тѣмъ не менѣе, примирить между собой тѣ и другіе. Покойный проф. Н. Филатовъ, который считается авторитетомъ въ подобныхъ вопросахъ, рекомендуетъ первое время кормить грудныхъ дѣтей, какъ только они попросятъ груди. Со второго же мѣсяца, однако, необходимо установить въ этомъ отношеніи строгій порядокъ и кормить ребенка каждые два часа днемъ и каждые три часа ночью; всего—10 разъ въ сутки. Начиная съ четвертаго мѣсяца, слѣдуетъ кормить каждые три часа днемъ и только одинъ разъ ночью.

Авторъ настоящаго сочиненія проповѣдуетъ нѣсколько иные взгляды, которые далеко не лишены разумнаго основанія. Исходя изъ того факта, что бессонница крайне тяжело отражается на многихъ молодыхъ матеряхъ, которыя къ тому же зачастую не успѣли еще оправиться отъ родовъ, онъ рекомендуетъ, съ перваго же момента—не приучать дѣтей къ тому, чтобы ѣсть ночью. Послѣдній разъ ребенокъ долженъ брать грудь въ 10 часовъ вечера (для чего его даже слѣдуетъ будить, если онъ спитъ), и затѣмъ его слѣдуетъ кормить только на другой день

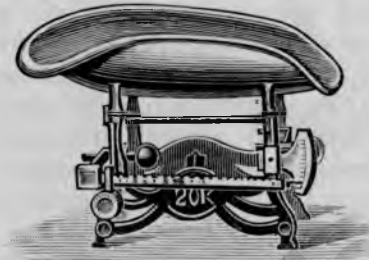


Рис. 417. Дѣтскіе вѣсы.

утромъ часовъ, въ 6. Конечно, первое время дѣло не обходится безъ плача и крика, но этому не должно придавать особеннаго значенія. При нѣкоторой настойчивости и выдержкѣ можно довольно скоро приучить ребенка къ тому, чтобы не ѣсть ночью. Такимъ образомъ мать получитъ возможность отдыхать и собираться съ силами. Съ другой стороны, и ребенокъ будетъ вознагражденъ лучшимъ качествомъ и большимъ количествомъ молока. Какъ бы то ни было, въ каждомъ отдѣльномъ случаѣ слѣдуетъ внимательно разбираться и стремиться къ тому, чтобы примирить интересы матери и ребенка такимъ образомъ, чтобы ни одна изъ сторонъ не страдала особенно чувствительно.

Наибольше важными показателями состоянія здоровья ребенка служатъ его *вѣсъ и ростъ*. Въ виду огромнаго значенія этихъ данныхъ, мы остановимся на нихъ нѣсколько болѣе подробно. „Нормальный—доношенный ребенокъ бываетъ при рожденіи вѣсомъ около 3-хъ килограммовъ (свыше 8 фунтовъ). Первые три-четыре дня ребенокъ падаетъ въ вѣсѣ, но затѣмъ

снова начинает повышаться, и въ теченіе второй недѣли приобрѣтаютъ вновь свой первоначальный вѣсъ. Затѣмъ онъ продолжаетъ увеличиваться въ вѣсѣ и притомъ совершенно прогрессивно. Ежемѣсячная прибавка равна, приблизительно, 650 гр. ( $1\frac{3}{8}$  ф.), такъ что ребенокъ удваивается въ вѣсѣ къ 5 мѣсяцамъ (6 кило) и утраивается къ концу года (9 кило).

Приводимъ здѣсь, по проф. Филатову, таблицу мѣсячнаго и суточного прибавленія въ вѣсѣ за первый годъ жизни:

|             | I   | II  | III | IV  | V   | VI  | VII | VIII | IX  | X   | XI  | XII |
|-------------|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|------|-----|-----|-----|-----|
| Въ мѣсяць . | 750 | 700 | 650 | 600 | 550 | 500 | 450 | 400  | 350 | 300 | 250 | 200 |
| » сутки .   | 25  | 23  | 22  | 20  | 18  | 17  | 15  | 14   | 12  | 10  | 8   | 7   |

Какъ видно изъ этой таблицы, прибавка въ вѣсѣ каждый мѣсяць уменьшается на 50 гр. по сравненію съ предыдущимъ. На второмъ году вѣсъ начинаетъ еще больше замедляться и ежемѣсячная прибавка равна въ среднемъ 470 гр. Къ двумъ годамъ ребенокъ вѣситъ свыше 11 кило; къ 7—19 кило; къ 14 годамъ — его вѣсъ удваивается и равняется 38 кило (около  $2\frac{1}{2}$  пуда).

*Ростъ* также служитъ важнымъ показателемъ правильнаго развитія ребенка. Длина новорожденнаго равна, приблизительно, 50 сант. Къ году — она равна 70; къ 2—80; къ 3—87; къ 5 годамъ—1 метру; къ 13 —  $1\frac{1}{2}$  метрамъ. Итакъ, ростъ къ концу 5-го года удваивается; къ 13—утраивается. Въ общемъ же можно сказать, что увеличеніе роста идетъ въ 12 разъ медленнѣе увеличенія вѣса“ \*).

Въ высшей степени желательно, чтобы *дѣтскіе вѣсы* составляли принадлежность каждой дѣтской комнаты; такого рода вѣсы изображены у насъ на рис. 417. Само собой разумѣется, что въ данномъ отношеніи, какъ и во всѣхъ прочихъ, слѣдуетъ чуждаться излишней мнительности и не слѣ-



Рис. 418. Дитя въ пеленкахъ, стѣсняющихъ его дыханіе и пищевареніе.

\*) Тамъ же.

дуетъ себѣ рисовать никакихъ страховъ изъ-за того, что ребенокъ въ теченіе дня-другого не поднялся или даже упалъ нѣсколько въ вѣсѣ, но, если тотъ же фактъ съ правильною наблюдаетъ въ теченіе болѣе продолжительнаго періода, то онъ заслуживаетъ самага серьезнаго вниманія, и истинныя его причины должны быть выяснены врачомъ.

О томъ, что дѣтей не слѣдуетъ ни укачивать, ни пеленать, въ наше время едва ли приходится говорить, такъ какъ это и безъ того извѣстно всѣмъ матерямъ. *Укачиваніе* вызываетъ сонъ монотонностью и однообразіемъ движеній. Сонъ, вызываемый такимъ путемъ, не можетъ считаться естественнымъ и имѣетъ очень много сходства съ гипнотическимъ. Здоровый ребенокъ долженъ спать безъ какихъ-либо искусственныхъ къ тому побужденій.



Рис. 419. Спящая молодая горилла.  
По «Жизни животныхъ» Брэма.

Если же онъ не спитъ, а плачетъ и кричитъ, то это указываетъ на то, что онъ не совсемъ здоровъ, и тогда мы, вмѣсто того, чтобы маскировать это состояніе искусственнымъ сномъ, гораздо лучше поступимъ, если внимательно поищемъ причины его безпокойства.

Что же касается до *пеленанія*, то оно имѣло свое основаніе въ первобытныя времена, когда предки наши вели кочевой и воинственный образъ жизни и во всякую минуту должны были быть готовы къ тому, чтобы спастись бѣгствомъ. При такихъ условіяхъ пеленаніе дѣтей, обращающее ихъ въ совершенно неодушевленные предметы, которые легко поддаются переноскѣ и очень мало стѣсняютъ движеніе родителей, представляло значительныя удобства. Имѣетъ пеленаніе свое оправданіе и у тѣхъ первобытныхъ народовъ, у которыхъ мать вынуждена надолго оставлять грудного ребенка одинокимъ. Запеленавъ и уложивъ его, она можетъ быть спокойна до извѣстной степени за его участь. Всѣ эти условія перестали, однако, существовать въ современномъ европейскомъ обществѣ. Устарѣлый обычай прочно однако же укоренился къ великому вреду для множества дѣтей. Не вдаваясь здѣсь въ подробную критику пеленанія, мы укажемъ только на тотъ фактъ, который долженъ быть ясенъ для нашихъ читателей даже при одномъ взглядѣ на рис. 418, что даже самое легкое пеленаніе сильно стѣсняетъ дѣятельность грудной клѣтки съ заключенными въ ней легкими и сердцемъ;

стѣсняетъ дѣятельность пищеварительныхъ органовъ и совершенно парализуетъ дѣятельность всей мышечной системы ребенка. Пеленанію должны быть приписаны многія вредныя явленія въ жизни маленькихъ дѣтей. Итакъ, пеленаніе дѣтей слѣдуетъ совершенно *оставить*. Какимъ образомъ можно цѣлесообразно одѣвать маленькихъ дѣтей, объ этомъ у насъ будетъ рѣчь ниже (см. также рис. 425). Не лишентъ также интереса и рис. 419, который изображаетъ, какъ привольно и свободно раскинулась во снѣ молодая обезьяна (вѣдь обезьяны не додумались еще до пеленанія).

Ребенку слѣдуетъ доставлять какъ можно больше свѣжаго воздуха. Если погода хорошая, и особенно солнечная, ребенка непременно слѣдуетъ выносить на воздухъ. Такимъ путемъ его не только закалываютъ, но наиболѣе надежнымъ образомъ обезпечиваютъ себѣ его спокойствіе. Не слѣдуетъ забывать, что, если главной причиной безпокойства грудныхъ дѣтей служитъ расстройство пищеваренія (вслѣдствіе переѣданія, чаще всего), то на второмъ планѣ слѣдуетъ поставить испорченный воздухъ, которымъ дышитъ ребенокъ. Иногда безпокойство со стороны ребенка является только естественнымъ послѣдствіемъ нервности и безпокойства матери, которая слишкомъ уже заботливо—и въ ущербъ ему—относится къ своему ребенку. Заботливость не должна поэтому переходить извѣстныхъ границъ.

### Женское молоко.

Составъ женскаго молока, приблизительно, слѣдующій: на 1000 частей приходится 20 частей бѣлковъ, 35—жира, 50—сахара, 2—солей; остальное приходится на долю воды. Что же касается до *молозива*, т. е. молока, отдѣляемаго женскою грудью первые дни послѣ родовъ, то оно богаче обыкновеннаго молока бѣлками и солями, но бѣднѣе его сахаромъ и жиромъ. Мы не имѣемъ возможности вдаваться здѣсь въ способы изслѣдованія женскаго молока, которые отличаются своей сложностью и могутъ въ большинствѣ случаевъ быть производимы только специалистами. Въ томъ случаѣ, когда ребенокъ, несмотря на то, что всѣ правила кормленія грудью соблюдаются, все же очень плохо поправляется, а тѣмъ болѣе, если онъ падаетъ въ вѣсѣ, очень безпокоенъ, безпрестанно кричитъ и пр., то слѣдуетъ подвергнуть материнское молоко изслѣдованію для того, чтобы выяснитъ его качества.

Здѣсь же умѣстно будетъ сказать нѣсколько словъ и относительно того, какой *режимъ* должна соблюдать мать, въ интересахъ ребенка. *Пища* кормящей женщины не должна

слишкомъ рѣзко отличаться отъ обыкновенной и привычной. Слѣдуетъ только избѣгать веществъ острыхъ, кислыхъ, соленыхъ, веществъ рѣзко пахучихъ, а также приправъ. Помимо того, слѣдуетъ ограничить употребленіе соли, а также избѣгать веществъ слишкомъ жирныхъ. Спиртные напитки не должны бытъ употребляемы ни въ какомъ видѣ. Когда молоко слишкомъ *жидкое*, слѣдуетъ поналечь на бѣлковыя вещества; если оно, наоборотъ, слишкомъ *густое*, то слѣдуетъ отдавать въ пищу предпочтеніе растительнымъ продуктамъ: плодамъ, овощамъ и пр. Не слѣдуетъ думать, будто молоко составляетъ, какъ это многіе думаютъ, наилучшую пищу для кормящей женщины: мнѣніе эти ошибочно. Не должно забывать, что молоко отличается довольно рѣзкими мочегонными свойствами и что оно, такимъ образомъ, способствуетъ сгущенію грудного молока. Не слѣдуетъ также упускать изъ виду, что многія *лекарства* переходятъ въ молоко и могутъ, такимъ образомъ, отражаться болѣе или менѣе неблагоприятно на ребенкѣ. Женщина должна поэтому предупреждать, въ случаѣ надобности, врача о томъ, что она кормитъ ребенка.

„Систематическое *пользованіе свѣжимъ воздухомъ* необходимо не менѣе въ интересахъ ребенка, чѣмъ матери. Только свѣжій воздухъ способенъ сообщить молоку тѣ свойства, и духу—ту бодрость, которыя составляютъ непремѣнное условіе хорошаго питанія ребенка“. Окружающимъ слѣдуетъ, по возможности, тщательно оберегать мать отъ тревогъ, безпокойства и волненій, которыя также вредно отражаются на составѣ молока. Половыя сношенія не возбраняются кормящей женщиной. Желательно, однако же, чтобы кормленіе происходило не ранѣе, какъ часа два спустя, такъ какъ замѣчено, что молоко измѣняется при этомъ нѣсколько свой составъ.

### Искусственное вскармливаніе.

Помимо тѣхъ, къ сожалѣнію, не малочисленныхъ случаевъ, когда мать не *хочетъ* кормить своего ребенка, бывають случаи, когда мать не *можетъ* или же не *должна* кормить своего ребенка. Объ этихъ случаяхъ мы должны дать нашимъ читательницамъ понятіе. Условія эти раздѣляются на общія и мѣстныя. Къ *мѣстнымъ* мы можемъ причислить: отсутствіе молока въ грудяхъ, слишкомъ значительныя или слишкомъ болѣзненные трещины сосковъ, гнойное воспаленіе обѣихъ грудей, слишкомъ глубоко вдавленный сосокъ, который ребенку невозможно бываетъ захватить губами. Иногда ребенокъ не можетъ брать груди вслѣдствіе уродливаго строенія своего рта (заячья губа, волчья пасть). Въ двухъ послѣднихъ



случаяхъ мать можетъ, правда, кормить ребенка своимъ сдоеннымъ молокомъ.

Къ *общимъ* причинамъ слѣдуетъ отнести остро-лихорадочныя заболѣванія, сильное нервное или душевное расстройство, падучую, бугорчатку, а также и сифились, если мать заразилась имъ незадолго до или же короткое время спустя послѣ рожденія ребенка.

*Что дѣлать* матери въ тѣхъ случаяхъ, когда она по тѣмъ или инымъ причинамъ лишена возможности кормить своего ребенка?—Въ тѣхъ случаяхъ, когда условія позволяютъ, она постарается, понятно, замѣстить себя кормилицей.

*Выборъ кормилицы* представляетъ дѣло очень трудное и отвѣтственное, въ которомъ главный голосъ принадлежитъ врачу. Кормилица должна быть безусловно здорова (сифились!), быть не моложе 20 и не старше 30 лѣтъ; ребенку ея не должно быть больше нѣсколькихъ мѣсяцевъ. Наилучшее представленіе о достоинствахъ кормилицы можетъ дать осмотръ ея собственнаго ребенка. Режимъ кормилицы долженъ быть здоровымъ, но простымъ. Въ пищу ея должны входить обыкновенныя народныя блюда; она не должна избѣгать легкаго физическаго труда: она должна стирать пеленки, мыть полы, гулять и пр. Слѣдуетъ по возможности заботиться о равновѣсіи ея духа и избѣгать поэтому какихъ бы то ни было поводовъ къ раздраженію ея.

Къ сожалѣнію, не всегда бываетъ возможно найти подходящую кормилицу, да и далеко не всѣмъ это бываетъ по средствамъ. Въ такомъ случаѣ волей-неволей приходится прибѣгать къ искусственному вскармливанію, и тутъ-то выдвигается на сцену вопросъ о достоинствахъ коровьяго молока. Въ нашихъ мѣстностяхъ *коровье молоко* является почти единственнымъ, которымъ мы замѣняемъ, въ случаѣ надобности, женское. Въ нѣкоторыхъ странахъ употребляютъ съ этой цѣлью молоко ослицъ, которое болѣе приближается по своему составу къ женскому. Что же касается нашихъ читательницъ, то для нихъ, несомнѣнно, главнѣйшій интересъ сосредотачивается въ коровьемъ молокѣ, о которомъ мы и считаемъ необходимымъ сообщить имъ соотвѣтствующія свѣдѣнія.

Главныя *отличія коровьяго молока* отъ женскаго — слѣдующія: въ то время, какъ женское молоко лишено микробовъ, коровье молоко уже черезъ короткое время послѣ доенія содержитъ ихъ въ очень значительномъ количествѣ. Коровье молоко имѣетъ иной составъ по сравненію съ женскимъ и, наконецъ, коровье молоко створаживается въ желудкѣ ребенка не мелкими хлопьями, которыя легко поддаются перевари-

ванію, какъ это наблюдается по отношенію къ женскому молоку, но крупными хлопьями, которыя съ трудомъ перевариваются. Всѣ эти особенности дѣлаютъ коровье молоко въ его натуральномъ видѣ довольно несоотвѣтствующей пищей для ребенка и могутъ служить причиной не только тяжкихъ заболѣваній младенца, но и его гибели. Поэтому человѣчество съ давнихъ временъ искало способовъ какъ можно болѣе приблизить во всѣхъ означенныхъ отношеніяхъ коровье молоко къ женскому.

Что касается до большого содержанія *микробовъ* въ коровьемъ молокѣ, то оно имѣетъ огромное значеніе: оно вызываетъ ненормальное броженіе въ желудкѣ младенца и служитъ причиною тяжкихъ расстройствъ пищеваренія. Наилучшимъ средствомъ для устраненія этого недостатка является кипяченіе молока. Не слѣдуетъ, однако, обманывать себя на этотъ счетъ. Не слѣдуетъ думать, будто однократнаго кипя-



Рис. 420. Усовершенствованный аппарат Сокслета для стерелизаціи молока.  
(По Оллендорфъ-Вильдену).

ченія достаточно для того, чтобы на продолжительное время предохранить молоко отъ порчи: какъ только кипяченое молоко простоятъ нѣкоторое время, микробы въ немъ распложаются попрежнему. Слѣдовательно, кипяченіе молока только въ томъ случаѣ достигаетъ цѣли, когда его кипятятъ *каждый разъ* передъ тѣмъ, какъ кормить ребенка. Приготовить молоко впрокъ и сохранить его неиспорченнымъ вплоть до момента потребленія удастся только при помощи аппарата Сокслета. Устройство и способъ пользованія этимъ аппаратомъ были нами описаны во II части книги. На рис. 420 мы изображаемъ Сокслетовскій аппаратъ въ болѣе усовершенствованномъ видѣ, чѣмъ тогъ, какой мы изобразили при указанной статьѣ. Не слѣдуетъ, однако, упускать изъ виду, что кипяченіе въ об-

щемъ довольно вредно отражается на достоинствѣ молока и въ значительной степени уменьшаетъ его удобоваримость и усвояемость.

Что касается до *разницы въ составъ* коровьяго молока по сравненію съ женскимъ, то она въ существенныхъ чертахъ сводится къ тому, что въ коровьемъ молокѣ вдвое больше бѣлковъ, но вмѣстѣ съ тѣмъ меньше сахара и сливокъ, чѣмъ въ женскомъ. Для того, чтобы приблизить составъ послѣдняго къ женскому, его, слѣдовательно, необходимо разбавить водой и прибавить сливокъ и обыкновеннаго сахара.

Еще труднѣе, пожалуй, устранить третій недостатокъ, который состоитъ въ томъ, что коровье молоко *створаживается крупными хлопьями*. Для того, чтобы заставить его створаживаться мелкими хлопьями, можно прибавить къ молоку простой воды, но воды пришлось бы прибавить въ такомъ значительномъ количествѣ, что молоко въ значительной степени утратило бы свою питательность. Поэтому приходится прибѣгать къ другимъ средствамъ для достиженія той же цѣли. Къ молоку прибавляютъ нѣкоторое количество бродила поджелудочной железы или же, проще, — соды. Сода прибавляется въ 2% растворѣ; прибавляютъ этого раствора, приблизительно, столовую ложку на стаканъ молока. Створаживанія молока болѣе мелкими хлопьями можно достичь и при помощи прибавленія къ молоку слизистыхъ отваровъ. Съ этой цѣлью десертную ложку зеренъ ячменя, риса или овса развариваютъ въ кипятокъ, затѣмъ процеживаютъ черезъ полотно и прибавляютъ къ молоку тѣмъ въ большемъ количествѣ, чѣмъ старше ребенокъ.

„Для новорожденныхъ берутъ на 1 часть молока 3 части отвара и прибавляютъ 2—3 чайныхъ ложки сахара на стаканъ молока. Въ возрастѣ 1—3 мѣсяцевъ: 2 части воды на 1 стаканъ молока; для ребенка 3—4 мѣсяцевъ берутъ того и другого поровну; отъ 4—6 мѣсяцевъ—2 части молока—1 часть отвара, и только послѣ полугода ребенку можно давать цѣльное коровье молоко“. Та же цѣль: створаживаніе молока мелкими хлопьями—достигается и въ такъ-наз. *Бидертовской смѣси*, которая готовится изъ сливокъ. Во время употребленія смѣсь разбавляется соответствующимъ количествомъ воды и молока. Бидертовской смѣси существуетъ, въ зависимости отъ плотности, 6 различныхъ №№.

Что касается того, *сколько* ребенокъ долженъ выпивать *за разъ*, то покойный проф. Филатовъ рекомендовалъ въ этомъ отношеніи слѣдующія правила: ребенку должно давать за разъ столько унцій (столько разъ по 30 граммъ—по 2 столовыхъ ложки), сколько ребенку мѣсяцевъ—плюсъ еще одинъ. Если

ребенку, слѣдовательно, мѣсяцъ, то двѣ унціи (четыре столовыхъ ложки); если три мѣсяца, то 4 унціи и т. д. Больше 6 унцій заразъ (почти стаканъ) не слѣдуетъ ребенку давать никогда, какого бы возраста онъ ни былъ.

Что касается до *суточнаго количества молока*, которое ребенокъ долженъ получать, то важно запомнить, что ребенокъ долженъ получать въ сутки, приблизительно, пятую часть своего вѣса. Если ребенокъ вѣситъ, предположимъ, 5 килограммовъ, то онъ долженъ получать въ сутки одинъ килограммъ молока (около 5 стакановъ) и т. д.

Теперь намъ остается еще разсмотрѣть довольно существенный въ практическомъ отношеніи вопросъ: что дѣлать въ томъ случаѣ, когда мать не можетъ кормить своего ребенка, невозможно подыскать или нѣтъ средствъ достать кормилицу и вмѣстѣ съ тѣмъ невозможно достать коровьяго молока хорошаго качества. Въ такомъ случаѣ волей-неволей приходится прибѣгнуть къ *искусственнымъ препаратамъ*, которыми мы поэтому также обязаны удѣлить нѣкоторое вниманіе. Эти „суррогаты“ молока раздѣляются проф. Филатовымъ на три разряда: молочные консервы, состоящія изъ чистаго коровьяго молока безъ всякой примѣси; молоко, къ которому примѣшаны сахаръ и мука, и, наконецъ, суррогаты, въ которыхъ вовсе не имѣется молока. Къ первымъ относится *сгущенное молоко*, изготовляемое различными фабриками и всего больше въ Ригѣ. Передъ употребленіемъ молоко это разбавляется водой тѣмъ въ большемъ количествѣ, чѣмъ моложе ребенокъ. Такъ, ребенку, которому не исполнилось еще мѣсяца, даютъ одну ложку этого молока на 16 ложекъ воды, между тѣмъ, какъ къ концу года отношеніе это равно только 1: 3 (что соответствуетъ цѣльному молоку). Препарат этотъ заслуживаетъ теплой рекомендаціи.

Къ консервамъ второй группы, состоящимъ изъ *молока* съ прибавленіемъ *сахара и муки*, относится швейцарское сгущенное молоко. Смѣшавъ молоко съ сахаромъ, его вывариваютъ до густоты меда. Разбавлять водой этотъ препаратъ слѣдуетъ, приблизительно, такъ же, какъ и предыдущій. Въ общемъ онъ не годится для продолжительнаго употребленія, а развѣ на день — другой (въ дорогѣ, напр.). Значительно лучший препаратъ представляетъ собой сгущенное пептонизированное молоко Лефлунда. Это молоко обладаетъ густотой меда; оно буроватаго цвѣта, обладаетъ сладковатымъ вкусомъ и легкимъ запахомъ солода. Оно также разбавляется при употребленіи горячей водой (въ количествѣ 6—12 частей). Этотъ консервъ довольно хорошъ и недурно сохраняется, такъ что открытой банкой можно пользоваться даже дней 10,

если ее тщательно прикрывать сверху ватой. Въ очень большомъ употребленіи находится молочная мука *Нестле*, которая состоитъ изъ молока, сахара и пшеничной муки. Въ виду того, что въ нее входитъ мука, она не годится для дѣтей моложе 4 мѣсяцевъ, которые не могутъ переваривать крахмала. Муку эту слѣдуетъ употреблять, преимущественно, какъ прикормъ, для дѣтей старше полугода. Муку эту можно давать или въ видѣ каши, для чего ее разбавляютъ 6 частями кипяченой воды, или же въ видѣ молока, для чего разбавленіе должно равняться 1:12.

*Сухари Оттеля* состоятъ изъ молока, сахара, муки, соли и солей. Сахаръ размачивается въ водѣ или молокѣ такимъ образомъ, чтобы образовалась кашка. Такого рода сухари даютъ дѣтямъ раза 3—4 въ день. Относительно возраста слѣдуетъ соблюдать въ данномъ случаѣ тѣ же правила, что и относительно муки *Нестле*. Искусственная сливочная смѣсь *Бидерта* также не содержитъ вовсе молока; въ ней бѣлковое вещество (кали-альбуминатъ) смѣшивается со сливочнымъ масломъ, сахаромъ, солями и водой. Она имѣетъ видъ густого сиропа; продается она въ герметически закупоренныхъ банкахъ. Маленькимъ дѣтямъ даютъ эту смѣсь разведенной въ различныхъ пропорціяхъ водой. Если смѣсь эту разбавить 14 частями воды, то она будетъ соответствовать 1 № обыкновенной сливочной смѣси *Бидерта*. Болѣе взрослымъ дѣтямъ прибавляютъ къ сливочной смѣси также простого молока; начинаютъ съ одной ложки и постепенно доходятъ до 14 ложекъ. Послѣ того переходятъ уже къ простому молоку, которое разводится для начала двумя частями воды. Эта смѣсь также заслуживаетъ самаго серьезнаго вниманія. Что касается различныхъ препаратовъ муки (шотландская овсянка и др.), то ихъ не слѣдуетъ прибавлять къ молоку ранѣе 8 мѣсяцевъ. По всѣмъ этимъ вопросамъ мы отсылаемъ также читательницъ къ статьямъ проф. Н. П. Гундобина въ „Спутникѣ здоровья“ за 1901 г. „Суррогаты женскаго молока“.

### **О важнѣйшихъ болѣзняхъ новорожденныхъ.**

**Мнимая смерть новорожденныхъ.** При продолжительныхъ родахъ, особенно въ томъ случаѣ, когда приходится прибѣгнуть для окончанія родовъ къ искусственной помощи, младенецъ сильно страдаетъ. Это нетрудно замѣтить, выслушивая біенія его сердца, которыя становятся неровными и слишкомъ частыми. Такъ, сердце вмѣсто 100 бьется до 140 и даже до 150 разъ въ минуту. Въ такомъ случаѣ акушеръ всѣми

силами старается въ интересахъ младенца какъ можно скорѣе закончить роды и дать ему возможность явиться на свѣтъ Вожій живымъ. Часто ребенокъ рождается, однако, при подобныхъ условіяхъ такимъ слабымъ, что не подаетъ рѣшительно никакихъ признаковъ жизни. Въ одномъ случаѣ онъ бываетъ темно-синяго и фіолетоваго цвѣта, и лицо у него нѣсколько одутловато. Въ другомъ случаѣ онъ бываетъ очень блѣднымъ. Во второмъ случаѣ состояніе его должно намъ внушать го-



Рис. 421.

Обхватываніе младенца.

Рис. 422.

Поднятіе его вверхъ.

Рис. 423.

Опусканіе его внизъ.

Примѣненіе искусственнаго дыханія по Шульце.

раздо болѣе серьезныя опасенія, чѣмъ въ первомъ. Тотчасъ же принимаютъ всѣ мѣры къ его оживленію. Начинаютъ съ легкихъ мѣръ: пошлепыванія, впрыскиванія холодной или же попеременно теплою и холодной водою съ растираніями и пр. Если всѣ эти мѣры не привели къ цѣли, то дѣлаютъ распоряженіе о приготовленіи горячей ванны, къ которой прибавляютъ горсть горчицы. Вмѣстѣ съ тѣмъ приступаютъ къ производству искусственнаго дыханія. *Искусственное дыханіе* производятъ въ большинствѣ случаевъ по Шульце такъ, какъ это изображено у насъ на рис. 421—423. При такихъ условіяхъ грудь новорожденнаго попеременно сжимается и разжимается, что способствуетъ вступленію въ нее воздуха. Предварительно вычищаютъ ребенку ротъ отъ слизи и прочихъ жидкостей,

которыя могли попасть туда. Всего проще произвести очистку посредством мизинца, который стараются запустить въ глотку поглубже. Манипуляція эта вмѣстѣ съ тѣмъ способствуетъ и возбужденію искусственнаго дыханія. Нѣсколько лѣтъ тому назадъ стали прибѣгать, и съ полнѣйшимъ успѣхомъ, къ оживленію мнимоумершихъ новорожденныхъ по способу **Лабборда** (см.), каковой способъ нами былъ изложенъ во II части сочиненія. Въ то же время внимательно должно слѣдить за тѣмъ, чтобы согрѣвать младенца. Попытки къ оживленію слѣдуетъ оставить только тогда, когда онѣ безъ всякаго успѣха продолжались, по меньшей мѣрѣ, часъ подъ рядъ. Въ томъ случаѣ, когда младенецъ подалъ хотя бы самые слабые признаки жизни, слѣдуетъ настойчиво продолжать оживленіе до тѣхъ поръ, пока дыханіе не станетъ совершенно правильнымъ.

**Кровяная опухоль.** Вслѣдствіе того, что головкѣ младенца приходится испытывать очень сильное треніе о костныя стѣнки таза, нерѣдко на головѣ образуется кровяная опухоль. Опухоль эта состоитъ какъ изъ сыворотки, такъ и изъ крови; которыя изливаются въ пространство между черепными костями и кожей черепа. Всего чаще кровяная опухоль образуется на одной изъ темянныхъ костей и никогда не переходитъ на противоположную сторону. Особеннаго значенія ей придавать не слѣдуетъ, такъ какъ черезъ нѣсколько дней она проходитъ сама собой. Еще скорѣй проходитъ она въ томъ случаѣ, когда прикладываютъ тепловатыя компрессы. Нормальная головка изображена нами на рис. 9 таблицы XVI; кровяная же опухоль — на рис. 8 той же таблицы. Скорѣе необходимо позаботиться о томъ, чтобы не показывать въ такомъ уродливомъ видѣ младенца матери, такъ какъ зрѣлище это можетъ повліять на нее въ нѣкоторыхъ случаяхъ самымъ тягостнымъ образомъ.

О **родничкахъ** (см.) у насъ уже была рѣчь во II части сочиненія. Главная ихъ особенность состоитъ въ томъ, что въ томъ мѣстѣ, гдѣ они находятся, кости не сращены между собой. Это обстоятельство имѣетъ важное значеніе, такъ какъ это даетъ черепнымъ костямъ возможность во время родовъ скользить другъ на другѣ и такимъ образомъ значительно уменьшать свой объемъ. Съ другой стороны, мозгъ, благодаря этому обстоятельству, получаетъ возможность безпрепятственно увеличиваться въ объемѣ. Въ тѣхъ случаяхъ, когда черепныя кости срастаются преждевременно, одновременно затрудняются и роды и ростъ мозга. Въ такомъ случаѣ умственное развитіе дѣтей страдаетъ, и они нерѣдко обращаются въ идиотовъ. Въ другихъ случаяхъ, преимущественно,

у рахитическихъ дѣтей, кости черепа не срастаются въ теченіе продолжительнаго времени, его также нельзя считать нормальнымъ явленіемъ. При нормальныхъ условіяхъ черепныя кости должны совершенно сростись къ концу втораго года.

**Желтуха** у новорожденныхъ не всегда имѣетъ одинаковое значеніе. Въ однихъ случаяхъ причиной ея является серьезное страданіе печени, какъ и у взрослыхъ, и тогда ей должно быть придаваемо важное значеніе. Въ большинствѣ случаевъ она проходитъ, однако, черезъ нѣсколько дней, не оставляя по себѣ никакихъ вредныхъ послѣдствій.

**Прѣлость** наблюдается у новорожденныхъ въ тѣхъ мѣстахъ, гдѣ вслѣдствіе образованія кожныхъ складокъ кожа



Рис. 424. Грудной ребенокъ въ сидячей ваннѣ.

третя другъ о друга: между ягодицами, въ бедренномъ сгибѣ, въ паху, на шеѣ и за ушами. У жирныхъ дѣтей нерѣдко и при самомъ внимательномъ уходѣ образуется прѣлость вслѣдствіе испарины; у худощавыхъ же она является только въ томъ случаѣ, если кожа ребенка слишкомъ долго остается въ соприкосновеніи съ кишечными испражненіями или съ мочей, или же въ томъ случаѣ, когда ребенка недостаточно тщательно обсушиваютъ послѣ ванны. Въ томъ случаѣ, когда уходъ за ребенкомъ очень внимательный, прѣлость все же не проходитъ, нарушенъ, всего вѣроятнѣе, правильный обмѣнъ веществъ въ организмѣ ребенка, благодаря какой-нибудь болѣзни (сифилисѣ, золотуха). Спокойнъ вѣку противъ прѣлости употребляютъ всевозможныя присыпки, изъ числа которыхъ мы всего охотнѣе рекомендуемъ плаунное сѣмя, порошокъ талька или висмута. Въ томъ случаѣ, когда образовались струпья, ихъ слѣдуетъ

третя другъ о друга: между ягодицами, въ бедренномъ сгибѣ, въ паху, на шеѣ и за ушами. У жирныхъ дѣтей нерѣдко и при самомъ внимательномъ уходѣ образуется прѣлость вслѣдствіе испарины; у худощавыхъ же она является только въ томъ случаѣ, если кожа ребенка слишкомъ долго остается въ соприкосновеніи съ кишечными испражненіями или съ мочей, или же въ томъ случаѣ, когда ребенка недостаточно тщательно обсушиваютъ послѣ



смазывать прованскимъ масломъ, вазелиномъ или ланолиномъ, отчего они всего быстрѣе исчезнутъ. Очень хорошее дѣйствіе оказываютъ также сидячія ванны въ родѣ той, какая изображена на рис. 424. Несомнѣнно также что способъ питанія ребенка имѣетъ огромное вліяніе на появленіе прѣлости. Такъ, замѣчено, что рожковья дѣти гораздо чаще страдаютъ ею, чѣмъ дѣти, вскармливаемые грудью.

У очень многихъ дѣтей къ концу первой недѣли высыпаютъ на тѣлѣ красноватые прыщи, которые носятъ названіе *цветта*. Прыщи эти многими считаются чуть ли не неизбѣжной принадлежностью новорожденныхъ. Подобный взглядъ ошибоченъ. Цвѣтъ появляется вслѣдствіе того, что ребенка содержать недостаточно чисто, моютъ въ мыльной водѣ и потомъ недостаточно споласкиваютъ мыло, которое разѣдаетъ кожу младенца, или, наконецъ, оттого, что недостаточно часто стираютъ пеленки. Устраненіемъ указанныхъ условій можно устранить и появленіе у дѣтей цвѣта.

У нѣкоторыхъ дѣтей образуются на головѣ плотныя *корки*, которыя тѣсно склеиваютъ между собой волосы. Въ такихъ случаяхъ никогда не слѣдуетъ расчесывать волосъ, такъ какъ отъ этого они еще больше сколачиваются. Необходимо натирать корки какимъ-либо жирнымъ веществомъ и затѣмъ тщательно смазывать ихъ мыломъ.

Къ **воспаленію глазъ** у новорожденныхъ мы обязаны отпестись съ особеннымъ вниманіемъ. Различаютъ два вида воспаленія: простое—катарральное и заразительное—перелойное. Катарральное воспаленіе состоитъ, главнымъ образомъ, въ покраснѣніи вѣкъ и можетъ явиться послѣдствіемъ различныхъ причинъ, какъ то: несвѣжаго и нечистаго воздуха, грязнаго содержанія глазъ, грязной ванны и пр. Оно обыкновенно быстро проходитъ подъ вліяніемъ тепловатыхъ 2<sup>0</sup>/<sub>0</sub>-хъ борныхъ компрессовъ. Иное дѣло—*перелойное зараженіе*, которое чрезвычайно опасно и въ нѣкоторыхъ случаяхъ можетъ въ короткое время повести даже къ полной слѣпотѣ ребенка. Этого рода воспаленіе происходитъ отъ того, что глаза заражаются перелойнымъ ядомъ во время прохожденія черезъ родовые пути матери, зараженной перелоемъ. Въ такихъ случаяхъ необходимо дѣйствовать самымъ энергичнымъ образомъ. Наиболѣе дѣйствительнымъ средствомъ оказалось предложенное акушеромъ Креде прижиганіе глазъ 2<sup>0</sup>/<sub>0</sub>-мъ растворомъ адскаго камня. Раствора этого впускаютъ въ каждый глазъ, промывъ его предварительно сильной струей отварной воды, по одной каплѣ. Въ случаѣ надобности операцію эту повторяютъ. Въ подавляющемъ большинствѣ случаевъ этого бываетъ совершенно достаточно, чтобы предохра-

нить глаза отъ дальнѣйшаго распространенія заразы. На раскрашенной таблицѣ VI нами изображено гнойное воспаленіе вѣкъ у новорожденнаго.

**Родимчикъ.** Иногда до отпаденія пуповины, иногда же короткое время спустя у новорожденнаго появляются конвульсіи. *Судороги* начинаются не сразу: имъ предшествуетъ неспокойное состояніе ребенка, плачь, подергиваніе въ лицѣ, жадность въ ѣдѣ и пр. Затѣмъ появляются судороги, которыя все болѣе и болѣе усиливаются и подъ конецъ лишаютъ ребенка возможности даже открыть ротъ. Если ему насильно влить что-либо въ ротъ, то жидкость выливается обратно. Судороги появляются сначала въ лицѣ, затѣмъ также на спинѣ, груди и конечностяхъ. Въ нѣкоторыхъ случаяхъ конвульсіи переходятъ въ столбнякъ, и ребенка всего можно приподнять, какъ какой-нибудь неодушевленный предметъ, какъ статую. Исходъ родимчика въ большинствѣ случаевъ бываетъ трагическимъ. Причины его еще не окончательно выяснены. Установлено только, что онъ появляется чаще при тяжелыхъ, нежели при нормальныхъ родахъ. Въ нѣкоторыхъ случаяхъ онъ вызывается приливомъ крови къ головѣ (вслѣдствіе слишкомъ горячей ванны, близкаго сосѣдства съ жарко натопленной печью и пр.). Въ другихъ случаяхъ родимчикъ вызывается воспаленіемъ мозговыхъ оболочекъ. Въ ожиданіи врача слѣдуетъ прикладывать къ головѣ свѣжіе компрессы, дѣлать тепловатыя ванны, опорожнить кишечникъ. Температура въ комнатѣ должна быть прохладная.

**Разстройства пищеваренія** во всевозможныхъ видахъ очень часто наблюдаются у грудныхъ дѣтей. Въ большинствѣ случаевъ виной этому бываетъ неправильное кормленіе ребенка или же неправильная діета матери. Въ томъ случаѣ, когда мать ведетъ тотъ образъ жизни, который былъ нами указанъ выше, и избѣгаетъ тѣхъ веществъ, которыя нами также были выше упомянуты, разстройства пищеваренія появляются только въ видѣ исключенія. Рвота бываетъ у грудныхъ дѣтей большей частью, когда они переѣдаютъ, что наблюдается, впрочемъ, относительно нерѣдко. Маленькихъ дѣтей рветъ и отрыгаетъ очень легко, благодаря особенностямъ устройства дѣтскаго желудка, на которыя нами было указано во II „**Энциклопедической**“ части. Тѣмъ не менѣе, матери необходимо очень внимательно слѣдить, съ одной стороны, за тѣмъ, чтобы какъ можно удобнѣе держать ребенка во время кормленія, и, съ другой стороны, за тѣмъ, чтобы не перекармливать его. Кормить слѣдуетъ не чаще, какъ разъ въ два часа, давать попеременно обѣ груди. Кормленіе не должно продолжаться

долѣе десяти минутъ. Очень неразумно поступаютъ тѣ матери, которыя кормятъ ребенка до тѣхъ поръ, пока онъ самъ не перестаетъ ѣсть. Не слѣдуетъ упускать изъ виду, что въ большинствѣ случаевъ дѣти бываютъ обжорливы и очень плохо знаютъ мѣру. Поэтому за тѣмъ, чтобы они не переѣдали, необходимо слѣдить самой матери. О томъ, что дѣтей перекармливаютъ, можно судить по тому, что въ испражненіяхъ находятъ отдѣльные бѣленькіе кусочки, которые представляютъ собой не что иное, какъ не переварившіеся и не усвоившіеся кусочки молока. Въ такомъ случаѣ дѣтей слѣдуетъ кормить рѣже или же уменьшить продолжительность кормленія. Иногда это происходитъ отъ того, что молоко оказывается черезчуръ плотнымъ. Въ такомъ случаѣ слѣдуетъ принять мѣры къ тому, чтобы сдѣлать его болѣе жидкимъ, вѣрнѣйшимъ средствомъ для чего служитъ увеличеніе количества растительной пищи. Что касается до инфекціоннаго дѣтскаго поноса (*дѣтской холеры*), то о ней у насъ была рѣчь во II „Энциклопедической“ части сочиненія.

Въ нѣкоторыхъ случаяхъ грудныя дѣти страдаютъ отъ **запоровъ**, которые могутъ иногда продолжаться и до пяти дней. Въ большинствѣ случаевъ виной тому служитъ малокровіе, блѣдная немочь или худосочіе матерей. Ребенокъ обыкновенно сильно страдаетъ тогда отъ скопленія газовъ. Соответствующее измѣненіе въ обычной діетѣ матери большей частью ведетъ къ устраненію этихъ запоровъ, которые причиняютъ ребенку довольно тяжкія страданія. Одновременно можно производить и осторожный массажъ живота круговыми поглаживаніями вокругъ пупка. Хорошо помогаютъ также небольшіе всасывающіеся клистиры изъ свѣжей воды (столовую ложку воды въ 24° Ц.) и согрѣвающіе компрессы на животъ. Если только это выполнимо, очень полезно бываетъ переселить ребенка съ матерью на лоно природы — въ деревню.

### Прорѣзываніе зубовъ.

Прорѣзываніе зубовъ составляетъ въ жизни грудныхъ дѣтей очень важное событіе. Въ это время восприимчивость ребенка къ заболѣваніямъ обыкновенно усиливается; часто ребенокъ становится беспокойнымъ, капризнымъ и пр. Относительно прорѣзыванія зубовъ у грудныхъ дѣтей матерямъ необходимо знать слѣдующее. Зубы начинаютъ прорѣзываться у дѣтей на 7—8-мъ мѣсяцѣ. Первыми появляются *средніе нижніе рѣзцы*; за ними слѣдуютъ — черезъ мѣсяць, приблизительно, — четыре верхнихъ рѣзца. На 11—12-мъ мѣсяцѣ прорѣзываются

два боковыхъ рѣзца на нижней челюсти. Такимъ образомъ, къ концу года у нормальнаго ребенка должны быть налицо всѣ рѣзцы, т. е. 8 зубовъ. На второмъ году зубы рѣжутся съ большими промежутками. Всѣ 20 молочныхъ зубовъ должны быть налицо, приблизительно, къ *концу второго года*. Если зубы нѣсколько запаздываютъ появленіемъ, то этому обстоятельству особеннаго значенія придавать не слѣдуетъ такъ же, какъ и тому, что промежутки между прорѣзываніемъ отдѣльныхъ группъ бываютъ нѣсколько длиннѣе указанныхъ. Гораздо большее значеніе слѣдуетъ придавать тому факту, что *нарушается порядокъ* прорѣзыванія зубовъ или, что дальнѣйшее прорѣзываніе ихъ приостанавливается на болѣе или менѣе продолжительный срокъ. Въ такомъ случаѣ мы всего чаще имѣемъ основаніе подозрѣвать у ребенка *англійскую болѣзнь* (см. во II части).

Что касается до различныхъ болѣзней, которыя такъ часто встрѣчаются, будто бы, у дѣтей во время прорѣзыванія зубовъ, то къ этому не слѣдуетъ относиться съ особенной довѣрчивостью. Съ гораздо большимъ основаніемъ мы можемъ утверждать противное, а именно, что у вполне здоровыхъ и нормальныхъ дѣтей прорѣзываніе зубовъ не должно имѣть никакихъ вредныхъ послѣдствій. У рахитичныхъ дѣтей, однако, и вообще у дѣтей болѣзненныхъ и слишкомъ воспріимчивыхъ—въ этотъ періодъ ихъ жизни, дѣйствительно, наблюдаются, учащенные заболѣванія. Въ это время необходимо особенно внимательно и тщательно слѣдить за тѣмъ, чтобы ребенокъ не подвергался простудѣ; чтобы пища ребенка давалась ему правильно и регулярно; чтобы желудокъ у него постоянно находился въ полномъ порядкѣ, такъ какъ замѣчено, что желудочныя разстройства въ сильной степени способствуютъ появленію различныхъ заболѣваній во время прорѣзыванія зубовъ.

### Дѣтская одежда.

Дѣтская одежда еще въ большей мѣрѣ, чѣмъ одежда взрослыхъ, должна удовлетворять основнымъ требованіямъ гигиены. Сообразно этому она должна быть скважной, рыхлой, легкой и, тѣмъ не менѣе, теплой. Этимъ условіямъ не удовлетворяетъ ни холодное, плотное полотно, ни черезчуръ горячая шерсть, но всего болѣе—хлопчато-бумажная ткань. Изъ этой ткани можно дѣлать, какъ рубашечки, такъ и пеленки, т. е. тѣ принадлежности дѣтскаго туалета, которыя находятся въ непосредственномъ прикосновеніи съ его тѣломъ. Ткань эта хорошо удерживаетъ испаренія и вмѣстѣ съ

тѣмъ грѣтъ. Поверхъ рубашки и пеленокъ можно приспособить распашонку и вторую пеленку изъ фланели. Рубашки должны застегиваться на спинѣ и спускаться только до поясицы для того, чтобы онѣ не загрязнялись вмѣстѣ съ пеленками. Что касается до послѣднихъ, то ихъ перекрещиваютъ подъ сидѣньемъ такъ, какъ это изображено у насъ на рис. 425 для того, чтобы онѣ впитывали въ себя какъ можно больше жидкости и предохраняли отъ соприкосновенія съ нею дѣтское туловище. Такимъ образомъ испражненія и моча задерживаются на этихъ пеленкахъ; что же касается до конвертика, то онъ, такимъ образомъ, предохраняется отъ загрязненія. Для того, чтобы избѣжать просачиванія жидкости,



Рис. 425. Прилаживанье пеленокъ.

подкладываютъ маленькую пеленку изъ резины или гуттаперчи. Поверхъ этой пеленки укутываютъ ребенка, начиная съ мышекъ и ниже ножекъ, фланелевой простынькой.

Въ такомъ видѣ ребенка можно спокойно оставлять въ постели. Если является надобность перенести ребенка, то съ этой цѣлью всего удобнѣе употреблять *конвертикъ* въ родѣ изображеннаго у насъ на рис. 426. Онъ состоитъ изъ волосяного матраца, поверхъ котораго находится нѣсколько простынекъ. Нижний удлиненный конецъ конверга устроенъ такимъ образомъ, что его можно перекинуть поверхъ. Такимъ образомъ можно ребенка носить спокойно, не опасаясь того, что онъ выпадетъ. Конвертикъ даетъ въ то же время возможность придавать головкѣ правильное положеніе, что необходимо въ виду того, что затылочные мышцы у ребенка развиты очень слабо и онъ поэтому лишенъ возможности самостоятельно держать ее. На XIX раскрашенной таблицѣ съ рисунками мы изобразили правильный и неправильный способъ держать ребенка.

Что касается до пеленанія, то мы уже имѣли случай высказать нашъ взглядъ относительно этого обычая, которому уже давно пора отойти въ вѣчность: оно мучительно и вредно для ребенка, такъ какъ помимо его движеній стѣсняетъ также дыханіе, кровообращеніе и пищевареніе. Что же касается до единственно разумной стороны, которую оно могло бы имѣть: поддерживать податливый позвоночникъ ребенка, то эта цѣль достигается гораздо проще конвертикомъ. Совѣтуемъ читательницамъ еще разъ взглянуть на рис. 418,



Рис. 426. Конвертикъ.  
U—подкладка, M—матрацъ.

на которомъ онѣ найдутъ изображенія ребенка въ пеленкахъ, и пусть онѣ твердо запомнятъ, что этому примѣру *не слѣдуетъ* подражать.

Когда ребенокъ ѣстъ, пьетъ или же когда онъ теряетъ во время прорѣзыванія зубовъ, напр., много слюны, ему одѣваютъ небольшой фартучекъ на грудь, чтобы предохранить отъ жидкости и загрязненія платье и бѣлье ребенка. Послѣ ванны хорошо заворачивать ребенка въ простыню изъ какой-нибудь мягкой и вмѣстѣ съ тѣмъ проницаемой для воздуха

материи. Въ томъ случаѣ, когда ребенокъ послѣ ванны усталъ и хочетъ спать, его можно уложить въ колыбель въ этой же простынѣ. Если же ребенокъ хочетъ ѣсть, то его тотчасъ же можно накормить, не подвергая его непрятной процедурѣ переодѣванія. Слѣдуетъ имѣть въ виду, что процедуру эту дѣти переносятъ въ общемъ довольно плохо, такъ какъ они при этомъ сильно зябнутъ и вслѣдствіе этого начинаютъ беспокоиться. Въ интересахъ физическаго и духовнаго равновѣсія ребенка, его слѣдуетъ подвергать этой процедурѣ какъ можно рѣже. Предпочтительнѣе даже оставлять дѣтей почаще голыми, нежели переодѣвать ихъ слишкомъ часто.

Относительно дѣтской *колыбели* намъ остается повторить почти то же самое, что мы говорили уже по поводу постели взрослыхъ. Она должна состоять изъ матраца, набитаго конскимъ волосомъ, стеганнаго одѣяла, подушки, также набитой конскимъ волосомъ, и пуховика. Смотря по сезону, а также по состоянію здоровья ребенка, его покрываютъ стеганнымъ одѣяломъ или же, если ребенокъ очень зябокъ, то пуховикомъ. Въ общемъ же не слѣдуетъ забывать, что ребенокъ гораздо хуже переноситъ холодъ и низкую температуру вообще, нежели человѣкъ взрослый. Поэтому ребенка слѣдуетъ укрывать нѣсколько потеплѣй. Зимой ребенка можетъ спать и на перинкѣ или пуховикѣ, которые необходимо, однако же, какъ можно чаще провѣтривать. Нѣсколько словъ намъ необходимо еще сказать относительно *головнаго убора* дѣтей. Мы придерживаемся того мнѣнія, что наилучшій уборъ въ данномъ случаѣ естественный и что ребенку не требуется ни чепчиковъ, ни капоровъ, ни платочковъ. Всего менѣе нужны ему какіе-либо уборы въ то время, когда онъ спитъ. Обременяя голову малютки различными уборами, мы достигаемъ лишь того, что голова у него начинаетъ потѣть, появляются приливы крови къ головѣ, кожа головы ослабѣваетъ и становится предрасположенной къ различнымъ сыпямъ. Поэтому всего лучше вовсе не укрывать ребенку головы. Особенно же вредно въ томъ случаѣ, когда ребенокъ потѣетъ, подкладывать подъ голову подушки или пуховики. Гораздо предпочтительнѣе прибѣгнуть къ холщевой или бумажной наволочкѣ, которая способствуетъ тому, чтобы содержать голову въ прохладѣ.

Вообще не слѣдуетъ упускать изъ виду по отношенію къ дѣтской одеждѣ, какъ и по отношенію ко многимъ другимъ сторонамъ дѣтской жизни, что, *чѣмъ проще, тѣмъ лучше*. Исходя изъ этого соображенія, мы дадимъ нѣкоторыя указанія относительно того, какую *одежду* слѣдуетъ считать наиболѣе подходящей для дѣтей въ различныхъ возрастахъ.

Для грудныхъ дѣтей перваго возраста мы рекомендовали бы пеленки, которыя перевиваются такъ, какъ это было нами изображено на рис. 425. Когда ребенокъ, однако, начинаетъ сидѣть, а тѣмъ болѣе ползать и вообще двигаться, этотъ



Рис. 427. Пеленки-панталоны.

примитивный туалетъ требуетъ нѣкоторыхъ добавленій. Въ такомъ случаѣ можно съ успѣхомъ прибѣгнуть къ пеленкамъ-панталонамъ, изображеннымъ нами на рис. 427. Смотря по сезону, ихъ можно готовить изъ холста, бумаги, ширтинга или фланели. Ихъ можно прикрѣпить на помочахъ или же прикрѣпить ихъ къ лифчику, какъ это изображено нами на рис. 428. Подъ панталонами находится обыкновенно рубашка; если прибавить еще поверхъ платьице, то нельзя не найти, что ребенокъ одѣтъ довольно тепло. Что касается до платьица, то его можно дѣлать по желанію съ рукавчиками или же безъ оныхъ. Очень живыя дѣти обыкновенно безпрестанно ползаютъ по полу. Для того, чтобы предохранить ихъ отъ простуды, имъ одѣваютъ чулки потолще, которые также прикрѣпляются къ лифчику. Зимой можно дѣтямъ одѣвать туфли; необходимо только брать туфли безъ толстой подошвы, ибо таковая портитъ ногу.



Рис. 428. Нижнее платье для дѣтей съ помочами. По модели г-жи Гардтъ.

Дѣвочки постарше непременно должны носить закрытыя панталоны, такъ какъ уже и въ играхъ дѣтей на ихъ сверстниковъ противоположнаго пола не остается безъ вліянія—особенно у дѣтей съ преждевременнымъ развитіемъ—видъ голаго тѣла дѣвочекъ. Помимо того, преобразованныя панталоны въ родѣ тѣхъ, какія изображены нами на рис. 429, дадутъ дѣвочкамъ возможность совершать всевозможныя движенія на свѣжемъ воздухѣ, ничѣмъ не стѣсняя своихъ органическихъ отправленій, и представляютъ имъ, слѣдовательно, такую же

свободу, какъ и мальчикамъ. Было бы желательно, чтобы эти модели получили возможно широкое распространеніе въ нашемъ обществѣ. Лифчики могутъ быть снабжены рукавами или же оставаться, какъ изображено у насъ на рис., безъ рукавовъ.



Сорочки должны быть длинными, застегиваться на груди и для зимняго времени—снабжены рукавами. Всего здоровѣе для дѣтей носить хлопчато-бумажную ткань—лѣтомъ потоньше, зимой—потолще. Длинные сорочки дѣти должны носить, какъ только они научатся соблюдать чистоту и опрятность, къ чему дѣтей, при настойчивости, можно приучить съ довольно ранняго возраста. Такъ, напримѣръ, совершенно здоровыхъ дѣтей можно приучить проситься на горшокъ мѣсяцевъ съ пяти. Когда дѣти начинаютъ становиться на ноги, что у здоровыхъ дѣтей наблюдается мѣсяцамъ къ девяти и во всякомъ случаѣ къ году, имъ одѣваютъ сандалии — лѣтомъ на босую ногу, зимой же—на носки.

Лѣтомъ дѣти должны носить соломенные шляпки; зимой же—легкіе ченчики или шапочки, которыя должны, однако, быть довольно теплыми. Приятно видѣть у дѣтей длинные кудри; только съ ними много бываетъ возни матери, и часто они стоятъ многихъ слезъ крошкамъ, а потому ими иногда бываетъ предпочтительнѣе жертвовать, пока дѣти нѣсколько не подростутъ.

Въ общемъ же, повторяемъ, главное условіе, которое должно быть предъявляемо дѣтскому платью, должно заключаться въ томъ, чтобы оно отличалось *простотой* и *цѣлесообразностью*. Ни въ коемъ случаѣ мать не должна излишней внимательностью къ мелочамъ приучать ребенка къ кокетству. Мать должна считать, что наилучшимъ украшеніемъ служитъ *здоровье*, которому она во всѣхъ отношеніяхъ должна придавать первенствующее значеніе. Мы этимъ вовсе не желаемъ, однако, сказать, будто дѣтямъ не слѣдуетъ прививать вкуса къ изящному и что въ нихъ не слѣдуетъ развивать эстетическаго чувства. Все это, однако, должно дѣлаться мимоходомъ и исподволь. Въ противномъ случаѣ ребенку нетрудно привить совершенно нежелательныя и несимпатичныя черты.

Не менѣе важно умѣть одѣвать дѣтей *цѣлесообразно*, т.е. сообразно ихъ погребностямъ при различныхъ условіяхъ жизни. Садится ли ребенокъ за столъ, ему слѣдуетъ одѣвать фартучекъ. Если ребенокъ возится въ пескѣ, онъ долженъ



Рис. 429.  
Преобразованное платье для дѣвочекъ.

носить платьице изъ самаго простаго ситца. Что можетъ быть болѣе жестоко, чѣмъ дать ребенку позволеніе или же возможность повозиться въ песокъ и затѣмъ бранить его за то, что онъ испачкалъ платьице! Предоставляемъ самимъ читательницамъ рѣшить, кого собственно слѣдуетъ винить въ томъ случаѣ, когда ребенокъ, одѣтый въ бѣленькое кружевное платьице, попалъ въ компанію дѣтей, въ которой платьице во время бѣготни, игры и возни испачкалось и даже мѣстами оборвалось. Требовать отъ ребенка, чтобы онъ вмѣсто того, чтобы всецѣло отдаваться удовольствію и настроенію, которыя его увлекли, думалъ только о томъ, что на немъ новое платьице, котораго онъ не долженъ испачкать, по меньшей мѣрѣ, неразумно... Что можетъ быть печальнѣе того, чтобы ребенкомъ уже дѣлать челоуѣка рабсмы его внѣшней искусственной оболочки: одежды!.. Въ этомъ отношеніи заслуживаетъ полнаго подражанія дѣтская одежда во Франціи и Швейцаріи. Поверхъ платья дѣтямъ одѣваютъ люстриновые блузки. Блузки эти предохраняютъ отъ загрязненія платье и вмѣстѣ съ тѣмъ нисколько не лишаютъ ребенка свободы и вовсе его не стѣсняють. Мы настойчиво рекомендуемъ одѣвать дѣтей такимъ образомъ, чтобы они могли предаваться занятіямъ, свойственнымъ ихъ возрасту, нисколько не предаваясь чуждымъ имъ соображеніямъ о томъ, какое платье они въ данную минуту носятъ. Отъ подобнаго отношенія дѣти, несомнѣнно, выиграють безконечно больше, нежели отъ того, что они сберегутъ нѣсколько лишнихъ платьевъ. Что же касается до понятія о чистотѣ и опрятности, то оно явится само собой, когда ребенокъ станетъ нѣсколько взрослѣе, въ этомъ можно быть увѣреннымъ. А потому было бы желательнo, чтобы матери и воспитательницы, а за ними и няньки разъ навсегда оставили дурную манеру—бранить дѣтей за то, что они привели свое платье въ безпорядокъ или испачкали его.

### Дѣтскія игры.

Между играми взрослыхъ и играми дѣтей существуетъ очень существенная разница, которой никогда не слѣдуетъ упускать изъ виду: взрослые относятся къ игрѣ, какъ къ развлеченію, какъ къ отыхду отъ трудовъ; ребенокъ же не развлекается: онъ чрезвычайно серьезно относится къ своей игрѣ; онъ относится къ ней, какъ къ очень важному дѣлу. Поэтому-то онъ такъ искренно и глубоко уходитъ въ игру, такъ шумно выражаетъ свой восторгъ, когда все идетъ благополучно, и такъ глубоко огорчается въ случаѣ неудачи. Съ этой же точки зрѣнія и мы должны смотрѣть на дѣтскія



Рис. 430. Дети принимают воздушную ванну.

игры, если мы не желаемъ идти въ разрѣзъ съ дѣтской психологіей. Нѣтъ лучшаго способа для того, чтобы познать способности, наклонности и состояніе здоровья ребенка, какъ наблюдать его во время игры. Въ игрѣ ребенокъ наиболѣе рельефнымъ образомъ проявляетъ различныя стороны своего характера. Что же касается до указанія на состояніе здоровья, то намъ не требуется лучшаго барометра. Если ребенокъ пересталъ интересоваться игрой, которой онъ еще недавно увлекался, то можно быть увѣреннымъ, что онъ нездоровъ, и наоборотъ: если даже серьезно больной ребенокъ началъ вновь проявлять интересъ къ игрѣ, то это служитъ чрезвычайно утѣшительнымъ симптомомъ. Съ другой стороны, ребенокъ въ игрѣ знакомится по-своему съ природой, производитъ наблюдения, дѣлаетъ опыты. Въ то же время ребенокъ научается цѣнить себя, какъ активную—самодѣйствующую силу. Въ игрѣ ребенокъ познаетъ свои силы и способности. Короче сказать, въ игрѣ *ребенокъ развивается физически и умственно*. Поэтому на обязанности родителей и воспитателей лежитъ относиться надлежащимъ образомъ къ играмъ дѣтей. Слѣдуетъ создавать дѣтямъ для игръ соотвѣтствующую обстановку и, что самое главное, не слѣдуетъ стѣснять свободы ребенка, не слѣдуетъ его отдавать во власть какой-нибудь сварливой няни, которая на каждомъ шагу будетъ стѣснять его движенія и пр.

Еще болѣе жестоко дѣлать его, какъ мы указывали уже въ предыдущей главѣ, рабомъ своей одежды и сдерживать малѣйшее проявленіе его страсти къ движеніямъ изъ опасенія, чтобы онъ не порвалъ, не испачкалъ или не испортилъ своего платья. Предоставьте поэтому всего лучше ребенку полную самостоятельность и ограничьтесь наблюденіемъ на разстояніи: пусть ребенокъ себѣ безъ всякой помѣхи играетъ, какъ ему Богъ на душу положитъ.

Ничего нѣтъ легче, какъ выполнить сказанное, если только родители обладаютъ здоровымъ естественнымъ инстинктомъ. Начать слѣдуетъ съ самаго ранняго возраста: уже грудного ребенка слѣдуетъ какъ можно больше предоставлять самому себѣ и слѣдуетъ тщательно избѣгать того, чтобы доставлять ему черезчуръ много впечатлѣній, которыхъ онъ не въ состояніи бываетъ переварить и усвоить. Кто знаетъ, не является ли наша чрезмѣрная любовь къ развлеченію грудныхъ дѣтей первымъ толчкомъ къ образованію нервныхъ и слишкомъ раздражительныхъ лицъ, которыми такъ изобилуетъ современное общество? Итакъ, ребенка слѣдуетъ оставлять совершенно спокойнымъ въ его колыбелькѣ: пусть равномерно и постепенно усваиваетъ впечатлѣнія окружающей его жизни; не будемъ создавать для него непосильныхъ задачъ. Когда

ребенокъ нѣсколько выростъ, мы можемъ его класть на коверъ, на которомъ онъ также можетъ часами спокойно возиться. Когда ребенокъ сталъ еще взрослѣе и сталъ уже ползать, всѣ родители прибѣгаютъ къ одному и тому же развлеченію: не вдалекѣ отъ ребенка кладется занимающая его игрушка, и ребенокъ прилагаетъ всевозможныя усилія для того, чтобы добраться до нея. Когда ребенку исполнилось нѣсколько мѣсяцевъ, его можно уже начать выносить на воздухъ или же катать въ колясочкѣ. Такимъ образомъ онъ научается понемногу владѣть своими органами передвиженія. Когда дѣти стали еще

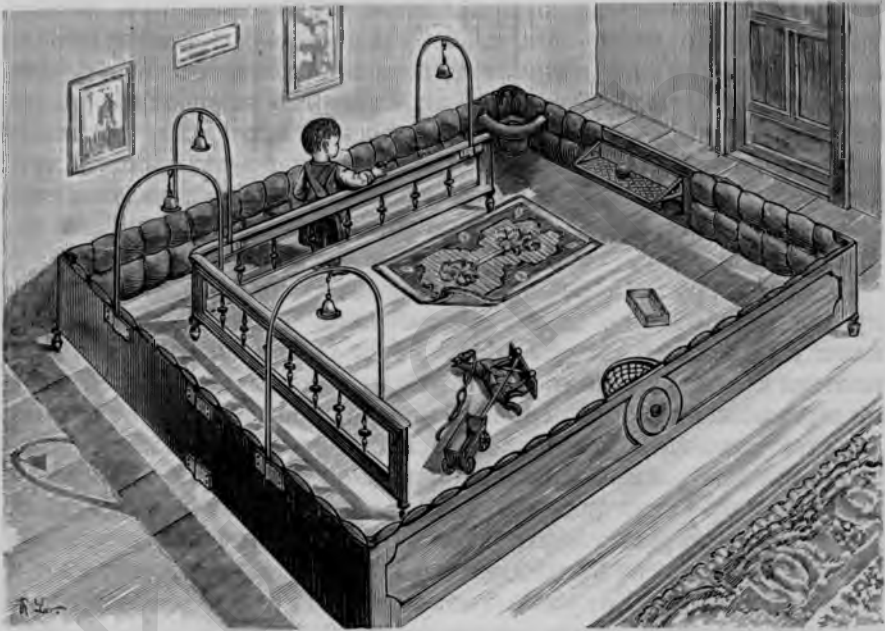


Рис. 431. Разборный дѣтскій манежикъ.

взрослѣе, то самое лучшее предоставлять имъ проводить время гдѣ-нибудь въ саду, въ паркѣ или полѣ. Всего лучше, чтобы дѣти имѣли возможность принимать одновременно и воздушныя ванны, для чего имъ удобнѣе всего быть нагими. Они себя чувствуютъ тогда свободными, упражняются на гимнастическихъ аппаратахъ, затѣваютъ всевозможныя игры и все время находятся въ непрерывномъ движеніи. Появляется завидный аппетитъ, и черезъ короткое время щеки ихъ покрываются здоровымъ загаромъ и славнымъ румянцемъ.

Намъ необходимо, однако, вернуться еще къ дѣтской колясочкѣ. Нѣтъ никакого сомнѣнія въ томъ, что она предста-

вляеть большія удобства въ томъ отношеніи, что даетъ возможность груднымъ дѣтямъ двигаться и дышать свѣжимъ вольнымъ воздухомъ. Тѣмъ не менѣе, ея злоупотреблять не слѣдуетъ, такъ какъ въ противномъ случаѣ дѣти совершенно отвыкають отъ самостоятельнаго движенія. Помимо того, такимъ путемъ искусственно ограничивають постоянно дѣтскій горизонтъ и вмѣсто того, чтобы имѣть передъ глазами природу, заставляютъ его часами смотрѣть на стѣнки коляски. Обстоятельство это, несомнѣнно, имѣетъ неблагопріятное вліяніе на развитіе дѣтскаго ума и духа. Не всегда хорошо также отражаются на дѣтяхъ и безпрестанные толчки и сотрясенія, которыя имъ неизбѣжно приходится переносить при такихъ условіяхъ. По всѣмъ этимъ соображеніямъ мы совѣтуемъ не оставлять дѣтей въ колясочкѣ дольше, чѣмъ это безусловно необходимо. Остальное же время слѣдуетъ предоставлять ребенку самому себѣ: можно разостлатъ коверъ или одѣяло и предоставить ребенку возиться, какъ ему по душѣ придется, и самому забавлять себя. При такихъ условіяхъ часто и наиболѣе беспокойныя дѣти успокаиваются и перестаютъ капризничать.

Когда грудной ребенокъ нѣсколько подросъ, то рекомендуется пріобрѣтеніе дѣтскаго манежика въ родѣ того, какой нами изображенъ на рис. 431. Тамъ ребенокъ можетъ забавляться долгіе часы подъ рядъ въ полной безопасности, не требуя ни вниманія, ни заботы. Тамъ же ребенокъ постепенно научается ходить; тамъ онъ можетъ справлять и свои маленькія нужды, за чѣмъ необходимо слѣдить матери, такъ какъ къ этому слѣдуетъ пріучить ребенка какъ можно раньше. Помимо тѣхъ удобствъ, которыя такого рода манежикъ представляетъ для самого ребенка, онъ представляетъ огромныя преимущества и для родителей. Кому же не извѣстно, что дѣти при свойственной имъ живости, причиняють безпрестанно массу непріятностей: то маленькій шалунъ до тѣхъ поръ тащитъ со стола скатерть, пока не стащитъ ея со всей стоящей на ней посудой; то перевернетъ, забравшись въ отцовскій кабинетъ, чернила, то превратитъ въ клочки важныя бумаги, то разобьетъ какую-нибудь цѣнную вазу, причемъ не всегда обходится благополучно и для самого виновника всѣхъ этихъ бѣдъ. Итакъ, не ясно ли, что какъ въ интересахъ ребенка, такъ и въ интересахъ родителей необходимо, если къ тому встрѣчается матеріальная возможность, пріобрѣсти такого рода манежикъ? Въ немъ ребенокъ проводитъ время весело и безмятежно и вмѣстѣ съ тѣмъ въ домѣ не видно слѣдовъ его разрушительной дѣятельности.

Въ теплое время года такого рода манежикъ, который

легко разбирается и вновь составляется, можетъ быть выносимъ на свѣжій воздухъ, и мать, которая занята по хозяйству, легко можетъ изъ окна слѣдить за тѣмъ, какъ играетъ ея ребенокъ и все ли у него обстоитъ благополучно. Выше мы говорили уже о томъ, что манежикъ пріучаетъ постепенно дѣтей къ ходьбѣ. Скажемъ тутъ же къ слову, что страсть родителей неволить ребенка всѣми силами къ тому, чтобы онъ какъ можно раньше сталъ сидѣть, ползать и ходить, должна быть признана крайне вредной для ребенка и подчасъ можетъ повести къ чрезвычайно нежелательнымъ послѣдствіямъ. Родителей до известной степени извиняетъ, конечно, желаніе видѣть своихъ любимцевъ какъ можно болѣе самостоятельными. Не слѣдуетъ, однако же, упускать изъ виду и того, что такого рода попытки ведутъ нерѣдко къ искривленію позвоночника и ножекъ ребенка. Всего лучше въ данномъ случаѣ, какъ и во многихъ другихъ, не насиловать способностей ребенка и терпѣливо ждать, пока онъ не проявится естественнымъ путемъ; форсированіемъ же ребенка мы не достигаемъ цѣли, но, наоборотъ, отдаляемъ ее.

Когда ребенокъ нѣсколько подростетъ, наступаетъ пора для *игрушекъ*. И по отношенію къ нимъ не слѣдуетъ упускать изъ виду нѣкоторыхъ чрезвычайно важныхъ соображеній. Выше мы уже упоминали о томъ, что игрушки для дѣтей перваго возраста должны быть какъ можно проще и элементарнѣе. Очень плохую услугу оказываютъ своимъ дѣтямъ родители, которые выказываютъ свою любовь къ нимъ тѣмъ, что покупаютъ имъ дорогія и замысловатыя игрушки. Не слѣдуетъ забывать, повторяемъ, что для ребенка не существуетъ „игры“ въ томъ смыслѣ, какъ ее понимаютъ взрослые: дѣти относятся къ своимъ играмъ совершенно искренно и серьезно, какъ къ самому важному дѣлу. Можно себѣ поэтому представить, какъ бываетъ разочарованъ ребенокъ, когда ему преподносятъ какую-нибудь сложную игрушку, въ которой онъ совершенно не въ состояніи бываетъ разобраться. Заложенная въ немъ естественная пытливость и потребность въ ислѣдованіи не находятъ себѣ никакого удовлетворенія и, если подобными игрушками угощать ребенка въ теченіе болѣе или менѣе продолжительнаго времени, то можно твердо быть увѣреннымъ въ томъ, что у него пропадетъ къ нимъ всякій интересъ. Это и наблюдается часто въ богатыхъ семьяхъ, гдѣ любовь къ дѣтямъ думаютъ выразить тѣмъ, что имъ какъ можно чаще подносятъ новыя и притомъ непременно дорогія и хитроумныя игрушки. И въ этомъ отношеніи, какъ и во многихъ другихъ, достоинъ подражанія примѣръ крестьянъ, которые инстинктомъ гораздо правильнѣе отгадываютъ и понимаютъ

дѣтскую природу. Посмотрите, какъ крестьянскій ребенокъ способенъ часами веселиться, устроивъ себѣ изъ палочки лощадку, на которой онъ съ глубокимъ увлеченіемъ разѣзжаетъ верхомъ; какъ ребенокъ часами забавляется незатѣйливой „мельницей“, устроенной изъ двухъ щепокъ, и пр.

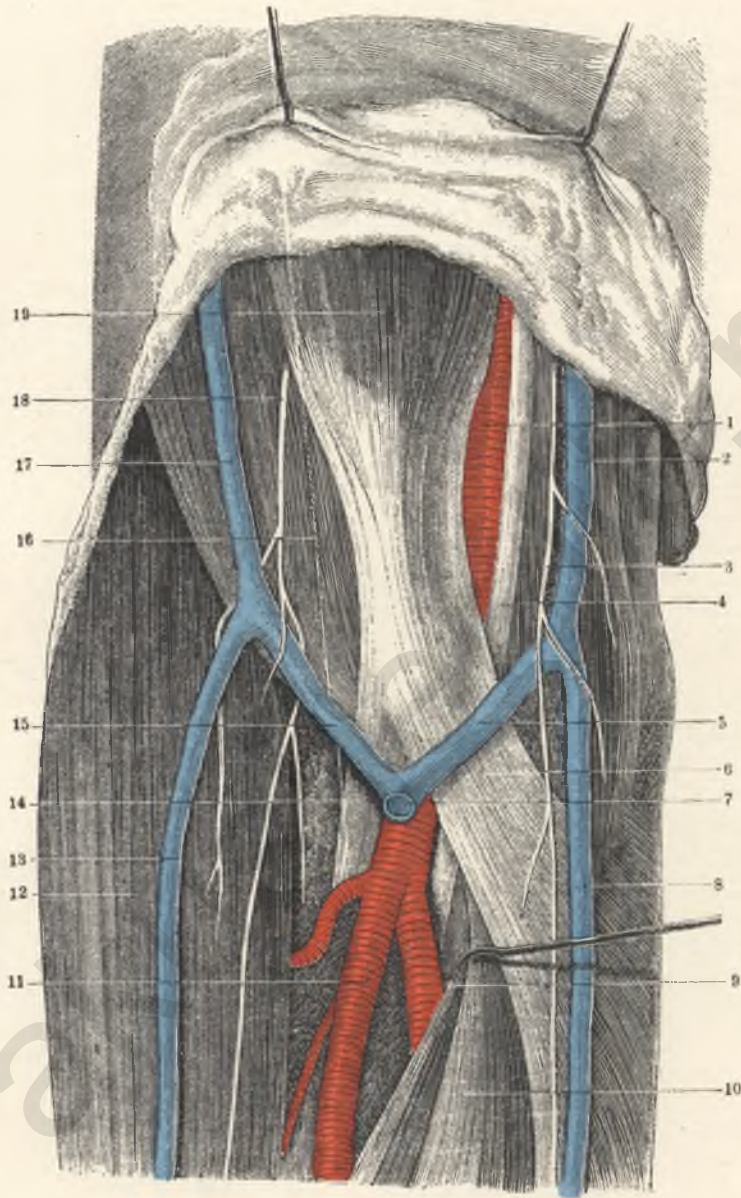
Слѣдуетъ себѣ поэтому поставить за правило: предлагать дѣтямъ исключительно такія игрушки, которыя понятны имъ по ихъ возрасту и развитію. Чѣмъ игрушка проще и механизмъ ея устройства доступнѣе ребенку, тѣмъ лучше. Не слѣдуетъ подносить ребенку новой игрушки до тѣхъ поръ, пока онъ окончательно не использовалъ прежней. Въ противномъ случаѣ мы прививаемъ ребенку вредную страсть къ непрерывной перемѣнѣ впечатлѣній. Изъ сказаннаго слѣдуетъ, что наиболѣе подходящими игрушками для дѣтей перваго возраста являются такіе несложные предметы, какъ лопатка, грабли, палочки, кубики, шарики и тому подобное. Точно также и песокъ служитъ дѣтямъ источникомъ неисчислимымъ забавъ и развлеченій, такъ какъ онъ служитъ чуднымъ объектомъ для всѣхъ замысловъ ребенка, всевозможныхъ построекъ и пр. Въ заключеніе этой статьи приведемъ слова нашего извѣстнаго психолога и знатока дѣтской души проф. И. А. Сикорскаго: „Наблюдая дѣтей, говоритъ онъ, мы пришли къ убѣжденію, что вмѣшательство окружающихъ въ дѣла дѣтей должно быть крайне осторожнымъ. Это долженъ быть только надзоръ, но не участіе, не починъ. Истинно жалка судьба тѣхъ дѣтей, которыхъ няня и старшіе постоянно занимаютъ, хлопаютъ передъ ними въ ладоши, водятъ за руки, предлагаютъ и преподносятъ игрушки, направляютъ забавы и пр. Мы уже имѣли случай замѣтить однажды („Душа ребенка“ стр. 85—86), что подобныя няни должны быть признаны умственно неспособными къ исполненію своихъ обязанностей“ \*). По поводу игръ см. также „Подвижныя дѣтскія игры“ Вокина.

### **Какъ предупредить у маленькихъ дѣтей искривленіе позвоночника и конечностей.**

Нѣкоторыя страданія появляются у дѣтей вовсе не потому, чтобы появленія ихъ нельзя было предупредить, но исключительно потому, что родителямъ не извѣстно, какъ вредно отражаются на ихъ малюткахъ тѣ или иные приемы. Такъ, вслѣдствіе неправильнаго ношенія дѣтей на рукахъ можетъ появиться довольно стойкое искривленіе позвоночника, отъ котораго впослѣдствіи не всегда возможно бываетъ

\*) Проф. И. А. Сикорскій. — «Объ умственномъ и нравственномъ воспитаніи».





Область локтевого сгиба.

- 1.—Плечевая артерія. 2.—Внутренняя вена предплечья. 3, 18.—Кожно-мышечные нервы.
- 4.—Срединный нервъ. 5.—Срединная внутренняя вена. 6.—Сухожильное прикрѣпленіе двуглавой мышцы. 7.—Срединная вена предплечья. 8.—Локтевая вена. 9.—Локтевая (внутренняя) артерія предплечья. 10, 12, 16.—Различныя мышцы. 11.—Лучевая (наружная) артерія предплечья. 13.—Лучевая вена. 14.—Сухожилие двуглавой мышцы. 15.—Срединно-наружная вена. 17.—Наружная вена предплечья. 19.—Двуглавая мышца.

избавиться и цѣной большихъ жертвъ. Поэтому въ высшей степени важно выработать себѣ на этотъ счетъ правильные взгляды и привычки. Здѣсь же укажемъ на то, на что мы нашимъ читательницамъ указывали уже, впрочемъ, неоднократно, что рожковья дѣти, т. е. дѣти, вскормленные искусственнымъ образомъ, обнаруживаютъ въ этомъ отношеніи значительно больше податливости, чѣмъ дѣти, вскормленные естественнымъ образомъ—на материнской груди. Намъ уже извѣстно, что въ костяхъ и искусственно вскармливаемыхъ дѣтей не хватаетъ нѣкоторыхъ солей и вслѣдствіе этого кости отличаются у нихъ особенной мягкостью.

Неправильное держаніе такого ребенка на рукахъ можетъ довольно скоро повести къ стойкому искривленію позвоночника. Точно такъ же появляется у такихъ дѣтей, очень рано отмѣченныхъ печатью рахита (см. во II „Энциклопедической“ части), и искривленіе нижнихъ конечностей въ томъ случаѣ, когда дѣтей заставляютъ ползать или



Рис. 432. Какъ слѣдуетъ носить ребенка.

ходить прежде, нежели у нихъ достаточно окрѣпнѣетъ скелетъ. Мы уже неоднократно указывали, и не побоймся повторить лишній разъ, что дѣтей не слѣдуетъ побуждать къ ползанію или ходьбѣ: когда скелетъ ребенка достаточно окрѣпнѣетъ, онъ самъ собой — безо всякаго понужденія начнетъ производить естественныя движенія. На ближайшихъ рисункахъ мы наглядно показываемъ нашимъ читательницамъ, какъ не слѣ-

дуетъ и какъ слѣдуетъ носить и подымать ребенка, чтобы избѣжать появленія у него искривленія позвоночника, а также и конечностей.

Рекомендуемъ въ то же время нашимъ читательницамъ внимательно изучить рисунки на таблицѣ XIX, на которой нами также указаны неправильные и правильные способы держанія ребенка при кормленіи и при купаньи. Правильныя позы должны твердо запечатлѣться въ памяти читательницъ.

Вслѣдствіе своей склонности къ быстрымъ и рѣзкимъ движеніямъ, а также вслѣдствіе своей неустойчивости, ребенку значительно чаще, нежели взрослымъ, случается падать. Въ высшей степени важно усвоить себѣ правильный приѣмъ при подыманіи ребенка.

Въ противномъ случаѣ мы можемъ вызвать у ребенка не только растяженіе сухожилія, но даже и вывихъ верхней конечности въ плечевомъ суставѣ, такъ какъ вся тяжесть тѣла въ такомъ случаѣ опирается на одну ручку, которая не отличается особенной крѣпостью и устойчивостью. На рис. 434 мы представили, какъ



Рис. 433. Какъ не слѣдуетъ носить ребенка.

слѣдуетъ подымать ребенка и на рис. 435,—какъ его не слѣдуетъ подымать.

Изъ послѣдняго рис. явственно видно, что ребенка слѣдуетъ обхватывать подъ мышки. Въ такомъ случаѣ мы ничѣмъ не рискуемъ.

Огромное значеніе въ смыслѣ правильнаго развитія скелета имѣетъ правильное положеніе ребенка за столомъ во время игръ и особенно во время письменныхъ занятій. Ни въ коемъ случаѣ маленькія дѣти не должны бы пользоваться столами взрослыхъ. Занимаясь за подобнымъ столомъ, ре-

бенокъ неизбѣжно вынужденъ бываетъ принимать неестественное положеніе. Если подобное неестественное положеніе становится сколько-нибудь привычнымъ, то ребенокъ почти неизбѣжно наживаетъ себѣ такимъ путемъ болѣе или менѣе упорное искривленіе позвоночника или конечностей. Рис. 436 даетъ намъ достаточное представленіе о томъ, сколь ненормальное положеніе вынужденъ бываетъ принимать ребенокъ, въ распоряженіи котораго находятся только высокіе столы



Рис. 434. Какъ слѣдуетъ приподымать ребенка.

для взрослыхъ, и какъ мало подобные столы приспособлены для дѣтей.

Справедливость заставляетъ насъ добавить, что въ дѣйствительности положеніе, принимаемое ребенкомъ при занятіяхъ, бываетъ нерѣдко еще значительно болѣе неправильнымъ и уродливымъ. Поэтому слѣдуетъ себѣ поставить за правило—заводить для маленькихъ дѣтей маленькіе столы, которые были бы возможно полно приспособлены къ ихъ росту. Самое лучшее—устроить для дѣтей помимо маленькихъ столовъ и низенькія скамеечки. По бокамъ стола можно устроить маленькіе ящички, въ которыхъ дѣти прятали бы свои



Рис. 435. Какъ никогда не слѣдуетъ приподнимать ребенка.

игрушки. Что же касается до маленькихъ дѣтей, которыхъ приходится усаживать за общій столъ, то всего лучше въ такихъ случаяхъ прибѣгать, какъ это обыкновенно и дѣлаютъ, къ высокимъ дѣтскимъ стульямъ: съ одной стороны, ребенокъ получаетъ возможность сидѣть за общимъ столомъ; съ другой стороны, на его счетъ можно быть совершенно спокойнымъ въ томъ отношеніи, что, будучи надежно отгороженъ, онъ не упадетъ.

Для того, чтобы дать родителямъ представленіе о томъ, какихъ размѣровъ должны, приблизительно, быть члены ребенка въ томъ или иномъ возрастѣ, мы приводимъ рисунки 437—441. Если мы сравнимъ новорожденнаго съ дѣтьми

взрослыми, то мы безъ труда замѣтимъ слѣдующее: у новорожденнаго голова относительно очень велика, шея — коротка и туловище, по сравненію съ конечностями, — толстое. По мѣрѣ того,



Рис. 436. Неправильное положеніе тѣла ребенка при чтеніи и письмѣ.

какъ ребенокъ растетъ, голова и шея удлиняются; удлиняются и конечности. Такъ, если мы, напр., будемъ сравнивать новорожденнаго съ пятилѣтнимъ, то мы убѣдимся, что шея у него удлинилась съ одного сантиметра до 6. Такъ какъ нами на рис. указаны и размѣры всѣхъ прочихъ частей тѣла, то матери не такъ трудно убѣдиться непосредственными измѣреніями въ томъ, правильно ли развивается ребенокъ и развиваются ли всѣ части тѣла равномерно и симметрично. Такого рода измѣренія непременно должны бы производиться время отъ времени каждой матерью. О томъ, что ребенка необходимо также взвѣшивать въ правильные промежутки времени, мы также говорили уже неоднократно. На ряду съ этимъ необходимо также производить и измѣреніе размѣровъ груди — такъ, какъ это из-



Соотношение частей тѣла у дѣтей различного возраста.

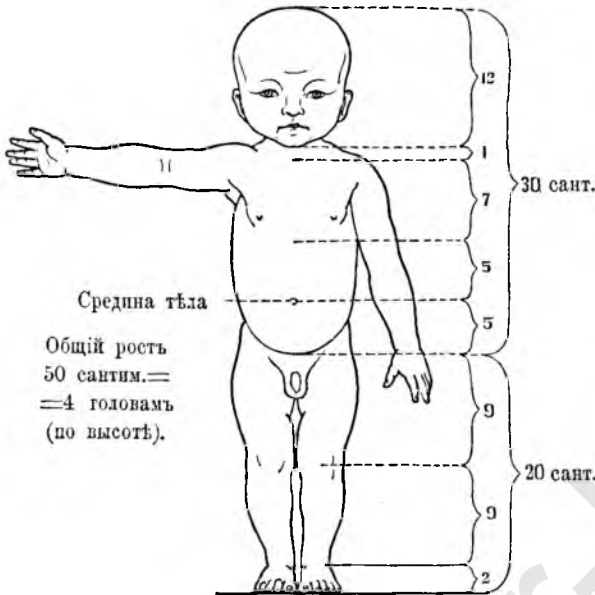


Рис. 437. Новорожденный младенецъ.  
Въ  $\frac{1}{7}$ , приблизительно, натуральной величины.

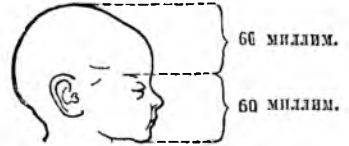


Рис. 438. Новорожденный.  
Высота головки равна 12 сент.,  
причемъ нижняя половина лица  
равна по величинѣ верхней.

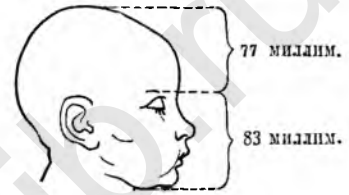


Рис. 439. Годовалый ребенокъ.  
Высота головы равна 16 сент.,  
нижняя половина лица на  
 $\frac{1}{12}$ — $\frac{1}{12}$  больше верхней.

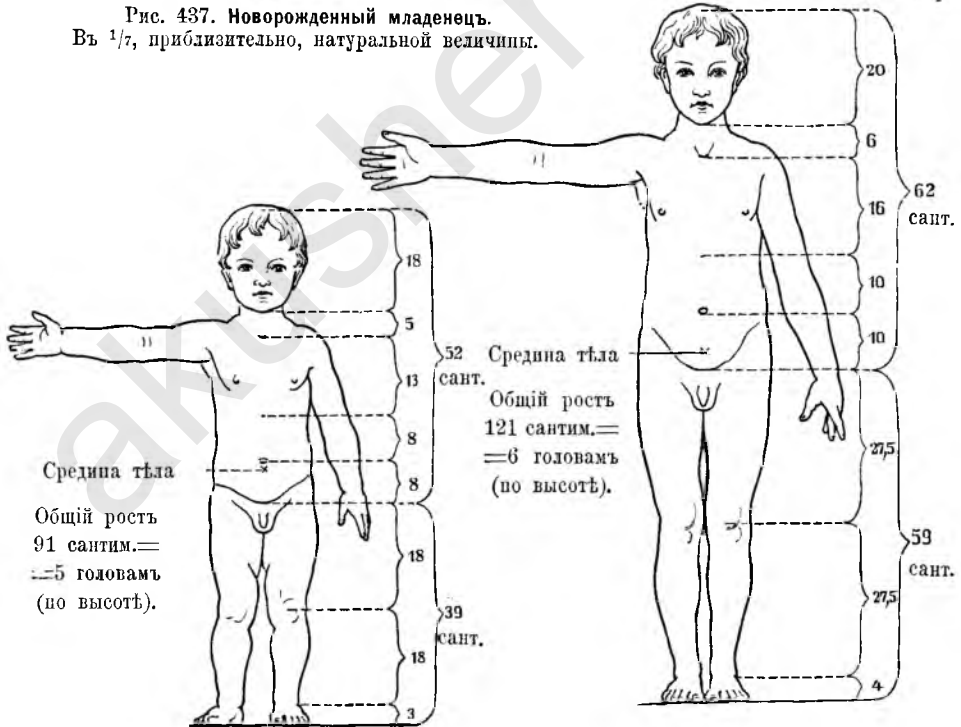


Рис. 440. Двухлѣтний мальчикъ.  
Въ  $\frac{1}{5}$ , приблизительно, натуральной величины.

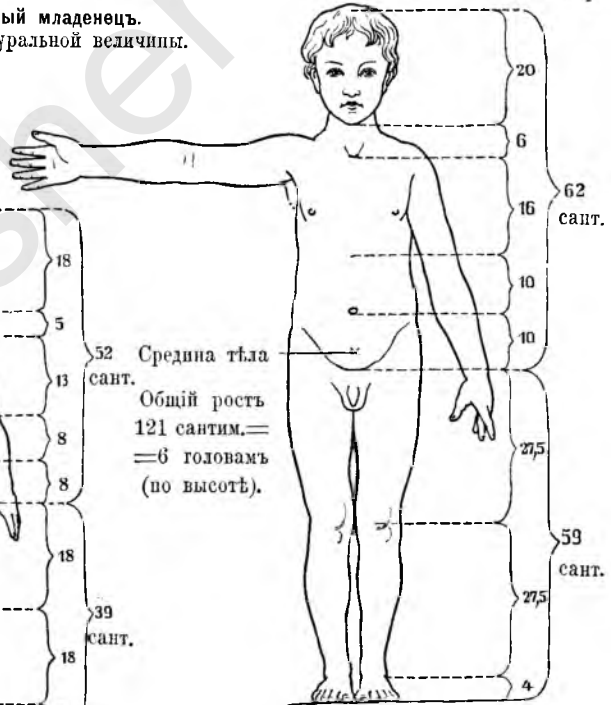


Рис. 441. Мальчикъ 5 $\frac{1}{2}$  лѣтъ.  
Въ  $\frac{1}{5}$ , приблизительно, натуральной величины.

ображено у насъ на рис. 442. Измѣреніе слѣдуетъ производить во время, какъ выдыханія, такъ и вдыханія. Само собой разумѣется, что результаты измѣреній, какъ и взвѣшивания, слѣдуетъ тщательно записывать. Если ко всему этому матери усвоятъ также благотворную привычку—время отъ времени внимательно осматривать дѣтей совершенно нагими, то онѣ могутъ быть увѣрены въ томъ, что уберегутъ дѣтей отъ множества страданій.

### Ортопедическій способъ леченія искривленій.

О томъ, что такое „ортопедія“ (см.), мы уже дали нашимъ читательницамъ понятіе во II „Энциклопедической“ части книги. Здѣсь же намъ необходимо указать имъ на то, что способна бываетъ сдѣлать ортопедія при нѣкоторыхъ уродствахъ и искривленіяхъ скелета, главнымъ образомъ позвоночника и конечностей. Скажемъ здѣсь же, что у дѣтей довольно нерѣдко встрѣчаются искривленія, отчасти потому, что у родителей не было средствъ лечить дѣтей своевременно, очень же часто—только потому, что искривленія эти оставались совершенно незамѣченными въ тотъ періодъ, когда они относительно еще очень легко поддались бы леченію. Когда же они были замѣчены, то было уже поздно. Что касается до ортопедіи, то она—въ противоположность оперативному вмѣшательству—стремится достигъ цѣли не сразу, не рѣзкимъ переворотомъ, но самымъ постепеннымъ и незамѣтнымъ образомъ. Главными ея орудіями являются вытяженіе и давленіе—послѣ того, разумѣется, какъ членъ былъ приведенъ въ возможно правильное положеніе.

Ортопедическіе аппараты состоятъ изъ металлическихъ и кожаныхъ частей. Въ то время, какъ первыя отличаются полной неподатливостью, вторыя могутъ безъ особеннаго труда, смотря по надобности, болѣе или менѣе часто быть приспособляемы къ особенностямъ даннаго члена. Само собой разумѣется, что мышцы и сухожилія, какъ болѣе мягкія части, болѣе быстро поддаются дѣйствию ортопедическихъ



Рис. 442.  
Измѣреніе объема груди.



аппаратовъ, между тѣмъ какъ твердыя кости поддаются имъ довольно медленно. Тѣмъ не менѣе, настойчивымъ, разумнымъ и систематическимъ примѣненіемъ ортопедическихъ аппаратовъ мы и по отношенію къ костямъ можемъ достигъ очень благоприятныхъ результатовъ, особенно у дѣтей. Вѣдь намъ уже извѣстно, что кости у дѣтей отличаются довольно значительной мягкостью. вмѣстѣ съ тѣмъ ортопедическіе аппараты имѣютъ то огромное преимущество, что они почти совершенно не стѣсняють свободы ребенка, не лишаютъ его въ большинствѣ случаевъ возможности бывать на воздухѣ и принимать дѣятельное участіе въ забавахъ сверстниковъ, а также

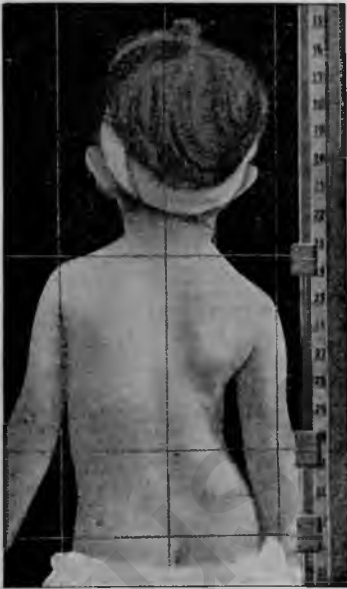


Рис. 413. При поступленіи.

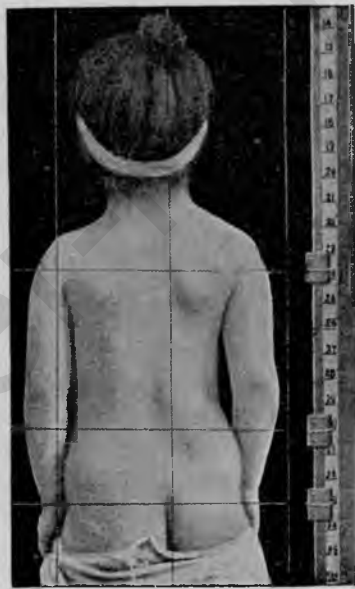


Рис. 444. Черезъ три мѣсяца.

Искривленіе позвоночника.

нѣсколько почти не задерживаютъ естественнаго роста и развитія ребенка. Отсюда ясно видно, какими огромными преимуществами они во многихъ отношеніяхъ обладаютъ надъ гипсовыми корсетами, напр., само уже наложеніе которыхъ сопряжено съ довольно значительными муками для маленькаго больного. Въ этомъ корсетѣ ребенокъ бываетъ иногда вынужденъ оставаться долгіе мѣсяцы. Такой корсетъ, накладываемый съ цѣлью повліять на искривленіе позвоночника, неизбѣжно задерживаетъ свободное функціонированіе, а послѣдовательно также и развитіе грудной клѣтки.

Само собой разумѣется, что въ высшей степени ошибочно

было бы думать, будто для исправленія искривленій позвоночника достаточно только аппарата. Никогда не слѣдуетъ упускать изъ виду и самаго дѣятельнаго леченія сопутствующихъ страданій, которыя почти неизбѣжно наблюдаются въ подобныхъ случаяхъ. Къ числу наиболѣе часто встрѣчающихся страданій слѣдуетъ отнести неправильный обмѣнъ веществъ, что ведетъ нерѣдко къ малокровію и англійской болѣзни. Однородными причинами слѣдуетъ также считать неустойчивость нервной системы, а часто и разстройства сердечной дѣятельности. Понятно поэтому, что результаты леченія по ортопедическому методу получаются значительно



Рис. 445.  
При поступленіи.

Рис. 446.  
Три мѣсяца спустя.

Рис. 447.  
Четыре мѣсяца спустя.

Боковое искривленіе позвоночника у 6-лѣтней дѣвочки.

болѣе благопріятные въ томъ случаѣ, когда ребенокъ живетъ во время леченія при благопріятныхъ условіяхъ — въ лѣсу, деревнѣ или, еще лучше, на морскомъ берегу. Результаты получаются въ такомъ случаѣ не только болѣе быстрые, но и болѣе устойчивые.

Объ „искривленіяхъ позвоночника“ (см.) у насъ уже была рѣчь во II „Энциклопедической“ части сочиненія. На рис. 443 и 444 нами изображено искривленіе позвоночника у молодого ребенка. Искривленіе исчезло, не оставивъ по себѣ никакихъ слѣдовъ, если не считать того, что правая лопатка слегка отстаётъ. Очень поучительную картину представляютъ и рис. 445—447. Они изображаютъ ребенка, у котораго вслѣдствіе неправильнаго питанія уже въ первые годы жизни появилось искривленіе позвоночника, которое не поддавалось ни массажу, ни соотвѣтствующей діетѣ. Только тогда, когда къ этому присоединилось разумное ортопедическое леченіе,

были достигнуты тѣ результаты, которые явственно видны изъ нашихъ рисунковъ.

**Воспаленіе колѣннаго сустава** (см. во II части) особенно, если оно длится сколько-нибудь продолжительное время, нерѣдко имѣетъ очень пагубныя послѣдствія для дѣтей въ томъ смыслѣ, что вызываетъ болѣе или менѣе замѣтную хромоту. Происходитъ это вслѣдствіе того, что воспаленіе вызываетъ припуханіе тканей и утолщеніе колѣннаго сустава, которое оказываетъ довольно рѣзкое сопротивленіе всѣмъ движеніямъ конечности. Ребенокъ, изображенный нами на рис. 450—451, получилъ воспаленіе колѣна на 4-омъ году жизни. Множество средствъ было испытано совершенно безуспѣшно; искривленіе конечности становилось, тѣмъ не менѣе, все болѣе и болѣе рѣзкимъ и къ 9-му году приняло тотъ видъ, который нами изображенъ на рис. Тѣмъ не менѣе, уже послѣ 4-мѣсячнаго леченія получились, какъ видятъ читательницы, очень удовлетворительные результаты.



Рис. 448.  
Послѣ 9 мѣсяцевъ.  
Боковое искривленіе позвоночника.



Рис. 449. Послѣ трехъ лѣтъ леченія.  
Послѣ 9 мѣсяцевъ.

**Дѣтскіе параличи** (см. также во II части) ведутъ иногда къ полной атрофій конечности. Вслѣдствіе того, что конечность утрачиваетъ всякую способность къ движенію, мышцы не

только не развиваются, но мало-по-малу уменьшаются въ объемѣ и могутъ черезъ нѣкоторое время почти окончательно исчезнуть. Противоположная конечность можетъ въ такихъ случаяхъ пріобрѣсти, наоборотъ, чрезмѣрное развитіе. Какъ бы то ни было, больная конечность виситъ иногда безжизненно, какъ плеть, и совершенно лишаетъ несчастнаго ребенка возможности двигаться самостоятельно. Тѣмъ не менѣе, и въ такихъ случаяхъ ортопедія даетъ нерѣдко очень утѣшительные результаты, какъ это видно и изъ нашихъ рисунковъ.

Нерѣдко встрѣчаются и искривленія *верхнихъ конечностей и рукъ*. Причины происхожденія подобныхъ искривленій—очень многочисленны и разнообразны. Въ числѣ таковыхъ фигурируютъ мѣстные параличи, хроническое воспаленіе локтевого сустава, случайныя раненія и пр. Какова бы ни была

причина, рука во многихъ случаяхъ принимаетъ неправильное положеніе или даже всецѣло утрачиваетъ свою подвижность. Въ такомъ случаѣ рука должна считаться какъ бы утраченной. Между тѣмъ, потеря руки должна въ наше время считаться потерей очень тяжелой, такъ какъ равносильна во многихъ случаяхъ утраты способности къ производительному труду, ибо большинство современныхъ занятій требуетъ именно ручного труда. На рис. 455—458 нами изображена такого рода рука у 12-лѣтняго мальчика. Вслѣдствіе паденія съ высоты и довольно глубокаго раненія развился параличъ мышцъ и



Рис. 450. При поступленіи въ ортопедическое заведеніе. Воспаленіе коленного сустава.



Рис. 451. Послѣ 4-мѣсячнаго леченія.

нервовъ верхней конечности. Рука приняла несвойственное ей положеніе; пальцы искривились и утратили способность двигаться. Тѣмъ не менѣе, и въ данномъ случаѣ послѣ 3-мѣсячнаго леченія получились очень удовлетворительные результаты въ томъ смыслѣ, что пальцы вновь получили способность производить легкія движенія.

Въ томъ случаѣ, когда вслѣдствіе воспаления головного или спинного мозга, ребенокъ совершенно утратилъ способность передвигаться и даже стоять, большую пользу можетъ оказать аппаратъ въ родѣ изображеннаго нами на рис. 459. Будучи поставленъ въ этотъ аппаратъ, ребенокъ получаетъ



Рис. 452.  
Видъ ребенка сзади—при  
поступленіи въ заведеніе.



Рис. 453.  
Видъ того же ребенка  
сбоку.



Рис. 454.  
Тотъ же ребенокъ послѣ  
4-мѣсячнаго леченія.

**Искривленіе нижней конечности.**



Рис. 455.  
Въ началѣ  
леченія.



Рис. 456.  
Рентгеновскій  
снимокъ.



Рис. 457. Тоже  
послѣ 3-мѣсяч-  
наго леченія.  
Видъ спереди.



Рис. 458.  
Тоже.  
Видъ сзади.

**Искривленіе предплечья и кисти руки вслѣдствіе мышечнаго паралича.**

возможность передвигаться. Одно уже это обстоятельство дѣйствуетъ на него нерѣдко очень благотворнымъ образомъ. Во всякомъ случаѣ это значительно повышаетъ его самочувствіе и усиливаетъ его вѣру въ себя и въ свои силы и ведетъ, такимъ образомъ, къ самымъ благоприятнымъ результатамъ.

Въ статьѣ „Англійская болѣзнь“ (см.) во II части мы уже упоминали о наиболѣе частыхъ

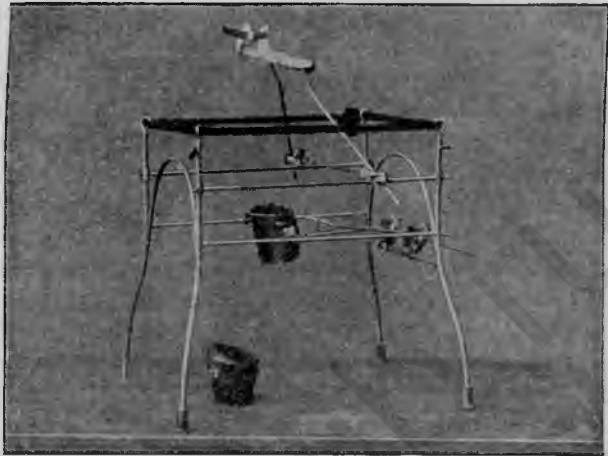


Рис. 459. Аппаратъ для поддержки парализованныхъ дѣтей при передвиженіи.

уродствахъ, производимыхъ этой болѣзью на конечностяхъ. Въ одномъ случаѣ нижнія конечности искривляются такимъ образомъ, что общая ихъ форма напоминаетъ букву О. Въ другихъ случаяхъ искривленіе напоминаетъ, наоборотъ, букву Х. Какъ та, такъ и другая форма нижнихъ конечностей должна быть признана одинаково уродливой. Помимо того, искривленныя такимъ образомъ конечности создаютъ ребенку, болѣе или менѣе значительные препятствія при передвиженіи. Само собой разумѣется, что долгъ родителей обратиться какъ можно раньше къ помощи ортопедіи. На рис. 462 мы приводимъ изображеніе аппарата, оказывающаго огромныя услуги при исправленіи ножекъ, имѣющихъ форму Х.

Какъ видно изъ рисунка, аппаратъ этотъ съ наружной стороны состоитъ изъ желѣзныхъ шинъ, которыя не дадутъ конечностямъ возможности смѣщаться кнаружи. Изнутри же идутъ ремни и подушечки, которыя постоянно прилаживаются соотвѣтственно



Рис. 460.  
Тотъ же аппаратъ въ употребленіи.

особенностямъ конечности въ данный моментъ. Если такого рода аппаратъ прилаженъ цѣлесообразно, и ношеніе его продолжается достаточно долго, то оно только въ очень рѣдкихъ случаяхъ не увѣнчивается болѣе или менѣе замѣтнымъ успѣхомъ.

Къ болѣе или менѣе рѣзкимъ физическимъ недостаткамъ, которые бывають иногда довольно чувствительны, слѣдуетъ отнести и *оттопоривающіяся уши*. Чтобы помочь этому недостатку, придумана особенная сѣтка, которая имѣетъ назначеніемъ плотно прижимать уши къ головѣ. Сѣтка эта одѣвается только на ночь. Само собой разумѣется, что болѣе или менѣе чувствительные результаты могутъ получиться только въ томъ случаѣ, когда аппаратъ примѣняется въ теченіе болѣе или менѣе продолжительнаго времени.

Заканчиваемъ этотъ обзоръ аппаратомъ, который имѣетъ назначеніемъ исправлять *форму лопатокъ* въ томъ случаѣ, когда онѣ отстають. Этотъ же аппаратъ оказываетъ огромныя услуги и при *сутуловатости*, такъ какъ понуждаетъ ребенка держаться прямо.

## О нервности современныхъ дѣтей.

Если мы примемъ во вниманіе всеобщую современную нервность, а также и то обстоятельство, что рѣдкая мать живетъ въ наше время правильной и здоровой жизнью, то намъ, право, нечего будетъ удивляться тому, что и дѣти наши уже съ самаго ранняго возраста начинаютъ нерѣдко проявлять свой нервный темпераментъ. Слѣдуетъ, однако, сказать, что у дѣтей — соответвенно ихъ уровню развитія и условіямъ жизни — нервность проявляется въ большинствѣ случаевъ иначе, чѣмъ у взрослыхъ. Тѣмъ болѣе обязаны родители быть знакомы съ различными проявленіями нервности у дѣтей, чтобы умѣть во-время подмѣтить это страданіе и правильно воздѣйствовать на него. Мы не имѣемъ возможности давать здѣсь подробный очеркъ этого въ высшей степени важнаго педагогическаго вопроса: это вышло бы далеко за предѣлы настоящаго сочиненія. Мы поэтому можемъ коснуться его лишь въ самыхъ общихъ штрихахъ. Какъ часто родители принимаютъ проявленіе нервной неустойчивости у своихъ дѣтей за невоспитанность, за которую ихъ не только бранять, но нерѣдко и наказываютъ, исходя изъ того мнѣнія, что ребенокъ въ данномъ случаѣ совершенно сознательно совершаетъ тотъ или иной поступокъ. Ему, молъ, ничего не стоило бы воздержаться отъ совершенія его, если бы онъ былъ „воспитанъ“. Само собой разумѣется, что въ

данномъ случаѣ подобное отношеніе только ухудшаетъ положеніе дѣла, такъ какъ способствуетъ ожесточенію ребенка и подрываетъ то довѣріе къ родителямъ, которое естественнымъ образомъ заложено въ каждомъ ребенкѣ. Такихъ дѣтей слѣдуетъ не наказывать, но *лечить*.

Начнемъ съ *труднаго ребенка*. Уже и въ этомъ возрастѣ можно подмѣтить во многихъ малюткахъ нервность, которая, само собой разумѣется, не у всѣхъ одинаковымъ образомъ проявляется. Въ одномъ случаѣ ребенокъ весь содрогается, когда неожиданно послышится шумъ; другой обнаруживаетъ особенно болѣзненную чувствительность по отношенію къ пищѣ своей матери; третій отличается беспокойнымъ сномъ; четвертый вообще слишкомъ безпокоенъ—и часто плачетъ и кричитъ безъ всякой определенной причины; пятый обнаруживаетъ неестественную веселость, когда его развлекаютъ и т. д. По мѣрѣ того, какъ ребенокъ растетъ, нѣкоторыя проявленія нервности становятся у него все болѣе и болѣе явственными. Проявленія эти въ высшей степени многочисленны и разнообразны, и мы упомянемъ только о нѣкоторыхъ изъ ихъ числа. Дѣти, особенно дѣвочки, испытываютъ *страхъ* въ *темнотѣ*, и ни за что не останутся однѣ или даже не рѣшатся пройти по темной комнатѣ. Отвращеніе и *страхъ*



Рис. 461. Ноги въ видѣ буквы X у 4-лѣтней дѣвочки.

передъ нѣкоторыми довольно, въ сущности, безобидными предметами и особенно *животными*. Боязнь эта проявляется въ нѣкоторыхъ случаяхъ даже припадочными явленіями: сильнымъ плачемъ, дрожаніемъ всего тѣла и пр. Полная *анатія* и *безразличіе* по отношенію къ внѣшнимъ впечатлѣніямъ, проявляющіяся у нормальныхъ дѣтей только тогда, когда они нездоровы. *Рѣзкіе вспышки и порывы*. Они могутъ подать поводъ къ сильному возбужденію нервной системы, которое не легко бываетъ успокоить. Въ большинствѣ случаевъ вспышки



эти через короткое время влекутъ за собой стыдъ и искреннее раскаяніе. *Слабая умственная воспримчивость и тупоуміе. Чрезмѣрная застычивость*, которая во многихъ случаяхъ происходитъ изъ недовѣрія къ себѣ, къ собственнымъ силамъ и собственному значенію. Противоположное ему чувство составляетъ чрезмѣрное *самолюбіе* и увѣренность ребенка въ томъ, что всѣ его желанія и капризы подлежатъ удовлетворенію. *Страсть ко лжи* проявляется у нѣкоторыхъ дѣтей съ большимъ упорствомъ, особенно во время игры, и притомъ нерѣдко совершенно безцѣльно.



Рис. 462. Шинный аппарат для исправленія ножекъ въ видѣ буквы X.

Къ этому недостатку слѣдуетъ относиться самымъ серьезнымъ образомъ. Ближе къ нему стоитъ *жадность и лоботяжаніе*, которое толкаетъ нерѣдко дѣтей (какъ и взрослыхъ, впрочемъ) на многіе дурные поступки, преимущественно на ложь и зависть.

*Нравственная притупленность*: ребенокъ остается одинаково нечувствительнымъ и невоспримчивымъ какъ къ порицанію, такъ и къ похвалѣ. Въ немъ нелегко бываетъ вызвать или пробудить желаемое нами чувство. Противоположный недостатокъ составляетъ *болѣзненная воспримчивость*, при которой ребенку невозможно бываетъ сдѣлать самаго легкаго замѣчанія, не вызвавъ у него потоковъ слезъ. Въ такихъ случаяхъ ребенку достаточно бываетъ самаго пустого повода, чтобы чувствовать себя обиженнымъ и несчастнымъ. Преимущественно у маленькихъ дѣвочекъ наблюдаются проявленія *зависти и кокетства*,

которые всего чаще бываютъ тѣсно связаны съ болѣзненной нервною и воспримчивостью. *Экзальтированность* также нерѣдко наблюдается у дѣтей въ той или иной формѣ. *Душевная неуравновѣшенность и умственная неустойчивость* проявляются у нѣкоторыхъ, преимущественно, малокровныхъ дѣтей, въ чрезмѣрной болтливости и страсти задавать безчисленные вопросы, причемъ нетрудно бываетъ подмѣтить, что, въ сущности, ребенка вовсе не сильно интересуетъ вопросъ, но что его занимаетъ, преимущественно, самый процессъ разспрашиванія. *Преждевременная половая зрѣлость*, каковое явленіе вовсе не составляетъ особенной рѣдкости въ наше время. Оно не

только пробуждаетъ въ ребенкѣ потребность въ удовлетвореніи тѣмъ или инымъ путемъ половой потребности, но вызываетъ также цѣлый рядъ иныхъ пороковъ и недостатковъ, какъ то: экзальтацію, возбужденность, гнѣвъ, боязливость, кокетство и пр., истинное происхожденіе которыхъ для насъ останется совершенно темнымъ, если мы не подумаемъ объ этой сторонѣ жизни ребенка.

На ряду съ душевными существуютъ и *физическія особенности*, которые представляютъ собой большей частью признаки *вырожденія* и также должны наводить родителей на мысль, что у ихъ дѣтей должны существовать и нѣкоторыя психическія ненормальности. Не имѣя возможности перечислить всѣ особенности, мы ограничимся и въ данномъ случаѣ указаніемъ на главнѣйшія изъ ихъ числа. Форма головы имѣетъ большое значеніе, и сколько-нибудь рѣзкое нарушеніе правильныхъ пропорцій между отдѣльными частями черепа всегда должно было бы живо привлекать къ себѣ вниманіе родителей. Въ одномъ случаѣ лобъ бываетъ слишкомъ покатымъ или низкимъ; въ другомъ затылокъ—плоскимъ; въ третьемъ—зубы посажены неправильно или же наблюдается двойной рядъ зубовъ; въ четвертомъ—уши бываютъ уродливыми, неодинаковой величины, слишкомъ оттопыриваются и пр. Очень часто появляются въ такихъ случаяхъ рано или поздно и нѣкоторые душевные недостатки—нерѣдко довольно тяжелаго свойства. Тѣмъ не менѣе, мы считаемъ необходимымъ прибавить къ утѣшенію родителей, что *отдѣльные* недостатки не имѣютъ въ этомъ отношеніи особеннаго значенія. Гораздо большее значеніе имѣетъ *совокупность* подобныхъ отклоненій отъ нормальнаго типа.

Никто въ наше время не сомнѣвается въ томъ, что душевныя и тѣлесныя особенности довольно тѣсно связаны другъ съ другомъ. Не слѣдуетъ поэтому упускать также изъ виду, что посредствомъ благоприятныхъ физическихъ условій: перемѣны воздуха, пищи, урегулированія труда и покоя и т. п., мы можемъ самымъ благотворнымъ образомъ повліять и на нѣкоторые довольно рѣзко выраженные душевные недостатки. Само собой разумѣется, что мы этимъ нисколько не думаемъ умалять значенія психическихъ факторовъ воздѣйствія, какъ то: метода воспитанія, общей обстановки, среды, надлежащаго личнаго вліянія, направленія дѣятельности и пр. и пр.



Рис. 463. Сѣтка для приданія правильной формы оттопыривающимся ушамъ.  
(По Гэвью).

Какъ бы то ни было, на физическую сторону воспитанія ребенка должно быть — особенно въ первые годы жизни — обращено самое строгое вниманіе, и мы должны глубоко проникнуться убѣжденіемъ, что именно въ этомъ возрастѣ благоприятныя *физическія* условія жизни оказываютъ самое благотворное вліяніе на весь *душевный складъ* ребенка. Поста-



Рис. 464. Приборъ для выпрямленія спины.  
(По Бувье).

раемся же по завѣту великаго женеваго философа воспитывать дѣтей поближе къ природѣ. Поменьше одежды, побольше простору въ степи, лѣсу или паркѣ; побольше движенія на вольномъ воздухѣ; побольше свободы въ выборѣ развлеченій и игръ! Соблюденіе этихъ несложныхъ, повидимому, условій способно бываетъ производить поистинѣ чудеса, и ими удается нерѣдко достигнуть цѣли и по отношенію къ такимъ дѣтямъ, которыя своими дурными наклонностями приводили въ отчаяніе своихъ родителей. Не слѣдуетъ, однако же забывать, что наиболѣе могучимъ рычагомъ въ дѣлѣ воспитанія „малыхъ сихъ“ являются искренное, сердечное отношеніе и всепобѣждающая любовь...



## Перечень таблицъ.

ТАБЛ.

- I. Дыхательные органы.
- II. Красивыя женскія головки.
- III. Женское тѣло въ здоровомъ и болѣзненномъ состояніи.
- IV. Красивыя женскія головки.
- V. Дѣйствіе алкоголя.
- VI. Глазь.
- VII. Болѣзненные женскія лица.
- VIII. Грудные и брюшные органы.
- IX. Болѣзни рта и зѣва.
- X. Здоровыя женскія фигуры.
- XI. Обертыванія.
- XII. Корь и скарлатина въ начальномъ періодѣ.
- XIII. Воздушно-солнечныя ванны.
- XIV. Беременность и роды.
- XV. Постепенное расширеніе маточной шейки при родахъ.
- XVI. Акушерскія положенія и операціи (по Рунге и Шульце).
- XVII. Расположеніе внутреннѣхъ органовъ у плода. Направленіе пупочныхъ сосудовъ.
- XVIII. Здоровыя дѣти.
- XIX. Уходъ за новорожденнымъ.
- XX. Лимфатическіе сосуды лица и черепа.
- XXI. Человѣческое лицо съ его мышцами, нервами и сосудами.
- XXII. Передняя область шеи—въ натуральную величину.
- XXIII. Горизонтальный разрѣзъ шеи на высотѣ шестого шейнаго позвонка.
- XXIV. Органы, содержащіеся въ грудной клѣткѣ.
- XXV. Полость живота. Различныя ея области. Расположеніе и взаимоотношеніе содержащихся въ ней органовъ.
- XXVI. Правая подмышечная область.
- XXVII. Область локтевого сгиба.

*Примѣч.* Последнія восемь таблицъ, заимствованныя у Тильбъ, прибавлены нами къ оригиналу.

## Перечень рисунковъ.

### ПЕРВАЯ ЧАСТЬ. Уходъ за здо- ровьемъ.

| рис. |                                                                                                                                                | стр. |
|------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------|
|      |                                                                                                                                                | рис. |
|      |                                                                                                                                                | стр. |
| 1.   | Человѣчскій скелеть . . . . .                                                                                                                  | 2    |
| 2.   | Скелеть гориллы . . . . .                                                                                                                      | —    |
| 3.   | Человѣчскій черепъ (по Генле)                                                                                                                  | 4    |
| 4.   | Грудная клѣтка . . . . .                                                                                                                       | 5    |
| 5.   | Мужской и женскій тазъ . . . . .                                                                                                               | 9    |
| 6.   | Женскій тазъ и его состав-<br>ныя части . . . . .                                                                                              | 10   |
| 7.   | Поверхностныя мышцы чело-<br>вѣческаго тѣла . . . . .                                                                                          | 13   |
| 8.   | Человѣческое сердце съ отхо-<br>дящими отъ него сосудами . . . . .                                                                             | 16   |
| 9.   | Продольный разрѣзь сердца . . . . .                                                                                                            | 17   |
| 10.  | Спинно-мозговые нервы . . . . .                                                                                                                | 19   |
| 11.  | Поверхностныя, головныя и<br>лицевыя нервы (по Генле) . . . . .                                                                                | 22   |
| 12.  | Мозгъ . . . . .                                                                                                                                | 23   |
| 13.  | Красныя и бѣлыя кровяныя<br>шарики . . . . .                                                                                                   | 24   |
| 14.  | Сосудистая система чело-<br>вѣка. Артеріи и вены . . . . .                                                                                     | 26   |
| 15.  | Разрѣзь черезъ толщу кожи,<br>причемъ захвачены также<br>волосъ и сальная железа . . . . .                                                     | 35   |
| 16.  | Мочевыя органы . . . . .                                                                                                                       | 40   |
| 17.  | Разрѣзь почки. Полусхемати-<br>чскій рисунокъ (по Фору) . . . . .                                                                              | 41   |
| 18.  | Схематическій обзоръ пище-<br>варительнаго канала (по Рау-<br>беру) . . . . .                                                                  | 45   |
| 19.  | Разрѣзь черезъ слизистую обо-<br>лочку 12-перстной кишки<br>человѣка . . . . .                                                                 | 46   |
| 20.  | Видъ брюшныхъ внутренностей<br>спереди—въ естественномъ<br>положеніи (по Паншу) . . . . .                                                      | 48   |
| 21.  | Правое глазное яблоко, въ<br>глазной впадинѣ . . . . .                                                                                         | 52   |
| 22.  | Отвѣсный разрѣзь черезъ глаз-<br>ничную полость . . . . .                                                                                      | 54   |
| 23.  | Разрѣзь уха . . . . .                                                                                                                          | 55   |
| 24.  | Разрѣзь носа . . . . .                                                                                                                         | 56   |
| 25.  | Нижняя оконечность туловища<br>плода . . . . .                                                                                                 | 60   |
| 26.  | Внутренніе половыя органы<br>женщины (по Кенигу) . . . . .                                                                                     | 63   |
| 27.  | Продольный разрѣзь черезъ<br>тазъ замороженнаго женска-<br>го трупа . . . . .                                                                  | 64   |
| 28.  | Развитіе внутреннихъ поло-<br>выхъ органовъ . . . . .                                                                                          | 65   |
| 29.  | Частичный разрѣзь черезъ<br>женскую грудную железу . . . . .                                                                                   | 68   |
| 30.  | Нормальная мышечная клѣтка . . . . .                                                                                                           | 82   |
| 31.  | Легочная плева быка, покры-<br>тая узлами бугорчатки (по<br>Циглеру) . . . . .                                                                 | 90   |
| 32.  | Фибры, разсѣянныя среди мы-<br>шечныхъ волоконъ мяса (по<br>Уффельману) . . . . .                                                              | 91   |
| 33.  | Трихинозное мясо (въ натураль-<br>ную величину) . . . . .                                                                                      | —    |
| 34.  | Молоко, съ его жировыми ша-<br>риками . . . . .                                                                                                | 92   |
| 35.  | Простокваша, со свернувши-<br>мися казеиновыми массами . . . . .                                                                               | 94   |
| 36.  | Бациллы бугорчатки (чахотки)<br>въ молокѣ . . . . .                                                                                            | —    |
| 37.  | Старый сыръ съ его обитате-<br>лями (въ увеличен. видѣ) . . . . .                                                                              | 97   |
| 38.  | Крахмалстыя зерна различ-<br>ныхъ мучнистыхъ веществъ<br>(въ увеличенномъ видѣ) . . . . .                                                      | 107  |
| 39.  | Разрѣзь пшеничнаго зерна . . . . .                                                                                                             | 109  |
| 40.  | Залѣсневѣдый хлѣбъ . . . . .                                                                                                                   | 116  |
| 41.  | Испорченный укусъ съ укусу-<br>ными угрями (въ увел. видѣ) . . . . .                                                                           | 134  |
| 42.  | Составъ съѣстныхъ припасовъ . . . . .                                                                                                          | 151  |
| 43.  | Капля застоявшейся воды . . . . .                                                                                                              | 158  |
| 44.  | Бочка рейнвейну, съ указа-<br>ніемъ процентнаго содержа-<br>нія въ ней алкоголя, воды<br>и питательныхъ веществъ . . . . .                     | 164  |
| 45.  | Стаканъ баварскаго пива<br>(кульмбахскаго), съ указа-<br>ніемъ процентнаго содержа-<br>нія спирта, воды и питатель-<br>ныхъ веществъ . . . . . | 170  |
| 46.  | Нормальное сердце . . . . .                                                                                                                    | 172  |
| 47.  | Увеличенное ожирѣлое сердце . . . . .                                                                                                          | —    |

| РИС.                                                                                                           | СТР. | РИС.                                                                                                            | СТР. |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------|
| 48. Нормальная почка. . . . .                                                                                  | 173  | 86. Платье эпохи французской ре-<br>волюции . . . . .                                                           | —    |
| 49. Сморщенная почка. . . . .                                                                                  | —    | 87. Моды XIX вѣка—1830 . . . . .                                                                                | 216  |
| 50. Почка, болѣзненно-измѣненная<br>подъ влияніемъ алкоголя. . . . .                                           | —    | 88. » » 1860 . . . . .                                                                                          | —    |
| 51. Пыль. . . . .                                                                                              | 184  | 89. Моды конца XIX вѣка—<br>1890 г. . . . .                                                                     | —    |
| 52. Содержаніе пыли въ воздухѣ . . . . .                                                                       | 185  | 90. Моды конца XIX вѣка—<br>1885 г. . . . .                                                                     | —    |
| 53. Пылевые частицы (въ увели-<br>ченномъ видѣ) . . . . .                                                      | 187  | 91. Моды конца XIX вѣка—<br>1895 г. . . . .                                                                     | —    |
| 54. Воздушныя ванны для семей-<br>наго пользованія. . . . .                                                    | 197  | 92. Моды конца XIX и начала XX<br>вѣка—1900 г. . . . .                                                          | —    |
| 55. Грудная кѣтка Венеры Ми-<br>лосской . . . . .                                                              | 199  | 93. Кѣтчатая ткань «трико» . . . . .                                                                            | 222  |
| 56. Грудная кѣтка французскими-<br>модницы . . . . .                                                           | —    | 94. Сѣтчатая ткань для исподняго<br>бѣлья. . . . .                                                              | —    |
| 57. I. Женское туловище безъ<br>корсета . . . . .                                                              | 200  | 95. Естественная форма ноги . . . . .                                                                           | 223  |
| 57. II. Измѣненія естественныхъ<br>формъ корсетомъ (по Ди-<br>клинсону) . . . . .                              | —    | 96 и 97. Ноги, изуродованныя пло-<br>хой обувью. . . . .                                                        | —    |
| 58. L. Разрѣзъ нормального легкаго.<br>— LI. Разрѣзъ легкаго на груди,<br>затянутой въ корсетъ . . . . .       | —    | 98. Нормальная форма ноги, по<br>оттиску съ натуры . . . . .                                                    | 225  |
| 59. Спортивный костюмъ . . . . .                                                                               | 202  | 99. Античная сандаля . . . . .                                                                                  | 226  |
| 60. Лимфатическіе сосуды нижней<br>конечности. . . . .                                                         | 205  | 100. Плетеный башмакъ . . . . .                                                                                 | —    |
| 61. Нижняя конечность съ венами,<br>распухшими вслѣдствіе да-<br>вленія, производимаго по-<br>вязкой . . . . . | 206  | 101. Наиболее употребительная со-<br>временная сандаля . . . . .                                                | —    |
| 62. Наклоненіе матки впередъ . . . . .                                                                         | 207  | 102. Современная ботинка на пугов-<br>кахъ, какой не слѣдовало бы<br>носить . . . . .                           | —    |
| 63. Перегибъ матки впередъ . . . . .                                                                           | —    | 103. Абрисъ ступни: какой она<br>должна быть и какой бы-<br>ваетъ въ дѣйствительности . . . . .                 | 227  |
| 64. Нормальная форма матки . . . . .                                                                           | 208  | 104. Обувь изъ шерстяного трико<br>съ кожаной обшивкой для<br>холоднаго сезона . . . . .                        | —    |
| 65. Перегибъ матки. . . . .                                                                                    | —    | 105. Преобразованное женск. платье<br>(модель автора) . . . . .                                                 | 230  |
| 66. Органы, содержимые въ тазу.<br>Видъ сверху . . . . .                                                       | —    | 106. Преобразованное платье (по<br>дру Ламану). . . . .                                                         | 231  |
| 67. Выдыханіе . . . . .                                                                                        | 210  | 107. Образецъ преобразован. платья<br>для теплаго сезона. . . . .                                               | 232  |
| 68. Вдыханіе . . . . .                                                                                         | —    | 108. Гигиеническія женскія панта-<br>лоны . . . . .                                                             | —    |
| 69. Естественное положеніе брѣш-<br>ныхъ органовъ . . . . .                                                    | 211  | 109. Помочи для платья . . . . .                                                                                | 234  |
| 70. Смѣщеніе брюшныхъ органовъ . . . . .                                                                       | —    | 110. Шведскій грудеподъемникъ . . . . .                                                                         | —    |
| 71. Гречанка—около 450 лѣтъ до<br>Р. X. . . . .                                                                | 214  | 111. Женское шерстяное платье,<br>бывшее въ употребленіи въ<br>Ютландіи въ эпоху бронзо-<br>ваго вѣка . . . . . | 235  |
| 72. Римлянка времянь Христа. . . . .                                                                           | —    | 112. Гимнастическій женскій ко-<br>стюмъ . . . . .                                                              | 236  |
| 73. Германка—около 150 лѣтъ по<br>Р. X. . . . .                                                                | —    | 113. Верисгофская модель преобра-<br>зованнаго женскаго платья<br>(по Платену). . . . .                         | —    |
| 74. Византійская одежда V—X вв.<br>по Р. X. . . . .                                                            | —    | 114 и 115. Новѣйшія модели гигие-<br>ническаго женскаго платья. . . . .                                         | —    |
| 75. Француженка—около 1100 г. . . . .                                                                          | —    | 116. Выходное платье . . . . .                                                                                  | 237  |
| 76. Нѣмка—около 1350 г. . . . .                                                                                | —    | 117. Тоже. . . . .                                                                                              | —    |
| 77. Нѣмка—около 1450 г. . . . .                                                                                | —    | 118. Штайнеровская кровать. . . . .                                                                             | 239  |
| 78. Нѣмка—около 1500 г. . . . .                                                                                | —    | 119. Хиллина для снанья на откры-<br>томъ воздухѣ (модель автора). . . . .                                      | 256  |
| 79. Нѣмецкая одежда—около<br>1520 г. . . . .                                                                   | 215  | 120. Старшая сестра усюканываетъ<br>зубную боль у брата . . . . .                                               | 262  |
| 80. Испанская одежда—около<br>1570 г. . . . .                                                                  | —    |                                                                                                                 |      |
| 81. Француженка—1605 г. . . . .                                                                                | —    |                                                                                                                 |      |
| 82. Нѣмка—1640 г. . . . .                                                                                      | —    |                                                                                                                 |      |
| 83. Платья рококо (французскія)                                                                                |      |                                                                                                                 |      |
| 84. » 1730 и 1780 гг. . . . .                                                                                  | —    |                                                                                                                 |      |
| 85. Платье эпохи французской ре-<br>волюціи 1790 . . . . .                                                     | 216  |                                                                                                                 |      |

| рис.                                                                               | стр. |
|------------------------------------------------------------------------------------|------|
| 121. Массаж спины . . . . .                                                        | 263  |
| 122. Простой массаж кишечника . . . . .                                            | 264  |
| 123. Объем грудной и брюшной полостей при выдыханіи . . . . .                      | 265  |
| 124. Тоже—при вдыханіи . . . . .                                                   | —    |
| 125. Аппаратъ, служащій для укрѣпленія груди (по Ларгардьеру)                      | 265  |
| 126 и 127. Нормальныя фигуры мужчины и женщины (по Меркелю) . . . . .              | 274  |
| 128. Фигура дѣвушки съ красиво очерченными формами и правильнымъ станомъ . . . . . | 275  |
| 129. Неправильный станъ. Слабые, худые члены (по Гоффа) . . . . .                  | 276  |
| 130. Хорошо сформированная грудь . . . . .                                         | 277  |
| 131. Дѣвушка съ рѣзкими слѣдами шнуровки въ талии . . . . .                        | 278  |
| 132. Плохо сформированная грудь, со слѣдами шнуровки . . . . .                     | 279  |
| 133. Пальцевыя ногти . . . . .                                                     | 291  |
| 134. Половые органы дѣвушки въ натуральную величину . . . . .                      | 303  |
| 135. Наружные дѣтородные органы женщины . . . . .                                  | 306  |
| 136. Подусхематическое изображеніе мужскихъ мочевыхъ и половыхъ органовъ . . . . . | 307  |
| 137. Живчики изъ человѣческаго сѣмени . . . . .                                    | 308  |
| 138. Человѣческое яйцо . . . . .                                                   | —    |
| 139. Простое биде . . . . .                                                        | 330  |
| 140. Биде съ кливзой . . . . .                                                     | —    |
| 141. Менструальный бинтъ . . . . .                                                 | 331  |
| 142. Тоже . . . . .                                                                | 332  |
| 143. Портретъ старухи XVII в. . . . .                                              | 347  |
| <b>ВТОРАЯ ЧАСТЬ энциклопедическая.</b>                                             |      |
| 144. Трехлѣтній рахитическій ребенокъ . . . . .                                    | 361  |
| 145. Нормальный женскій тазъ . . . . .                                             | 362  |
| 146. Неправильно суженный тазъ . . . . .                                           | —    |
| 147. » » . . . . .                                                                 | —    |
| 148. Косо суженный тазъ . . . . .                                                  | —    |
| 149. Тазъ, совершенно изуродованный англійской болѣзью . . . . .                   | 363  |
| 150. Скелетъ рахитика (цифозъ) . . . . .                                           | 364  |
| 151. Бутылки (съ механическимъ затворомъ) для горячей воды . . . . .               | 371  |
| 152. Скатанный бинтъ . . . . .                                                     | —    |
| 153. Резиновая спринцовка для маленькихъ дѣтей . . . . .                           | —    |
| 154. Бациллы бугорчатки (по Лаврану и Тэсссе) . . . . .                            | 379  |
| 155. Рожистое воспаленіе кожи . . . . .                                            | 380  |
| 156. Спириллы Обермайера при возвратномъ тифѣ (по Вайгерту)                        | 381  |

| рис.                                                                                                                   | стр. |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------|
| 157. Нарывъ правой бартолиновой железы . . . . .                                                                       | 384  |
| 158. Т-образный бинтъ . . . . .                                                                                        | 389  |
| 159. Скатанный бинтъ . . . . .                                                                                         | —    |
| 160. Т-образный бинтъ . . . . .                                                                                        | —    |
| 161. Одноглавый бинтъ . . . . .                                                                                        | —    |
| 162. Двуглавыи бинтъ . . . . .                                                                                         | —    |
| 163. Бинтъ на животъ . . . . .                                                                                         | —    |
| 164. Наложеніе восходящаго круговаго бинта . . . . .                                                                   | 390  |
| 165. Опухшая темно-красная, наполвинду омертвѣвшая рука: послѣдствіе слишкомъ тугого бинтованія (по Эсмарху) . . . . . | —    |
| 166. Ходъ лучей въ нормальномъ глазу . . . . .                                                                         | 391  |
| 167. Ходъ лучей въ близорукомъ глазу . . . . .                                                                         | —    |
| 168. Прижиганіе бородавокъ посредствомъ зажигающаго стекла (по д-ру Руффу) . . . . .                                   | 407  |
| 169. Легкое и воздухоносныя пути . . . . .                                                                             | 409  |
| 170. Брюшной бинтъ . . . . .                                                                                           | 414  |
| 171. Универсальный брюшной бинтъ «Монополь» . . . . .                                                                  | —    |
| 172. Брюшной бинтъ «Викторія» . . . . .                                                                                | —    |
| 173. Брюшной компрессъ . . . . .                                                                                       | 415  |
| 174. Ванна для туловища . . . . .                                                                                      | 416  |
| 175. Дѣтская полуванна . . . . .                                                                                       | 417  |
| 176. Обливаніе колѣнъ въ ваннѣ . . . . .                                                                               | 418  |
| 177. Полная ванна . . . . .                                                                                            | 419  |
| 178. Ножная ванна . . . . .                                                                                            | —    |
| 179. Ножная паровая ванна . . . . .                                                                                    | 420  |
| 180. Воздушная ванна (по Зигерту)                                                                                      | 428  |
| 181. Приспособленіе для воздушногорячей ванны . . . . .                                                                | 430  |
| 182. Воздушно-горячая ванна . . . . .                                                                                  | 431  |
| 183. Сосудъ для полученія паровъ . . . . .                                                                             | 432  |
| 184. Вальденбургскій ингаляціонный аппаратъ . . . . .                                                                  | 433  |
| 185. Бинтованіе нижней конечности при расширеніи венъ . . . . .                                                        | 437  |
| 186. Наклоненіе матки назадъ, вызвавшее опущеніе ея.—Опущеніе передней и задней стѣнокъ влагалища . . . . .            | 442  |
| 187. Маточное кольцо, предназначенное для того, чтобы удерживать матку въ правильномъ положеніи . . . . .              | —    |
| 188. Вправленіе вывихнутой стопы (по Мозетигъ-Мооргофу) . . . . .                                                      | 461  |
| 189. Шведская гимнастика. Упражненіе верхней части туловища . . . . .                                                  | 467  |
| 190. Шведская гимнастика. Упражненіе нижней конечности . . . . .                                                       | 468  |
| 191. Упражненіе гириями . . . . .                                                                                      | 471  |
| 192. Глазная ванна . . . . .                                                                                           | 475  |
| 193. Вѣрть со скрытой въ немъ слуховой трубкой . . . . .                                                               | 476  |
| 194. Бугорчатка позвоночника (Шот-                                                                                     |      |

| рис.                                                                  | СТР. | рис.                                                                                             | СТР. |
|-----------------------------------------------------------------------|------|--------------------------------------------------------------------------------------------------|------|
|                                                                       |      | 236. Косолапость . . . . .                                                                       | 596  |
|                                                                       |      | 237. Переломъ предплечья . . . . .                                                               | 598  |
|                                                                       |      | 238. Переломъ голени. А—Закрытый переломъ.—В—Открытый переломъ (по Эсмарху) . . . . .            | —    |
| 195. Тоже.—Позвоночникъ надломился . . . . .                          | —    | 239—241. Импровизированныя шины (по Эсмарху) . . . . .                                           | 599  |
| 196. Изслѣдованіе горла . . . . .                                     | 482  | 242. Картонная шина для верхней конечности (по Мозетиг-Мооргофу) . . . . .                       | —    |
| 197. Грыжевая повязка . . . . .                                       | 488  | 243. Локтевой сгибъ (по Руффу) . . . . .                                                         | 605  |
| 198. Бандажъ для обоюдосторонней бедренной грыжи . . . . .            | 489  | 244. Артеріальное кровотеченіе . . . . .                                                         | 606  |
| 199. Эластическій бандажъ для обоюдосторонней паховой грыжи . . . . . | —    | 245. Венозное кровотеченіе (по Эсмарху) . . . . .                                                | —    |
| 200. Сгибаніе туловища . . . . .                                      | 490  | 246. Эсмарховскій бинтъ . . . . .                                                                | 607  |
| 201. Разгибаніе туловища . . . . .                                    | 491  | 247. Направленіе артеріи по внутренней сторонѣ правой верхней конечности . . . . .               | —    |
| 202. Наполненіе грѣлки горячей водой . . . . .                        | —    | 248. Направленіе артеріи по внутренней сторонѣ лѣвой нижней конечности . . . . .                 | —    |
| 203. Грѣлка, обернутая влажной салфеткой . . . . .                    | 492  | 249. Прижатіе сонной артеріи на шеѣ . . . . .                                                    | 608  |
| 204. Строеіе дальнорочкаго глаза . . . . .                            | 493  | 250. Прижатіе пальцами плечевой артеріи . . . . .                                                | 609  |
| 205. Дифтерійная бактерія . . . . .                                   | 494  | 251. Прижатіе двумя пальцами бедренной артеріи въ паховомъ сгибѣ (по Мозетиг-Мооргофу) . . . . . | —    |
| 206. Объемъ грудной и брюшной полости послѣ выдыханія . . . . .       | 507  | 252. Пеановскіе (кровоостанавливающіе) щипцы . . . . .                                           | —    |
| 207. Тоже.—Послѣ вдыханія . . . . .                                   | —    | 253. Давящая повязка на спину . . . . .                                                          | 610  |
| 208. Способъ Сильвестра.—Первое движеніе (по Эсмарху) . . . . .       | 509  | 254. Шнуровка верхней конечности при кровотеченіи . . . . .                                      | —    |
| 209. Тоже.—Второе движеніе . . . . .                                  | —    | 255. Продольный разрѣзъ таза замороженнаго женскаго трупа (по Рауберу) . . . . .                 | 613  |
| 210. Искусственное дыханіе (по способу Лаборда) . . . . .             | 510  | 256. Кровяные шарыки (по Вальтеру) . . . . .                                                     | 616  |
| 211. Массажъ сердца (по Франку) . . . . .                             | 511  | 257. Круглая глιστα—самка . . . . .                                                              | 618  |
| 212. Круговое вращеніе рукъ . . . . .                                 | 512  | 258. Кружка Эсмарха . . . . .                                                                    | —    |
| 213. Сведеніе рукъ . . . . .                                          | 513  | 259. Тоже.—Болѣе усовершенствованная модель . . . . .                                            | —    |
| 214. Разведеніе рукъ . . . . .                                        | 514  | 260. Пнеймококкъ (по Дьелафуа) . . . . .                                                         | 625  |
| 215. Приподниманіе грудной кѣтки . . . . .                            | 515  | 261. Температурная кривая при воспаленіи легкихъ . . . . .                                       | —    |
| 216. Обливаніе желудка въ лежачемъ положеніи . . . . .                | 521  | 262. Простыя модели плевательницы . . . . .                                                      | 631  |
| 217. Промываніе желудка . . . . .                                     | 522  | 263. Карманная плевательница системы Детвайлера . . . . .                                        | —    |
| 218. Печень (видъ сверху) . . . . .                                   | 523  | 264. Стекланный прессъ для лимонновъ . . . . .                                                   | 638  |
| 219. Печень (видъ снизу) . . . . .                                    | —    | 265. Лимфатическіе сосуды и лимфатическія железы . . . . .                                       | —    |
| 220. Зячья губа . . . . .                                             | 540  | 266. Температурная кривая при брюшномъ тифѣ (по Вундерлиху) . . . . .                            | 642  |
| 221. Молочные зубы . . . . .                                          | 544  | 267. Температурная кривая при воспаленіи легкихъ (по Айхгорсту) . . . . .                        | —    |
| 222. Образованіе дупла въ зубѣ (мякоть еще не задѣта) . . . . .       | 545  | 268. Температурная кривая при                                                                    |      |
| 223. Тоже (дупло достигло мякоти) . . . . .                           | —    |                                                                                                  |      |
| 224. Постоянные зубы . . . . .                                        | 546  |                                                                                                  |      |
| 225. Катетеръ . . . . .                                               | 569  |                                                                                                  |      |
| 226. Полная фистула прямой кишки (по Тильману) . . . . .              | 574  |                                                                                                  |      |
| 227. Неполная наружная фистула (Тоже) . . . . .                       | —    |                                                                                                  |      |
| 228. Неполная внутренняя фистула (Тоже) . . . . .                     | —    |                                                                                                  |      |
| 229. Спринцовка . . . . .                                             | 583  |                                                                                                  |      |
| 230. Клизма въ боковомъ положеніи . . . . .                           | —    |                                                                                                  |      |
| 231. Металлическая влистерная кружка (по Рибемонъ-Десанъ) . . . . .   | 584  |                                                                                                  |      |
| 232. Резиновый бужъ для высокихъ клизмъ . . . . .                     | —    |                                                                                                  |      |
| 233. Клизмопма (по Цинну) . . . . .                                   | —    |                                                                                                  |      |
| 234. Комнатный клозетъ . . . . .                                      | 586  |                                                                                                  |      |
| 235. Температурная кривая при корѣ . . . . .                          | 595  |                                                                                                  |      |



| рис.                                                                                                                        | СТР. | рис.                                                                                    | СТР. |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------|-----------------------------------------------------------------------------------------|------|
|                                                                                                                             |      | 297. Обертывание тяжелого.                                                              | 724  |
|                                                                                                                             |      | 298. Обливание позвоночника . . . . .                                                   | 728  |
| 269. Ларингоскопъ съ подвижной ручкой . . . . .                                                                             | 647  | 299. Обливание рукъ . . . . .                                                           | 729  |
| 270. Изображение здоровой гортани, видимое въ гортанное зеркало во время вдыханія (по Айхгорсту). . . . .                   | —    | 300. Общее обмываніе . . . . .                                                          | 732  |
| 271. Защита грудныхъ сосковъ ореховой скорлупой . . . . .                                                                   | 649  | 301. Обтираніе послѣ ванны . . . . .                                                    | 734  |
| 272. Выпаденіе пузыря и влагаллица (по Мартину). . . . .                                                                    | 653  | 302. Слюнные п слизистыя железы, относящіяся къ полости рта . . . . .                   | 739  |
| 273. Выпаденіе прямой кишки и влагаллица . . . . .                                                                          | 654  | 303. Анндратъ для предохраненія отъ онанизма.—Для мальчиковъ . . . . .                  | 742  |
| 274. Комбинированное (двуручное) изслѣдованіе матки (по Симсу) . . . . .                                                    | 655  | 304. Тоже.—Для дѣвочекъ . . . . .                                                       | —    |
| 275. Болѣзненно измѣненная слизистая оболочка матки (по Шредеру) . . . . .                                                  | 657  | 305. Ящикъ для паровой ванны, примѣняемый въ больницахъ и водолечебницахъ . . . . .     | 764  |
| 276. Нормальная слизистая оболочка матки (по Шредеру) . . . . .                                                             | 658  | 306. Лицевая и головная паровая ванна. . . . .                                          | 765  |
| 277. Различныя виды миомъ . . . . .                                                                                         | 659  | 307. Сидячая паровая ванна въ домашнемъ быту . . . . .                                  | 766  |
| 278. Продольный разрѣзъ матки . . . . .                                                                                     | 660  | 308. Пинцетъ . . . . .                                                                  | 774  |
| 279. Матка при переполненномъ мочевомъ пузырьѣ . . . . .                                                                    | 661  | 309. Схема пищеварительныхъ и мочеполовыхъ органовъ у женщинъ. . . . .                  | 775  |
| 280. Загибъ матки изади вслѣдствіе переполненія верхней части прямой кишки каловыми массами. . . . .                        | 662  | 310. Повязка на одинъ глазъ . . . . .                                                   | 779  |
| 281. Трубочатое маточное зеркало . . . . .                                                                                  | 664  | 311. » на оба глаза. . . . .                                                            | —    |
| 282. Маточныя кольца . . . . .                                                                                              | —    | 312. » для верхней конечности (по Брезике). . . . .                                     | 780  |
| 283. Массажъ при расширеніи венъ нижнихъ конечностей . . . . .                                                              | 666  | 313. Повязка для руки . . . . .                                                         | —    |
| 284. Массажъ верхней конечности. . . . .                                                                                    | 667  | 314. Подвѣшиваніе руки по наложеніи давящей повязки . . . . .                           | 781  |
| 285. Влажный массажъ нижнихъ конечностей . . . . .                                                                          | 668  | 315. Подъладное судно съ резиновымъ бортомъ и отвинчивающейся крышкой. . . . .          | 782  |
| 286. Мозоль . . . . .                                                                                                       | 679  | 316. Подсовъ съ бортомъ въ видѣ резиновой подушки, надувающейся воздухомъ . . . . .     | —    |
| 287. Мокрота, разсматриваемая въ микроскопъ при увеличеніи въ 200 разъ (по Вальтеру). . . . .                               | 680  | 317. Очень употребительное и очень удобное судно. . . . .                               | —    |
| 288. Схематическое представленіе пузырьно-маточныхъ, пузырьно-влагаллицныхъ и влагаллицно-заднепроходныхъ фистулъ . . . . . | 685  | 318. Различныя образцы резиновыхъ подушекъ, надуваемыхъ воздухомъ . . . . .             | —    |
| 289. Сведеніе и разведеніе кольцъ (съ противодѣйствіемъ) . . . . .                                                          | 688  | 319. Полуванна. . . . .                                                                 | 788  |
| 290. Мочехранитель (по Куршману). . . . .                                                                                   | 691  | 320. Поговая железа, окруженная кровеносными сосудами . . . . .                         | 800  |
| 291. Ножная паровая ванна въ домашнемъ быту . . . . .                                                                       | 713  | 321. Брюшная полость.—Видъ слереди, по удаленіи брюшины и поджелудочной железы. . . . . | 806  |
| 292. «Гигіенъ» — малый аппаратъ Шерринга для дезинфекціи формалиномъ . . . . .                                              | 721  | 322. Обмываніе нижней части живота . . . . .                                            | 807  |
| 293. «Эскулапъ» — то же — большой форматъ . . . . .                                                                         | —    | 323. Нормальное положеніе почекъ (по Ламану) . . . . .                                  | 809  |
| 294. Приготовленія къ обертыванію. . . . .                                                                                  | 722  | 324. Опущеніе почекъ, какъ послѣдствіе шнуровки (по Ламану) . . . . .                   | 810  |
| 295. Большая завернута въ простыню . . . . .                                                                                | —    | 325. Бандажъ для ношенія при блуждающей почкѣ . . . . .                                 | —    |
| 296. Обертываніе совершенно закончено . . . . .                                                                             | 723  | 326. Теченіе нагрѣтаго комнатнаго воздуха (по Вальтеру). . . . .                        | 813  |
|                                                                                                                             |      | 327. Бандажъ для поддержки прямой кишки. . . . .                                        | 819  |
|                                                                                                                             |      | 328. Прощупываніе пульса . . . . .                                                      | 822  |



| рис.                                                                                  | стр. |
|---------------------------------------------------------------------------------------|------|
| 406. Молочныя железы за короткое время до кормления . . . . .                         | 1000 |
| 407—408. Треугольныя косынки для поддержки груди . . . . .                            | 1001 |
| 409. Правильное положеніе ребенка при кормленіи . . . . .                             | 1002 |
| 410. Неправильное положеніе ребенка при кормленіи . . . . .                           | 1003 |
| 411. Неполный разрывъ промежности . . . . .                                           | 1004 |
| 412. Тяжелые роды негритянки изъ племени керія на Бѣломъ Нилѣ . . . . .               | 1006 |
| 413. Роды персіянки въ колѣбно-локтевомъ положеніи . . . . .                          | 1007 |
| 414. Нѣмецкое родильное кресло . . . . .                                              | 1008 |
| 415. Роды въ родильномъ креслѣ . . . . .                                              | —    |
| 416. Перерѣзка пуповины . . . . .                                                     | 1010 |
| 417. Дѣтскіе вѣсы . . . . .                                                           | 1012 |
| 418. Дитя въ пеленкахъ, стѣсняющихъ его дыханіе и пищевареніе . . . . .               | 1013 |
| 419. Спящая молодая горилла . . . . .                                                 | 1014 |
| 420. Усовершенствованный аппаратъ Сокслета для стерелизации молока . . . . .          | 1018 |
| 421—423. Примѣненіе искусственнаго дыханія при мнимой смерти новорожденныхъ . . . . . | 1022 |
| 424. Грудной ребенокъ въ сидячей ваннѣ . . . . .                                      | 1024 |
| 425. Прилаживанье пеленокъ . . . . .                                                  | 1029 |
| 426. Конвертикъ . . . . .                                                             | 1030 |
| 427. Пеленки-панталоны . . . . .                                                      | 1032 |
| 428. Нижнее платье для дѣтей—съ помочами . . . . .                                    | —    |
| 429. Преобразованное платье для дѣвочекъ . . . . .                                    | 1033 |
| 430. Дѣти принимаютъ воздушную ванну . . . . .                                        | 1035 |
| 431. Разборный дѣтскій манежикъ . . . . .                                             | 1037 |
| 432. Какъ слѣдуетъ носить ребенка . . . . .                                           | 1041 |
| 433. Какъ не слѣдуетъ носить ребенка . . . . .                                        | 1042 |
| 434. Какъ слѣдуетъ приподнимать ребенка . . . . .                                     | 1043 |
| 435. Какъ никогда не слѣдуетъ приподнимать ребенка . . . . .                          | 1044 |
| 436. Неправильное положеніе ребенка при чтеніи и письмѣ . . . . .                     | 1045 |
| 437. Новорожденный младенецъ . . . . .                                                | 1046 |
| 438. Новорожденный . . . . .                                                          | —    |

| рис.                                                                                                | стр. |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------|------|
| 439. Годовалый ребенокъ . . . . .                                                                   | 1046 |
| 440. Двухлѣтній мальчикъ . . . . .                                                                  | —    |
| 441. Мальчикъ 5½ лѣтъ . . . . .                                                                     | —    |
| 442. Измѣненіе объема груди . . . . .                                                               | 1047 |
| 443. Искривленіе позвоночника; при поступленіи . . . . .                                            | 1048 |
| 444. Тоже—черезъ три мѣсяца . . . . .                                                               | —    |
| 445. Боковое искривленіе позвоночника у 6-лѣтней дѣвочки—при поступленіи . . . . .                  | 1049 |
| 446. Тоже—три мѣсяца спустя . . . . .                                                               | —    |
| 447. Тоже—четыре мѣсяца спустя . . . . .                                                            | —    |
| 448. Боковое искривленіе позвоночника; послѣ 9 мѣсяцевъ леченія . . . . .                           | 1050 |
| 449. Тоже—послѣ трехъ лѣтъ леченія . . . . .                                                        | —    |
| 450. Воспаленіе колѣннаго сустава; при поступленіи въ ортопедическое заведеніе . . . . .            | 1021 |
| 451. Тоже—послѣ 4-мѣсячнаго леченія . . . . .                                                       | —    |
| 452. Искривленіе нижней конечности; видъ ребенка сзади—при поступленіи въ заведеніе . . . . .       | 1052 |
| 453. Видъ того же ребенка сбоку . . . . .                                                           | —    |
| 454. Тотъ же ребенокъ послѣ 4-мѣсячнаго леченія . . . . .                                           | —    |
| 455. Искривленіе предплечья и кисти руки вслѣдствіе мышечнаго паралича.—Въ началѣ леченія . . . . . | —    |
| 456. Тоже. Рентгеновскій снимокъ . . . . .                                                          | —    |
| 457. Тоже; послѣ 3-мѣсячнаго леченія; видъ спереди . . . . .                                        | —    |
| 458. Тоже—видъ сзади . . . . .                                                                      | —    |
| 459. Аппаратъ для поддержки парализованныхъ дѣтей при передвиженіи . . . . .                        | 1053 |
| 460. Тотъ же аппаратъ въ употребленіи . . . . .                                                     | —    |
| 461. Ножки въ видѣ буквы X у 4-лѣтней дѣвочки . . . . .                                             | 1055 |
| 462. Шинный аппаратъ для исправленія ножекъ въ видѣ буквы X . . . . .                               | 1056 |
| 463. Сѣтка для приданія правильной формы оттопыривающимся ушамъ (по Гэвью) . . . . .                | 1057 |
| 464. Приборъ для выпрямленія спины (по Бувьё) . . . . .                                             | 1058 |

# Алфавитный указатель \*)

## А.

- Абась-Тумаъ 562.  
Аборт (см. Выкидышъ).  
Абрикосы 870.  
Агония 351.  
Аденомы 649.  
Азотъ 58, 74, 78, 180, 181.  
Азотистое равновѣsie 79.  
Азотистыя вещества 480.  
Азотная кислота 407.  
Активные движения 259, 376, 466.  
Акушерки 352, 460, 778, 1009; (см. также Повивальныя бабки).  
Акушеръ 1021.  
Акушерская помощь у первобытныхъ народовъ 1007.  
Акушерство 665, 1009.  
Алейропатовый хлѣбъ 352, 852.  
Александрійскій листъ 585, 870.  
Алексаны 703.  
Алкоголы 375.  
Алкоголизмъ 174, 175, 177, 179, 716.  
Алкоголь 133, 169, 170, 171, 175, 176, 289, 352, 484, 621.  
Алкоголь. Вліяніе его на организмъ 824.  
Аллопатія 356, 480.  
Алтъя 353.  
Альбиносъ 353.  
Альбинурия (см. Бѣлокъ въ мочѣ).  
Аммиакъ 187, 188, 257.  
Ампутація 353, 354, 541; техника ампутацій 354.  
Анатомія 354, 356, 912; — микроскопическая 354, 471, 472; — патологическая 357.  
Ангера — таблетки 719.  
Ангина 355, 481, 495, 506, 868, 875.  
Английская болѣзнь 7, 11, 124, 359, 360, 361, 363, 426, 480, 506, 833, 843, 850, 876, 878, 927, 928, 981, 1024, 1028, 1041, 1053.  
Английская соль 356.  
Английскій пластырь 365.  
Аневризмы 368, 573, 925.  
Анемія 365, 647.  
Апѣсъ 372, 356.  
Апѣска 622.  
Аномалии 386.  
Антисептика 344, 365, 373, 374, 478, 496, 733, 743, 871, 795, 924, 936.  
Антисептическія средства 365, 373, 478, 733, 871.  
Антитоксины 811.  
Антоповъ огонь (см. Гагренъ).  
Анѣстезія 699, 743.  
Аорта 17, 26; — брюшная 806.  
Апатія 485, 543, 603, 1055.  
Апельсины 125, 128, 870; апельсиновый сокъ 132.  
Аполинарисъ 366.  
Аполлексія 366, 369.  
Аполлексическая комплексія 786.  
Аполлексическій ударъ 366, 367, 369, 624, 677, 730, 754, 886.  
Аппараты 258, 1037.  
Аппетитъ 131, 370, 452, 560, 592, 617, 750, 867, 910, 992, 1037; — волчій 870, 451, 852.  
Аптека — домашняя 669, 695, 837.  
Аптекарьскій вѣсъ 719; аптек. мѣры 719; аптек. фунтъ 719.  
Ароматическія вещества 167, 776.  
Ароматныя куренія 498; — травы 813.  
Ароматы — искусственные 498.  
Арурутъ 373.  
Аракъ 165, 373.  
Артеріальное кровоотеченіе 605, 606; артеріальная кровь 17.  
Артеріи 16, 607; — перепяна 608; — прижатіе 608, 609; — раненіе 605.  
Артеросклерозъ 283, 368.  
Асептика 365, 373, 374, 478.  
Аскарія 617.  
Астigmatизмъ 374, 475, 759.  
Астма 374, 511; лѣченіе ея 375.  
Атмосфера 184, 219, 242, 570, 1011.  
Атропія 375, 578, 682, 744, 863, 938.  
Атрофія 376, 555, 651.  
Афты 376.
- ## Б.
- Бабки — повивальныя 1007; — первая и второго разряда 778.  
Бактеріи 240, 291, 315, 378, 379, 384, 452, 477, 603, 610, 616, 679, 680, 696, 830; — жизнѣдѣтельность 595.  
Бактеріологія 357, 378, 379, 380, 381, 549, 817.  
Бакштейнъ 97.  
Балтійское море 689.  
Балтійское побережье 570.  
Балы 381, 392, 505; — гигиеническія 332, 382; — полевые (bals champêtres) 270.  
Бальзамъ 382.  
Бальнеотерапія 382.  
Бандажъ 365, 489, 810, 819, 823, 979, 1009; — при блуждающей почкѣ 810.  
Банки — кровососныя 904.  
Баня 283, 746, 765, 846; — паровая 283; — турецкая 846.  
Барбашина Поляна 622.  
Баракъ 382.  
Барабанная перепонка 54, 907.  
Барометрическое давленіе 269, 388.  
Бартолиныя железы 383.  
Баушайдла — методъ леченія тучности 384.  
Башпалы 88, 374, 379, 384, 843; — въ мокротѣ 690.  
Башмакъ 226.  
Бедра 84, 229, 278, 783, 952.  
Бедренная вена 26; — б. сгибъ 1024; — б. кости б; — б. сустава 8, 884, 918.  
Бедренная грыжа (см. Грыжа).  
Бездѣльность 384, 385, 656, 661, 663, 769, 881.  
Безокоичество 725.  
Безсонница 377, 386, 500, 642, 1012; — упорная 865.  
Бензойная кислота 289.  
Берегъ — морской 369.  
Беременность 67, 336, 341, 406, 414, 504, 612, 739, 880, 904, 937, 945, 951, 953, 961; — вѣѣмочная 443, 984, 985, 990; — календарь б. 948; — ложная 646; — предупрежденіе 339; — образъ жизни при б. 948; — срокъ 944, 945; — трубная 983.  
Берпига — антидифтеритная сывротка 496.  
Бертолетова соль 702, 718, 875, 869.  
Бесстужевскія капи 371.  
Биологія 357.  
Бидъ 330.  
Бинты 351, 371, 389, 390, 414, 571, 607, 780, 1009; — брюшныя 389, 414, 415, 583; — гипсовые 470; — менструальный 332; — ножной 437, 611; — эластическій — Эмарха 607.  
Бискупитъ 118.  
Близорукость 276, 390, 391, 473, 493.  
Блуждающая почка 810.  
Блуждающій нервъ 550, 601, 681, 750.  
Блѣдная немочь 334, 377, 392, 505, 647, 712, 714, 963, 1027.  
Бобы 108, 114, 121, 124, 161  
Богдановка 622.  
Богородская трава 395.  
Бодрствованіе — позднее 392, 648, 686.  
Болп — родовыя 972.  
Болстная лихорадка 558, 758, 642, 644, 693, 758, 855, 908.  
Болъ 395, 413, 452, 455, 461, 486, 568, 731.  
Болной 723, 725; — бѣлье 720; — комната 908; — переноска 708; — питаніе 832, 959; — подвижныя столки для б. 911; — постель 909; — уходъ за болными 724, 907, 910, 911.  
Больницы 456, 911.  
Больничныя персоналы 724.  
Болъзаны 505, 543, 712, 715, 801, 833; — заразныя 507; — нервныя 705; — острыя 405; профессиональныя 405; — рта пѣва 546, 619; — специальныя 405; — хроническія 699.  
Болъзнь вѣка 703.  
Бонны 743.  
Боржомъ 562.  
Бормотаніе 368.  
Борная кислота 288, 372, 433, 551, 707, 718, 719, 737, 819, 869, 890, 913, 1001.  
Бородавкы 292, 407.  
Ботинки 217, 226, 671, 716.  
Брага 164.  
Брайтова болъзнь 683, 808.  
Брань 311, 320, 322, 323, 324, 326, 339, 963; — между родственниками 617; — жизнь до брака 314, 320.  
Бредъ 407, 408, 626, 693, 793; — буйный 408; — величій 409; — пресѣдованія 408, 814; — тихій 409.  
Броженіе 113, 464, 520, 673, 876.  
Бромъ 761.  
Бронхи 88.  
Бронхитъ 30, 374, 409, 715.  
Брунчерыя железы 46.  
Брюшина 43, 575; — воспаленіе 82, 575, 823, 791, 996; — раненіе 412.  
Брюшная аорта 26, 40.  
Брюшная полость 806, 839, 989  
Брюшной прессъ 937, 994.

\*) Заглавія статей, представляющихъ особенную важность въ практическомъ отношеніи, напечатаны въ указателѣ жирнымъ шрифтомъ.

Брошной тиф 380, 575, 890.  
 Брошные органы 211, 488, 655, 794, 806, 891.  
 Бубоны 410, 922.  
 Бугорки 41, 629.  
 Бугорчатка 88, 600, 612, 759, 1017; — бактерии в молоко 94; — кожи 451; — легких 627; — мясо, зараженное с. 88, 89, 91.  
 Бужа 584, 988.  
 Бузина 372, 410.  
 Бульонъ 149, 404, 519.  
 Бура 269, 450.  
 Буылды съ горячей водой 521, 876, 936, 1011.  
**Бѣлая горячка** 174, 407, 410, 484, 824.  
 Бѣлена 168  
 Бѣли 392, 410, 656, 665, 880.  
 Бѣлила 138, 288, 854.  
 Бѣлковыя вещества 12, 19, 24, 38, 44, 74, 78, 80, 82, 95, 98, 100, 107, 125, 143, 151, 163, 245, 308, 352, 411, 412, 434, 559, 691, 776, 806, 868, 927, 1016, 1019; — яичный бѣлокъ 99, 698, 854.  
 Бѣлокровіе 616, 835.  
 Бѣлокъ въ мочѣ 353, 358, 411, 683, 684, 691, 921, 956.  
 Бѣлочная оболочка глаза 54.  
 Бѣлыя краски 138.  
 Бѣлье 54, 222, 332, 516, 403, 632, 910.  
**Бѣшенство** — собачье (см. **Водобоязнь**).  
**В.**  
 Вагинизмъ 440, 441.  
 Вагинитъ 321.  
 Вагонъ-ледникъ 635.  
 Вазелинъ 286, 415, 895, 924, 1025.  
 Ваксамаа теорія наследственности 701.  
 Вакцина — оспенная 747, 748.  
 Вакцины 229.  
 Валеріана 372; — овыя капли 800.  
 Ваниль 132, 163.  
 Ваны 416, 449, 563, 763, 765; — температура 424; — продолжительность 425.  
 Ваны: ароматическія 426; — антисептическія 700; — возбуджающія 654; — воздушныя 34, 195, 196, 276, 428, 430, 438 553, 808, 1037; — воздушно-горячія 765, 781, 807; — воздушно-сѣтвовыя 194; — горячія 425, 426, 727, 738, 819, 845, 859, 862, 863, 877, 952, 1022; — дождевыя 497; — индифферентныя 425, 789; — искусственныя 427; — комбинированныя воздушно-солнечныя 429; — крахмалныя 920, 926; — морскія 638; — изъ отрубей 426; — паровыя 287, 420, 634, 763, 764, 765, 766; — песочныя 427, 771, 781; — изъ пота 426; — разсольныя 426; — сидячія 446, 663, 670, 758, 766, 861, 862; — солнечныя 430, 438, 883; — соляныя 394, 543; — сѣрныя 417, 845; — сосновыя 426; — тазовыя 759; — травяныя 895; — углекислыя 757, 758; — холодныя 408, 424, 426, 862, 869, 892; — цѣлебныя 426; — щелочныя 908; — электрическія 427, 929.  
 Варенье 129.  
 Варіолоидъ 747.  
 Вата 465, 533, 765, 1011, 1021; — гигроскопическая 871; — стерилизованная 613, 831.  
 Вдыханіе 28, 508, 432, 513, 1010.  
 Вегетаріанство 433  
 Вейр-Митчелла — методъ леченія 704, 751, 758, 784, 899.

Велигорка 111.  
 Велосипедная ѣзда 711.  
 Венера Медицеская 275, 510.  
**Венерическія болѣзни** 786.  
 Вентиляція 184, 248, 499, 514.  
 Вены 16, 435, 437; — воспаленіе 435; — закупорка 537; — массажъ 666; — расширеніе 204, 254, 436, 438, 465, 709, 813, 933.  
 Веранды 243.  
 Вердогофова болѣзнь 438.  
 Вермишель 119.  
 Вертлужная впадина 5, 8, 9.  
 Верховая ѣзда 268.  
 Вибраціонный массажъ 472, 521, 527.  
 Вианескія 438, 439, 625.  
 Виннокислотная кислота 925.  
 Винныя ягоды 127.  
 Виноградъ 151, 440, 870; — виноград. сокъ 698; — виноград. леченіе 439.  
 Вино 168, 169, 585, 644, 752, 776, 800, 852, 854, 910.  
 Вирулентность 452.  
 Висмутъ 464, 926, 1024.  
 Виши 564, 686.  
 Вишни 127, 686.  
 Влагалище 57, 61, 62, 64, 65, 305, 451, 531, 613, 618, 656, 798, 817, 969, 946, 993, 1009; — воспаленіе 440, 996; — влаг. вприскиванія 60, 960; — входъ во в. 60, 64, 306, 503, 613; — выпаденіе в. 440, 441, 817, 1005; — влаг. души 993; — истеченіе пѣз в. 525, 657, 771, 931; — массажъ в. 442; — промываніе в. 612, 657, 787; — сокращеніе в. 441, 745; — спринцеваніе в. 936; — разрывъ в. 992.  
 Внутренности 207, 468, 846.  
 Вода 38, 71, 74, 120, 151, 154, 155, 156, 157, 158, 281, 283, 285, 418, 524, 533, 547, 835, 837, 876, 891, 917; — химическій составъ в. 154, 159, 382, 809, 870, 724, 775, 158, 70; — изслѣдованіе в. 158; — мыльная 1025; — горькая 869; — пары в. 181, 184, 190.  
 Водка 165, 731.  
**Водобоязнь** 88, 329, 381, 407, 446, 447, 448, 606, 706, 903.  
 Водолечеіе 159, 370, 377, 382, 423, 449, 479, 557, 564, 568, 576, 663, 727, 761, 762, 892.  
 Волянка 409, 410, 444, 445, 486, 572, 906.  
 Возбуждающія вещества 860, 921.  
 Возбужденіе 170, 603, 678, 722.  
 Воздухъ 180, 186, 189, 190, 194, 616, 186, 349, 361, 390, 394, 404, 406, 424, 543, 588, 623, 633, 643, 715, 717, 725, 738, 758, 767, 777, 786, 837, 839, 876, 908, 994, 1015, 1016.  
 Волосы 35, 222, 280, 293, 295, 394, 480, 718, 728, 854, 1025; — выпаденіе волосъ 293, 450, 642, 866; — ростъ волосъ 294, 728.  
 Волчанка 451, 715.  
 Волчья пастъ 540, 904, 1016  
 Вольфовъ ходъ 65.  
 Воронцовскій источникъ 826.  
 Воспаленіе 451, 452, 472, 476, 477, 651.  
 Воспитаніе 266, 315, 322, 453, 454, 557, 705, 717, 740, 842, 932, 1057, 1058.  
 Впечатлительность 394, 504, 697, 731, 824, 1040.  
 Впрыскиваніе 60, 960, 454, 496, 609, 890.  
 Врачебное изслѣдованіе 386, 550, 554, 559, 594, 705, 984, 1007.  
 Врачъ 455, 456, 1014, 1017.  
 Вскрытіе — искусственное 1016, 1017.

Втиранія 458, 479, 678.  
 Вуаль 458.  
 Вѣки 51, 54, 542.  
 Вѣчная артерія 858; вѣк. повѣ 842.  
 Вѣсъ аптекарскій 694.  
 Вѣтряная оспа 506, 749.  
 Выбрасывательный каналъ 307.  
 Выгребныя ямы 463.  
 Выдыханіе 28, 29, 210, 265, 513, 533, 576, 663, 376, 461.  
 Выкидышъ 351, 462, 843, 849, 953, 962, 968, 1007; — наклонность къ выкидышу 462, 949.  
 Выпотъ 634, 855, 862.  
 Вырожденіе 321, 480, 716, 1057.  
 Высушиваніе 462, 549.  
 Высушывающія вещества 462.  
 Вытяженіе 1047.  
 Вытяжныя вещества 82, 83, 84.  
 Вяленіе 85.  
 Вяжущія вещества 463.  
**Г.**  
 Гагры 562.  
 Гадюка 341, 903.  
 Газъ 281, 366, 587, 753.  
 Газы 115, 463, 464, 525, 526, 590, 757, 827, 957, 1027. (См. также Броженіе).  
 Галлоуациаціи 53, 174, 485, 499, 730.  
 Гальванизація 928.  
 Гангрена (см. **Омертвѣніе**).  
 Гваялокъ 433.  
 Гвоздика 132, 163.  
 Гемоглобинъ 25, 392, 524.  
 Геморрой 419, 464, 465, 611, 615, 813, 1016.  
 Гермафродитъ 465, 466.  
 Геронъ 699.  
 Гигіена 198, 395, 406, 419, 458, 643, 892, 1000, 1028.  
 Гидротерапія (см. **Водолечеіе**).  
 Гигіено-лѣкарскій методъ леченія 632, 633, 663.  
 Гигіѣя 721.  
 Гимень (см. **Дѣтственная плева**).  
 Гимнастика 183, 257, 258, 365, 466, 468, 506, 585, 783; — дыхательная 411, 467, 592, 473; — звукопроизношенія 534; — лечебная 259, 376; — шведская 376, 466, 526, 688.  
 Гимнастическія аппараты 258, 490, 538, 688, 1037.  
 Гинекологія 469 (см. также **Женскія болѣзни**).  
 Гипнозъ 556.  
 Гипнолизмъ 469, 470.  
 Гипсъ 117, 470, 519.  
 Гири 471, 711.  
 Гистологія 354, 471, 472.  
 Глазныя болѣзни 377, 472, 473, 495, 525, 594, 731; — глазная ванна 474, 475, 1025; — глазной массажъ 472.  
 Глазь 49, 50, 52, 54, 459, 472, 493, 878; — стеклянный 878.  
 Глауберова соль 475, 565, 870, 875, 899.  
 Гласты 475, 476, 530, 549, 617, 820, 876.  
 Глациернъ 167, 290, 582.  
 Глотаніе 355, 495, 868.  
 Глотка 44, 45, 355, 429, 482, 507.  
 Глухота 470, 476.  
**Гнилокровіе** 996.  
**Гноскровіе** 477, 677, 696, 996.  
 Гной 363, 394, 410, 452, 453, 477, 552, 574, 645, 648, 680, 697, 699, 701, 770, 787, 883, 890, 913, 1003.  
 Говядина 83, 151, 394.  
 Голень 597, 598, 933.  
 Голова 294, 361, 709, 728, 1057.  
 Головки — женскія 290, пробыеніе головки при родахъ 987, 989.

Головная боль 187, 409, 451, 495, 506, 519, 520, 678, 541, 647, 676, 673, 699, 703, 813, 927; — водянка 478, 982; гол. массаж 746; гол. шетки 295. Головокружение 676, 681, 690, 902. Голодашие 70, 123, 124, 434, 479. Голодь 69. Голосовая шель 876, 877. Голубые лучи 919. Гомеопатия 386, 480. Гонкокки 684. Горбь 363, 480, 481, 482, 483. Горло 481, 482, 494, 594, 788; — заболваніе 495; — пслъдованіе; — полосканіе 496, 570, 715. Горловныя болъзны 376, 481, 482, 494, 495. Горлостъченіе 482, 619, 620, 903. Горохъ 108, 114, 121, 122, 151, 404. Гортанное зеркало (см. Ларингоскопъ). Гортань 45, 432, 647, 834; — болъзны 482, 758. Горчичники 369, 371, 483, 677. Горчица 132, 483. Горькая соль 356, 482. Горькй миндаль 483, 863. Горючія вещества 77. Горъніе—органическое 32, 77, 195. Гостиница 485. Готтебургская система 179. Гофманскія капли 371, 735, 800. Гранатовая корка 486, 875. Гребля 267, 711. Грѣбки 96, 122, 151, 665. Гриппъ (см. Инфлюэнца). Грудендъемикъ 234. Грудина 5, 48. **Грудная жаба** 858. **Грудныя нелезы** 28, 67, 68, 92, 230, 265, 279, 486, 504, 601, 648, 649, 773, 775, 828, 858, 937, 999, 1000, 1001, 1002, 1011, 1012, 1045, 1047; гнойное воспаленіе груди. жел. 1016. Грудная клѣтка 1, 3, 5, 200, 209, 218, 227, 276, 361, 468, 508, 515, 548, 627, 739, 763, 806, 903, 1014, 1015. Грудной чай 487. Грудобюшная преграда (см. Диафрагма). **Грызня** 468, 487, 488, 490, 491, 754, 1010; — бездренная 384, 487; — паховая 487; — пупочная 487, 491, 823, 1009. Грѣлка 491, 492, 521, 526, 574, 590, 722, 790, 849, 876. Грѣхъ юности 385, 771. Грязи 247, 282, 364, 423, 570, 717, 733, 849. Губы 45, 60, 540, 542, 739; — срамныя 57, 306, 383. Гумозная опухоль 866. Гусиная кожа 36, 492, 811.

## Д.

Давленіе 225, 492 654, 1047. Дальзоркость 473, 493. Двери — закрытыя\* и открытыя\* 528. Двигательныя разстройства 675, 814, 877. Движеніе 338, 376, 493, 504, 622, 952. Движеніе 265, 270, 863, 942, 1038 (см. также движенія — активныя, дыхательныя, пассивныя, рефлекторныя и ритмическія). Двуснагіе (см. Гермафродиты). Деинфекционная камера 403, 720. Деинфекція (см. Обеззараживаніе.) Deignum tremens (см. Бьяла горячка). Десертная ложка 694.

Десятничная система 694. Деятръ 748. Дизентерія (см. Кровавый поносъ). Дисменорея (см. Менструація болъзненныя). Диспепсія 493, 827 (см. также Пищеварительныя разстройства). **Дистерить** 355, 380, 381, 383, 403, 481, 493, 494, 539, 811, 868. (см. также Крушь, Лефлеровскія палочки, Пленки и Налеты). Дичь 83, 84. **Диабетъ** (см. Сахарная болъзнь). **Диагнозъ** (см. Распознаваніе болъзны). **Диафрагма** 29, 30, 40, 209, 210, 413, 507, 512, 515, 519, 526, 550, 775, 806, 854. **Дѣта** 333, 404, 497, 521, 529, 530, 538, 550, 552, 564, 573, 579, 585, 590, 602, 626, 772, 819, 827, 837, 839, 844, 874, 994, 1026, 1049. **Доверовъ порошокъ** 744. **Дозы** 480, 636, 682, 863. **Докторъ** (см. Врачъ). **Долговѣчность** 345. **Домашнее хозяйство** 182, 247, 460, 505. **Доугласово пространство** 498. **Драхма** 694. **Дрожане** 675, 682, 706, 814. **Дрожательный массажъ** (см. Вибрационный массажъ). **Дрожжи** 113, 115. **Друскиени** 492. **Дубильныя вещества** 450, 643, 498, 527, 649, 756, 923. **Дубовая кора** 372, 463, 498, 527, 530, 532, 649, 872, 1000. **Дульцинъ** 137. **Дурная болъзнь** (см. Сифилисъ). **Духи** 498. **Духовное воздѣйствіе** 346, 553, 557, 1057; **духовная гигиена** 304, 350, 855, 876, 930, 987. **Душечныя болъзны** 324, 408, 499, 501, 527, 691, 697, 701, 716, 813, 871, 963; — волненія 730, 800, 958, 979. **Души** 449, 502, 503, 506, 530, 532, 663, 727, 794, 853, 989, 993. **Дымъ** 185, 186. **Дыханіе** 27, 30, 126, 209, 281, 283, 374, 513, 516, 521, 577, 744, 754, 799, 857, 1030; — внутреннее 965; — грудобрюшное 511; — диафрагматическое 209; — затрудненное 512; — **исчужденное** 507, 508, 510; 512, 708, 734, 744, 779, 791, 800, 863, 902, 903, 906, 1010, 1022; — **кожное** 34, 736; — **ложное** 510; **типы** дыхания 209, 510, 511. **Дыхательная гимнастика** 513, 548, 808. **Дыхательное горло** 28, 45. **Дыхательный аппаратъ** 3, 27, 190. **Дѣвочка** 280, 319, 503, 783, 1033. **Дѣвственная плева** 60, 306, 503, 798. **Дѣвушка** 275, 315, 322, 327, 503, 799. **Дѣти** 453, 640, 871, 982, 966, 1027, 1028, 1040, 1054; — **грудныя** 1012, 1026, 1036, 1038. **Дѣтородные органы женщины** 302, 306. **Дѣтородный членъ** 58, 301, 466, 741, 745. **Дѣтская колясочка** 1037. **Дѣтская колонія** 383. **Дѣтская одежда** 1028, 1031, 1033. **Дѣтская психология** 1036, 1038. **Дѣтская смертность** 999. **Дѣтскіе вѣсы** 1012, 1013. **Дѣтскія болъзны** 506, 539; — **колки** 590; **дѣтская первеность** 1054; **дѣтскіе параличи** 506, 877, 1050; — су-

лороги; 427; **дѣтская холера** 917, **эклампсія** 927, 928. **Дѣтскія игры и забавы** 1032, 1034, 1036, 1048; **д. манежикъ** 1038; **площадка для дѣт. игръ**, 695. **Дѣтское мѣсто** (см. Послѣлъ). **Дѣтское развитіе**—преждевременное 740.

## Е.

Евпаторія 516. Евстахіева труба 54, 55. Егерсовское бѣлье 516. Елизаветинскій источникъ 826

## Ж.

**Жаба** (см. Ангрия и Грудная жаба). **Жажда** 31, 69, 153, 517, 693, 754, 827, 955. **Жареніе** 148. **Железы** 43, 58, 65, 362, 377, 383, 440, 495, 517, 542, 639, 800, 924, 925, 1011, 1019. (см. также бартолиныя, грудныя, лимфатическія, потовыя, салныя, сѣменныя и щитовидную железы). **Желтуха** 49, 519, 564, 772, 773, 1024. **Желтыя краски** 138; — **ые лучи** 919; — **ныя тѣлыя** 61. **Желудокъ** 14, 16, 17, 44, 45, 48, 90, 91, 172, 200, 211, 355, 401, 480, 520, 521, 586, 667, 693, 702, 756, 774, 828, 829, 831, 834, 835, 955, 1018; — **дѣтскій** 1026; — **катарръ** 520; — **кровоотеченіе** 263, 521, 574, 757, 827, 837, 925; — **массажъ** 264; — **промываніе** 520, 521, 522, 578, 682, 693, 695, 702, 863, 914, 933; — **разстройство** 519, 549, 855, 859, 943, 1028; — **ракъ** 611, 829; — **расширеніе** 45, 517, 520, 855, 925; — **язвы** 45, 412, 573, 575, 827, 925. **Желудочный сокъ** 45, 93, 128, 135, 768, 827. **Желчные камни** 145, 411, 434, 519, 563, 564, 577, 651, 781; **мелч. коллики** 563; **желч. пузырь** 48, 523, 563, 806. **Жельч** 41, 48, 503, 519, 523, 563, 577, 772. **Желтвановскіе** 524; 562, 640. **Желтванощелочные источники** 639. **Жельцо** 74, 95, 373, 395, 524, 648, 845. **Жемчужная болъзнь** 628. **Женская красота** 273, 280, 344, 787; **жен. скелетъ** 7; **жен. тигъ** 60, 227, 229; — **ая одежда** 198, 201, 232, 732; — **ое ялицо** 967. (см. также Красота, Молоко и Платье женское). **Женскіе половые органы** 57, 61, 453, 658. **Женскій врачъ** 524, 901, 1057. **Женскія болъзны** 325, 421, 462, 498, 525, 651, 775, 880, 881, 935, 946; **Женщина** 177, 203, 212, 314, 327, 329, 410, 444, 469, 540, 651, 945, 949, 950, 952, 1007. **Живосъченіе** (см. Вивисекція). **Животъ** 14, 64, 76, 361, 362, 369, 446; 467, 468, 526, 532, 579, 807, 946, 968, 974, 975, 984; — **вздутіе** 413, 383, 525, 589; — **водянка** 173, 984; — **выскриіе** полости 578, 831, 986; — **массажъ** 526, 538, 666, 959, 1027; — **опухолы** 445; **рѣзы** в ж. 848. **Живични** 308, 310, 385, 938, 942. **Жидкости**—скопленіе въ организмѣ 444, 446, 487. **Жизненный узелъ Флуранца** 367. **Жизненныя условия** 270, 310, 323, 345, 377, 392, 459, 460, 534, 535, 600, 637, 740, 742, 786, 808, 809, 850, 858, 872, 912, 940, 948, 956, 981, 1022, 1058.

Жилеие 602.  
Жилщице 198, 242  
Жировикъ 527.  
Жиры 17, 19, 52, 74, 77, 80, 81, 83, 92, 93, 95, 96, 99, 101, 105, 108, 125, 126, 143, 145, 284, 287, 289, 559, 564, 633, 645, 735, 776, 810, 852, 931, 1011, 1015, 1025; отложение жира въ организмѣ 207, 338, 560, 897; жиръ подкожный 31, 35, 735, 856, 896, 1010

### З.

Заболѣванія органовъ (см. соответствующіе органы).  
Завтракъ 898;—школьный 528.  
Загаръ 1037.  
Заднепроходное отверстие 58, 64.  
Задній проходъ 60, 528, 529, 531, 532, 579, 613, 641, 656;—выпаденіе з.п. 529.  
Заканіе 533, 716.  
Зайдишкій порошокъ 870.  
Закалываніе 281, 282, 329, 409, 534, 535, 568, 586, 587, 620, 839, 886.  
Заматорѣлость (См. Климактерическій періодъ).  
Замерзаніе 752, 753.  
Замуство 366, 537, 902.  
Занозы 712.  
Заносы 984.  
Занятія 259, 459, 627, 633.  
Запахъ 97, 183, 626, 740, 800;—дурной изъ рта 674, 845, 887.  
Запирательная мышца 64, 529.  
Запоры 164, 338, 436, 451, 464, 475, 506, 537, 572, 589, 612, 654, 678, 687, 795, 870, 912, 1027;—хроническіе 20, 465, 483, 585, 663, 710, 819, 837.  
Зараженіе 321, 344, 539, 594, 696, 747, 996, 1001.  
Заразныя болѣзни 38, 379, 402, 405, 407, 473, 506, 507, 539, 550, 588, 616, 624, 691, 703, 791, 812, 837, 856, 956.  
Зародышъ 60, 539, 937, 940, 941; зародышвые железы 507; зародышвые пузырьки 938.  
Затылочная кость 4, 842.  
Зачатіе 342, 871, 965, 967.  
Заячья губа 540, 904, 1016.  
Звонъ въ ухахъ 786.  
Звуковой аппаратъ 533.  
Здоровье 273, 323, 346, 350, 401, 437, 459, 1033  
Здравница (см. Санаторія).  
Здравоохраненіе 4, 57.  
Зеленое мыло 719.  
Зеленые лучи 919.  
Зеленые краски 138;—ный швьтъ 919.  
Земляника 151, 445, 541, 601, 885  
Зеркало—ванное 421;—горянное, (см. Ларингоскопъ);—маточное 664;—ферусоковское 664  
Зерна 107, 115, 938.  
Злая корка 665.  
Змѣиные укусы 541.  
Зобъ 377, 541.  
Золотуха 427, 440, 441, 505, 506, 519, 542, 629, 658, 702, 771, 847, 850, 925, 1024.  
Зондъ 610, 663, 691;—маточный 656.  
Зрачки 51, 353, 375, 589, 744.  
Зрительная оболочка 759, 841; зрительный нервъ 759; зрительный приборъ 52, 374, 390.  
Зрѣніе 50, 53, 392, 927;—слабое 50;—ясное 392  
Зубы 56, 139, 296, 298, 464, 472, 543, 544, 545, 546, 618, 776, 866, 867, 1057;—извлеченіе 546, 913. (См. также Пломбированіе и Прорѣзываніе зубовъ).

Зубная боль 464;—щетка 297; зубной порошокъ 297, 544.  
Зудъ 529, 530, 531, 547, 750, 752, 798, 820, 920, 926;—нервный 531  
Зѣвота 547.  
Зѣвъ 61, 494, 495, 547, 613, 660, 664.  
Зябкость 438, 561, 667.

### И.

Игрушки 1037, 1039.  
Игры 266, 270, 695, 704  
Идиотизмъ 501, 542, 1023.  
Извѣсть 117, 124, 359, 873, 541, 737  
Известковое молоко 366, 410, 720.  
Изоноющія силы 968.  
Иллишова 548.  
Июляція 682, 816, 894.  
Икота 413, 550.  
Импотенція (см. Мужское безсиліе).  
Ингаляція 432, 433.  
Иноземныя капли 735  
Инородныя тѣла 569, 577, 903, 907.  
Инструменты—врачебныя 583, 719, 997, 1009.  
Инфекціонныя болѣзни (см. Заразныя болѣзни).  
Инфулюция 486, 550, 551, 552, 715;—микробъ 550.  
Инфузоріи 157.  
Ипохондрія 370, 500, 552, 553.  
Ирригаторъ 553, 697.  
Искусственное кормленіе 999, 1000, 1047.  
Испаренія 185, 189, 280, 1024.  
Испражненіе 529, 537, 567, 576, 874, 876, 1024, 1029;—кروавныя 611, 830;—непроявляющія 531.  
Истерія 441, 554, 556, 557, 596, 675, 833, 859.  
Истерическіе параличи 555.  
Источники—минеральныя 558.  
Истоженіе 341, 558, 559, 579, 691, 921, 923.  
Исхуданіе 306, 530, 559, 579, 640, 773, 828;—постепенное 306, 773.  
Ихтиозъ 560.

### І.

Іодистый калий 561, 854, 867, 885.  
Іодъ 384, 422, 844, 859, 860, 872.

### К.

Каверны 680.  
Кавказская кудія 541.  
Кавказскія минеральныя воды 562, 644.  
Каловыя массы 436, 443, 523, 538, 576, 582, 577, 583, 592, 654, 661, 670, 687, 876.  
Калодерма 287, 290.  
Каломель 845, 870.  
Каменская станица 622.  
Камни—желчные 523; образованіе камней 563.  
Камфора 352, 454, 458, 603, 745.  
Каливъ 565.  
Капуста 120, 121, 404, 530, 698.  
Карантины 401, 816.  
Карболовая кислота 365, 366, 372, 403, 645, 718, 719, 753, 831.  
Карлсбадъ 565, 875.  
Картофель 110, 124, 151, 152, 288, 852, 926.  
Каскара саграда 870.  
Касторовое масло 372, 403, 586, 589, 870, 875.  
Кастурія 343, 566.  
Катаракта 566, 567.  
Катарръ слнзистыхъ оболочекъ 248, 376, 386, 523, 567, 569, 577, 594, 596.  
Катетеръ 568, 569, 685, 687, 690, 1005.  
Качели 681.

Кашель 487, 551, 569, 570, 594, 597, 625, 654, 841;—лаяющій 619.  
Каштавы 107, 126.  
Квасъ 159, 163, 164.  
Квасцы 570, 649, 816.  
Квашенная капуста 120.  
Кеммернъ 570.  
Керосинъ 920, 921.  
Кесарское счтеніе 12, 570, 646, 981, 982, 985, 986, 1007.  
Кефиръ 95, 372, 538, 571, 572, 621, 633, 698, 870.  
Кирпичъ 243, 214.  
Киртъ 483, 863.  
Кислородъ 562, 573.  
Кислородное голоданіе 181, 548.  
Кислоты 93, 96, 118, 119, 122, 123, 373, 433, 573, 737, 755, 827.  
Кисты 935.  
Кипячильны 46, 91, 207, 488, 526, 539, 574, 579, 584, 950, 803, 837, 849, 859, 861, 869, 912, 916, 918, 921, 945, 994; непроеходимости к. 375, 576, 577, 578, 588, 603; ракъ к. 573, 830; язвы к. 573, 580.  
Клизмы 404, 519, 529, 530, 531, 552, 578, 581, 582, 583, 584, 585, 586, 602, 618, 651, 677, 686, 698, 731, 744, 799, 819, 833, 835, 854, 869, 870, 876, 918, 928, 936, 995, 1027;—лекарственныя 585;—питательныя 576, 585, 830.  
Климактерическій періодъ 335, 535, 669, 671.  
Климакъ 226, 360, 498, 562, 573, 673, 674, 751, 837.  
Клигторъ 57, 58, 64, 306, 441, 613.  
Княповскій методъ леченія 586, 587.  
Колениъ 396, 682, 699, 794.  
Кожа 80, 31, 33, 35, 56, 68, 198, 218, 223, 224, 281, 282, 283, 287, 289, 290, 405, 415, 425, 450, 547, 587, 711, 716, 726, 736, 738, 794, 800, 801, 803, 807, 819, 828, 844, 852, 853, 906, 926, 1010, 1024.  
Козьялька 541, 903.  
Коканъ 366, 587, 588, 932.  
Кокетство 1033, 1056, 1057.  
Кокки 379.  
Коклюшъ 380, 506, 588.  
Колбаса 86, 589;—ный ядъ 589, 932.  
Колени 590, 591, 754, 849, 933.  
Коллодій 371, 414, 1002.  
Колонн—земледѣльскія 528;—дѣтскія 600.  
Колотые въ боку 561, 592, 625.  
Колтувъ 591.  
Кольбель 1011, 1031.  
Кольдкремъ 287, 290, 895, 921.  
Кольца маточныя см. Маточныя кольца.  
Комары 644.  
Компрессы 376, 592, 712, 736, 934;—борные 823, 844, 921, 1025;—согревающіе 355, 433, 491, 521, 592, 593, 759, 767, 913, 918, 1002, 1027;—тепловлажные 389, 410, 436, 592, 648, 849, 1023;—холодные 34, 369, 450, 453, 461, 592, 714, 820, 860, 876, 887, 928.  
Конвертикъ 1029, 1030.  
Конаульскіи 596, 618, 665, 676, 866, 874, 1026.  
Ковдистерскія издѣлія 139.  
Кочечоспъ 361, 877, 438, 611, 666, 667, 668, 780, 800, 917, 923, 1050, 1053.  
Конскій волосъ 232, 241.  
Контрексивалъ 585, 686.  
Конфекты 135.  
Консервы 505.

Копыль 711, 782.  
 Копыль 404, 626, 643, 785, 910.  
 Копчикъ 5, 9, 10, 613, 921.  
 Кора—древесная 147.  
 Корица 182, 163.  
 Нормилица 406, 593, 683, 1000, 1015, 1017.  
 Кормление грудью 1015, 1016.  
 Коровье молоко (см. Молоко).  
 Корсетъ 194, 201, 209, 217, 229, 481, 512, 731, 783, 1048.  
 Морь 506, 594, 595, 924.  
 Косметическія средства 285, 287.  
 Косоглазіе 473, 596, 678.  
 Косоплатность 596.  
 Кости 5, 6, 7, 11, 22, 54, 359, 402, 527, 696, 712, 785, 981.  
 Костобѣда 298, 600, 696, 912.  
 Костюмъ 201, 206, 231, 236 (см. также Платье—женское).  
 Костякъ (см. Скелетъ).  
 Кофе 159, 160, 161, 527, 643, 698, 752, 834, 852, 902, 910.  
 Коффеинъ 163, 308, 352, 445, 484, 673.  
 Кованская палочка 379, 479, 629, 677, 678, 915.  
 Ношмаръ 600.  
 Краски 86, 138.  
 Красота 230, 236, 256, 273, 274, 275, 280, 288, 711, 829 (см. также Женская красота).  
 Крахмаль 74, 77, 80, 120, 122, 125, 146, 163, 844, 926, 931, 942, 1021.  
 Кредѣ—способъ удаленія послѣда 992.  
 Крематорій 896.  
 Крестенъ 5, 9, 10, 64, 278, 613, 861, 952;—боли въ к. 661, 975;—искривленія к. 11.  
 Крикъ 482, 489, 626, 678, 970, 1010, 1012.  
 Критическій возрастъ (см. Климатическій періодъ).  
 Кровавый поносъ 493, 601, 693.  
 Кровать 239, 240, 258, 767, 909, 987, 988.  
 Кровельные матеріалы 243.  
 Кровообращенія — разстройства 23, 438, 469, 541, 553, 567, 604, 606, 608, 609, 612, 617, 661, 686, 710, 714, 733, 746, 800, 816, 820, 826, 891, 934, 954, 1030.  
 Нрвоостанавливаюція средства 609, 743.  
 Кровопусканіе 408, 605, 800.  
 Кровосмѣненіе 377, 617.  
 Нрвотененіе 330, 337, 467, 495, 538, 575, 603, 606, 608, 609, 611, 612, 651, 657, 665, 734, 830, 835, 900, 951, 958, 1009;—кишечныя 611;—маточныя 611;—останова 606, 835.  
 Кроветочивость 612.  
 Нрвохаранье 612, 615, 854.  
 Кровь 7, 16, 17, 22, 23, 24, 26, 46, 84, 172, 328, 392, 395, 436, 449, 454, 477, 512, 524, 547, 548, 586, 604, 605, 616, 679, 718, 795, 797, 801, 816, 822, 835, 854, 857, 861, 878, 884, 978, 1010, 1023; зараженіе крови 88, 494, 603, 605, 679, 696;—застой крови 205, 207, 513, 604, 615, 651, 652, 709, 857;—переливаніе крови 616, 617.  
 Кротовое масло 870.  
 Кружка — металлическая 584; — Эмарха 582, 584, 618.  
 Круца 110, 111, 112, 494.  
 Круль 506, 619;—ложный 620.  
 Кумысъ 165, 571, 621, 622, 698.  
 Кунальни 195, 267.  
 Купанье 283, 339, 377, 382, 498, 516, 521, 565, 623, 638, 709, 842.  
 Курительныя свѣчки 813.

Курорты 382, 486, 562, 623.  
 Куско 664.  
 Куссмаудъ 521.  
 Кухня 72, 75, 131, 141, 146, 247.  
 Кушетка 652.

**Л.**

Лабиринтъ уха 55.  
 Лаборада — способъ искусственнаго дыханія 509, 906.  
 Лавровишневыя капли 450, 472, 483, 863, 918.  
 Ладагъ—росной 297.  
 Лакрицы 487.  
 Ланолинъ 286, 525, 816, 895, 924, 1025.  
 Ланаротомія 935, 990.  
 Ларингоскопъ 376, 482, 647, 759.  
 Ларингоспазмъ 876, 877.  
 Лауунъ-теннисъ 271.  
 Лебеда 117, 147.  
 Легкія 3, 28, 29, 30, 36, 200, 375, 462, 507, 514, 623, 697, 1014.  
 Легкіиъ—аппленсія 405, 432;—болѣзни 486, 624, 624, 737, 797, 864, 962;—воспаленіе 358, 499, 552, 588, 595, 600, 624, 642, 674, 738, 852, 892;—крупозное в. 625;—гангреня 626;—отекъ 626, 857;—разлитіе 623;—расширеніе 627;—слабость 627.  
 Легочная артерія 10, 17, 26; легочныя вены 16;—шлева 29, 90, 633;—ткань 627, 679, 680.  
 Легочная гимнастика 513.  
 Легочная чихотка (см. Чихотка).  
 Ледъ 521, 611, 635, 677, 859;—пузырь л. 984.  
 Лекарства 371, 433, 457, 632, 635, 636, 693, 708, 1016; л. вещества 371, 433.  
 Лепрозонъ 816.  
 Лефлеровскія палочки 494, 496, 619.  
 Лечение общее 437, 441, 457, 623, 645; — гигиене—диетическое 600; — домашнее 911.  
 Либава 638.  
 Лизины 703.  
 Лизоль 365, 718, 719.  
 Ликеры 166.  
 Лиманы 364, 423, 733, 839.  
 Лимонадъ 137, 159, 698, 910.  
 Лимонъ 128, 638, лимонная кислота 184, лимонный сокъ 130, 181, 638, 781, 955;—прижиганіе л. сокомъ 407.  
 Лимфа 954;—телчячя 748.  
 Лимфатическія железы 355, 362, 639, 925; — припуханіе 639, 865, 922.  
 Лимфатическіе сосуды 35, 205, 445, 639.  
 Липецкъ 639.  
 Липкій пластырь 371, 823, 1002.  
 Липома (см. Жировикъ).  
 Листеръ 743, 996.  
 Литій 565.  
 Лихорадка 377, 477, 478, 494, 548, 602, 608, 640, 642, 643, 644, 697, 729, 806, 807, 865, 868, 910, 913, 958, 996, 1017; — молочная 994; — перемежающаяся 642, 693.  
 Лицо 280, 284, 285, 286, 289, 368, 392, 451, 495, 542, 716, 718, 731, 767, 928, 939; — массажъ 287; — цѣвь 754.  
 Лицевыхъ мышць—параличъ 763.  
 Лишай 547, 645.  
 Лобокъ 306, 1010.  
 Лодбъ 1057, 54.  
 Лодыжки 709; отекъ лодыжекъ 793.  
 Ложь;—страсть ко лжи 1056.  
 Ложный стыдъ 662.  
 Локтевой сгибъ 607.  
 Лонное соединеніе 9, 48, 64, 306, 613, 964, 966, 981.  
 Лопосѣченіе 571, 646, 981.

Лопатка 5, 1040, 1054.  
 Лохія 994.  
 Лучи 192, 342, 390, 391, 919; — солнечныя 194, 429, 629.  
 Лысица 294, 450.  
 Лынная припарка 812, 921.  
 Лыняное сѣмя 484, 686, 700.  
 Льсь 190, 394, 505, 842.  
 Лѣтнія колоніи 181.

**М.**

Магнезія 38, 117, 297, 464, 693, 755, 845, 854, 870.  
 Майскій ландышъ, 808.  
 Макъ 682, 883.  
 Макрофаги 295, 348, 698.  
 Малокровіе 284, 286, 365, 377, 395, 406, 422, 426, 440, 465, 475, 478, 505, 572, 591, 611, 616, 622, 847, 648, 658, 663, 693, 697, 730, 799, 869, 927, 1027;—могаи 691, 611, 780, 799.  
 Мальшиевыя клубочки 41.  
 Мальтузіанство 320, 340, 341.  
 Малярія 464, 644, 645, 648.  
 Маммитъ 648.  
 Манія 500, 650.  
 Марганцево-кислый калий 541, 771, 804, 904.  
 Маргаритъ 103.  
 Мариенбадъ 875.  
 Масленки 123.  
 Масло 81, 96, 97, 102, 104, 105, 372, 415, 650, 651, 924, 1011; — гвоздичное 464, 645; — гольштейнское 102; — искусственное 102; — кокосовое 102, — кроновиное 394; — кушальное 97; — маргаритовое 103; — мидальное 105, 295, 525, 921; — оликовое 102, 104; — прованское 854, 869, 1025; — розовое 294; — сибирское 102; — свишное 166, 168; — сливочное 102.  
 Массажъ 259, 260, 261, 262, 263, 293, 289, 365, 376, 396, 437, 450, 453, 472, 492, 506, 530, 580, 600, 658, 665, 666, 669, 688, 702, 704, 761, 762, 816, 827, 900, 901, 992, 1049; — внутрѣнный 262, 441, 713; — дрожательный (см. Вибрационный массажъ); — лѣстный 261; — паружный 262, 713; — общій 853; — электрической 929.  
 Материнскія обязанности 346, 505, 962, 998.  
 Матна 5, 9, 14, 15, 26, 61, 62, 63, 64, 65, 208, 304, 305, 310, 385, 386, 407, 442, 466, 613, 651, 652, 657, 658, 659, 660, 661, 664, 665, 763, 828, 843, 849, 881, 900, 912, 922, 937, 941, 943, 944, 946, 947, 955, 968, 969, 970, 972, 973, 974, 989, 990, 992, 993, 994, 1007.  
 Матни — ампутація 659; — вправленіе 654; — выскабливаніе 612, 652, 659, 959; — изсѣдываніе 655; — массажъ 658, 669, 900, 901, 992; — промыванія 570, 998; — тампонація 993; — удаленіе 831.  
 Маточныя болѣзни 208, 407, 411, 413, 498, 554, 651, 653, 655, 656, 660, 661, 663, 669, 670, 673, 687, 710, 763, 768, 769, 784, 849, 859, 890, 881, 899, 900, 958, 959, 978; — воспаленія 419, 570, 651, 675, 784, 991; выпаденіе м. 442; — катарръ м. 656; — нрвотеченія 745, 849; — отухолі 659, 900, 912; — разрывъ м. 993; — фистулы 912.  
 Маточные души 608.  
 Маточныя кольца 442, 443, 654, 663, 664, 784.  
 Маточные рожки (см. Спорынья).  
 Матрацъ 239, 704, 738, 1029, 1031.



**Мать** 322, 594, 937, 950, 959, 999, 1009, 1011, 1015, 1027.  
**Медицина** 356, 357, 378, 382, 384, 439, 480.  
**Медь** 135, 139, 140, 698.  
**Меланхолия** 408, 500, 538, 668, 936.  
**Мензурка** 371, 668.  
**Менструальные бинты** 331, 389.  
**Менструальный период** 327, 539, 689, 672.  
**Менструация** 65, 66, 67, 318, 326, 327, 328, 329, 334, 335, 337, 377, 392, 393, 503, 504, 505, 506, 611, 612, 661, 669, 671, 672, 862, 880, 881, 900, 934, 945, 946, 948; — **болѣзненныя** 493, 669 (см. также **Регулы**).  
**Ментол** 673, 695.  
**Ментон** 673.  
**Меню** 143.  
**Метиленовая синька** 645.  
**Методы лечения** 643, 826.  
**Метрит** (см. **Матки** — **воспаление**).  
**Метрическая система** 694.  
**Метаморфозы** 1010.  
**Мечников** 702, 798.  
**Мигреневый карандаш** 673, 695.  
**Мигрень** 145, 411, 434, 673, 781.  
**Микробы** 157, 244, 248, 369, 373, 374, 380, 401, 412, 452, 539, 545, 549, 602, 639, 649, 684, 703, 712, 717, 737, 770, 811, 817, 818, 831, 855, 921, 1018.  
**Микроскопическое исследование** 385, 549, 660, 684, 770.  
**Микрометр** 354, 378, 472.  
**Миллиграмм** 694.  
**Миндальныя** 355, 495, 561.  
**Миндаль** 108, 126, 483.  
**Миндальное масло** 105, 295, 525, 921; — **молоко** 698, 807; **минд. мука** 288.  
**Минеральныя вещества** 74, 80, 95, 123; — **воды** 562, 563, 795, 926; **минеральные источники** 449, 558.  
**Мирра** 297, 674.  
**Михайловскій источник** 826.  
**Миокардит** (см. **Сердечныя болѣзни**).  
**Міомы** 338, 659, 710, 881.  
**Младенец** 10, 570, 842, 944, 948, 949, 970, 972, 975, 978, 985, 986, 1010, 1021, 1023.  
**Млечные ходы** 68, 1001.  
**Мнимая смерть** 734, 739, 906, 1010, 1021, 1022, 1023.  
**Моды** 198, 199, 216, 458, 674.  
**Можжевельныя ягоды** 445, 674.  
**Мозговой удар** (см. **Апоплексическій удар**).  
**Мозговых оболочек** — **воспаление** 28, 478, 677, 844, 1026.  
**Мозговья болѣзны** 284, 310, 351, 407, 478, 596, 674, 675, 676, 677, 687, 691, 730, 762, 799, 844, 878, 1011, 1026, 1051; **сотрясение мозга** 876.  
**Мозг** 3, 23, 358, 367, 407, 1023; — **головной** 18, 19 — **спинной** 18, 19, 358.  
**Мозали** 224, 678.  
**Мокрота** 378, 409, 569, 621, 626, 628, 631, 679, 831, 718; — **кроволая** 680.  
**Молній поранение** 790.  
**Молоко** 67, 68, 92, 93, 94, 95, 141, 369, 394, 404, 413, 445, 519, 579, 628, 698, 790, 795, 852, 910, 917, 954, 999, 1001, 1015, 1016, 1017, 1018 1020; — **кобылье** 93, 621; — **козье** 93, 95; — **коровье** 93, 95, 1011, 1017, 1019; — **ослиное** 1017; **суррогаты молока** 1020.  
**Молокоотсы** 649.  
**Молочный сахар** 93, 139, 1011.  
**Моровья болѣзны** 215, 923.  
**Морская болѣзнь** 133.

**Морская кашка** 681.  
**Морская купанья** 364, 570.  
**Морской берег** 543, 763.  
**Морской воздух** 190.  
**Морфий** 396, 414, 454, 455, 564, 576, 681, 699, 754, 757, 859, 890, 927, 932.  
**Морфинизм** 396, 681, 682.  
**Моча** 36, 37, 183, 412, 463, 568, 683, 684, 691, 704, 780, 795, 808, 927, 1024, 1029; **задержка мочи** 686, 689, 890, 809, 845; — **кроволая** 683, 684; — **пити въ мочѣ** 684.  
**Мочевая кислота** 38, 82, 565, 683, 781.  
**Мочевина** 38, 72, 411, 565, 683.  
**Мочевой пузырь** 40, 41, 48, 57, 64, 71, 208, 307, 613, 661, 685, 687, 689, 690, 775, 784, 806, 862; — **камни въ м. п.** 689, 810; — **катаръ** 569, 685, 850; — **катеризация** 568, 568; **операции надъ м. п.** 821; — **паразитъ м. п.** 468; — **переполнение** 687; **промывание** — 686; — **судороги** 688.  
**Мочегонныя средства** 674, 686, 690, 808, 1016.  
**Моченспускание** 537, 685, 686, 687, 739, 770, 777, 1004; — **непроизвольное** 876.  
**Моченспускательный канал** 41, 64, 305, 306, 307, 569, 613, 689; — **служение** 689.  
**Мозекровіе** 40, 407, 603, 689, 690, 806.  
**Мочеполовые органы** 5, 40, 36, 40, 307, 684.  
**Мочеточники** 40, 41, 307, 565, 806, 808.  
**Мочехранитель** 691.  
**Мужское бесиліе** 691, 930.  
**Мужской типъ дыханія** 510; — **мужской типъ развитія** 60.  
**Мужской членъ** (см. **Дѣтородный членъ**).  
**Музыка** 270, 548.  
**Мука** 81, 110, 112, 115, 117, 118, 143, 288, 1021; — **Нестле** 1021; — **ржаная** 111.  
**Мускатный орѣхъ** 132.  
**Мучнистыя вещества** 105, 106, 852.  
**Мушки** 413, 859.  
**Мыло** 282, 286, 366, 582, 745, 920.  
**Мыльный спирт** 718.  
**Мысли** — **навязчивыя** 696.  
**Мысль** 9, 964, 966, 991.  
**Мышечная дѣятельность** 106, 257, 549, 710, 853, 1015.  
**Мышечныя болѣзны** 692.  
**Мышцы** 4, 6, 12, 13, 14, 29, 51, 54, 278, 613, 692, 776, 783, 834, 937, 1015.  
**Мышькы** 395, 645, 646, 692, 693, 753, 757, 926, 932.  
**Мѣдный купоросъ** 705.  
**Мѣль** 117, 297, 737, 757.  
**Мѣры** — **антекарскія** 694.  
**Мѣры предохранительныя** 406.  
**Мѣсячныя очищенія** (см. **Менструация**).  
**Мѣтчикъ подъ глазами** 793.  
**Мягкое веко** 56.  
**Мягчительныя мази** 1002; — **средства** 700, 926.  
**Мясной порошокъ** 574; — **сокъ** 910.  
**Мясной лѣдъ** 695.  
**Мясо** 82, 83, 84, 85, 90, 92, 94, 874, 910, 961; — **больныхъ животныхъ** 88, 628; — **приготовление м.** 85 90.  
**Мята** 297, 372, 526, 695; **мятныя капли** 566, 730; **мятныя лепешки** 695.  
**Мячъ** 271, 695.

## Н.

**Навязчивыя представления** 500.  
**Нагноение** 603, 700, 738, 747, 820, 856; — **нагноительная лихорадка** 696.

**Нагрѣвательная камера** 430, 431.  
**Надкостница** 696.  
**Наклонности** — **преступныя** 716.  
**Назолы** 748.  
**Налеты** 355, 619, 729; **дифтеритныя** 482, 495.  
**Наперстянка** 445.  
**Напитки** 137, 152, 369, 373, 517, 520, 590, 698, 734, 809, 869.  
**Нараствъ** 373.  
**Наркозъ** 699, 743, 886, 914, 915, 927, 931.  
**Нарывъ** 452, 453, 484, 699, 852, 907, 1002; — **выскрѣіе** 648, 697, 1003.  
**Насморкъ** 451, 562, 594, 818; — **ноночій** 451, 701.  
**Наслѣдственность** 348, 398, 499, 553, 678, 701, 709, 741, 760, 813, 828, 966.  
**Насѣкомыя** 903, 907.  
**Насѣчки** 659.  
**Натрій** 38, 95, 286, 373, 377, 565.  
**Нашатырный спиртъ** 721, 745, 757, 903.  
**Небная заслонка** 56.  
**Небо** 45, 56; — **прободение неба** 860.  
**Невнянность** — **потеря** 798.  
**Невосприимчивость** 712, 748; — **искусственная** 702.  
**Невралиги** 248, 550.  
**Неврастения** 22, 460, 691, 899, 930.  
**Неврозы** 956.  
**Недомоганіе** 328, 589.  
**Недоносокъ** 1011.  
**Некрозъ** 379.  
**Нервная система** 31, 40, 172, 191, 310, 324, 341, 366, 376, 415, 426, 469, 473, 499, 531, 538, 549, 551, 554, 560, 569, 697, 705, 707, 709, 720, 741, 777, 786, 803, 828, 834, 862, 883, 928, 930, 950, 957, 965, 1017, 1049.  
**Нервная система** — **периферическая** 3, 9, 13, 18, 19, 21, 23, 32, 57, 133, 367, 547, 705, 800, 919, 934; — **центральная** 370, 424, 458, 532, 548, 762.  
**Нервность** 254, 285, 325, 422, 525, 533, 641, 705, 706, 824, 894, 927, 1054, 1055.  
**Несчастные случаи** 707.  
**Никотинъ** 708, 886.  
**Ницца** 709.  
**Новомальтузианство** 342.  
**Новорожденный** 1009, 1011, 1021, 1022, 1026, 1046; — **уходъ за новорожденнымъ** 1009, 1010.  
**Ноги** 223, 224, 225, 291, 293, 418, 710, 953; — **бинтованіе** 933; — **припухлость** 709; — **уходъ за ногами** 291.  
**Ноги** 224, 225, 291, 711, 712, 718, 814; **нарывъ подъ н.** 712.  
**Ногабѣда** 712.  
**Ножки дѣтскія** 225, 364, 376, 713, 1039, 1055.  
**Носилки** 599.  
**Носовое дыханіе** — **кровотечение** 714; — **произношение** 713, 715.  
**Носъ** 4, 55, 56, 459, 702, 715, 818, 874, 922; — **катаръ** 715; — **массажъ** 713; — **ракъ** 715; **восковые полипы** 715; **спринцеваніе носа** 715; — **тампонированіе носа** 714.  
**Нравственное воздѣіствіе** 254, 444, 449, 501, 534, 794, 974.  
**Нравственное помѣшательство** 499, 716.  
**Нѣмота** 476, 556.  
**Няньки** 683, 1034.

## О.

**Обволакивающія средства** 755.  
**Обтерыванія** 414, 445, 552, 593, 634, 657, 721, 22, 723, 724, 725, 726, 765, 785, 892, 924; — **горячія** 802, 833; — **холодныя** 595, 869.

Обезболивание 366, 743, 1018 (см. также Анастезия в Наркозъ).  
**Обеззараживание** 366, 874, 403, 417, 455, 702, 712, 717, 719, 720, 721, 893, 894, 931, 989, 999.  
**Обезжелезивание** 742.  
**Обливания** 416, 442, 450, 527, 727, 728, 729, 757, 791.  
**Обложенность языка** 56, 729.  
**Обморонъ** 475, 721, 732, 764, 778, 790, 793, 904, 923.  
**Обмывания** 329, 419, 603, 739, 794, 810, 1001.  
**Обмѣнъ веществъ** 23, 76, 338, 610, 766, 819, 878, 897, 933, 999; — **неправильный** 803, 804, 852, 927, 1049.  
**Ободочная кишка** 45, 208.  
**Обоелый** 465 (См. Гермафродитъ).  
**Обои** 248.  
**Оболочка** 20, 943; — **околоплодная** 990; — **разрывъ** 991.  
**Обрѣзание** 793.  
**Обтирания** 449, 733, 734, 833, 952; — **мягчительныя** 926; — **сухія** 863.  
**Обувь** 223, 224, 226, 227, 228, 292, 438, 678, 711, 802.  
**Обѣдъ** 152, 858, 898.  
**Овесъ** 108, 151, 1019.  
**Овощи** 119.  
**Овсянка** 152, 602, 910.  
**Одежда** 198, 199, 201, 202, 213, 215, 216, 219, 223, 230, 231, 281, 330, 402, 536, 853; — **прошлыхъ времени** 212; — **русская** 218, 735.  
**О-де-колонъ** 816.  
**О-Дуайеръ** 619.  
**Одышка** 446, 448, 511, 541, 589, 623, 634, 647, 725, 735, 786, 912.  
**Одызла** 240, 804, 1031, 1038.  
**Ожирѣніе** 260, 382, 526, 527, 565, 773, 896 (см. также Тучность).  
**Ожоги** 85, 573, 708, 735, 736, 737, 768, 790, 782, 820.  
**Онобы** 608, 696, 738, 843, 893, 913, 933, 997.  
**Озонъ** 182, 738.  
**Окись углерода** 739, 902.  
**Околоплодная вода** 739, 943, 947.  
**Околошунная железа** 739.  
**Округленность формъ** 279.  
**Оксалурия** 739.  
**Окоченѣніе** 837.  
**Окуривание** 629, 720.  
**Оливковое масло** 104, 105, 564, 651.  
**Омары** 885.  
**Омертвѣніе** 452, 739, 740, 913; — **легкихъ** 626.  
**Онанизмъ** 392, 441, 656, 658, 691, 716, 742, 750, 754.  
**Операция** 354, 414, 454, 530, 540, 566, 567, 575, 576, 578, 596, 634, 654, 664, 659, 676, 743, 746, 810, 819, 915, 985, 1009, 1047.  
**Опій** 395, 414, 586, 699, 753, 757, 932; **отравленіе опиумъ** 744.  
**Оплодотвореніе** 61, 317, 325, 744, 745, 930, 937, 938, 940.  
**Опodelьдокъ** 745.  
**Опухоль** 45, 478, 512, 577, 588, 659, 745, 785, 881, 904.  
**Опьяненіе** 170, 933.  
**Органическіе процессы** 59, 76, 106, 182, 295, 315, 856, 376, 424, 452, 504, 518, 519, 536, 574, 578, 637, 638, 701, 741, 751, 755, 773, 798, 822, 830, 878, 894, 912, 923, 1025.  
**Органическае вещество** 74, 75, 124, 411, 360, 518.  
**Органы чувствъ** 3, 49, 50, 55.  
**Ортопедія** 481, 506, 597, 746, 964, 1047, 1049.  
**Орѣхи** 107, 108, 127, 151, 450, 553, 649.

**Освѣщеніе** 840.  
**Оспа** 531, 747, 748, 811; — **вътряная** 749; — **натуральная** 746.  
**Оспопрививаніе** 747.  
**Острида—дѣтская** 750.  
**Острыя вещества** 839.  
**Охриплость** 758.  
**Отдыхъ** 781, 824.  
**Отжи** 793, 857.  
**Откармливаніе** 751.  
**„Открытыя двери“** 502.  
**Отмороненіе** 708, 751, 752, 820.  
**Отравленіе** 121, 169, 682, 695, 754, 755, 833, 854; — **гнилыми продуктами** 603; — **грибами** 933; — **кислотами** 573; — **металлическими ядами** 755; — **оксию углерода** 406; — **пилокарпиномъ** 872; — **ртутью** 406, 867; — **свиномъ** 406, 854; — **сибирской кислотой** 863; — **углекислотой** 187; — **фосфорными спичками** 753, 856.  
**Отрыжка** 464, 520, 734, 757, 827, 874.  
**Отхаркиваніе** 817.  
**Охриплость** 758, 759.  
**Очки** 53, 391, 474, 493, 567, 759, 760.  
**Очищенія мѣсячныя** (см. Менструаціи).  
**Ошупываніе больного** 549, 984.

П.

**Падучая** 116, 370, 596, 675, 716, 760, 761.  
**Пальцы** 225; — **перегибаніе ихъ** 292; — **пальцевая новизна** 780.  
**Память** 761; — **ослабленіе и потеря** 677, 761, 814.  
**Панарій** 762.  
**Пансіоны** 460.  
**Панталоны—женскія** 203, 233, 269, 1032.  
**Папоротникъ—мужской** 875.  
**Паразиты** 90.  
**Парадичи** 173, 409, 426, 495, 531, 676, 686, 692, 706, 762, 791, 866, 1053; — **истерическіе** 376; — **мышечные** 1052; — **ревматическіе** 427.  
**Параметритъ** 996.  
**Парафенилъ** 286.  
**Паркетъ** 244.  
**Пармезанъ** 97.  
**Паровая ванна** 763.  
**Паровой котель** 763.  
**Паротитъ** 739, 934.  
**Пары горячіе** 376, 403, 432, 712.  
**Пассивныя движенія** 259, 376, 466, 809.  
**Патока** 140.  
**Патологія** 439.  
**Паутина** 610, 879.  
**Паховая грыжа** (см. Грыжа).  
**Паховыя железы** 865, 922, 1024.  
**Пахучія вещества** 223, 1016.  
**Пеленаніе** 1013, 1014, 1028, 1029, 1030, 1032.  
**Пенсиль** 44.  
**Пептоны** 44, 574, 585, 768.  
**Первобеременные** 937.  
**Первородная смазка** 1010.  
**Первородяція** 950, 979, 1004.  
**Пергаментный хрустъ** 842.  
**Переванія** 780.  
**Перевязочныя средства** 720.  
**Перелойное зараженіе** 321, 380, 363, 440, 473, 656, 657, 659, 684, 685, 689, 761, 769, 934, 1025.  
**Переломы** 266, 376, 470, 597, 598, 599.  
**Перемежающаяся лихорадка** 642, 644, 645, 648, 693; — **температурная** грядя 642.  
**Перемѣненіе внутренностей** 904.  
**Перенагрѣваніе—внутреннее** 195.  
**Переемтленіе** 269, 628, 633, 656, 886; —

**умственное** 315, 895, 499, 533, 786; — **физическое** 395, 958.  
**Перепъ** 131, 132.  
**Первая мата** 297.  
**Периметритъ** 321, 769 (см. также Матки—болѣзни).  
**Перины** 240.  
**Перитонитъ** 413, 769, 906.  
**Персики** 870.  
**Перхоть** 295.  
**Пессаріи** (см. Маточныя кольца).  
**Печень** 112, 149.  
**Печень** 43, 48, 173, 200, 451, 471, 518, 523, 773, 806, 809; **болѣзни печени** 284, 412, 419, 440, 451, 565, 772, 773, 866, 1024.  
**Пещеристыя тѣла** 930.  
**Пиво** 166, 168, 170, 852, 897.  
**Пигментъ** 353.  
**Пигментъ** 773, 903.  
**Пиевая судоорога** 774.  
**Питаніе** 146, 360, 393, 741, 795, 851, 878, 890, 897, 959, 1049.  
**Питче** 152.  
**Пища и пищевые средства** 42, 80, 85, 143, 145, 247, 298, 393, 434, 479, 517, 528, 546, 558, 602, 611, 615, 750, 758, 772, 780, 790, 808, 824, 876, 925, 942, 950, 955.  
**Пищеварительный аппаратъ** 3, 42, 45, 47, 147, 401, 438, 507, 518, 605, 857, 1015.  
**Пищеварительныя расстройства** 44, 70, 370, 377, 440, 451, 450, 493, 520, 553, 625, 643, 729, 774, 826, 827, 839, 855, 857, 1015, 1018, 1026, 1030.  
**Пiano—игра на piano** 548.  
**Планане** 267, 906.  
**Пластыри** 775, 859, 1002, 1010.  
**Платье женское**—198, 201, 212, 213, 214, 215, 203, 218, 223, 228, 231, 235, 232, 275, 239, 708, 731; — **нижнее** 232, 233, 628; — **реформированное** 212, 217, 290, 294.  
**Плануное сѣмя** 342, 1024.  
**Плацента** (см. Послѣдъ).  
**Плачевательницы** 631, 632, 720.  
**Плевритъ** 30, 384, 486, 557, 592, 633, 634.  
**Пленки** 495, 533, 619.  
**Плечи** 5, 7, 8, 278, 789.  
**Плодъ** 9, 10, 527, 733, 796, 904, 943, 944, 945, 968, 969, 979, 978, 980, 982, 984, 990; — **огняные плоды** 937, 944, 968, 988; — **положеніе** 972, 973, 979.  
**Плоды** 124, 130, 125, 127, 129, 142, 776.  
**Пломбированіе зубовъ** 545, 776, 913, 915, 916, 917.  
**Плѣсень** 870.  
**Пляска св. Витта** 596, 675, 716, 776.  
**Пневматическое леченіе** 777.  
**Пнеймококкъ** 625.  
**Пнеймония** (см. Легкихъ—воспаленіе).  
**Повальныя болѣзни** 401.  
**Поваренная соль** 124, 426, 565, 855.  
**Повивальныя бабки** 352, 378 (см. также Акушерки).  
**Поворотъ—внутренній** 980, 986, 987; — **на голову** 987, 1007; — **наружный** 960, 970, 979, 987; — **на ножки** 977, 987, 978 — **комбинированный** 987.  
**Повязки** 390, 599, 606, 610, 779, 780, 832, 854; — **типовыя** 470; — **глазныя** 779, 780.  
**Повѣшеніе** 708, 779.  
**Погайки** 933.  
**Поглаживанія** 261, 263, 670, 846, 900.  
**Полагръ** 145, 411, 422, 434, 565, 771, 780, 782, 859, 878, 923.  
**Подача первой помощи** 599, 607, 707, 905.

Подвалы 243.  
 Подвздошная кость 9;—впадина 10, 806, 892.  
 Подвшиваніе 453.  
 Поджелудочная железа 43, 46, 107.  
 Подкладное судно 782, 783.  
 Подключичная артерія 16.  
 Подмышечная часть 330.  
 Подмышечная впадина 607, 803, 829, 887.  
 Подмышники 803.  
 Подногтевое пространство 291.  
 Подсвѣ 782, 783.  
 Подчелюстная железа 43, 739.  
 Подушки 1081, 1053.  
 Подъязычной кости—приподниманіе 834.  
 Позвоночник 4, 5, 363, 663, 692, 777, 965, 981;—искривленія позвоночника 279, 363, 481, 783, 884, 964, 1043, 1045, 1048, 1049, 1050.  
 Покочиванія 261.  
 Покой 404, 464, 474, 520, 600, 633, 646, 648, 653, 758, 784, 851, 774.  
 Полевое хозяйство 460.  
 Подзаніе дѣтей 1041.  
 Подзаніе мурашек 539, 785.  
 Подины 689, 713, 785.  
 Поллюціи 785.  
 Подосканія 547, 570, 787, 788.  
 Полостные органы 15.  
 Полнокровіе 785, 786.  
**Половая жизнь** 227, 229, 230, 300, 304, 310, 316, 318, 324, 333, 336, 339, 341, 344, 371, 385, 393, 525, 601, 658, 662, 669, 672, 709, 714, 740, 744, 786, 859, 860, 880, 929, 942, 951, 958, 966, 1016, 1056.  
 Половые органы 60, 63, 65, 302, 304, 308, 315, 341, 385, 440, 499, 525, 558, 566, 612, 656, 740, 783, 786, 798, 861, 882, 934, 965, 969, 990, 999.  
 Положенія плода 972, 975, 979;—косяя 979;—лицевыя 975;—поперечныя 979, 980;—продольныя 979;—черепныя 975;—ягодичныя 977, 978.  
 Полуванны 839, 417, 431, 437, 465, 466, 521, 529, 552, 788, 936.  
 Полуда 854.  
 Полудухохлорное желѣзо 714.  
 Польшы 168, 894.  
 Помада 926.  
 Помои 217.  
 Помочи 218, 234, 607.  
 Помутнѣніе разсуда 690, 753.  
 Поность 475, 529, 572, 598, 789, 790, 849, 915, 918.  
 Порнографическія картины 741.  
 Порывы—рѣзкіе 1055.  
 Послѣдъ 571, 612, 796, 942, 943, 971, 973, 984, 983, 990, 991, 993, 1010.  
**Постъродовой періодъ** 769, 798, 986, 993, 999, 994.  
 Постель 188, 238, 239, 394, 534, 643, 724, 738, 741, 796, 797, 909, 901.  
 Постѣль 797.  
 Постукиваніе 549, 797.  
 Посуда 403, 917.  
 Пость 797, 798.  
 Посѣдніе 798.  
 Потовыя железы 800.  
 Потомство 341, 838.  
 Поттова болѣзанъ 363, 480.  
 Потуги 972, 978, 980.  
 Потъ 33, 35, 199, 224, 315, 351, 428, 518, 601, 722, 726, 726, 754, 767, 792, 796, 800, 802, 804, 949, 904, 923;— критическій 801;—ножной 802;—ночные поты 804;—подмышечныя 802;—холодный 588, 916, 933.  
 Почечуи 632, 805.  
 Почечуи (см. Геморрой).

**Почечныя ложины** 808; камни почечныя 411, 781, 808.  
 Почки, 36, 38, 40, 42, 84, 95, 98, 145, 173, 211, 212, 392, 404, 408, 411, 444, 471, 551, 563, 564, 565, 569, 605, 641, 683, 710, 781, 784, 805, 808, 808, 810, 831, 868, 986, 956, 808.  
 Похотникъ (см. Клиторъ).  
 Поясничныя боли 746, 810, 893, 906, 952, 975.  
 Поясъ 211;—пробочный 906;—Юноны 415, 235, 415, 443, 527, 823, 975.  
 Предвѣстники болѣзни 594, 677, 746.  
 Предлежащая часть плода 969, 976, 977, 978.  
 Предрасположеніе къ заболѣванію 539, 701.  
 Предсердіе 15, 16, 17.  
 Предстательная железа 307, 689.  
 Превративъ 348.  
 Приивныи 703, 811.  
 Прижиганія 407, 533, 685.  
 Прикармливаніе 360.  
 Припарки 812, 1003; — теплыя 383, 474, 410, 646;—горячія 484;—лныя 410, 646.  
 Прислуга 247, 743.  
 Присниціи 812.  
 Проболеніе головки 986, 987, 989.  
 Протѣриваніе 148, 243, 405, 552, 812, 909, 813, 869, 909.  
 Прогнозъ 857.  
 Прогрессивный нараличъ 409, 500, 650, 813, 815.  
 Прогулки 789, 795, 931.  
 Проказа 380, 815.  
 Пролежни 782, 816.  
 Промежность 58, 306, 442; разрыныя промежности 653, 816, 817, 826, 986, 1004, 1005.  
 Промыванія 440, 787, 848.  
 Прорѣзваніе головки плода 969, 970, 978, 977; — плечиковъ 970; — туловища 970.  
 Прорѣзваніе зубовъ 361, 546, 872, 1027, 1028.  
 Просвирякъ 853, 817.  
 Проскурякъ 487.  
 Простатиты 314.  
 Простокваша 93, 94, 538, 698, 870.  
 Простуда 256, 328, 668, 817, 819, 1028.  
 Противоглистные средства 365.  
 Противодифтеритная сыворотка 454.  
**Противоядія** 541, 603, 756, 845, 914.  
 Профессиональныя болѣзни 405.  
 Прыщи 285, 1025.  
 Прысьость 1024.  
 Прямая кишка 40, 45, 454, 574, 584, 602, 653, 654, 585, 681, 818, 819, 945, 954.  
 Пряности 140, 483, 568.  
**Психическая ненормальность** 466, 956. Психиатрическія лечебницы 466, 502.  
 Птиалинъ 107.  
 Птоманыи 84, 86, 90, 589.  
 Пудра 525, 988.  
 Пузыри 736, 819.  
 Пузырь со льдомъ 408, 453, 615, 959.  
 Пульверизація 432, 433, 921.  
 Пульсъ 16, 281, 283, 821, 822, 950.  
 Пупокъ 48, 747, 822, 827.  
 Пуповника 60, 823, 942, 944, 956, 978, 991, 1009, 1010, 1026; перевязка пуповины 822, 1009.  
 Пупочная грыжа (см. Грыжа).  
 Пуховестіе 823.  
 Пуховики 240, 704, 722, 767, 1031.  
 Пыль 185, 186, 206, 693, 839, 876.  
 Пынаство 169, 178, 180, 824, 825.  
 Пьяный ость 147.  
 Пьянки 413, 824.

Пьяніе 333, 482, 548.  
 Пятигорскъ 562, 570, 833.  
 Пятна 601, 866.

**P.**

Радій 929.  
 Радужная оболочка 50, 52, 472.  
 Рабѣтость 541, 826.  
 Развѣтїе — преждевременное 505.  
 Развѣтенія 179, 648, 871.  
 Развратъ 315, 320.  
 Раздражающія вещества 531, 839, 875.  
 Раздражительность 323, 441, 377, 658, 705.  
 Разминаніе 261, 670.  
 Размачненіе затылка 361, 876, 928.  
 Разсирость большого 549.  
 Ракъ 338, 521, 559, 576, 649, 650, 659, 750, 827, 828, 829, 878, 881.  
**Раны** 389, 452, 607, 718, 817, 830, 831; **зараненіе** 830.  
 Распаханка 1029.  
 Распознаваніе болѣзни 357, 832, 833, 863.  
 Растительные продукты 433, 1016; растительная пища 565.  
 Растиранія тѣла 261, 330, 376, 394, 419, 564, 587, 588, 667, 671, 698, 727, 758, 794.  
 Раганія 297, 463.  
 Рафанія (см. Эргогамъ).  
 Рахитъ см. Английска болѣзанъ.  
**Рвота** 56, 354, 475, 519, 511, 576, 877, 676, 681, 690, 693, 755, 833, 836, 868, 802, 904, 916, 918, 925, 927, 934, 954, 955, 1026; — **кровавая** 835; — **каловая** 413.  
 Рвотныя средства 372, 519, 566, 695, 836, 848, 863; рвотный камень 589; рвотный корень 693, 755, 837, 863, 914.  
 Реакція 502, 509.  
**Ребеночъ** 100, 714, 937, 951, 1002, 1009, 1014, 1015, 1024, 1027, 1029, 1030, 1031, 1032, 1036, 1042, 1043, 1046, 1055, 1058; — **въсь** 1045; — **ростъ** 1012; — **кормленіе** 937, 1011, 1016, 1019, 1020, 1025, 1026, 1028; — **ростъ** 1046; (см. также **Младенецъ**).  
 Ребра 3; реберныя хрящи 5; **подъеми** реберъ 301.  
 Ревень 837, 870.  
 Ревматизмъ 380, 410, 422, 426, 692, 771, 791, 797, 838, 839, 850, 855, 859, 878, 889; микробъ ревматизма 837.  
 Регулы 334, 486, 655, 663, 668, 672, 882, 959. (См. также Менструація).  
 Реинвоны издѣлія 222, 227, 234, 635, 782.  
**Рейнвейгъ** 164.  
 Рейтенговскіе лучи 929.  
 Респираторъ 839.  
 Рестораны 839; ресторанныя при-слуга 840.  
 Рефлекторныя явленія 617, 841, 874.  
 Рефлекторъ 840, 841, 922.  
 Рикли 492.  
 Римлянка 212, 214.  
 Римское S 45.  
 Рись 151, 579, 602, 852, 916, 1019; — **рисовая мука** 288, 844; **рисовая вода** 698.  
 Ритмическія движенія 270.  
 Ричиноное масло — см. Касторовое.  
 Ричардсоновскій аппаратъ 885.  
**Родимчикъ** 1026.  
**Родильная горячка** 295, 298, 603, 678, 738, 995, 996.  
**Родильница** 944, 995, 997; **уходъ за родильницей** 971, 995.

Родильное кресло, 1008, 1009.  
Роднички 861, 842, 843;  
Родовспоможение 1005, 1006, 1009.  
Родовые боли 972, 973, 974, 980, 988, 980, 990.  
Родовые пути 969, 977, 997.  
Роды 10, 12, 229, 341, 362, 406, 612, 653, 658, 713, 880, 937, 944, 945, 947, 968, 971, 973, 974, 978, 980, 982, 989, 1006, 1007, 1008, 1099, 1011, 1015, 1021, 1023, 1026; — искусственные 843, 927; — преждевременные 833, 843, 849, 956 982, 966, 975, 981, 988.  
**Рома** 831, 843, 844.  
Рожковья дѣти 917, 928, 1025, 1041.  
Розеола 865.  
Рокфорте 97.  
Ромашка 372, ромашковые компрессы, 844; ромашковыя ванны 926.  
Ромь 166, 649, 1000.  
Ростбифь 84.  
Ротъ 45, 546, 718, 729, 913, 1016; бо-  
лѣзни рта 299, 377, 875; уходъ за  
полостью рта 296, 297, 730, 787.  
Ртутная мазь — втирание 457, 479,  
678.  
Ртуть 92, 289, 421, 845, 866; — от-  
равление р. 872.  
Ру 497.  
Рубцы 749, 815, 845.  
Руки 512, 513, 514, 718, 781, 838, 846,  
1051; уходъ за р. 290, 711, 728, 937.  
Рукобудиле (см. Ованнзмъ).  
Румина 288.  
Румянецъ 630, 1037.  
Ручной трудъ 1051.  
Рыба 28, 364, 543, 601, 847, 848;  
Рыбий жиръ 102.  
Рыбный ядъ 847.  
Рыбья чешуя 560.  
Рыгинъ хуторъ 622.  
Рыццы 543, 546, 1027.

**С.**

Сабуръ 849, 870.  
Саго 112.  
Садоводство 506.  
Саки 849.  
Салатъ 120, 141, 394.  
Салциловныя препараты 839.  
Сало 102, 294.  
Салоль 296.  
Сальныя железы 33, 35, 294, 518, 924.  
Самозащита организма 452, 535,  
547, 699, 714.  
Самообладание 317, 708.  
Самоотравление организма 20, 39,  
519, 538, 603, 673, 932.  
Самопомощь 519, 574.  
Самоубийство 175, 813, 957.  
Самочувствие 850, 1053.  
Санатории 570, 653, 850.  
Сандалы 74, 226, 269, 292, 1033.  
Санитарно-ветеринарный надзоръ  
89.  
Савтонинъ 851, 875.  
Саль 88, 360.  
Саркома 851.  
Сарцины 82.  
Сахаривъ 137, 140, 852.  
Сахаристыя вещества 147, 464, 520,  
590.  
Сахарная болѣзнь 159, 352, 870, 517,  
683, 700, 851, 852, 921.  
Сахарный тростникъ 136.  
Сахаръ 77, 80, 81, 119, 133, 135, 136,  
852, 1019; — виноградный 134, 439; —  
плодовый 139.  
Саяковца 136.  
Свинецъ 289, 757, 853.  
Свинина 83, 151.  
Свинок (см. Парогитъ).

Свинцовое отравление 853, 854.  
Свинцовый отѣнокъ 495.  
Свѣтильный газъ 463.  
Свѣтловые лучи 192, 424.  
Свѣтъ — солнечный 192, 423, 524,  
876; — фосфорический 913.  
Связки 9, 10, 62, 376, 883.  
Севастополь 854.  
Селезенка 48, 518, 806, 831, 854, 855, 892,  
Сельдерей 148, 781.  
Сельтерская вода 410, 625, 698, 735,  
855, 955.  
Семья 326, 340, 741.  
Сергиевскіе источники 423.  
Сергиевскія воды 855.  
Сердце 3, 14, 15, 16, 17, 23, 26, 90,  
154, 167, 172, 238, 358, 377, 425,  
462, 604, 627, 695, 706, 708, 735, 822,  
912, 937, 1014.  
**Сердца** — болѣзни 269, 444, 512, 601,  
624, 674, 710, 754, 797, 855, 857, 859,  
931, 962; — воспаление 551, 855, 856,  
858; — гипертрофія 792; сердечная  
жаба 627; ожирѣніе 735, 856; — ос-  
лабленіе 444, 487, 495, 856, 897; —  
параличъ 495, 690, 693, 892,  
913; — перерожденіе 856; — пере-  
утомленіе 517; — порони 15, 283,  
284, 324, 462, 551, 573, 730, 791, 792,  
793, 856, 864; — разрывъ 856; —  
расширеніе 627.  
Сердечная гимнастика 794.  
Сердечный массажъ 511, 860.  
Сердцебиеніе 16, 377, 647, 793, 847,  
859, 860.  
**Сибирская язва** 88, 366, 380, 880, 861.  
Сидръ 86.  
Сидѣлка 908.  
Сидячій образъ жизни 553, 628, 644,  
668, 801.  
Сикорскій, А. И. 1040.  
Сильвестръ 508.  
**Синильная кислота** 484, 863.  
Синія краски 138.  
Синюха 627, 800, 917, 863, 864.  
Сиропы 180, 139, 898.  
**Синильныя** 320, 321, 324, 410, 422,  
462, 474, 479, 539, 600, 676, 696,  
702, 747, 762, 805, 850, 859, 864,  
865, 866, 867, 956, 958, 1017, 1024.  
Скалнстая кость 55.  
**Снарлатина** 411, 683, 691, 805, 867,  
868, 869, 924, 934.  
Сквашность ткани 220.  
Сквознякъ 183, 499, 813.  
Скелетъ гориллы 2; — человѣчскій  
1, 2, 6, 22, 1042, 1047.  
Скипидарное масло 382, 685, 758,  
885, 914; скипидарныя пары 626.  
Сколцы 343.  
Скорбутъ (см. Цынга).  
Скоростная смерть 537.  
Скрежетъ 874.  
Слабительныя 519, 566, 602, 690, 755,  
845, 869; — воды 483; слабительные  
порошки 685.  
Слабоуміе 501, 871.  
Славянскъ 423, 871.  
Сладкокрасте 305, 807, 311, 344, 741.  
Слезныя железы 51; — косточки 4; —  
слезный мѣшокъ 472.  
Слезы 677, 841.  
Сливки 96, 1019.  
Сливочное масло 1021.  
Слизистыя бляшки 885; — железы 739.  
Слизистое истеченіе 567.  
Слизистыя оболочки 43, 46, 567, 589,  
785, 787, 848, 890.  
Слизистыя отвары 1019; слизистыя  
суды 790, 807.  
Слуховыя косточки 54, 907; слухо-  
вой проходъ 54, 55.

Слуховая трубка 476.  
Слухъ 50.  
Слѣпая кишка 45.  
Слѣпота 895, 1025.  
Слона 43, 718.  
Слонныя железы 739.  
Слонотеченіе 874.  
Смертность въ Европѣ 627; — лѣт-  
ская 999.  
**Смерть** 345, 347, 352, 699, 872, 927,  
984; — мнимая 507, 872; — ранняя  
348; — скоростная 537.  
Смирительная рубашка 485.  
Сморчки 123, 933.  
Смѣсь Виденга 1021.  
Смыванія 873.  
**Собацы бѣшенство** (см. Водо-  
боязнь).  
Совокупленіе 307, 309, 311, 318,  
691, 940.  
Сода 118, 290, 366, 573, 632, 720, 737,  
757, 925, 1019.  
Соединительная ткань 911.  
Сознаніе 541, 876, 904; потеря сознанія  
600, 799, 835, 876, 927.  
Соклета аппаратъ — 369, 1018.  
Солевыя растворы 454.  
Соли 38, 74, 93, 133, 143, 190, 585; —  
известковыя — 860; — питательныя  
119, 151, 776; — углекислыя 412.  
Солигере 90, 91, 475, 480, 580, 874, 875.  
Солнечныя лучи 194, 429, 524, 629.  
**Солнечный ударъ** 676, 902.  
Солнце 191, 912, 194, 648, 717, 902, 909.  
Солодковый корень 870.  
Солодъ 164.  
Соляная кислота 45, 118, 128, 827.  
Солидность 542, 753, 793, 897.  
Сонная артерія 16, 26, 55, 608, 732,  
739, 821.  
Сонъ 255, 256, 368, 394, 447, 505, 524,  
547, 761, 789, 892, 950; — искусствен-  
ный 1014.  
Сорочка 219.  
Соски 68, 648, 649, 1001.  
Сосочки 32, 407.  
Сосудистыя клубочки 41; сосудистая  
система чловѣка 26.  
Сосуды 172, 435, 606, 608, 993; — на-  
риковныя 615; — волосныя 17.  
Соцевидный отростокъ 4.  
Соцлененія конечностей 861.  
Сочаины 13, 706.  
Спаржа 120, 122, 445, 781.  
Спасаніе на водахъ 905.  
**Спасательныя средства** 906; — стап-  
ция 905.  
Спина 4, 5, 263, 667, 783, 800, 975, 1058.  
Спинальная сухотка 841, 877.  
Спириллы 879.  
Спиртные напитки 165, 166, 180, 269,  
349, 368, 438, 445, 574, 690, 697, 698,  
760, 795, 805, 858, 1016 (см. также  
Алкоголь и Алкоголизмъ).  
Спиртъ 165, 166, 458, 485, 794; — аро-  
матическій 394.  
Спортъ 183, 266, 381, 504, 705, 786, 837.  
Спорынья 117, 665.  
Сприндовка 371, 583, 584, 663.  
Срамныя губы 57, 306, 383, 613; —ые  
органы 305; — ая щель 58.  
Средиземное море 565, 678, 709.  
Старая Русса 423, 878.  
Старость 347, 348, 397, 600, 640.  
Старческая дряхлость 878.  
Стекла 374, 391.  
Стекловидное тѣло 52, 54.  
Стервоидная муха 896.  
Стерилизация (см. Обеззараживаніе).  
**Отлбнянъ** 20, 88, 380, 610, 879;  
палочки столбняка 610, 879.  
Столдовая ложка 644.

Столыпинские источники 423.  
Стопы удаление 354.  
Страхование от болѣаней 457.  
Страхъ 1055.  
Стрептококки 378, 610, 696, 843, 996.  
Стрижнинъ 168, 714, 863, 932, 933.  
Строфантъ 308, 445.  
Стручковые плоды 107, 112.  
Стрѣловидный пошь 842.  
Ступня 227, 597.  
Стыдливость 203, 317, 662, 901, 985; — ложная 687.  
Судно 782.  
Судороги 15, 174, 447, 669, 675, 678, 690, 692, 693, 706, 707, 760, 862, 879, 882, 891, 904, 918, 927, 933, 957, 1026.  
Судорожное вдыханіе 588; судорожные движенія 754; судорожные смѣхъ и плачъ 882.  
Сулема 865, 403, 645, 718, 719, 720, 757, 845, 882, 920, 932.  
Супружескія сношенія 284, 312, 314, 316, 326, 966.  
Супы 152, 910.  
Сурикъ 138.  
Суставы 9, 461, 462, 561, 709, 780, 838, 850, 878, 882, 883.  
Сутулость 276, 783, 1054.  
Сухари 118, 119, 910; — Опшеля 1021.  
Сухожилы 266, 1042.  
Сукралеи 71, 899, 922.  
Существа — безоплыя 304.  
Схватки 15, 937, 959, 968.  
Свѣтныяхлѣбнсы — составъ 151.  
Сыворотка 95, 285, 848, 478, 538, 609, 670, 698, 748, 884, 926, 1023; — молочная 887; — цѣлебная 887; — англ-дифтеритная 496, 619, 702, 884; — противостолбнячная 886; — противострѣчочковая 696, 998; — противосучумная 703, 884, 923.  
Сыпная заболѣванія 888; — болѣзнь 924.  
Сыпь 541, 562, 594, 746, 750, 805, 866, 889, 895, 1031; — проволчанная 817.  
Сырость 242, 248, 360, 717, 833, 876.  
Сыр 81, 95, 97, 885.  
Сырые продукты 191.  
Сѣдалищная боль 427, 885.  
Сѣмя — мужское 62, 107, 307, 308, 309, 310, 326, 385, 741, 785, 967; истеченія сѣмени 691, 885.  
Сѣмянные нити (см. Жичники); сѣмянные пузырь 58, 307, 308.  
Сѣра 38, 74, 99, 477, 920, 926.  
Сѣрная кислота 427.  
Сѣрная мазь 920.  
Сѣрнистое желѣзо 422.  
Сѣрнокислая мѣдъ 121; сѣрнок. натрій 854, 875; сѣрн. цинкъ 589, 744.  
Сѣрные источники 570.  
Сѣроводородъ 463.  
Сѣтчатая оболочка 51, 886.

## Т.

Табакъ 795, 886.  
Таазъ 1, 5, 6, 230; — мужской 8; — женскій 9, 362; — раамъръ т. 10, 11; — опухлои 709, 885, 26, 48; — сѣуженіе 362, 981; — искривленіе 362, 363; дно тааа 817, 1005; — особенности жен. т. 178.  
Тазовая гимнастика 769; тазовыя неправильности 980, 982, тазовые органы 206, 531, 705, 817, 64, 311, 229, 441, 465, 613, 651, 787, 862, 890, 885, 945, 963, 964, 965, 966, 979, 980, 981, 988, 1023.  
Тазовъръ 11, 964.  
Тайныя средства 886, 887.  
Тамариновая ямьотъ 876.  
Тамбукавскій источникъ 423.

Тамнонированію 610, 613, 440, 657, 989.  
Таннинъ 498, 609.  
Танцы 270, 333, 548, 887.  
Тейнь 160.  
Текучій паръ 720.  
Телятина 83, 84, 151.  
Температура 534, 625, 630, 640, 641, 642, 696, 839, 868, 876, 893, 894, 1026, 1031; температурное измѣреніе 641, 887; температура тѣла 887, 888; — воды 281; листки температуры 889.  
Темрюкскій источникъ 423.  
Темняныя кости 4, 842, 1023.  
Теоброминъ 163.  
Теплота тѣла 32, 193, 723, 738, 788; — организма 424; излученіе теплоты 33, 438.  
Теплообразование 261, 726, 834.  
Терапія 439, 889.  
Тетгастрицъ 931.  
Термометръ 535, 641, 890; — тѣльный 371, 889; — ванный 890; — сравнительная табл. термометровъ 889.  
Терпентинное масло; — (см. Скипидарное масло.)  
Тимолъ 297.  
Тифъ 407, 883, 890; — брюшной 484, 611, 639, 853, 890, 934; — возвратный 865, 993; — сыпной 893.  
Ткани одежды 220, 221, 222, 354, 471, 593, 1028; — ткани органическія; 354, 441, 471; тканей разрушеніе 78, — распадъ 629; — разведеніе 221, 661, 743.  
Токъ — электрическій 929.  
Толстыя кишки 212, 667.  
Томаты 121, 122.  
Тонкая кишка 45, 48.  
Тоншота 187, 519, 681, 890, 734, 894, 902, 904, 923, 925.  
Травы 372, 894.  
Трахеотомія (см. Горлосѣченіе).  
Трахомы 473, 895.  
Тревожи — общества 179, 349.  
Тренированія черена 743.  
Треницы 290, 648, 895.  
Трико 221, 438.  
Трипперъ (см. Перелой).  
Трихина 90; трихинозное мясо 91.  
Трибукованіе 619.  
Трудъ 258, 334, 350, 391.  
Трупный ядъ 896; трупныя пятна 873.  
Трупосожженіе 896.  
Трофеи 128.  
Туалетный укусъ 288.  
Туберкулинь 89, 631.  
Туника — греческая 232.  
Тучность 145, 147, 338, 382, 454, 710, 725, 735, 996. (см. также о жирнѣе).  
Тѣло; уходъ за т. 284, 425, 552, 788, 801, 1057, 283, 304, 1011.  
Турмы венецанскія 243.  
Тюре-Брандтъ 657, 663, 899.

## У.

Угаръ 469, 739, 800, 864, 909.  
Углеводы 76, 105, 151, 382, 898.  
Углекислота 24, 82, 96, 157, 181, 187, 188, 194, 422, 465, 565, 575, 621, 855, 863, 864, 925; — отравленіе у. 25.  
Углекислая извѣсть 565.  
Углероды 38, 74, 75, 105, 181, 463.  
Угнетенность 170, 912.  
Уголь 297, 186.  
Ударъ 171, 367, 369, 462 (см. также Аполексическій ударъ).  
Удушье 779, 903; признаки удушья 903; чувство удушья 554.  
Удушье 848.  
Ужинъ 898.

Уздечка 306.  
Узелокъ 677.  
Укачиваніе 1014.  
Укропъ 132, 372, 526.  
Укрѣпленіе нервной и мышечной системы 704.  
Укусъ 133, 134, 458, 638, 903.  
Ультрамаринъ 137.  
Умственная восприимчивость 1056; — неустойчивость 1056; умственное ослабленіе 682.  
Умственное развитіе 499; — разстройство 677; умственный чрезмѣрный трудъ 704.  
Умалишенныя. Заведеніе для умалишенныхъ 527.  
Умомошательство 675.  
Унциа 694.  
Упражненія — гимнастическія 471, 600; — съ противодѣйствіемъ 513; — на свѣжемъ воздухѣ 826; — систематическія 871.  
Уроducto 276, 363, 451, 481, 542, 596, 904.  
Усталость 325, 892, 638, 648, 697, 703, 826.  
Устрицы 601, 885.  
Утопленіе 508, 708, 905.  
Ухаживающій персоналъ 721.  
Ухо 54, 55, 476, 907; — болѣзнь 677, 907; тець изъ уха 907; — спринцованіе 907.  
Уши 1057; — оттопыривающіяся 1054; — ушицы 266, 712.  
Ушная раковина 55; звонъ въ ушахъ 578; — сѣра 54, 907; ушная шприць 907.

## Ф.

Фагоциты 703, 798.  
Фалопіевы трубы 63, 304, 984.  
Фальсификація пищевыхъ продуктовъ 119, 160, 353.  
Фарадизація 929.  
Фартушокъ 1030.  
Фельдшеръ 456, — лица 460.  
Фенацетинъ 673.  
Фехтованіе 269.  
Фиброма 888, 659, 881, 911.  
Фигуры мужнины и женщины 274.  
Физическія движенія 193; физическіе запросы 505; — недостатки 1054; физ. организація 957; физ. покой 836; — ое развитіе 320; — физ. слабость женщины 460; — физ. трудъ 257, 330, 341, 370, 585, 786, 794, 826, 871, 1017; — упадокъ 434; физ. упражненія 394, 531, 837, 859, 902; — условия 967, 1057; физ. усталость 325, 874.  
Физиологические процессы 958; физиологическій растворъ соли 933.  
Физиология 356, 912.  
Филлато 869, 1012, 1020.  
Финзена — способъ 451.  
Финики 126, 127.  
Финны 91, 874.  
Фистула 912, 913; — влагалитно-заднепроех. 685; — заднепроех. 819; — мочеиспускательно-влагалитицна 685 — мочеисп. канала 684; — наружная 574; — прямой кишки 574; — пузырно-влагалитицна. 685; — пузырно-маточная 685.  
Фланель, 593, 690.  
Флюсъ 484, 511, 912, 913.  
Фонтанели (см. Роднички), 842.  
Формалинь 720, 721; формалиновый аппаратъ 721; форм. пары 721.  
Формальдегидовныя таблетки 721.  
Формированія — періодъ 393.  
Формы женскаго тѣла 280.

Фосфаты 363.  
 Фосфорно-кислая известь 7;—магнезия 38; фосфорно-кислый натрь 118.  
 Фосфоръ 38, 363, 757, 903, 913, 932—желтый 913; фосфорная кислота 19, 127; фосфорное отравление 406; фосфорные пары 913.  
 Франценсбаль 878.  
 Французенка 213; — костюмъ 214, 215, 217.  
 Французская болъзнь (см. Сифились).  
 Французская зелень 188.  
 Френология 914.  
 Фрукты (см. Плоды); потребление фр. 602; фруктовый сокъ 776.  
 Фурункулъ (см. Чирей).  
 Фуфайка 222.

**Х.**

Хаджибеевскій лиманъ 914.  
 Халать 718.  
 Халюсть 180, 275.  
 Химические процессы 357, 736.  
 Хининъ 645.  
 Хирургическія заболванія 265.  
 Хлопчатая бумага 220 223.  
 Хлопчатобумажная ткань 1033.  
 Хлораль-гидратъ 395, 586, 880, 914, 927.  
 Хлорная известь 804, 893.  
 Хлоро-анемія 325, 647;  
 Хлорозъ (см. Блѣдная немочь).  
 Хлороформированіе 491.  
 Хлороформъ 366, 699, 914, 931.  
 Хлоръ 74.  
 Хлѣбные злаки 107.  
 Хлѣбъ 107, 112, 115, 117, 118, 352, 394, 747, 852, 898;—ржаной 115, 538, 577;—мягшнъ х. 721;—печенье х. 113;—хлѣбные суррогаты 147.  
 Хольба 728, 1041.  
 Холебра 380, 383, 754, 915, 916.  
 Холерина 917, 918.  
 Холодъ 396, 492, 550, 608, 676, 738, 763, 797.  
 Холощевіе (см. Кастратія).  
 Холстъ 220, 1032.  
 Хрипота 256, 618.  
 Хромата 918, 1050.  
 Хрусталикъ 50, 51, 52, 54, 472; — вылушеніе 567;—помутнѣніе 566.  
 Хрусть—пергаментный 361.  
 Хрунь 132.  
 Худоба 276, 560, 918, 919;—лечение худобы 919.  
 Хуторъ—Рыгинъ 622.

**Ц.**

Царско-Колодецскій источникъ 423.  
 Цѣтлечение 919, 1025.  
 Цементъ 544.  
 Цинковый купоросъ 837.  
 Цанюль (см. Синюха).  
 Цынга 117, 638, 674.  
 Цѣломудріе 312, 312, 313, 318.  
 Цѣхощинскій источникъ 423.

**Ч.**

Чайкота 102, 190, 324, 358, 378, 406, 440, 441, 542, 559, 572, 573, 612, 622, 627, 628, 631, 701, 709, 738, 810, 846, 866, 878, 963;—галопирующая 630;—горловая 482.  
 Чай 138, 161, 162, 159, 162, 415, 752 910.  
 Чайная ложка 694.

Челюсти 4: омертвѣніе челюсти 913.  
 Червеобразный отростокъ 45.  
 Черепъ 4, 33, 63, 56, 1023, 1057.  
 Черная болъзнь (см. Падухая).  
 Чесотка 920.  
 Чечевича 108, 464.  
 Чешуйки 464, 594, 646.  
 Чирей 852, 921.  
 Чиханіе 841, 922.  
 Чокіани 423.  
 Чревосѣченіе 990.  
 Чувствительность—нормальная и болваненная 499, 555, 675, 676, 706, 740, 872, 877, 921.  
 Чулки 234, 269, 1032.  
 Чума—бубонная 380, 383, 410, 915, 922, 923; „современная“ 631.

**Ш.**

Шалфей 872; шалфейный корень 923; шалфейный настой 463.  
 Шампанское 168, 834, 823;—трезвенниковъ 698.  
 Шанкръ 410.  
 Шафравъ 119.  
 Шведскій грудноподъемникъ 1001.  
 Шведская гимнастика 259, 468, 777.  
 Швейнфуртская зелень 692.  
 „Швейцарское“ молоко 96.  
 Шны 1005.  
 Шейка матки;—зудъ 61, 544.  
 Шейный железъ 925.  
 Шельзъ 920;—сырой 725.  
 Шелушеніе кожи 924  
 Шенкъ 949.  
 Шерсть 223, 291, 1028.  
 Шестипалые 905.  
 Шейя 608.  
 Шлифованный отростокъ 55.  
 Шинный аппаратъ для исправленія ножекъ 1056.  
 Шины 394;—желѣзные 1053.  
 Шипучіе напитки 464, 521; шипучій порошокъ 925.  
 Ширмы 909.  
 Ширтингъ 1032.  
 Шишки 465, 492.  
 Школа 391.  
 Школьные болванія 331.  
 Шлейфы 412.  
 Шляпы 1033.  
 Шмели 903.  
 Шнурованіе 205, 278.  
 Шнуровые рубцы 211.  
 Шоколадъ 163.  
 Шотландскій душъ 502.  
 Шпигать 151, 464.  
 Шпринцъ 455, 526, 682;—правацовскій 455, 680;—стеклянный 455.  
 Шпрудель 565.  
 Шротовскій методъ лечения 925.  
 Штаги 7.  
 Шумъ 558.

**Щ.**

Щавелево-кислая известь 739.  
 Щавелекроміе 739.  
 Щеки 280, 741.  
 Щелочи 564, 565, 574, 737, 757, 903, 986.  
 Щелочной растворъ 737.  
 Щелочные воды 410, 680.  
 Щетки 719, 544.  
 Щипцы 271, 609, 979, 982, 986; наложеніе щипцовъ 975, 985, 986; при-мѣненіе щипцовъ 985.

Щитовидная железа 377, 378, 542, 737, 899.  
 Щитомордникъ 541.

**Э.**

Эберденовы узлы 838.  
 Эбертовская палочка 890.  
 Эбштейна—методъ лечения тучности 898.  
 Эйкалпнтоль 483.  
 Эйкалпнтъ 297.  
 Экальтивированность 1056, 1057.  
 Энкалпсинъ 926, 927.  
 Экстракты 109, 148.  
 Экспессы 548.  
 Электры 289.  
 Электричество 358, 423, 506, 557, 788, 929.  
 Электризація 532, 762, 774, 928.  
 Электрической свѣтъ 929;—токъ 707.  
 Эльтонское озеро 423.  
 Эмаль 544, 546.  
 Эмпиема 374, 627, 777.  
 Эндометриы 21, 656, 788, 996.  
 Эпидермъ 929.  
 Эпилепсія (см. Падухая).  
 Эргогамъ 665.  
 Эрготинъ 603, 665.  
 Эрекция 929.  
 Эрисманъ 283, 846.  
 Эрлихъ 702.  
 Эрелья—методъ лечения тучности 794.  
 „Эскулапъ“ 721.  
 Эсмарковскій бинтъ 607;—Эсмарковская кружка 371, 582, 584, 618, 787.  
 Эссенцуки 582, 564, 565, 937, 989.  
 Этиология 567.  
 Эфиръ 352, 366, 416, 454, 603, 699, 709, 735, 915, 931.

**Ю.**

Юбки 213, 233, 236, 269, 301, 323.  
 Юность 319, 386, 932.

**Я.**

Яблоки 126, 127, 129, 151, 152, 870.  
 Ягодицы 979, 1924.  
 Ягодичное положеніе 978.  
 Ягоды 124, 128, 130, 151, 601.  
 Ядовитыя вещества 404, 407, 408, 435, 445, 456, 528, 578, 689, 795, 806, 807, 857.  
 Ядовитыя грибы 753, 932.  
 Ядовитыя змьи 541;—насъкомыя 903.  
 Ядро 306, 308.  
 Ядъ 447, 541, 589, 753, 755 932 (см. также Колбасный, Мясной и Рыбный ядъ).  
 Язвы 298, 376, 436, 498, 521, 652; — бугорчатая 575;—тифозныя 611.  
 Языкъ 55, 705, 814, 933; — обложенный 934; — налеты на языкѣ 729; потягиваніе языка 509, 779; шекотаніе корня языка 755, 836.  
 Язычекъ 482.  
 Яички 58, 65, 307, 466, 931.  
 Яичники 63, 65, 304, 343, 862, 922, 934, 936;—опухоліи 935, 936; операція надъ яичн. 343, 344, 566.  
 Яичный бѣлокъ 756;—желтокъ 585, 1011.  
 Яйца 93, 99, 101, 119, 305.  
 Яйцо женское 99, 308, 309, 344, 503, 539, 910, 936, 940, 942, 944.  
 Яръ—мѣлкая 139.  
 Ячмень 108, 112, 115, 602, 1019.

