

TERMÉSZET-GYÓGYÁSZ.

Az észszerű élet- és gyógymód közlönye.

Népszerű utasítások az emberi testnek valódi és természetes ápolásáról, egészséges és beteg állapotában.

Isten segítségével az emberiség javára.

Virad — haladjunk! (Gr. Széchenyi I.)

1874. 8. szám.	Megjelenik havonként kétszer, 1- és 15-én, negyedréti alakban; ára egész évre 4 fr. Többek közreműködésével szerkeszti: Ungerleider Jónás, hasonmásorvos.	Nyiregyháza, okt. 15.
-------------------	---	--------------------------

Tartalom: Ajánlat (votivum). — A gyógytanbani babonahit. — Szellemi és testi satnyulás. V. A dohány. — Köreszet saját naplóból. — Haladásunk.

Ajánlat (votivum).

Amit mi kórállapotnak látunk, amit mi észlelünk, ha a beteg ágyához lépünk, nem egyéb mint harc és küzdelem az emberi szerkezet és idegen anyag, mint tulajdonképeni kórok között. Tehát mit látunk (természettudományilag kifejezve) ezen küzdelemben? vajjon a kórokat látjuk-e küzdeni, vagy a testszerkezetet?

Meg kell vallanunk, hogy a mit mi észlelünk, az a küzdő test; és így kitűnik, hogy a betegség egy bizonyos életfolyam, mely bizonyos rendben és állapotban folyik le, és szükségképen egyik a másiktól származik; ezen tantétel előidézte, hogy korunkban megkisértik lassanként a kórtant mindig jobban és jobban összeegyesíteni az élettannal.

Virchow a híres német tanár az innsbrucki természetbuzárok gyűlésén.

A gyógytanbani babonahit.

Jelige: A babonás hit, melyben felnőtünk, még akkor sem veszíti el hatalmát felettünk, midőn azt megismerjük; nem mind szabadok a babonahittól, a kik annak rabbi-lincseit roszaják és gunyolják!

Lessing,
(der Aberglaube unserer Zeit.)

Valóban majd általánosan azon különös babonás hiedelem uralkodik legtöbb betegben az orvos felől, hogy az bűvész, vagy legalább is az egészségnek főpapja, aki bűverővel bír, midőn ezen hatalomszót „recipe” leírja, hogy hatalommal bír a kórjelek és fájdalmak elhallgattatására; és ha ez meg nem történik: akkor az orvos és gyógymódja félretétetik; egy szóval a betegek be nem látják saját üdvöket, nem bírnak azon meggyőződéshez felemelkedni, hogy az egészséghez vezető ut magában az emberi természetben rejlik, de azt hiszik, hogy az egészséget tölcseren lehet a testbe önteni, szerintök nem szabad a gyógyulásnak bensőleg, az emberi természet saját tevékenysége, igyekezete és küzdelme hozzájárulása mellett végbemenni; hanem kényelemmel minden küzdelem és fáradság nélkül óhajtják el-

érni az egészségnek boldogságát, vagy legfeljebb pénzt áldoznak, holott pénzen egészséget vásárolni nem lehet. Sokan azt hiszik, hogy ha jól megfizetnek, egy pillanat alatt ketté lesz vágva a betegség. Ez nem egyéb, mint babonás hit, hogy ez még most is oly általános, nem lehet csodálnunk, mert a babonahit még most is uralg!

De ha úgy áll is a dolog, a ki javítani akar, és a meglevő roszat változtatni, annak elodázhatlan kötelessége, felderíteni az igazságot! S ha vannak a vallás, politika, s a tudomány minden egyéb ágaiban bátor előharczosok: hogy né volna sürgős feladat a betegeket, a szenvedő emberiséget fölvilágosítani téves meggyőződése felől?! Semmi sem óhajtandóbb, mint hogy a beteg önmaga is tudja magát kormányozni, hogy az orvosi tanács mellett, mely gyakran felületes, vagy önző és ártalmas, saját lábán is meg tudjon állni, s ne kelljék őt folyvást járszalagon vezetni.

Az orvos kötelessége abban áll, hogy ne csak a jelenlevő kórállapotot vezesse az egészséghez, hanem akadályozza meg jövőben is azt, hogy az egészség megrázkódtassék, így mindenkor intó tanácsokat és felvilágosításokat kell adnia, mert sokkal könnyebb és jobb száz beteget meggyógyítani, mint egyet gyökeresen kigyógyítani.

Paracelsus több század előtt mondotta: hogy csak az emberi testben létezik az, ami gyógyít, és ezen elvet már mai időben, dacára hogy feledékenységre ment, mégis sok orvos követi: a természeti gyógyerőben rejlik az egyedüli gyógytehetség, és csak is ebben fekszik a titok, ez gyógyít főképen, nem az orvos az ő szereivel; igaz, hogy a beteg sokszor legellenkezőbb gyógykezelés mellett is meggyógyultnak látszik, de az ily gyógyulások csak ideiglenesek, palliatívák.

Hogy az egészség megközelíttessék, szükséges főképen az anyagcsere rendes működése, míg ez nincsen helyreállítva: addig a kóroanyag a testből ki nem küszöbölthet, így önként következik az: hogy tökéletes egészség nem lehet.

Elkerülhetlen azért, hogy a nép oly eszmékkel ismerkedjék meg e téren, melyek legközelebből érdeklik, ez indoka annak, hogy napjainkban gyökeres reformok hozatnak felszínre. Ha a reformok helyeseknek bizonyulnak be, ha annak érvei megdönthetetlenek; miért nem sietünk tehát az orvos teendőit tisztázni?

s miért késünk valódi gyógyulást hirdetni a látszólagos javulás helyett?

A természet gyógyerejét, ha figyelemmel kísérjük, nem lehet tagadni senkinek! az orvos csak alárendelt szolgálja a természetnek, amidőn a leggondosabb észlelés mellett szemmel tartja és kipuhatólja a tüneteket, melyek a betegséget okozták, oda azonban vakmerőleg belenyulni, az organismus szentélyét idegen beavatkozásokkal zaklatni soha nem szabad; de tevékeny segítségével arra kell szorítkoznia, hogy a természet munkáját ovatosan előmozdítsa, felkutatván azon utakat, a melyeket a természet jeleivel világosan megmutat, ezen a betegre nézve üdvös munkája az orvosnak igen szép feladat, és ezeknek pontos megfigyelése, ha még kellő szorgalommal van párosulva, minden bizonynyal diadalt fog aratni.

A természeti gyógyelveket már a régi orvosok is felhasználták még pedig életrendi szabályokat alkalmazván mint hatalmas fegyvereket az egészség életfolyamából eltért állapotban, csak igen ritka esetekben nyultak erősebb gyógykezeléshez; kórodákat mint Aeskulap toplomait szellős magaslatokra építették, ahol friss forrásvíz kapható volt, továbbá a friss légen és vizen kívül a szabályozott életrend a legszigorubb gondossággal ellenőrzött tisztasággal és mérséklettel: ezek valának az akkori gyógymód főtámaszai.

A szokásba vett és oly összetett, de sokszor valóban ártalmas ódon gyógyszerhalmazokat mint az orvos kezeiben levő zsoldosokat, csak a természet segítséggel lehet elutasítani akkor lehet, ha a segínyt kereső beteg közönségnek fogalma leendő, és ha főképpen magáévá teszi a valódi gyógyulásról bíró fogalmakat. Ezen szót „gyógyítani” úgy értelmezik, mint általánvéve cselekvő pozitív valamit, és úgy képzelek, mintha a gyógyfolyamnál egyenesen valami erőszakos behatás által véget lehetne vetni minden bajnak. Ezen külső behatásokat, melyeknek látszólag oly erő tulajdoníttatik, nevezik gyógyszereknek vagy röviden szereknek; ily felfogás szerint volna tehát minden betegség ellen bizonyos szer, s minthogy a betegségek igen számosak, tehát ebből az következik, hogy sok gyógyszernek is kell birtokában lenni a rendelőknek, és valamennyi újabb szerek felmerülnek, azokért lelkesülnek az illetők, és minden ily felfedezett új szer felvétetik a szentek közzé, melylyel szaporodnak. Ha belépünk egy ily sokaságú szentekkel felhalmozott raktárba (gyógytár), melyeknek nevei ott mind fényes betűkkel vannak feldisztatva, és egymás mellé barátságosan helyezve, valóban ezeknek szemléletére nagy öröm sugárzik lelkünkbe, hogy az ember találékony éles elméjének sikerült egy oly sereget előállítani, mely az ellenség t. i. a betegségek ellen felajánltatik.

Ezen felfogás szerint rendén van az, hogy legtöbb ember mielőtt rosszul érzi magát, az orvost hivtatja midőn annak feladata, hogy a betegséget vizsgálja és az ellen az illető szert megrendelje, ha aztán a beteg jobban van, akkor az orvos eltalálta az igazi

szert, és mint ügyes orvost jelezzik. Ha pedig a beteg meghal, akkor az orvost némelyek azon váddal terhelik, hogy nem volt elkövetve minden a beteggel; ellenben mások azt hiszik, hogy a meghalt egyén betegsége ellen még az igazi szer nincsen kitalálva, ily vigasztalással ringatják magukat a hátralevők. Ha pedig a betegség hosszúra nyulik, azaz chronicussá válik, akkor a beteg vándorol egyik orvostól a másikhoz, közbe-közbe kuruzsolókhoz is folyamodik, és mindig azon gondolattal kecsegteti magát a beteg, hogy az eddigi orvos nem az igazi szert alkalmazta, de a következő ki fogja találni; a remény folytonosan növekedik a felgyógyuláshoz, minden ajánlott gyógyszert hajhászván, birkatürelemmel veti magát a beteg sokszor a legkinzóbb gyógymódhoz, és néha észzevesztetten felhasznál minden dicsért szert, csak-hogy az óhajtott egészséget visszakaphassa, és utóljára annyi sok küzdelmek és kínoknak jutalma — egy halotti lepel!

Hogy ez így van az életben, fájdalom! lehet tapasztalni, és ennek oka nem egyéb, mint a mulasztási véték, a nép felvilágosítása és jó utra való vezetésében. A gyógytudomány legszebb és talán elérhetlen célja az orvosnak azon igyekezetében állana, hogy minél inkább magát nélkülözhetővé tegye, azon értelemben véve, hogy erőszakkal behatni akarni az organismusba tilos, hanem figyelvén a természet működésére, azt gondosan elősegítse; tudnia kell mindenkinek, hogy a változhatlan természet törvényei ellen vétett bűnök büntetlen nem maradhatnak, szem előtt kell mindig azt tartani, hogy mindenki képes legyen felfogni, miszerint a betegség nem törbe ment tolvaj, amelyet megfogni és eltávolítani lehetne, hanem hogy az egészen magából az életből származik és az életbe ismét vissza vezetetik; mily téves felfogás a közéletben azon szokott nézet, mintha az úgynevezett gyógyszer egyenesen a betegséget érinthetné, és a felett kísértse erejét, hogy azt szerencsés esetben a viaskodásban megsemmisítse, távol legyen ily viadalt rajzolni akarni, de minden gyógykezelés ha valóban a beteg javára alkalmaztatik, egyedül közvetítő és a természet gyógyerejével azonos legyen, mely gyógygyerő általában véve hatalmánál fogva minden rendetlenséget képes a testben kiegyenlíteni.

Szellemi s testi satnyulás.

Jelige: A ki előítéleteket és visszaéléseket akar elhárítani, biztos lehet előre az iránt, hogy mindazoknak haragját magára vonja, akik az előítéletek- és visszaélésektől előnyt húztak, de igen bizonytalan az, vajjon azoknak rokonszenvét ki érdemli-e kiknek használni akar.

Meyer.

V. A dohány.

Mindenki tudja, hogy a dohánylevelekben igen erős méreg foglaltatik, mit Nicotinnak neveznek, ebből $\frac{1}{4}$ gr. elegendő egy tengeri nyulat megölni. A dohányfüstből pedig, mely akár a pipából, akár

a szivarból jó, bizonyos kozmás olaj fejlődik ki, melyből egy csep képes a macskát megmérgezni.

A dohányfőzet oly erős, hogy azt a rovarok pusztítása ellen használják, hogy ha azzal vagy a háziállat vagy egy gyermek megmosatik, mérgezési halállal szoktak kimulni. Mielőtt a dohányzó egy ily erős mérleghez akar szokni, szükséges, hogy adja meg előbb az árát. Szánalomra méltó egy ily kezdőnek az állapota; ismertető jelei: hanyatlási gyengeség és a tagok reszketése, halálsápadt arc, hideg verejték, émelygés és hányás.

Akármiely ellenszennvel találkozók is eleinte természetünkkel, mégis a szokás utoljára mint kellemes szenvedélyt tünteti elő; dacára a kézzel fogható káros behatásnak, mint ártatlan, sőt hasznos élvezet mutatkozik. Ez másképen nem lehetséges, minthogy idegrendszerünk hozzá szokik egészen ellenkező irányban, mint kellene, az ellentállás végett, hogy kiküszöbölje a dohánymérget a testből.

A helyett, hogy testünk azzal foglalkoznék, miszerint tápanyagokat szerezzen magának, és a régi már felhasználtakat kihajtsa, kell hogy inkább mentesítse magát a mérgek behatásától, és a mérgek anyagát is kiküszöbölje. Így a dohányzás mellett mindennap életerő vesztegettetik, és az időszerű kiküszöbölése az úgy is kivetendő anyagnak hátráltatik.

A mily mérvben egy kozmás pipa kiállhatlan büzü mérgeanyaggal van telítve, mely undokságot gerjeszt, és ez természetesen a pipafüstből ered; és mivel a száj és orrnyálkahártyával folytonos érintkezésbe jó, miközben a tüdők és a szemek is részt vesznek abból, ezen nyálkahártyák szintén magokba szívják a dohányfüst ártalmát. Ha egy tiszta fehér papírlapot felfüggesztünk egy dohányzó szobájába, a füsttől megfeketedik az, így fogja be a nyálkahártyákat is, melyekkel a dohányfüst érintkezésbe jó. A dohányzók között mindenki azon tapasztalattal bírhat hogy a dohány az étvágyat elnyomja, mely nem egyéb mint hogy az anyagcserére hatván, magának az egészségnek árt; továbbá egy dohányzó sem kerülheti ki, ha figyelmét arra fordítani akarja, hogy: azon csipős füst nem csak finom szaglását és izlését (Geschmack) tompítja és rontja el, hanem a szemeknek, tüdőjének és még sok más oldalról is tetemes kárt okozhat.

Ha a dohányról oly tulajdonokat költenek, hogy a széketéltet elősegíti, és hogy a felizgatott kedélyt lecsilapítja, a szétszórt gondolatokat összeszedi, ezt arra lehet magyarázni, hogy a dohánynál is úgy mint minden izgatónál csak az első hatást veszik tekintetbe, de a káros utóhatásról hallgat a krónika; még azt is mondják, hogy mentesít a ragályoktól, ezen állítás nagyon szép, de csak mesének.

Minden anyag, a melyben tápszer nem foglaltatik, azaz a melyek testünkbe nem tartoznak, és nem is tápszerek, ártalmasak; nem tesz semmi különbséget, ha azokat gyakran és nagy mennyiségben használjuk, a midőn ártalmas befolyásuk csakhamar észrevehető, vagy pedig ritkán és igen kis mennyi-

ségben használjuk, úgy hogy az ártalmak alig észrevehetők. E fogalom szerint tehát egy pohár pálinka, egy csésze kávé, egy szivar stb. megárthat már; azon közmondás: hogy akármely méregből „kevés nem árthat” meg nem állhat.

Elfogultság nélkül mondhatom, hogy a pálinka italon kívül akinek erős testalkata és egészsége van, s ha tetszik mérsékelve élvezheti a szokott ingereket, csak hogy ha kicsapongó módon elvezi, okvetlen megbünteti a természetet.

Kóreset saját naplóból.

A vörheny, kanyaró, hólyagos himlő stb. uralgó járványok alatt, a megtámadt egyénnél a kütég kitörése előtt különösen némely gyermeknél oly csalfa kórjelekkel lép fel, miszerint a legügyesebb és szorgalmasan figyelő orvos is félreismerheti úgy, hogy alig van gyakorló orvos, aki ily helyzetbe ne jutott volna még; természetes, hogy ha a betegség elcséreltetik, akkor a gyógykezelést is a szerint kell intézni, ha így aztán eltévesztetik az alleopathicus orvosi ápolás mindenféle szerekekkel, akkor a természet működése megzavartatik és meggyengítettetik, sokszor egészen elnyomatik, a beteg élete aztán veszélyben forog; egyedül a természetszerű gyógykezelés képes a természet győgyerejét visszavezetni és működésében elősegíteni, hogy a beteg testbe befészelt ragályos kóroanyagot a bőrön keresztül kiküszöbölhesse.

1864-ik év márczius 17-én ujfejtőti lakhelyemen távsürgöny általi meghívás következtében Berczelre t. Gonda Balázs ref. lelkész ur 10 éves beteg leányához utaztam, kinek már két heti ügyes alleopatha orvosok gyógykezelése után is élete folytonos veszélyben forgott, és miután az alleopathicus szerek bevételeitől undorodott a beteg, szülei a hasonszenvi golyócskák, könnyebb bevétele végett kényszerült ezen gyógykezelést megkísérteni.

Az akkor Berczelen lakott gyakorló orvos által értesültem, hogy a betegnél mutatkozó kórjelek szerint gilisztaláz, májlob és typhusz-láz ellen szereltetett; eszerint nadályok, hánytató, giliszta-ellenes, s több más mixtura, és porok adattak mindekkoráig siker nélkül, míg végre semmiféle gyógyszer bevételeire többé nem lehetett a betegét rábírní.

Vizsgálatom folytán következő kórjeleket szemléltem: folytonos láz sebes és változó érütéssel, a légzés igen sebes, és többször ismétlő köhécselés által félbeszakittatott, szemei igen bágyadtak, tekintete felette szenvedőnek mutatkozott, teste sovány, bőre száraz, fonyadt, ruganyosság nélkül, bódult álma a köhécselés miatt gyakran félbeszakittatott, étvágy semmi, néha hasmenés volt jelen, szomjuság igen kínzó, de a vizivás nem birta enyhíteni; édes anyjától kérdéseimre előadott eddigi kórrajzból hallottam, hogy a betegség kezdetén, testén valami veres pontokat vett észre, de azok csakhamar elenyésztek.

Szigoru vizsgálatomra, mindamellett, hogy kétféle folytonos szenvedés miatt a testszerkezet meg volt csigázva, mégis a természet-gyógyító működése nem volt szerfelett lehangolva, tehát reményem nem csüggedt, és mihelyt meg lettem a körülményekkel ismertetve, szükségesnek láttam a bőr működését elősegálni, azonnal néhány golyócska aconitumot olvastottam fel egy pohár frís vizben, és félóránként adagoltam egy evőkanálnyit, melyet is a beteg igen szívesen bevett, néhány adag után már a kínzó szomj csillapult, de a kívánt bőrkigőzölés (mert izzadásról szó sem lehetett az ily hervadt bőrrendszerénél) még nem mutatkozott, ezt látva, nem késtem a vizet lepedőbe való pakolást indítványozni, melyet az anya segédelmével azonnal tetteleg véghez vittünk, még pedig $\frac{3}{4}$ pakolás, úgy hogy feje, nyaka és két keze szabadon hagyatott; ezen nemát a pakolásnak azért választám, hogy minél több ideig maradhasson a beteg benne, és minél nagyobb élénkséget kaphasson az egész bőrrendszer, hogy működhesse az anyagcsere, mely tökéletes pangásban volt; így a bőrkigőzölés is par force eszközöltessék, másrészt ily pakolásban a beteg kényelme szerint fordulhat akármely oldalára. Amint a lepedő jól felmelegedett, azonnal elaludt a beteg csendesen minden köhécselés nélkül, így feküdt egy pár óráig, felbredvén, panaszkodott, hogy a teste viszket, a láz sokat csillapodott, a szomj egészen megszűnt; midőn már a beteg megunt a pakolást, kivéttem belőle és ime! meglepetésemre és örömünkre a kanyaró, köznyelven vöröshimlő (morbili) szépen kijött a beteg testén, ez volt tehát oka betegségének, és ez annyi ideig rejtve volt bent a testben; meg kell vallanom, hogy én soha ily esetet nem tapasztaltam ahol ennyi időre is mutatkozzék a kúteg, láttam eseteket ahol a kúteg meg sem jelent, csak a láz lefolyása végén bőrhámlás látszott, mely azt mutatta, hogy jelen volt a vörheny, és mily szenvedéseknek van akkor a beteg kitéve, lehet képzelni; ha az ily bajokat eleinte a természetes gyógymóddal kezeljük, a kúteg okvetlen meg fog jelenni. A kis beteg ápolását az anyára bízam, utasításaimnak hű teljesítésére kértem, mely abban állott, hogy naponként egyszer hasonló pakolást és belsőleg aconitumot és pulsatillát adjon; és ezt csakugyan híven is teljesíté, mert a bántalmak lassanként elmúltak, ámbár sok maradvány-kórállapottal kellett küzdenem, míg az egész testszerkezet megszabadult a kóranyagtól, szépen felnőtt, egészséges leány lett belőle, férjhez ment; derék szülői el nem felejtették soha e ritka kóresetet.

Haladásunk!

A „Természet-Gyógyász“ nem hasztalanul hangoztatja szózatát, rövid fennállása óta már is megtermé gyümölcsét, amennyiben f. hó 9-én értesültünk egy hozzánk intézett levél által, (melyben egy com-

plicált kóresetnek sikeresebb gyógykezelése végett tőlünk tanácsot kérnek), az alvidéken, Szentesen, többben követve a kor intő szavát és lapunk közleményei által fellelkesülve, a természet gyógyászat alapján egy vizgyógyintézetet létesítettek, melynek jóta kony hatását már eddig is számosan tapasztalták dacára annak, hogy hydropata gyakorló orvost nélkülöznek.

Éljenek a derék szentesi úttörők! mint akik téren először adnak a nyilvánosság előtt életjelt magukról. Mi hiszszük, sőt meg vagyunk győződve róla, hogy a jó s nemes példa számos követőre fog találni; mert ez az egyedüli út és mód arra nézve, hogy a már annyira elharapózott kóranyagtól, — mely az eddig szokásos gyógykezelés mellett napról napra nem csak hogy apasztja létszámunkat, de sőt újabb és újabb, eddig ismeretlen kóranyagokkal silányítja az emberiséget, — végre megszabaduljunk. Mer igaz és megczáfoltatlan tény marad az, hogy a szenvedésektől, melyeket természetellenes élet és gyógymód által okozunk önmagunknak, a természet mindenható ereje képes egyedül megmenteni bennünket.

Vállalatunk megindításánál legfőképen azt tartottuk szem előtt, hogy a vizgyógymód minél általánosabb legyen és nem csak orvosok foglalkozzanak vele, hanem laikusok is kedvet kapjanak annak követésére a határozottan felismert bajoknál; hogy törekvésünk nem maradt kiáltó szó a pusztában, hanem fenntebb előadottak eléggé igazolják. Ez biztató reményt nyújt nekünk arra nézve, hogy az egészséges mag, melyet elvetünk, nem fog parlagon heverni, hanem jó tenyészetet nyújt a szenvedő emberiség érdekében. Adja Isten! hogy minél előbb úgy legyen, mert csak ezáltal válik testté az ige, melyet teljes buzgósággal továbbra is hangoztatni meg nem szűnendünk!!

Reméljük, hogy rövid időn hasonló értelember szólhatunk Nyiregyházáról is. A kezdeményezést nem sokára önmagunk teszszük meg, és hiszszük, hogy szavaink fogékony keblekre találандnak annyival inkább, mert a terv kivitelénél tekintettel leszünk arra, hogy egy oly vizgyógyintézetet létesítsünk mintegy dióhéjba szorítva, mely minden tekintetben megfeleljen a kor kívánalmainak, még az annyira szükséges ágy-gőzfürdőt és napfürdőt is beleértve a lehető legcsekélyebb anyagi áldozat mellett. — Ennek leírását azután lapunk útján közölni fogjuk (a terv és költségvetéssel egyetemben), irányadóu azoknak, akik jobb meggyőződésük szerint ehhez alkalmazkodni kívánnának.

Jegyzés. Jövő évben, ha lapunk szük köre megengedi, egy levelezési rovatot nyitunk a szenvedők számára, melyben bárkinek tanácssal minden díj nélkül szolgálunk a természetes élet- és gyógymód kezelésében.

Szerk.