

TERMÉSZET-GYÓGYÁSZ.

Az egyszerű élet- és gyógy mód közlönye.

Népszerű utasítások az emberi testnek valódi és természetes ápolásáról, egészséges és beteg állapotában.
Isten segítségével az emberiség javára.

Virad — haladjunk! (Gr. Széchenyi L.)



1874. 10. szám	Megjelenik havonként kétszer, 1- és 15-én, negyedréti alakban; ára egész évré 4 fr. Többek közreműködésével szerkeszti: Ungerleider Jónás, hasonszenvi orvos.	Nyiregyháza, nov. 15.
--------------------------	---	--------------------------

Tartalom: Ajánlat (votivum) — A physical nevelés. — A természeti gyógyero. — Priasznitz emlékműve Graefenbergben. — Köreszet saját naplóból — Bongerzel. — Léválazékrony.

Ajánlat (votivum).

Az emésztési zavarok miatt sok betegnek évek hosszú során a legnagyobb kínokat kell kiállania; lehet látni sok oly beteget, kiknél a korjelek tudóvészre, sőt annak nagyon is előre haladott stádiumára mutatnak; továbbá lehet látni sok beteget, kik éveken át görcsös rohamokban, vagy borzasztó fulladásban vagy gyakori fejbántalmakban szenvednek; szóval mutatkoznak különféle alakú idült bajok, melyek az embert a mostani civilizált életben megrohanják, és mindezek igen gyakran engednek a helyes és rendszeres életmódnak akkor főképen, midőn már mindenféle orvosi kezelés hasztalan kísértetett meg. És ez hogyan történhetik meg?

Az okot abban találjuk, hogy majdnem minden betegség étrendi és fonák életmód által idéztetik elő, s tartatik fenn.

Az orvosok azért kezelik betegeiket siker nélkül, mert nem távolítják el az okot, sőt ellenkezőleg, még javasolják is a fonák életmódot.

Ha oly egyének, kik vegyes, t. i. állati és növényi tápanyagok mellett 60 vagy 70 évig éltek, és bizonyos bántalmak miatt később csupán csak növényi tápanyagokra szorítkoznak, e mellett minden szenvedélyről lemondanak, szóval helyes utra térnek, akkor még ily időkorban is helyrehozhatják egészségüket, sőt előbbi életök élénkségéből és gyorsaságából sokat vissza is nyerhetnek.

Dr. Sylv. Graham.

A physical nevelés.

Jelige: A természet nagy könyve mindnyájunk előtt nyitva áll. Vajmi kevesen olvasnak belőle, hogy általa öntudatra ébredve, a valódi élethez jussanak; — legtöbbször elenyvednek és a korai halál áldozatává lesznek! Azon fajnak, mely hamisan él, okvetlen sülyednie kell!

Előttünk a megalázó tüneménynek példája, hogy míg az állati sereg maradékait ösztönszerűleg sebesen s biztosan neveli, a dicsőített homo sapiens (emberi bölcseség) ellenkezőt látszik tenni, mert fele az

emberiségnek zsenge viruló korában lehull az élet fájáról; a túléltek erkölcsileg és physicalilag betegeskednek oly fokban, hogy mindig több kórházra, tébolydára és fogházra van szükség, és akik magukat legegészségesebbeknek lenni hiszik, óhajtának egy vig és heveny harcot a görvélyes csontselék rebusztítására, hogy a szerencsés helyzetben levő kisebbségű főrend birhassa a földkerekséget.

De türelem! „A tévelygesből az igazsághoz“ ez van írva az emberi élet-ajtaja fölél! minden hamis alapelvnek meg kell halni, hogy ez által megkövértessék a föld, a valódi igazság aratásához.

Az emberek nagy része lassan mérgezi meg magát tultengési tápszerekkel, kéjvadászattal és egyebekkel rongálják magukat, és mégis egészségesek óhajtának maradni. Minden tudomány és ismeret, minden élvezet és kincs becseltel, minden buzgóság hasztalan, ha az imaház küszöbén akár tudva akár tudatlan vétkезünk. Nézzük a világ nyomorait és keressük azoknak kutforrásait, nemde legtöbbszörre a test vétkei miatt állanak azok elő.

Az ember kedélyében is egészséges akar lenni, azaz elégedett, vidám, boldog, kellemes, nagylelkű, bátor stb, és míg ezekben tökéletesíti magát, hány ember lesz a szenvedélyek áldozatává, mielőtt célját elérhetné?

Mindenekelőtt testileg akarunk egészségesek lenni, magunk és gyermekeink életét physicalilag erőteljesen és kellemmel idomitani, s ahoz jogunk is van, mert a test szentsége a léleknek melyben lakik; ha tehát ez az óhajtásunk; miért táplálkozunk oly bőven, halmozva élvezünk, mely bennünket gyengit, restséggel rontjuk, vagy tulságos munkával megfeszítjük erőnket, és így előbb beteggé teszszük magunkat, hogy aztán gyógyítani kellessék azért, hogy még betegébbé legyünk? így akarunk egészséges családot nevelni!

E részben legtisztább felvilágosítást adnak a vegetárius életmód törvényei, melyeknek első pontja a testnek életrendi szabályait tanítja, nem pedig az erőszakolt lemondás és koplalásban áll, hanem a természet bűvárkodásában, az önuralomban, physicali egészségekben, erőben, kitartásban, és a hosszú élet élvezésében áll; ne csalódjék senki a jelen uralgó divatvéleményekben, hanem önmaga tegyen kísérleteket úgy, miként a vegetariánok; ebben áll önmaga iránti kötelessége.

Csak az egészséges testben lakhatik egészséges lélek, és a hol a testben zavar van, bizonyosan megmérgezi a kedélyt is. Hiszen a kedélybetegségek okai épen a test rendellenességében állszanak, kérdezzük csak a tábolyda-intézetek orvosait!

Igaz hogy szellemünk sok befolyással bír kedélyünk felett, melyet Kant, Hufeland és Porphyrius tanítottak, de nézzünk csak magunk körül, hány egészséges ember megy tönkre kedélye megzavarása által, és ennek egyedül a szenvedélyek az okai; ezen szenvedélyek a testi állapotokban és szükségleteinkben rejlenek, melyeket a természet ellen követünk el, mert minden szenvedély megzavarja öszhangzatunkat. Példa gyanánt lássuk csak, hogy a szesz mily hatalmas előidőzője az alacsony szenvedélyeknek, ugymint a haragnak, az erőszaknak, a bosszuszuvágynak, a nemi élet ingerlője, és sok más nyomor kútforrása az emberiségnél!

Az emberiség még soha sem szenvedett oly veszélyes és általános elterjedt betegségben, mint az elharapózott pálinka-ragálykór, és ezen irtóztató veszélyes iszákosság, megsemmisítéssel fenyegeti az emberiséget.

A természeti gyógyerő.

Jelige: A tények a természet bizonyítékai — erejének külművei. A ki tények ellen harcol, az a természet ellen küzd.

Dr. Lees F. R.

Az idők folyamában, mióta Hyppocrates legelőbb kimondta azon nagy gondolatot, miszerint a szerves lényben van egy kormányzó erő, melynek egyedül köszönhetjük gyógyulásunkat a különböző betegségekből, az orvosok nézete sokszorosan változott a felett, hogy tulajdonképen mit kell a természeti gyógyerő alatt érteni. Azon durva nézettől, miszerint a szervezetben van egy különös erő, hasonló mintegy a lélek lényéhez, melyről mindazáltal tudomásunk nincs, és amely saját belátása s szabad akarata szerint eszközli a betegségek gyógyulását és a mellett a nyújtott gyógyszereket, ha lehet, czélszerűen alkalmazza, az ujabkor eltért, sőt egy ilyennek létezését egyenesen tagadja. A természettudományok mai stádiumában nem is állhat fenn ilyes természetfeletti hatányoktól függővé tett magyarázata a szerves változásoknak. Most már határozottan tudjuk, hogy szerves erők csak szerves anyaggal egyesülve, és általános törvények szerint hathatnak és hogy ez utóbbiak folyását semmiféle szakíthatja meg, csak saját tevékenységének megváltozott föltételei. Anélkül tehát, hogy történetileg előadnók, annak különböző magyarázatát, mit természeti gyógyszernek nevezünk, közöljük azt, amit pozitív természettudományi alapon alatta érteni kell.

Életünk hatalmas gyámola, melyre minden időben, nem csak betegségekben, de egészséges napjainkban is számíthatunk, és mely bennünket soha el nem hagy! ez a soha meg nem változó törvények

szerint működő öszhangzata az egész természetnek. Csak azért van távol tőlünk és nem számíthatunk reá s nem hiszünk benne betegségeinkben, mert nem szereztük meg tisztán tudatát azon öszhangzatos lánczolatnak, mely létünk és az egész világ között van.

Mi emberek épen úgy, mint minden a földön és a légben, csak oly feltétel alatt élünk, hogy azon törvények, melyek szerint a természeti erők hatnak, változatlanok és ezáltal minden lét, bármily ellenségesnek látszék is, egy nagy megmérhetlen egységhez tartozik. Aki ezen csodás összefüggést a természetben ismeri, az felfoghatja, hogy a nap az egésznek fenállására épen olyan fontos, mint azon kis porszem, melyet amannak sugáiraiban lebegni látunk, de ennek lelkében egyszersmint felébred a tudat, élettüneteményünk rendellenes változása, melyet mi betegségeknek nevezünk, a természetben történővel összefüggésben van, feltételeztetik, uraltatik ugyanazon rendező törvények által, melyeknek működésétől az egésznek és egyesnek fentartása függ. Amint tehát létünk állandó tagja a nagy egésznek, alávetve a szükséges természeti rendnek, mely reá nézve a sors és a gondviselés, úgy meg van engedve nekünk, hogy a természet örök törvényeinek biztosító oltalmára számíthassunk. Aki felismerte ezen oldhatlan kapcsolatot, mely a természetben minden létet átölel, az a legnagyobb biztonsággal kiálthatja, hogy hajszaíai a természet öszhangzatos háztartásában megvannak számítva, egy sem esik le ama megmásíthatlan törvények együtthatalma nélkül, melyek örök változásaikban a világot életben tartják és benne mindent egyetértésben formálnak.

Aki ezt megértette és felfogta, az biztos lehet afelől, hogy szájának lehelete szükséges a világ folyására s az, a betegség látszólagos veszélyessége daczára a természeti erők törvényszerű ingadozásai által tartatik fenn benne mindadig, míg ő maga a természet öszhangját saját magában meg nem zavarta, de monthatlenül megszünik és fenn nem tartathatik semmiféle akár physikai, akár morális erő által, mihelyt magában az egyénben akár önmaga, akár mások által a feltételek, melyek szükségesek a természet törvényeinek normális működésére, megzavartattak. Ezen egységnek és szoros összefüggésnek sejtelve az emberben minden időben keletkezett és aszerint, amint ő ezen összefüggés forrását kedélyével kereste vagy képzeletében utána kutatni törekedett, jutott az Istenség eszméjéhez, mely önkényesen, de bölcsen és igazságosan rendezi az oly zavartnak látszó egyveleget vagy pedig átadta magát a természeti összefüggés kutatásának és alkotta a természeti erők és törvényekről szóló tudományt. Ha két egyén aztán csak félreértésből van ellenkező véleményen, de mindkettő tudja, érzi, hogy élete és sorsa a nagy egészszel összefüggésben alakul — önmagában nem létezhet és jelentőség nélküli.

Priesznitz emlékünnepe Graefenbergben.

Folyó évi augusztus hó 16-án tartották meg Graefenbergben születési helyén Priesznitz Vincze a gyógytan nagy reformatorának születése napját, mely alkalommal egy emlék-oszlop lepleztetett le, megemlékezésül ezelőtt 60 évvel kezdett tevékenységére.

Most, 23 évvel ezen embernek halála után még a legmakacsabb ellensége is megtért; nem csak hogy százakra menő a vizgyógyintézetek száma, melyek a világ minden művelt részében felállítottak, desőt a vizgyógymódot már minden kórházban is elfogadták és használják, holott ezelőtt 50 évvel — amint Mossler tanár igen helyesen megjegyzi — typhus betegnek friss vizet adni halálos vétek volt.

Priesznitz Vincze egy freiwaldai polgár és birtokos fia, született 1799. év oct. 4-én Graefenbergben egy telepítvényen, mely Freiwaldauhoz tartozik. Vincze 6 gyermek közül legfiatalabb volt. Mivel atyja megvakult és idősb fivére meghalt, kénytelen volt már 8 éves korában a gazdaság minden terheit saját vállaira venni. Már korán megismerte a víz jótékonyosságát különféle bajokban, különösen sérelmeknél, és főképen midőn 1814-ben egy ujját nagyon megsértette egy iszonyu zuzás által, jó sikerrel alkalmazta a frissviz-borogatást; szintugy 17 éves korában, midőn egy terhesszékérrel lovai elragadták, leesvén, a székér keresztül ment rajta, egyik oldalbordacsontja eltört. — Már 15 éves korában orvosi tanácsokat osztogatott betegek számára, és nemsokára elterjedt híre annyira, hogy 19 éves korában Cseh- és Morvaországba hívták meg betegekhez és mindenfelől zarándokoltak hozzá tanács végett. Az első gyógyilajstrom megjelent 1824-ben; a gyógyulást keresők száma 1839-ben már 1700-ra rugott, és nemsokára a graefenbergi modor szerint sok helyen alakultak vizgyógyintézetek, mert a csudás gyógyulások oly eseteknél is sikerültek, melyekkel az illetők hasztalan keresték fel a leghíresebb orvosokat.

Meghalt november 28-án, 1851-ben.

Béke és áldás lengjen porai fölött!!!

Kóreset saját naplóból.

1866. marczius 29-én Berczelre Inczedy István 33 éves, vérmes, piros pozsgás, erős testalkatu földbirtokos urhoz hivatván, kinek már előbb is több ízben gyógykezeltém családtagjait. Nevezett beteget erős lázban találtam, mely előtte való két nappal rázó hideggel köszöntött be, a láz éjjel-nappal tartván, következő kórjelek mutatkoztak: nehéz légzés, a mell baloldalán a bordák alsó részein szűrő fájdalmat érzett a mélyebb légzésnél vagy sohajtásnál, azonban mindkét oldalán bátran feketett, köhögés alig jelentkezett, gyakori főfájás, nyugtalanság és álmatlanságról panaszkodott, étvágya egészen elveszett, a szomjuság csekély volt, széke s vizelete gyéren volt, egész testében lankadságról panaszkodott, a mellüregben kontatásra és hallgatózásra a tüdőben semmi rendetlenséget, de a baloldalon, ott ahol szu-

rásokról panaszkodott, tompa hangot adott, a szivveréseket rendben találtam; ezen összes jelekből csakhamar mellhártyalobra (Pleuritis=Rippenfellentzündung) ismertem; rendeltem tehát Aconitumot és Bryoniát, felváltva óránként, és az egész mellüregre alkalmazandó vizes pólyát, és az — valahányszor jól felmelegszik — ismétlendő, szigoru étrendet és italul frissvizet ajánlottam, és mivel másnap reggel roszabulás nem mutatkozott, veszélyt nem is gyanítva, hazautaztam.

Harmadnapra, vagyis betegségének 6-ik napján ismét felkértem a beteg látogatására, azon üzenet mellett, hogy roszabbul érzi magát, én rögtön elutaztam, de csak estve érkezhettem a beteghez, mivel utközben feldőltem a sebes hajtás miatt; odaérkezvén, a beteget, mivel a mellfulladás miatt már feküdni nem birt, a pamlagon ülve következő szenvedő állapotban találtam, ugymint: nagymérvű láz, a balarczán meghatározott rózsapiros égető verességet lehetett látni, a bőr száraz és forró, légzése rövid és sebes, orrczimpái erősen mozogtak, és gyakran kellett mélyen sóhajtva lélekzenie, érverése olyan sebes, hogy alig birtam számlálni, egy perc alatt 120 ütés, a test hévfoka 45° volt Celsius szerint, vizelete lángvörös színű és gyéren ürítette, a kontatás és hallgatózás a mellüregben nagy bajról tanuskodtak, tehát nagymérvű savós nedvek (serös) kiizzadmánya mutatkozott a bal mellüregben, és ezen veszélyes állapot 24 óra lefolyása alatt fejlődött oly fokra; mert a beteg előadása szerint elutazásom után türhetőleg érezte magát, de előtte való éjjel roszabul lett, úgy hogy minden jelenségek súlyosbultak annyira, hogy már nem birt lefeküdni, mert félt, hogy megful, és most már annyira kétségbe van esve, hogy ha a jelenségek nem csillapulnak vagyis ha nehéz légzése nem fog könnyebbedni, akkor halálának közeledtét látja; ily aggasztó körülmények közt és ily hirtelen rosz kimenetelű lobos bántalmaknál, ahol annyi savós nedvek kiizzadhatnak (sokszor 20 fontnyi) a mellüregben, kétséget nem szenved, hogy a közelgő tüdőszélhűdéstől lehet tartani, jelen esetben már meglehetősen mennyiségű nedvek voltak össze gyűlve a mell balüregében, mert világosan lehetett látni, hogy sokkal domborubb volt, mint a jobb mellkösár; a beteg környezete, sőt a látogatásra jött ipa, aki maga is tántorithatlan ragaszkodik a hasonszenvi gyógyelvekhez, de én is elcsüggedtünk e szomorú látványon, annál inkább, midőn láttuk, hogy az eddigi szerek helyett alkalmazott Arnica s Rhus is hatástalan maradt, úgy hogy már semmiféle hasonszenvi gyógyszer nem akart működni, a veszély pedig már most növekedett, a szegény beteg is nyugtalanabb lett, és türelmét veszté, éjjel volt, magamra valék hagyatva, senkivel sem tanácskozhattam a beteg felett, mert az idő rövid, a távolság pedig nagy; kétségbeesésem kettős okból szorongatott: egyrészt ezen fiatal uri egyén köztiszteletben lévén megyénkben, netaláni halála által én, aki 28 évig lakván Ujfejtón, biztosított állásomat elhagyva

Nyiregyházára azért tettem át lakásomat, hogy át-
ten a központban, ahol a hasonmásnyi gyógymodnak
több partiól és követői vannak, tanácsal szolgál-
hassak szenvedő telebaratimnak, existenciám, de a
mi több, gyógyelvem és egész élvom hajótoresi szen-
ved, mert ellenfeleim ezen dolgot saját malinkra
felhasználják; másrészt a beteg egyen mint agy
szüleinnek istája és egyetlen főknak, továbbá neje
gyermekei családfejenek élete veszélyben forog; ily
sulyos gondolatokba merülve hirtelen összeszedtem
minden erőmet és miután természetemnél fogva soha
a küzdterről addig nem szoktam távozni, míg lelki-
ismeretes orvosi és emberbarati kötelességemet nem
teljesíttem ott, hol teljes bizalommal viseltetnek
gyógyelveim iránt, tehát miután láttam, hogy min-
den alkalmazott szerekre a természet semmit nem
működik, elhatároztam az e vidéken még új viz-
gyógykezelést megkísérteni, mag pedig egész terje-
delmében, előkértem pokróczot, lepedőket, — egy
béres és egy kocsis segélyével a beteget egyszerre
3 jól kifacsart friszvizes lepedőbe kettő az egész
testre (az arcz kivételével), egyet pedig a törzsökre
alkalmazva bepakoltuk és mivel feküdni nem bírt,
tehát félig ülő helyzetbe kellett tenni, a pakolásban
csak 1/4 óráig maradhatott, mivel hamar felmeleged-
tek a vizes lepedők, amidőn ismét más 3 fris lepe-
dőbe pakoltuk és ezt így folytattam virrasztva egész
hajnalig, amidőn észrevettem, hogy a veszélyes je-
lenségek enyhültek, ekkor csak 3/4 pakolást, két viz-
es lepedőbe hónaljtól fogva, úgy hogy karjai kint ma-
radtak és az ingét felvehesse; ekkor megkísérlem a
beteget hanyat fektetni, ami sikerült, és ily helyzet-
ben végre el is aludt, tehát már javulást látva,
mintha nehéz kő esett volna le keblemről, szabadab-
ban lélegzettem, de a beteg is jobban és csende-
sebben lélegzett és aludt egy pár óráig, kibontván
a pakolásból, bőre nem volt oly száraz és forró, de
sőt kevésbé párologott, izzadásról még szó sem volt,
másnap délig meglehetősen érezte magát, de délután
ismét beállott a láz nehéz lélegzéssel és oldalszúrás-
sokkal, a midőn ujabb kellett a pakolásokhoz
nyulni, háromnap ottmulatásom és működésem si-
kere az lón, hogy a beteget neje kíséretében csende-
sen és vigyázva elhozhattuk Nyiregyházára az ipa
házához, ahol is még pár hétig tartott a vizgyógy-
kezelés, kétszer napjában pakolás és 18 foku félfördő,
ami annyira izzasztá a beteget, hogy ágya minden-
nap csupa víz lett, és ez a természet műve volt.
Nyitott ablaknál alvás, nappal pedig a szabad lé-
gen hevert jól betakarva, hogy a hűvös légszivás ál-
tal a vére folyvást élenyüljön (oxydálódjék), a szor-
galmas és pontos ápolás által, mit ipa házánál is
nyert volt, s a sulfur két óránkénti vétele mel-
lett lassanként a kiizzadt víz felszivódott tökéle-
tesen, oly gyakori és bő izzadás következtében szinte
fördött az izzadságban; pár hét múlva az életveszély-
ben forgott beteg erőhöz és jó egészséghez jutott,

mely 3 év leforgása alatt még soha nem szenvedt
csorbát.

Soha nem fogom felejtani a szerencses lefolyás
köresetet, ama kellemetlen helyzetet, melybe jut-
tam azon testi lelki torodéseimet, miket kiálltam,
mert az izzadmányos mellhartya job veszélyes beteg-
ség; vagy eredetileg, vagy másodlagosan és főképen
a gyermekágyasoknál fordul elő a régi gyógykeze-
lés mellett vagy elhal a beteg, vagy ha megmene-
kül a haláltól, akkor ki van téve a gyakori vissza-
eséseknek, mert soha tökéletesen fel nem szivódha-
tik a kiizzadmány; miáltal sokszor egész életén át
szenved légzési bántalmakban.

Böngészet.

— Balás Sándor szerkesztése alatt újabb
időben megindult „Magyar Lisztvásló” című
fővárosi hetilap közelebb megjelent 4-ik számában
lapunkról is megemlékezvén; és miután a himnol-
tást tárgyazó cikkünket nagyrésztben átveszi a kö-
vetkező megjegyzéssel zárja be: „Ohajtjuk, hogy a
„Természet-Gyógyász” ne csak részrehajlatlan
tudományos vitatkozásra, hanem közegészségügyi ál-
dásos eredmény előidézésére szolgáltatott legyen al-
kalmat; hogy elmondhasuk, miszerint a homoeopathia,
melynek elvei a gyógyászat terén a sok vérontásnak
nagyrészt már elejét vették, most pedig a beoltási
kényszernek törekszenek véget vetni, — mégis csak
megérdemel egy tanszékecskét az egyetemen, még
akkor is, midőn dr. Kovács József időszerinti rektor
ur azt eltörlendőnek találta, vakmerően szembe-
szállva a tapasztalatokkal és a törvényhozó testülettel.”

Nem így a fővárosi sajtó többi része; mely
egypár tréfás megjegyzés után, ama roszakaratu
rektori sékfoglalóra, a feledés fátyolát borítá.

Mi e részben egészen másként vagyunk meg-
győződve, s épen azért nem tartózkodunk kimon-
dani, hogy a fővárosi, különösen pedig a napi sajtó,
országos bünt követett el az egész nemzet irányá-
ban akkor, midőn ama egyensúlyt veszített híres be-
széd alkalmából nem sürgette az ujdonsült nagysá-
gos rektor urnak káprázatos állásáról való eltávo-
littatását, — ami pedig kötelessége lett volna, —
ehelyett inkább hallgatagon uszályhordozójává szegő-
dött egy oly szembeszökő nézetnek, mely folyvást
kizárólagos szabadalmat tulajdonit magának és nem-
zeti fejlődésünk kárára még mindég folytatni akarja
egyedáruságát.

Levélszekrény.

— Nt. H. J. urnak Dóczon: Már több előfizetők felszólalása
nyomán is, szivesen közlünk „köreseteket saját naplóm-ból”;
még pedig oly tényekkel szolgálunk e téren, melyekre ujjal lehet ra-
mutatni mint igaz és minden charlataneriától mentt gyógykezelésekre,
résztint a természet szerinti élet- és gyógy mód, résztint pedig tisztán ha-
sonmásnyi szerelés által; — szolgálhatunk pedig elegendő adattal, bő-
ségesen.