

TERMÉSZET-GYÓGYÁSZ.

Az észszerű élet- és gyógy mód közlönye.

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

Isten segélyével az emberiség javára.

Virad. — haladjunk! (Gr. Széchenyi L.)

1876. 13. szám	Megjelenik havonként kétszer, 1- és 15-én, negyedrért alakban; ára egész évre 4 fr. Többek közreműködésével szerkeszti: Ungerleider Jónás, hasznosmenyi orvos.	Nyiregyházán, jan. 1.
-------------------	--	--------------------------

Tartalom: Ajánlat (votivum). — A természet gyógyít és büntet. — Szabadunk egyik vívmánya. — Szellemi és testi satnyulás. XI. A 86. — Közzét saját naplóból. — Állandó rovat a betegségek köréből.

Ajánlat (votivum).

A babonahit nem csak a gyógytárakban felhalmozott, ugynevezett gyógyszerekre, hanem a nyári idény alatt szokásba vett fürdők használatára is kiterjed. A többi között lássuk például a világhírű karlsbadi fürdő-intézetet.

Tagadhatlan, hogy ezen híres fürdő-helyiségnek fekvése oly egészséges, hogy ott még soha semmi járvány, pestis vagy kolera be nem fészkelhette magát; ahol nem csak a legtisztább és gazdag élelytartalmu fűszeres levegő honol, (a mely maga elegendő a csodás gyógyítás eszközésére) hanem az ivóvízben változó regényes és idylli szépségű természet-alkotta granit-basalt stb. csodái; nagy behatása van a szenvedő beteg roncsolt testére, s lelkére: hozzá véve még azon szigorú étrendszert, mely mind a mennyi, mind a minőségre nézve szabályul szolgál a betegnek, nem csoda, ha az oda zárandokolt szenvedők gyógyulást találnak; ezek pedig következők: alhasi bántalmak, melyek főképen a tultengést okozó felesleges tápszerek következményei, aranyeres bántalmak, idült székrekedések, idült gyomor- és bélhurutok, máj- és vesebajok, mindenféle idegbajok stb.

Ezekből látható, hogy azon bántalmak, melyek ellen Karlsbad biztos segílyt ígér, tetemes számmal vannak; ugyde hát azon szenvedők, akik különféle okokból oda nem mehetnek, mit csináljanak? felelet: azok szépen maradjanak hon, és használják józan eszüket, mely nekik azt diktálja, hogy aki meg akar gyógyulni: annak tulajdonképen nem is szükség Karlsbadba mennie, s ott drága pénzeért koplalni, hanem azt mindenütt olcsóbban is teheti, sőt otthon a 4 fal közt is, hogy ha betegségének sok évés és rendtelenség volt oka, ezt nekünk a 100 évig élt Cornaro Lajos bizonyítja, aki naponta 24 lat étel és 28 lat vízmennyiség fogyasztása által szenvedéseitől megszabadult, és magas kort ért anélkül, hogy a karlsbadi fürdőt megkísérlette volna.

Akaratlan eszébe jut az embernek ezen okoskodás, midőn látja ott a nagy sokaságu férfi és női gyógyvendégeket, a zene taktusa szerint a természet öléből eredő meleg vízzel telt pohárral kezében fel

és alá tipegni-topogni, s annak tartalmát kelletlenül is szűrösölni: hogy ha mindezek odahaza is azonnal reggel fölkeléskor 1—2 órát a fris légen mozognának, és azalatt akárhol néhány pohár fris vizet innának, emellett naponta valamely egészséges munkával foglalkoznának, és főképen szigorú étrendet tartanának, akkor $\frac{9}{10}$ -ed része megkímélné pénzét, és nem utázná ásványviz-gyógyszert inni Karlsbadba. De a józan ész már a mai időben eltévedt; a napisajtó 20000 embert dicsekvéssel emlit, akik e nyári idény alatt keresték fel e fürdőt, hogy ott absolutiot nyerhessenek több éven át elkövetett étrendi bűneikért néhány tuczat pohár granitkö-lugnak megivása által.

Ezekre bátran el lehet mondani: Eljen a babonahit!

A természet gyógyít és büntet.

Jelige: A tökéletességet megközelelt egészség, szív- és lélektisztaság legnagyobb vagyona az embernek: és tökéletes engedelmesség a természet iránt, mint egyedüli eszköz, melylyel az elérhető.

Andrew Jackson Davis.
(Der Reformatör.)

Ha valamely élettani törvénynek tudva vagy öntudatlan figyelembe nem vétele által a bőr-ápolás elhanyagoltatik, s mások által a testbe, vérbe, a szövetekbe kóroanyagok jutnak, történjék bár ez kívülről befelé, vagy ha valamely kiválasztó szerv kötelelességét rosszul teljesíti vagy tulterhelés miatt épen nem teljesítheti: ugy a bennünket vezető, életfenntartó erő, szokatlan munkásságra ingereltetik és előáll számtalan neme a rossz érzésnek és rendellenes tüneményeknek, kellemetlenségek- és fájdalmaknak, melyek a láznak magasabb fokában gyuladást idéznek elő; és ez határozottan kifejezett bizonyága annak, hogy a világteremtő akarata, miszerint a természet törvényeit kövessük, különben ezek áthágásáért nem szabott volna kérlelhetetlenül és következetesen büntetést. Gondoljuk meg: ha az orvos a betegséget elodázni képes lenne, ugy ezen tény a világ rendjét megmásíthatná. Természetellenes, bár kényelmes, azt akarni, hogy betegségek mérges gyógyszerek alkalmazása által eltűnjenek. Vagy lehetséges, hogy a természet oly szigoruan büntesse törvénye-

inek áthágásaért az emberiséget és hogy ezen bűntetés egynémely poralaku gyógyszer és kenőcs által megszüntettesék! Hogy lehet ilyet csak gondolni is? nem! nem! ennyire következtelen a természet soha sem lesz! A testi egészséget épen oly kevéssé lehet gyógytári labdacsokkal megnyerni, mint az erkölcsöt pénzen; hanem önismeret, önmegtartóztatás, a természetörvényeiben való megnyugvás által nyerhető el, épen úgy, mint a szellemi egészség. Nem kell elfeledni, hogy a különböző kórananyagok oly finomak, hogy még eddig sem vegyi, sem górcsövi vizsgálat által ki nem mutattathattak, (bár lételet az újabb tudomány általában elhiszi.) De hogy harczolhatnánk mérges gyógyszerekkel oly ellenség ellen, melyet 100 eset közül 99-ben nem is ismerünk. Tehát csak a betegséget okozta életmód, külső és belső, testi és lelki hatányok megváltoztatása használható.

Minden betegség tehát nem egyéb mint természeti erőnk harcza a testben levő idegen anyagok (kórananyagok) ellen; szervezetünk úgy van berendezve, hogy rendes tevékenysége által sok idegen anyagot kiküszöbölhet magából. De ha ezen betegséget előidéző okok nagyon sokáig tartanak, vagy nagyon hevesek, vagy mindinkább nehezítő pillanatok és körülmények, például kedélyzavar, mérgek stb. hozzájárulnak, úgy a szervezetnek beteggé kell lennie és végre megsemmisülnie. Élénk (acutus) harcznak jelei: fájdalom, rosszullet, láz, és gyuladás. Ezek természetesen annál hevesebbek, mennél erősebb az életerő, mennél több a kórananyagok mennyisége; és mennél ártalmasabbak ezek, annál vészt hozóbbak és annál fontosabb, nemesebb, gyengébb a kórananyaggal terhelt szerv. Mindezen körülmények és többé-kevésbé természetű kezelés szerint követi a rövid (acut) vagy hosszas (chronicus) harcot, a gyógyulás, vagy a halál. Minden idült (chronicus) betegség jele, a gyógyulásérti küzdésnek csekély gyógykövetkezménye, daczára ezen küzdésnek, fájdalomnak sőt a részletes kiválasztásoknak (izzadmány, hügy, daganatok, és gigőzőlgések alakjában) lehet, hogy az idegek gyengébbek a végleges harcra, vagy a kórananyagok nagyon számosak, hevesek, vagy hogy a betegítő okok tovább tartanak, és az egyéni erőt fölülmulják, de a javulás hosszasán kimarad. A nép rosszullete okait meghülés-, felhevülés-, étrendhiba, vagy ragályozásban keresi rendszeren. Ezek azonban nem tulajdonképeni, hanem csak alkalmi okok, csak indító a rendellenes életműködésnek, mely a tömecsnek kiterjedései- vagy összehuzódásában nyilvánul. Az alap már megvan valamely kifejlett bomlásban itt vagy ott, és a meghülés, felhevülés, vagy életrendi hiba, vagy ragály stb. csak megindítója volt a harcznak, az életerő és a felhalmozott kórananyag között.

Teljes egészség csak esemény, melyet egy ember sem érhet el, de már egy relativ egészség elegendő, hogy meghülésnek vagy más okoknak ellentálljon. Ellenben mennél több kórananyag van bennünk, mennél egészségtelenebb bőrben vagyunk, annál ha-

marább és biztosabban tesz bennünket a legcsekélyebb ok is beteggé.

Azon fok, melyben magunkat könnyen vagy nehezebben meghűthetjük, mintegy barometerje annak, hogy mily egészséges a mi vérünk (a bőr, tüdő stb.), kivéfelt ez alól csak némely idegbeteggek és elgyengült egyének tesznek, kiknek tönkre jutott életerejök, már semmiféle meghülés által harcra nem indíthatatik.

Minden meghülés, nagy felhevülés, mely a szervezetre nagy mérvben nem hat, elősegíti a kiválasztási kríziseket, azaz elősegíti a gyógyulást.

A vér, mint ismerve van, a táplálkozásnak és az anyagcserének vivője. Azon állományok, melyeket testünk fentartására és gyarapítására élvezünk, először a vérbe jutnak és a szervezet által elhasznált anyagok a szövetekből ismét a vérbe mennek (visszerves vér,) hogy a különböző kiválasztó készülékek által (bőr, tüdők, vesék, nyákhártyák stb) kiküszöböltessenek és eltávolíttassanak.

Századunk egyik vívmánya.

Jelige: Eddig anyag harcolt anyag ellen a bus beteg ágyán
 S durva csátajok közt kin vala élni tovább.
 De te jövé s a parányokból feldézted az alvó
 Szellemeket s küldéd mesteri büvöd alatt,
 S újra szehd nemtők kísérik az emberiséget
 És a halál retteg gyötreni áldozatát.

V örösmarty (Hahnemann emlékére)

Századunk legnevezetesebb felfedezéseinek egyike a hasonszenvi gyógymód, mely folytonosan küzd a megrögzött előítéletekkel, s a századok, sőt évezredek óta uralgó megcsontosodott elvekkkel, melyek csaknem mozdulatlan szerepet játszanak, az oly nemes és magasztos mesterségben alig volt tudomány, mely soknemű elferdítéseknek, megvetésnek, gúnynak, rágalomnak, s üldözésnek lett volna kitéve, mint ez.

A tény nagyságát felfogják azok, kik a szenvedő emberiség egészségi ügyét keblökben hordják elfogulatlanul; érzik e tény nagyszerű horderejét azok, kik a homöopathiát logikai módon bírálva, hódolnak a homöopathiának, élvezve annak áldásait családi körükben. Kik pedig korlátolt eszmékkkel vagy előítéletekkel birva csak gúnyolják és nevetnek markukba, ám nevensenek, de a ki utoljára nevet, az nevet legjobban.

Aki emberbaráti köteleességi parancsát teljesíti azon meggyőződésnél fogva, miszerint a szellemileg vagy anyagilag gazdag kincse csak úgy kamatol üdvére, ha azt nemes önmegtadálással a szenvedő emberiség felsegélésére szenteli, akár legyen e jótékony cselekvénye a világ által elismerve, akár nem.

Hazánkban is már nincs megye, város, vagy falu, hol többen nem léteznének, kik a homöopathia iránt rendíthetlen bizalommal viseltetnek. Mily jótétemény a szegény emberre nézve, nem szorítja a kétségbeesés leirhatlan érzelme oly körülményekben, midőn pénze nem lévén, szívéből verne pénzt szeretett neje

vagy gyermeke megmentése végett. Mily sok szegény ember vonakodik a pénz tehetségét felülmúló orvosi segedelemhez folyamodni, és vagy nem is folyamodik, vagy későn, midőn már előbb minden es sokszor legczélszerűtlenebb házi szert megkísérlett, úgy hogy nem ritkán hetekig az emberi természetre bizván magát, vagy saját erejével győzi le a betegséget, vagy általa győzetik le. Ezen aggodalmán költség nélkül segíthet a szivélyes homeopathicus orvos.

A betegség a munkás embert keresetmódjától fosztván meg, képtelenné teszi őt a drága orvosi segély megfizetésére. Ezen viszás állapot a vidéken látható, hol a vagyontalan betegek vagy semmi vagy nagyon is elégtelen orvosi segélyvel rendelkezhetnek, kivéven valamely uralgó járványkor; ugyanis az egyes esetekben és a jobb módúak hivatják az orvost, s ha az orvosi díj leróva, s gyógyszerek a patikából nagy drágán meghozatva vannak, az illetők öntudata megnyugtatta van ugyan, mert hitők szerint mindent megtettek a beteg érdekében, a beteg azonban sorsára hagyatik; mint-hogy az orvosi segélynek folytonos igénybevétele, s az orvosságok távolrólí megszerzése a kivihetlenséggel határos, s mint olyanról, rendesen lemondanak. Az állam rendszeresíthet ugyan az ország különféle vidékein orvosokat, azokat díjazhatja és díjazza is; de a drága aleopathicus gyógyszereket a vagyontalan nép számára ingyen nem szolgáltatathatja ki, előleges költségvetésének túlterhelése nélkül, s miután az aleopathicus gyógymód mellett csakugyan nem teheti, a nép eme kiáltó szükségén segíteni képtelen.

A beteg gyermekek nem rimánkodnak többé szivrázólag az orvosnak, tőlük kitelhető ékességgel másféle gyógyszer pillantván meg, mint a minővel kinoztattak hasonzenvi gyógyszer hiányában, a fé-lénk szülék legkínosabb gyötrelmére! Az értelmi ki-fejlődés haladásával, az oly borzasztó pusztításokat tevő gyógyszernyavalyák sem teendének ekkor oly sok szép reményt nyujtó életet semmivé; mert Hahnemann gyógytana által a valódi orvosi segély fel van lelve; ezen gyógyszerek nem bénítják meg az életerőt, hanem segítik rendes működéseiben, életet osztanak, ha ügyesen használatnak. Ezen előnyök végett már mai nap sokan szegődnek ezen zászló alá.

A két gyógymód közti ellenszenv, a személyek közti ellenszenvet szülte. Az aleopathia ábrándozó-nak, spiritualistának, s csaknem charlatánnak tekinti a homöopathiát, míg ellenben az utóbbinak szemé-ben az aleopathia nem egyéb kétezredéves nagyserü tévelygésnél, mely az új tan eluyomására irányozza hatalmát. Soha elkeseredettebb, szenvedélyesebb oppo-sitiót képzelni sem lehet annál, mely a két gyógy-mód közt kifejlett; és ha mellé tekintetbe veszik az emberi szenvedélyességet, akkor kiegészített képét lehet látni az aleopathia és a homöopathia közti viszonylatnak.

(Vége köv.)

Szelelmi s testi satnyulás.

Jelige: A ki előitéleteket és visszaéléseket akar elbáritani, biztos lehet előre az iránt, hogy mindazoknak haragját magára vonja, akik az elő-itéletek és visszaélésekből előnyt húztak, de igen bizonytalan az, vajjon azoknak rokonszenvét ki-érdemli-e kiknek használni akar?

Meyer.

XI. A só.

Az ételeket sóval elkészíteni, csupa szokásból vették fel a civilizált emberek szakácskönyvébe; hiszen minden növénybe és állatba adott a természet ura só-részleteket, sőt a vízbe is, és ez elegendő lenne, ha a megcsalatott izlés az ásványi savakat meg nem kísérlette volna.

Hogy a só tartozik-e a szükséges tápszerekhez? Ha megfigyeljük azon számtalan teremtményeket a földkerekségén, azt tapasztaljuk, hogy azok tökéletesen el vannak látva, külön mindegyik számára természetes tápszerekkel, anélkül hogy hozzá kellene valamit tennünk; és ebből következtethetjük, hogy számunkra is, tökéletesen megegyező tápszerek vannak rendelkez minden pótlék elkerülésével.

Ha azzal akarnók indokolni, miszerint a legtöbb népfaj sóval él, sőt az állatok sem vetik meg, erre azt lehetne felelni: hogy nem azért használják az emberek a sót mintha az tápszerekben hiányzanék, hanem abban keresendő az ok: hogy az ember nyelve különféle izgatók, és így a só által is annyira el van tompítva, hogy igen nehezen esik at-tól elszoknia.

Ott, a hol az egész életmód fonákul van, ott egyik fonákság a másikat éri. A vegetarianusok, akik a legegyszerűbb életmódra törekszenek, mind-inkább elvesztik vágyaikat ételeik közé sót vegyi-teni, és épen azok, akik azelőtt a só használatáért elfogultak voltak, mutatják, hogy só nélkül jobban izlik és jobban táplálkoznak, mint azelőtt.

A só, valahányszor a testbe érkezik, mindany-nyszor mint idegen test kiküszöböltetik, még pedig laxálás által.

A természet minden tápszereinkbe annyi sót helyezett, amennyi nekünk elegendő, a túlzott só-meny-nység ártalmas.

A tápszerek fogalma magába zárja mindazon tárgyakat, a melyek részint éhségünket részint pe-dig szomjuságunkat csilapítják, mivel pedig a só sem az egyiket, sem a másikat nem képes teljesi-teni, sőt inkább neveli a szomjat, tehát egyedül a fűszerek közzé soroztatik, azonban a szokás által szükségleteink közzé tartozik.

Kóreset saját naplómól.

Mult év szeptember havában p.-abai birtokos Jármay Fe-rencz ur egyik gazdatisztjét éjjel hozzám küldé azon kéréssel, hogy rögtön menjek beteg gyermekéhez. Igen jó fogat lévén, éjjelben elérkeztünk lakhelyére; a beteg gyermek édes anyja elbeszéli, hogy 6 éves Tamás fia részint mivel ujon épült kas-

tályán az ablakok még elkészülve nem valának és éjjel nappal léghuzam miatt, részint mivel a kis fiu előtte való egész nap a hideg homokban játszott, meghűtvén magát, nagy lázroham lepte meg. oldalnyilalással, folytonos köhögéssel és bódító álommal; az édes anya már beavatva lévén a hasonszenvi és vizgyógy-módba, részint saját maga, részint hozzá tartozó családjának betegségi állapotában sokszor szerencsésen működött a betegek körül annál inkább minthogy Jármy Ferenczné ónagysága gyermekeivel együtt már kétízben lévén a radegundi vizgyógyintézetben, saját maga és gyermekei kórallapota végett használatba vette, és ottan, mint Graefenberg után második híres gyógyhelyen tapasztalatokat gyűjtven magának a vizgyógykezelésben, ha családja körében vagy pedig terjedelmes abai birtokán lakók közt betegségi esetek fordulnak elő, hamar feltalálja magát, és nem egy könnyen jön zavarba, segít igen sokszor sőt a cholera-járvány alkalmával is igen sok emberen segített; mint jószívű urnó felebaráti szeretetből igyekszik a szenvedők könyeit enyhíteni.

Midőn észrevette, hogy kedves fia súlyosan beteg és a mellhártya-tüdőlobot (pleuroperipneumonia) felismerte, azonnal a szükséges rendes pakolásokat erélyesen vette igénybe, szokás szerint friss vízbe mártott és jól kifacsart gyermekelepedőbe és pokróczba pakolván, egyszersmind a melle körül különösen egy vizes pólyát kötve, utána pedig 18 foku félfördőben megdörzsölte, és ezt, valahányszor a láz növekedett, ismételte, e mellett aconitumot, bryoniat és phosphort alkalmazott belsőképen; midőn látta, hogy állandó javulás nem mutatkozik, hogy a segedelem későn ne jöjjen, azonnal tanács végett hozzám folyamodott.

Midőn a gyermeket vizsgálni akartam, épen be volt rendezesen pakolva, mindamelllett láttam, hogy nagy lázban van, arcbőre forró és száraz volt, mivel kezei is be lévén pakolva, nyakereit tapintottam, melyek igen erősen és sebesen lüktettek, légzése igen szapora, gyakori köhögés által félbeszakítva, a mellében szuró fájdalomról panaszkodott a gyermek; tehát valóban melhártya és tüdőlob volt jelen; miután ily rendkívüli nagy hőséget tapasztaltam a bepakolásban is, úgy okoskodtam: az ily nagymérvű lobos láznál, ahol ily sebes vegytani elégség van, a test nedveinél lehetetlen hogy a kívánt kritikus izzadás bekövetkezzék, a természeti gyógyerő így nem képes az organismusha hatott ellenséges kórállapotot eltávolítani, tehát nem elegendő a közönséges pakolás, hanem ha czélt akarunk érni, szükséges, a vérbe mennél több nedveket és élelyt bevinni, még pedig nem csak vizivás által eszközölni azt, hanem egyenesen a bőrön által, ahol is a bőrben levő tömérdek likacs és szívó erek egyenesen beszíván, rövid uton a vérbe jut és felvételik; a bőr mint közeg e czélra leghamarább végbe viendi, példa erre a még most is divó bőr alá fecskendezések (subcutaninjectiok), morphiumpstb. mérgekkel, így fejtegetvén a derék és ügyes urnőnek gondolatimat, készítetttem egy 18 foku félfördőt, és minthogy az idő már jelen volt, a midőn a kis fiut ki kellett venni a pakolásból; betettem a félfördőbe, és abban 3 perczig frottiroztattam és ugyanazon vízzel gyakran leönttettem. Mig ezen művelet történt, készítetttem egy újabb friss vízbe mártott de nem nagyon kifacsart lepedőt, és a melle körül egy vizes törülközőt, készen lévén, a mint a félfördőből kivették a kis fiut, úgy a mint róla folyt a víz, rögtön betéttettem a készen levő pakolásba, mely műtét a kislíznak nagyon jól esett, mert enyhítette a nagy lázt; a mint a lepedő melegedni kezdett, a kis beteg mindjárt el is aludt, mintegy félóráig esendesen nyugodott köhögés nélkül, és a mint felébredt, nevetve mondá, hogy jobban érzi magát, és valóban az izzadás megjött, látszottak arczán a gyöngyeseppék, mintthogy óráig hagyom izzadni, és utána ismét egy félfördőben az izzadság lemosatott frottirozva, száraz ágyba feküdt pihenés végett, azonban az egész törzsök körül nedves pólyával begöngyöltetett, miután a láz csilapodott, ugyszintén a fájdalmak is; a további gyógykezelést az anyára bízva, haza mentem; a tudósítások mindég jól hangzottak, az édes anya a kurát tovább folytatá, a kórjelek lassanként elmúltak, csak a köhögés tartott még sokáig, fellábbadozott s jó egészséggel bir.

A „Természet gyógyász“ mult évi 12-ik számában kedett tüdőlobos kórosat közlése és kimenetele:

A december 6-iki tudósítás eképen hangzik: „T. orvos ur! Atyám eddig mindég csak egy állapotban volt, most minden testrészeit fájlalja, köhögése még mindég tart, étvágya nincsen, hasmenése eddig naponként kétszer volt, de tegnap öt négyszer, mely miatt jobban gyengül, saját erejéből nem bír mozdulni. Válaszát várva, Kaufmann Simon.“

December 10-iki tudósítás:

„T. orvos ur! Szegény atyám állapota tegnapelőttől fogva komolyabb színt öltött magára, mert a hasmenések gyakoria és vizesek, igen nyugtalan és néha félrebeszél, vizelete szinte len, köpése néha véres, a jobb mellében szuró fájdalomról panaszkodik, ma délután igen izgatott, tekintete vad, arca vöröste forró, izzadás nincsen, érverése lassu, 76 egy percz alatt közben szünetekkel; alig bir valamit felköhögni, mindent visszatit. Tisztelettel, Kaufmann Simon.“

Mindeket tudósításból látni lehet, hogy a beteg a tüdőszé hűdésből ugyan megmenekült, de a bélhuzam nyákhártyáiban a melyek már kezdetben is meg voltak támadva, fekélyek felőlvén ki hagymázosa (typhosus) alakot öltvén magára, mely a bélhuzam zaklatása hashajtók és hányató borkó vétele segíte elő, mit ugyan az aleopathicus orvos opiummal, én pedig phosporral igyekeztünk megszüntetni, de sikertelen, mert a mi később értesemre esett, a beteg kórallapotának 23-ik napjára meghalt.

Állandó rovat

különbféle betegségek köréből.

I. szám. N. urnak Ny—n.

Őn gyermekkorától testében részint örökölt, részint pedig őszeggyült és szerzett kórananyagot rejt; a mint a levelében leirt szenvdésekből és vélem közlött recipék tartalmából kitünik, számtalan ártalmas gyógykezelésnek volt kitéve, mert a china, mercur és kén oly anyagok, melyek az izmokban, csontokban, illetőleg porczókban és szalokban tehát az izületekben (Gelenke) lerakodnak, és melyek aztán későbbi években először mint maktacs csuszos, aztán pedig mint kősevényes és aranyeres bántalmak alakjában mutatkoznak, és ezen kórjel számos éven át rejtve lappangnak a test szerveiben, és többé-kevésbé ártalják annak működését; nem kívánhatja azt senki, hogy néhány he Graefenbaergi vizgyógykezelés rövid tartama alatt biztos czélhoz juthasson, azaz tökéletes egészségét visszanyerhesse annál inkább, minthogy az életrendszerre semmi figyelem sem fordított, — az ily makabajokban nem szabad heroicus működő gyógykezelést igénybe venni, nehogy egyszerre a sok kórananyag, mely az őn testében és véreben kering, egyszerre felszabaduljon, mert ez őnt végveszélybe döntheti.

Mielőtt a részletes gyógykezelésbe bocsájtkoznék következő fontos, 3 gyógyszert, de nem a deák konyhából, ajánlok, mely nélkül őn soha de soha meg nem gyógyulhat, ezek következők:

1-ór batorság, 2-ór kitartás, 3-ór türelem.

Gyógykezelés:

1) Szükség egész elszántással és erélyesen lemondania minden feleslegről és azonnal a növény életmódra áttérni, biztos lehet hogy semmi ártalmas következtése nem lehet, legfeljebb egy kis lehangoltság és étvágyhiány mi későbbben elenyészik.

2) Szükség minden szenvedélyről is lemondani, pl. szivarozás, játék, stb.

3) Minden reggel direct felkelés után 18 foku félfördőt használtat ajánlom úgy, mint a multévi „Természet gyógyász“ számaiban írva talaltatik.

4) Minden éjjel egy jól kifacsart friss vízbe mártott haskötőb aludni, melyhez hozzá fog szokni.

5) Minél több mozgás a szabad légben mint fő kellék szükség a további gyógykezelés függ állapota miben lététől, melyet annak érdekében velem közleni sziveskedjék.

E rovat t. előfizetőinknek van szánva, még pedig a mint a mult évben ígértük, teszük ezt minden díj nélkül, természetesen csak a kórosetek közlendők vélnék, melyek 14 napnál tovább tartanak, telidült (chronicus) bajok, mert a heveny (acutus) betegségek szerintü a természeti gyógyerőnek küzdéséből (gyógyküzdelem — Heilkampf) származván, rövid lefolyásnak, a legszelidebb módoni gyógykezeléssel egészére menvén át, állandó rovatunkba nem tartoznak; annál inkább mivel az általunk ajánlott gyógymódnak sikere csak úgy biztosított ha az idült kórok heveny kitérősebbe (krizisek) mennek át. Szerk.